

**O‘ZBEKISTON RESPUBLIKASI**  
**OLIV TA‘LIM, FAN VA INNOVATSIYALAR VAZIRLIGI**  
**TERMIZ IQTISODIYOT VA SERVIS UNIVERSITETI**



«TASDIQLAYMAN»

O‘quv ishlari bo‘yicha prorektor  
A. Esanov

2024 yil

**JISMONIY MADANIYAT VA SPORT**  
**FANI BO‘YICHA SILLABUS**

Bilim sohasi: 400 000 – Biznes, boshqaruv va  
huquq  
Ta‘lim sohasi: 410 000 – Biznes va boshqaruv  
Ta‘lim yo‘nalishi: 60410100 – Iqtisodiyot

**Termiz–2024**





## Modul / FAN SILLABUSI

Iqtisodiyot va axborot texnologiyalari  
fakulteti  
60410100 – Iqtisodiyot ta’lim  
yo’nalishi



<b>Modul nomi:</b>	Jismoniy madaniyat va sport		
<b>Fan turi:</b>	majburiy		
<b>Fanning malakaviy kodi:</b>	JMS1204		
<b>Yil:</b>	2024-2025		
<b>Ta’lim shakli:</b>	Kunduzgi		
<b>Ta’lim turi:</b>	Bakalavriat		
<b>Mashg’ulotlar shakli va semestrga ajratilgan soatlar:</b>	<b>Jami:</b>	<b>1-Semestr</b>	<b>2-Semestr</b>
	<b>120</b>	<b>-</b>	<b>120</b>
<b>Ma’ruza</b>	-	-	-
<b>Amaliy mashg’ulotlar</b>	60	-	60
<b>Laboratoriya mashg’ulotlari</b>	-	-	-
<b>Seminar</b>	-	-	-
<b>Mustaqil ta’lim</b>	60	-	60
<b>Kredit miqdori</b>	4	-	4
<b>Fan tili:</b>	O’zbek, Rus, Ingiliz		

### Fanning maqsadi(FM)

<b>FM1</b>	<b>Fanning maqsadi</b> – O’zbekiston jismoniy madaniyati, jismoniy tarbiya, O’zbekiston sporti, badantarbiya, bolalar sporti, jismoniy madaniyat tizimi, jismoniy rivojlanish, jismoniy tayyorgarlik, sport mashqi, jismoniy sifatlar, maxsus nazariy bilimlarni o’stirishga oid zamonaviy nazariy bilim, amaliy ko’nikma va mlakalarini oshirishga yordam beruvchi vosita va metodlarni, o’z-o’zini jismoniy mukammallashtirish, ommaviy sog’lomlashtirish tadbirlarini tashkil qilish va ularni mustaqil foydalanishga o’rgatish.
------------	---

### Fanni o’zlashtirish uchun zarur boshlang’ich bilim

<b>1.</b>	Jismoniy tarbiya va olimpiya harakati tarixi
<b>2.</b>	Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi

### Ta’lim natijalari

	Bilimlar jihatidan:
<b>TN1</b>	Jamoviy yakka sport turlari uslubiyati fanining rivojlanish tarixi; jismoniy tarbiya mashg’ulotlarining jamiyatdagi funksiyasi;
<b>TN2</b>	ta’lim muassasalarida jismoniy tarbiya va sportning tashkil qilinishi hamda uning ahamiyati;

	jismoniy tarbiya tizimlari, sogʻlomlashtirish ishlari va ularning ahamiyati haqida tasavvurga ega boʻlishi;
<b>TN3</b>	harakatlarga oʻrgatish va yosh davrlariga nisbatan vosita, uslublarni tanlash hamda sport mashgʻulotining qonuniyatlari; jahon madaniyatining rivojlanishi jarayonidagi oʻz xalqining jismoniy tarbiya va sport tizimi taraqqiyotidagi asosiy bosqichlari;
	<b>Koʻnikmalar jihatidan:</b>
<b>TN5</b>	Jamoviy yakka sport turlari uslubiyati fanining rivojlanish tarixi; jismoniy tarbiya mashgʻulotlarining jamiyatdagi funksiyasi;
<b>TN6</b>	taʼlim muassasalarida jismoniy tarbiya va sportning tashkil qilinishi hamda uning ahamiyati; jismoniy tarbiya tizimlari, sogʻlomlashtirish ishlari va ularning ahamiyati haqida tasavvurga ega boʻlishi;
<b>TN7</b>	harakatlarga oʻrgatish va yosh davrlariga nisbatan vosita, uslublarni tanlash hamda sport mashgʻulotining qonuniyatlari; jahon madaniyatining rivojlanishi jarayonidagi oʻz xalqining jismoniy tarbiya va sport tizimi taraqqiyotidagi asosiy bosqichlari;

<b>Mashgʻulotlar shakli: Amaliy (A)</b>		<b>Soat</b>
<b>2-semestr</b>		
A1	Talabalarning jismoniy tayyorgarliklarini oʻrgatish.	2
A2	Turgan joydan uzunlikka sakrash texnikasini oʻrgatish.	2
A3	Yugurib kelib uzunlikka sakrash texnikasini oʻrgatish.	2
A4	Uch hadlab yugurish uzunlikka sakrash texnikasini oʻrgatish.	2
A5	Qisqa masofaga yugurish texnikasini oʻrgatish. 100 mtr	2
A6	Qisqa masofaga yugurish texnikasini oʻrgatish. 400mtr	2
A7	Estafeta yugurish 4x100	2
A8	Estafeta yugurish 4x200	2
A9	Voleybol sport oʻyini qoidalari	2
A10	Voleybol sport oʻyini qoidalari	2
A11	Voleybol toʻplari bilan maxsus mashqlarni oʻrgatish.	2
A12	Voleybol toʻplari bilan maxsus mashqlarni oʻrgatish.	2
A13	Basketbol sport oʻyini qoidalari	2
A14	Basketbol sport oʻyini qoidalari	2
A15	Basketbol toʻplari bilan maxsus mashqlarni oʻrgatish.	2
A16	Basketbol toʻplari bilan maxsus mashqlarni oʻrgatish.	2
A17	Gandbol sport oʻyini qoidalari	2
A18	Gandbol toʻplari bilan maxsus mashqlarni oʻrgatish.	2
A19	Futbol sport oʻyini qoidalari	2
A20	Futbol toʻplari bilan maxsus mashqlarni oʻrgatish.	2
A21	Stol tennisi oʻyini qoidalari, toʻplar bilan maxsus mashqlarni oʻrgatish	2
A22	Harakatli oʻyinlarni oʻrgatish.	2

A23	Milliy harakatli o'yinlarni o'rgatish.	2
A24	Milliy harakatli o'yinlarni o'rgatish hamda takomillashtirish	2
A25	Estafetali harakatli o'yinlar	2
A26	Jamoaviy o'ylaladigan harakatli o'yinlar	2
A27	Gimnastika. Saf masqlarini o'rgatish.	2
A28	Umumrivojlantiruvchi mashqlarni o'rgatish.	2
A29	Sodda akrobatik mashqlarni o'rgatish.	2
A30	Gimnastik jixozlarda kuchni rivojlantiruvchi mashqlarni o'rgatish.	2
<b>jami:</b>		<b>60</b>

<b>Mustaqil ta'lim (MT) 2-semestr</b>		
<b>MT1</b>	Yengil atletika va uning turlari.	6
<b>MT2</b>	Futbol o'yinining kelib chiqishi va rivojlanish tarixi.	6
<b>MT3</b>	Futbol o'yin texnikasi va taktikasi.	6
<b>MT4</b>	Basketbol o'yinining kelib chiqishi va rivojlanish tarixi.	6
<b>MT5</b>	Basketbol o'yin texnikasi va taktikasi.	6
<b>MT6</b>	Voleybol o'yinining kelib chiqishi va rivojlanish tarixi.	6
<b>MT7</b>	Voleybol o'yin texnikasi va taktikasi.	6
<b>MT8</b>	Gandbol o'yinining kelib chiqishi va rivojlanish tarixi.	6
<b>MT9</b>	Badminton o'yinining kelib chiqishi va rivojlanish tarixi hamda o'yin texnikasi va taktikasi.	6
<b>MT10</b>	Stol tennis o'yinining kelib chiqishi va rivojlanish tarixi. Stol tennis o'yin texnikasi va taktikasi.	6
<b>Jami</b>		<b>60</b>

<b>Asosiy adabiyotlar:</b>	
1.	Dushabayev D. SH. Jismoniy tarbiya va sport. darslik. Toshkent 2022.
2.	Yusupov E. Jismoniy tarbiya va sport. O'quv qo'llanma. Qarshi 2022
3.	Begimqulov O.J. Jismoniy tarbiya va sport. Toshkent: 2019 yil
<b>Qo'shimcha adabiyotlar:</b>	
1.	Пулатов А.А. Умматов А.А. Пулатов Ф.А. Волейбол. - Тошкент 2018.
2.	2. Т.С. Усмонходжаев В.В. Кипчаков Н.В. Хатамов. Баскетбол. Тошкент 2018.
3.	3. Ш .К. Павлов О.Х. Абдалимов З.Е. Ю супова. Гандбол назарияси ва услубияти. Тош кент 2018.
4.	Пулатов А.А. Умматов А.А. Пулатов Ф.А. Волейбол. - Тошкент 2018.
<b>Axborot manbalari</b>	
1.	<a href="http://www.lex.uz">www.lex.uz</a> – O'zbekiston Respublikasi Qonun hujjatlari ma'lumotlari milliy bazasi.

2.	<a href="https://fizkult-ura.ru/fk">https://fizkult-ura.ru/fk</a> – Jismoniy tarbiya va sportga doir ma'lumotlar bazasi.
3.	Sport.uz – O'zbekiston Respublikasi sport axborot ma'lumotlari bazasi.
4.	<a href="https://unilibrary.uz/">https://unilibrary.uz/</a> O'zbekiston Respublikasi axborot ta'lim tarmog'i.

**Talabaning fan bo'yicha o'zlashtirish ko'rsatkichini nazorat qilishda quyidagi mezonlar tavsiya etiladi:**

**a) 5 baho (90-100 ball) olish uchun talabaning bilim darajasi quyidagilarga javob berishi lozim:**

- fanning mohiyati va mazmunini to'liq yoritma olsa;
- fandagi mavzularni bayon qilishda ilmiylik va mantiqiylik saqlanib, ilmiy xatolik va chalkashliklarga yo'l qo'ymas;
- fan bo'yicha mavzu materiallarining nazariy yoki amaliy ahamiyati haqida aniq tasavvurga ega bo'lsa;
- fan doirasida mustaqil erkin fikrlash qobiliyatini namoyon eta olsa;
- berilgan savollarga aniq va lo'nda javob bera olsa;
- konspektga puxta tayyorlangan bo'lsa;
- mustaqil topshiriqlarni to'liq va aniq bajargan bo'lsa;
- fanga tegishli qonunlar va boshqa me'yoriy-huquqiy hujjatlarni to'liq o'zlashtirgan bo'lsa;
- fanga tegishli mavzulardan biri bo'yicha ilmiy maqola chop ettirgan bo'lsa;
- tarixiy jarayonlarni sharxlay bilsa;

**b) 4 baho (70-89,9 ball) olish uchun talabaning bilim darajasi quyidagilarga javob berishi lozim:**

- fanning mohiyati va mazmunini tushungan, fandagi mavzularni bayon qilishda ilmiy va mantiqiy chalkashliklarga yo'l qo'ymas;
- fanning mazmunini amaliy ahamiyatini tushingan bo'lsa;
- fan bo'yicha berilgan vazifa va topshiriqlarni o'quv dasturi doirisida bajarsa;
- fan bo'yicha berilgan savollarga to'g'ri javob bera olsa;
- fan bo'yicha konspektini puxta shakllantirgan bo'lsa;
- fan bo'yicha mustaqil topshiriqlarni to'liq bajargan bo'lsa;
- fanga tegishli qonunlar va boshqa me'yoriy xujjatlarni o'zlashtirgan bo'lsa.

**v) 3 baho (60-69,9 ball) olish uchun talabaning bilim darajasi quyidagilarga javob berishi lozim:**

- fan haqida umumiy tushunchaga ega bo'lsa;
- fandagi mavzularni tor doirada yoritib, bayon qilishda ayrim chalkashliklarga yo'l qo'yilmas;
- bayon qilish ravon bo'lmasa;
- fan bo'yicha savollarga mujmal va chalkash javoblar olinsa;
- fan bo'yicha matn puxta shakllantirilmagan bo'lsa.

**g) quyidagi hollarda talabaning bilim darajasi qoniqarsiz 2 baho (0-59,9) bilan baholanishi mumkin:**

- fan bo'yicha mashg'ulotlarga tayyorgarlik ko'rilmagan bo'lsa;
- fan bo'yicha mashg'ulotlarga doir hech qanday tasavvurga ega bo'lmasa;
- fan bo'yicha matnlarni boshqalardan ko'chirib olganligi sezilib tursa;
- fan bo'yicha matnda jiddiy xato va chalkashliklarga yo'l qo'yilgan bo'lsa;
- fanga doir berilgan savollarga javob olinmasa;
- fanni bilmasa.

№	Nazorat turlari	Jami ballar	Ballar taqsimoti	Saralash bali	Shakli	Muddati
1	Joriy nazorat	20	8	4	Talaba davomati, darslarda faollik	Mashg'ulotlar jarayonida
			12	7	MT: Fan yuzasidan berilgan amaliy va seminar mashg'ulotlarga tayyorgarlik ko'rish va uy vazifalarini bajarish, konspektlashtirganligi, mustaqil ta'limi uchun	
2	Oraliq nazorat	30	12	7	Test yoki yozma ish	13 yoki 15 hafta
			18	10	MT: glossariy tuzish, esse yoki referat yozish, anjumanga tezis tayyorlash, mutaxassislardan yoki turli yoshdagi aholi vakillardan intervyu olish, so'rovnoma o'tkazish, taqdimot tayyorlash	
3	Yakuniy nazorat	50	25	15	5 ta amaliy topshiriq bajariladi	16-17 attestatsiya haftasida
			25	15	Yakuniy nazorat savollarining kamida 50 foiz qismi mustaqil ta'lim mavzularidan tuziladi	

**Izoh:**

Joriy nazorat talabalarning davomati, ularning mashg'ulotlardagi faolligi, hamda fan yuzasidan berilgan amaliy va seminar mashg'ulotlarga tayyorgarlik ko'rganligi, uyga vazifalarni bajarganligi, konspektlashtirganligi uchun umumlashtirilgan holda baholanadi. Maksimal ball 20 ball.

Oraliq nazorat test yoki yozma ish topshirig'idan iborat bo'ladi. Shuningdek, talabalar mustaqil ta'lim doirasida glossariy tuzish, esse yoki referat yozish, anjumanga tezis tayyorlash, mutaxassislardan yoki turli yoshdagi aholi vakillardan intervyu olish, so'rovnoma o'tkazish, taqdimot tayyorlash orqali ball to'plashlari mumkin. Mustaqil ta'lim orqali olgan ballari, oraliq nazorat daftari yoki varog'ida qayd etiladi. Maksimal ball 30 ball.

Yakuniy nazorat 5 ta savoldan iborat yozma ish shaklida olinadi. Bunda kamida 50 % yakuniy nazorat savollari mustaqil ta'lim mavzularidan iborat bo'ladi. Ya'ni 5 ta savoldan 3 tasi mustaqil ta'lim mavzularidan iborat bo'ladi. Maksimal ball 50 ball.

## Fan o'qituvchisi to'g'risida ma'lumot

<b>Muallif(lar):</b>	<i>Ch. Boboqulov</i>
<b>E-mail :</b>	<i>boboqulovchori@gmail.com 945150531</i>
<b>Tashkilot:</b>	Termiz iqtisodiyot va servis universiteti Pedagogika va Ijtmoy gumanitar fanlar fakulteti Jismoniy madaniyat kafedrası
<b>Taqrizchilar:</b>	<b>X.Sharipov</b> – TerDU Sport boshqaruvi kafedrası mudiri, dotsent. <b>Ya. Daniyeva</b> - TerDU, Sport faoliyati va boshqaruvi fakulteti dotsenti.

Mazkur sillabus universitet Kengashining 2024 yil 30-avgustdagi 1 – sonli yig'ilish bayoni bilan tasdiqlangan.

Mazkur sillabus Jismoniy madaniyat kafedrasining 2024 yil 28-avgustdagi 1 – sonli yig'ilish bayoni bilan tasdiqlangan.

**O'quv-uslubiy boshqarma boshlig'i**

**Fakultet dekani**

**Kafedra mudiri**

**Tuzuvchi**

**Z.Turayev**

**S.Bozorov**

**M.Usmonov**

**Ch.Boboqulov**

