

ЎЗБЕКИСТОН РЕСПУБЛИКАСИ
ОЛИЙ ВА ЎРТА МАХСУС ТАЪЛИМ ВАЗИРЛИГИ

Рўйхатга олинди
№ _____
20__ йил

Ўзбекистон Республикаси Олий ва
ўрта махсус таълим вазирининг
20__ йил “__” _____ даги
____ - сонли буйруғи билан
тасдиқланган.

“ЖИСМОНИЙ ТАРБИЯ ВА ЖИСМОНИЙ МАДАНИЯТ”

йўналиши бўйича олий таълим муассасалари педагог кадрларини
қайта тайёрлаш ва малакасини ошириш курсининг ўқув дастури

ЎЗБЕКИСТОН РЕСПУБЛИКАСИ
ОЛИЙ ВА ЎРТА МАХСУС ТАЪЛИМ ВАЗИРЛИГИ

ОЛИЙ ТАЪЛИМ ТИЗИМИ ПЕДАГОГ ВА РАЎБАР КАДРЛАРИНИ
ҚАЙТА ТАЙЁРЛАШ ВА УЛАРНИНГ МАЛАКАСИНИ ОШИРИШНИ
ТАШКИЛ ЭТИШ БОШ ИЛМИЙ - МЕТОДИК МАРКАЗИ

ЎЗБЕКИСТОН ДАВЛАТ ЖИСМОНИЙ ТАРБИЯ ИНСТИТУТИ
ЎЗУРИДАГИ ЖИСМОНИЙ ТАРБИЯ ВА СПОРТ БЎЙИЧА
МУТАХАССИСЛАРИНИ ИЛМИЙ-МЕТОДИК ТАЪМИНЛАШ, ҚАЙТА
ТАЙЁРЛАШ ВА УЛАРНИНГ МАЛАКАСИНИ ОШИРИШ МАРКАЗИ

*Қайта тайёрлаш ва малака ошириш ўқув дастури Олий ва ўрта махсус,
касб-хунар таълими йўналишлари бўйича ўқув-услугий бирлашмалар
фаолиятини Мувофиқлаштирувчи кенгашининг
2015йил 16 июлдаги 4- сонли баённомаси билан маъқулланган.*

Тузувчилар: **“Олий таълимнинг норматив ҳуқуқий асослари”**
модули: с.ф.д., проф. И.Эргашев, ю.ф.н., доц. В.Топилдиев.
“Илғор таълим технологиялари ва педагогик маҳорат”
модули: п.ф.д., профессор Н.А.Муслимов, п.ф.н.
М.Т.Мирсолиева, п.ф.н. доц. М.Усманбаева, А.Исянова.
“Таълим жараёнида ахборот-коммуникация
технологияларини қўллаш” модули: ф-м.ф.н, доцент
Х.Холмедов, ф-м.ф.н, доцент Д.Иргашева,
катта ўқитувчи В. Ҳамидов.
“Амалий хорижий тил” модули: Ўзбекистондаги Британия
Кенгашининг етакчи мутахассислари, катта ўқитувчи
У.Гиясова.
“Тизимли таҳлил ва қарор қабул қилиш асослари”
модули: с.ф.д., профессор С.Жўраев, пс.ф.н. Х.М.Алимов.
Махсус фанлар бўйича:
п.ф.д., профессор А. Абдиев, п.ф.д., профессор
Т. Усмонходжаев, п.ф.н., профессор К.Шакиржанова,
п.ф.н., доцент Эштаев, доцент А.Пулатов, п.ф.н. А.Садиков.

Такризчилар: Керимов Ф.А. - ЎзДЖТИ “Жисмоний тарбия назарияси ва
услугияти” кафедраси мудири, профессор., п.ф.д.
Кошбахтиев И.А. - ТАТУ “Жисмоний тарбия ва спорт”
кафедраси профессори., п.ф.д.

Ўқув дастури Ўзбекистон давлат жисмоний тарбия институти Илмий кенгашининг
қарори билан тасдиққа тавсия қилинган.
(2015 йил _____даги - сонли баённома).

Кириш

Дастур Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2015 йил 12 июндаги “Олий таълим муассасаларининг раҳбар ва педагог кадрларини қайта тайёрлаш ва малакасини ошириш тизимини янада такомиллаштириш чора-тадбирлари тўғрисида” ги ПФ-4732-сон Фармонидаги устувор йўналишлар мазмунидан келиб чиққан ҳолда тузилган бўлиб, у замонавий талаблар асосида қайта тайёрлаш ва малака ошириш жараёнларининг мазмунини такомиллаштириш ҳамда олий таълим муассасалари педагог кадрларининг касбий компетентлигини мунтазам ошириб боришни мақсад қилади.

Дастур мазмуни олий таълимнинг норматив-ҳуқуқий асослари ва қонунчилик нормалари, илғор таълим технологиялари ва педагогик маҳорат, таълим жараёнларида ахборот-коммуникация технологияларини қўллаш, амалий хорижий тил, тизимли таҳлил ва қарор қабул қилиш асослари, махсус фанлар негизида илмий ва амалий тадқиқотлар, технологик тараққиёт ва ўқув жараёнини ташкил этишнинг замонавий услублари бўйича сўнгги ютуқлар, педагогнинг касбий компетентлиги ва креативлиги, глобал Интернет тармоғи, мультимедиа тизимлари ва масофадан ўқитиш усулларини ўзлаштириш бўйича билим, кўникма ва малакаларини шакллантиришни назарда тутди.

Дастур доирасида берилаётган мавзулар таълим соҳаси бўйича педагог кадрларни қайта тайёрлаш ва малакасини ошириш мазмуни, сифати ва уларнинг тайёргарлигига қўйиладиган умумий малака талаблари ва ўқув режалари асосида шакллантирилган бўлиб, бу орқали олий таълим муассасалари педагог кадрларининг соҳага оид замонавий таълим ва инновация технологиялари, илғор хорижий тажрибалардан самарали фойдаланиш, ахборот-коммуникация технологияларини ўқув жараёнига кенг татбиқ этиш, чет тилларини интенсив ўзлаштириш даражасини ошириш ҳисобига уларнинг касб маҳоратини, илмий фаолиятини мунтазам юксалтириш, олий таълим муассасаларида ўқув-тарбия жараёнларини ташкил этиш ва бошқаришни тизимли таҳлил қилиш, шунингдек, педагогик вазиятларда оптимал қарорлар қабул қилиш билан боғлиқ компетенцияларга эга бўлишлари таъминланади.

Қайта тайёрлаш ва малака ошириш йўналишининг ўзига хос хусусиятлари ҳамда долзарб масалаларидан келиб чиққан ҳолда дастурда тингловчиларнинг махсус фанлар доирасидаги билим, кўникма, малака ҳамда компетенцияларига қўйиладиган талаблар ўзгартирилиши мумкин.

I. Олий таълимнинг норматив ҳуқуқий асослари

1.1. Ўзбекистон Республикаси Президентининг асарларида жамият ривожини ва таълим–тарбия масалалари.

1.2. Таълим-тарбия жараёнларини ташкил этишнинг қонунчилик нормалари.

II. Илғор таълим технологиялари ва педагогик маҳорат

2.1. Инновацион таълим технологиялари.

2.2. Педагогик компетентлик ва креативлик асослари.

2.3. Замонавий таълим ва инновацион технологиялар бўйича илғор хорижий тажрибалар.

III. Таълим жараёнида ахборот-коммуникация технологияларини қўллаш

3.1. Таълимда мультимедиа тизимлари ва масофавий ўқитиш методлари.

3.2. Электрон педагогика асослари ва педагогнинг шахсий, касбий ахборот майдонини лойиҳалаш.

IV. Амалий хорижий тил

4.1. Амалий хорижий тилни ўрганишнинг интенсив усуллари.

V. Тизимли таҳлил ва қарор қабул қилиш асослари

5.1. Тизимли таҳлил асослари.

5.2. Олий таълим жараёнини бошқаришда қарор қабул қилиш технологиялари.

VI. Махсус фанлар

6.1. Жисмоний тарбия назарияси ва услубиёти

6.2. Болалар ва ўсмирлар спорти назарияси ва услубиёти

6.3. Махсус фанларни ўқитиш методикаси (енгил атлетика, гимнастика, спорт ўйинлари, сузиш)

VII. Педагогик амалиёт

VIII. Малакавий аттестация

Курснинг мақсади ва вазифалари

Олий таълим муассасалари педагог кадрларни қайта тайёрлаш ва малакасини ошириш курсининг **мақсади** педагог кадрларнинг ўқув-тарбиявий жараёнларни юксак илмий-методик даражада таъминлашлари учун зарур бўладиган касбий билим, кўникма ва малакаларларини мунтазам янгилаш, малака талаблари, ўқув режа ва дастурлари асосида уларнинг касбий компетентлиги ва педагогик маҳоратини доимий ривожланишини таъминлашдан иборат.

Курснинг **вазифаларига** қуйидагилар киради:

“Жисмоний тарбия ва жисмоний маданият” йўналишида педагог кадрларнинг касбий билим, кўникма, малакаларини узлуксиз янгилаш ва ривожлантириш механизмларини яратиш;

замонавий талабларга мос ҳолда олий таълимнинг сифатини таъминлаш учун зарур бўлган педагогларнинг касбий компетентлик даражасини ошириш;

педагог кадрлар томонидан замонавий ахборот-коммуникация технологиялари ва хорижий тилларни самарали ўзлаштирилишини таъминлаш;

махсус фанлар соҳасидаги ўқитишнинг инновацион технологиялари ва илғор хорижий тажрибаларни ўзлаштириш;

“Жисмоний тарбия ва жисмоний маданият” йўналишида қайта тайёрлаш ва малака ошириш жараёнларининг фан ва ишлаб чиқариш билан интеграциясини таъминлаш.

Курс якунида тингловчиларнинг билим, кўникма ва малакаларига қўйиладиган талаблар:

“Олий таълимнинг норматив ҳуқуқий асослари”, “Илғор таълим технологиялари ва педагогик маҳорат”, “Таълим жараёнида ахборот-коммуникация технологияларини қўллаш”, “Амалий хорижий тил”, “Тизимли таҳлил ва қарор қабул қилиш асослари” модуллари бўйича тингловчиларнинг билим, кўникма ва малакаларига қўйиладиган талабалар тегишли таълим соҳаси бўйича педагог кадрларни қайта тайёрлаш ва малакасини ошириш мазмуни, сифати ва уларнинг тайёргарлиги ҳамда компетентлигига қўйиладиган умумий малака талаблари билан белгиланади.

Махсус фанлар бўйича тингловчилар қуйидаги янги билим, кўникма, малака ҳамда компетенцияларга эга бўлишлари талаб этилади:

Тингловчи:

- жисмоний тарбия ва спортнинг ҳуқуқий ҳамда ташкилий асосларини;
- жисмоний тарбия ва жисмоний маданият дарсига қўйиладиган талабларни;
- “Алпомиш” ва “Барчиной” махсус тестлари талабларини;
- жисмоний тарбия ва жисмоний маданият йўналишида эришилган янги ютуқлар, илмий натижалар, яратилган илмий адабиётларни;
- жисмоний тарбия ва жисмоний маданият йўналишида замонавий услублар ва воситалар асосида машғулотларни ташкил этиш ҳамда ўтказишни;
- спорт мусобақаларини ташкиллаштиришда замонавий услублардан фойдаланиш йўлларини;
- ноанъанавий спорт анжомларини қўллаш услубларини;
- республикамиз спортчиларининг халқаро мусобақаларда эришган натижаларини;
- жисмоний тарбия ва жисмоний маданият йўналиши бўйича илғор хорижий тажрибаларни, хорижий тилдаги манбалардан фойдаланишни;
- спорт турлари бўйича мусобақа қоидаларига сўнгги киритилган ўзгаришларни;
- спорт турларининг ривожланиш тенденцияларини;
- жисмоний сифатларни тарбиялаш асосларини;
- мутахассислик фанлари тарихи ва замонавий концепцияларини *билиши* керак.

Тингловчи:

- жисмоний тарбия ва жисмоний маданият йўналиши фанларини ўқитишда сўнгги йилларда эришилган ютуқларидан фойдаланиш;

- замонавий жиҳоз ва техник воситаларни жисмоний тарбия ва жисмоний маданият йўналишида қўллаш;
- мутахассислик фанларини ўқитишда жисмоний тарбия ва спорт менежменти борасидаги маълумотлардан фойдаланиш;
- мутахассислик фанларини ўқитиш жараёнида талабаларнинг мустақил таълими ва ижодий изланишларини ташкил эта олиш;
- курс иши, битирув-малака иши, магистрлик диссертациясининг узвийлигини таъминлаш;
- ўқув дастури, ДТС, дарсликлар ва ўқув-методик қўлланмалар, электрон дарсликлар, портфолио, ўқув курсининг электрон таълим ресурсларини яратиш *қўникмаларига* эга бўлиши лозим.

Тингловчи:

- республикамизда жисмоний тарбия ва жисмоний маданият йўналишида олиб борилаётган илмий тадқиқотлар ва уларнинг натижаларини таҳлил этиш;
- спорт тўғараклари билан ишлашда замонавий услублардан фойдалана олиш;
- жисмоний тарбия ва жисмоний маданият йўналишида яратилган замонавий аудио ва видео манбалардан, электрон ўқув-қўлланмалардан фойдаланиш;
- замонавий жиҳоз ва техник воситаларни жисмоний тарбия ва жисмоний маданият йўналишида қўллаш;
- жисмоний тарбия ва жисмоний маданият йўналишидаги модернизация ва ўзгаришларни педагогик фаолиятга татбиқ этиш;
- спорт мусобақаларини ҳужжатлаштириш ва натижаларни олиш;
- жисмоний тарбия ва жисмоний маданият йўналиши фанларини ўқитишда замонавий техника ва технологияларга асосланган машқ ва тренинглардан фойдаланиш;
- жисмоний тарбия ва жисмоний маданият йўналишидаги таниқли хорижий мутахассисларнинг илмий ишлари билан танишиш, таҳлил эта олиш;
- жисмоний тарбия ва жисмоний маданият йўналишида илмий-тадқиқотларни ўтказиш;
- машғулотларни ташкил этиш ва ўтказиш техника ва тактикаларидан самарали фойдаланиш;
- спорт турлари бўйича мусобақаларни ташкил этиш ва ўтказиш;
- жисмоний тарбия ва жисмоний маданият йўналишидаги модернизация ва ўзгаришлардан фойдаланиш *малакаларига* эга бўлиши зарур.

Тингловчи:

- жисмоний тарбия ва жисмоний маданият йўналиши фанларини ўқитишда сўнгги йилларда эришилган ютуқлардан фойдаланган ҳолда инновацион технологияларни қўллаш олиш;

- жисмоний тарбия ва жисмоний маданият йўналиши бўйича илғор хорижий тажрибаларни, хорижий тилдаги манбалардан фойдаланиш ва амалиётга тадбиқ эта олиш;
- спорт турлари бўйича мусобақа қоидаларига сўнгги киритилган ўзгаришларни амалиётда қўллай олиш;
- жисмоний тарбия ва жисмоний маданият йўналишида яратилган замонавий аудио ва видео манбаларни, электрон ўқув-қўлланмаларни амалиётда қўллай олиш;
- жисмоний тарбия ва жисмоний маданият йўналишидаги модернизация ва ўзгаришларни педагогик фаолиятда фойдалана олиш;
- спорт мусобақаларини ҳужжатлаштиришни ва олинган натижаларни таҳлил қила олиш;
- ўқув дастури, ДТС, дарсликлар ва ўқув-методик қўлланмалар, электрон дарсликлар, портфолио, ўқув курсининг электрон таълим ресурсларини яратиш ҳамда педагогик фаолиятда қўллай олиш;
- замонавий жиҳоз ва техник воситаларни жисмоний тарбия ва жисмоний маданият йўналишида қўллай олиш;
- жисмоний тарбия ва жисмоний маданият йўналишида илмий-тадқиқотларни ўтказиш **компетенцияларига** эга бўлиши лозим.

Курс ҳажми

Қайта тайёрлаш ва малака ошириш курси 288 соатни ташкил этади. Ўқув юкламаси ҳафтасига 36 соат этиб белгиланган. Қайта тайёрлаш ва малака ошириш йўналиши бўйича таълим дастурларини тўлиқ ўзлаштирган ва Аттестациядан муваффақиятли ўтган курс тингловчиларига Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2015 йил 12 июндаги ПФ-4732-сон Фармонининг 3-иловаси билан тасдиқланган давлат намунасидаги малака аттестати берилади.

“Жисмоний тарбия ва жисмоний маданият” йўналиши бўйича қайта тайёрлаш ва малака ошириш курсининг ўқув модуллари ва уларнинг мазмуни

I. Олий таълимнинг норматив ҳуқуқий асослари

1.1. Ўзбекистон Республикаси Президентининг асарларида жамият ривожини ва таълим–тарбия масалалари.

Инсон онг ва тафаккурининг янгилиниши жамият ривожланишининг муҳим омили сифатида. Глобаллашув ва ижтимоий-маънавий ҳаётдаги ўзгаришлар тенденцияси ва истиқболлари.

Ўзбекистон Республикаси Президентининг “Озод ва обод Ватан эркин ва фаровон ҳаёт пировард мақсадимиз”, “Юксак маънавият – енгилмас куч, “Ўзбекистон мустақилликка эришиш остонасида”, “Мамлакатни модернизация қилиш ва иқтисодиётимизни барқарор ривожлантириш йўлида”, “Ватанимизнинг босқичма-босқич ва барқарор ривожланишини таъминлаш – бизнинг олий мақсадимиз”, “Демократик ислохотларни янада

чуқурлаштириш ва фуқаролик жамиятини шакллантириш мамлакатимиз таракқиётининг асосий мезонидир” ва бошқа асарларида жамият ривожини ва таълим-тарбия масалаларининг ёритилиши.

Ўзбекистон Республикаси Президентининг Ўзбекистонни ижтимоий-иқтисодий ривожлантиришнинг устувор йўналишларига бағишланган маърузаларида таълим ва кадрлар тайёрлаш тизимини модернизациялаш билан боғлиқ вазифаларнинг белгиланиши.

1.2. Таълим-тарбия жараёнларини ташкил этишнинг қонунчилик нормалари.

Норматив-ҳуқуқий ҳужжатлар тушунчаси ва турлари. Норматив-ҳуқуқий ҳужжатларнинг ишлаб чиқиш ва амалга киритиш тартиби. Ўзбекистон Республикасининг Конституцияси. “Таълим тўғрисида”ги Қонун. Кадрлар тайёрлаш миллий дастури. Кадрлар тайёрлаш миллий дастурининг босқичлари ва асосий йўналишлари.

Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2011 йил 20 майдаги “Олий таълим муассасаларининг моддий-техника базасини мустаҳкамлаш ва юқори малакали мутахассислар тайёрлаш сифатини тубдан яхшилаш чора-тадбирлари тўғрисида”ги ПҚ–1533-сон Қарори, 2012 йил 24 июлдаги “Олий малакали илмий ва илмий-педагог кадрлар тайёрлаш ва аттестациядан ўтказиш тизимини янада такомиллаштириш тўғрисида”ги ПФ–4456-сон Фармони, 2015 йил 12 июндаги “Олий таълим муассасаларининг раҳбар ва педагог кадрларини қайта тайёрлаш ва малакасини ошириш тизимини янада такомиллаштириш чора-тадбирлари тўғрисида”ги ПФ–4732-сон Фармони ва бошқалар.

Ўзбекистон Республикаси Вазирлар Маҳкамасининг 1998 йил 5 январдаги “Узлуксиз таълим тизими учун давлат таълим стандартларини ишлаб чиқиш ва жорий этиш тўғрисида”ги 5-сон Қарори, 1998 йил 5 январдаги “Узлуксиз таълим тизимини дарсликлар ва ўқув адабиётлари билан таъминлашни такомиллаштириш тўғрисида”ги 4-сон Қарори, 2001 йил 16 августдаги “Олий таълимнинг давлат таълим стандартларини тасдиқлаш тўғрисида”ги 343-сон Қарори, 2006 йил 10 февралдаги “Олий таълим муассасасига педагогларни танлов асосида ишга қабул қилиш тартиби тўғрисида”ги Низомни тасдиқлаш хусусидаги 20-сон Қарори, 2012 йил 26 сентябрдаги “Олий таълим муассасалари педагог кадрларини қайта тайёрлаш ва уларнинг малакасини ошириш тизимини янада такомиллаштириш чора-тадбирлари тўғрисида”ги 278-сонли Қарори, 2015 йил 10 январдаги «Олий таълимнинг давлат таълим стандартларини тасдиқлаш тўғрисида» 2001 йил 16 августдаги 343-сон қарорига ўзгартириш ва қўшимчалар киритиш ҳақида” ги 3-сон Қарори ва бошқалар.

Давлат таълим стандартлари, ўқув режалари ва фан дастурлари тушунчаси ва уларга қўйиладиган талаблар. “Олий таълим муассасаларида талабалар билимини назорат қилиш ва баҳолашнинг рейтинг тизими тўғрисида”ги Низом. “Ўзбекистон Республикаси олий таълим муассасалари талабаларининг малакавий амалиёти тўғрисида” ги Низом. “Ўзбекистон

Республикаси олий таълим муассасалари битирувчиларининг якуний давлат аттестацияси тўғрисида”ги Низом. Олий таълим муассасаларида мустақил таълимни ташкил этиш тартиби тўғрисида”ги Низом. “Магистратура тўғрисида”ги Низом. “Очиқ лекцияларни ташкил этиш ва ўтказиш тартиби тўғрисида”ги Низом ва бошқа меъёрий ҳужжатлар.

II. Илғор таълим технологиялари ва педагогик маҳорат

2.1. Инновацион таълим технологиялари.

Олий таълим тизимини модернизациялашнинг устувор йўналишлари. Инновацион таълим технологияларининг моҳияти, турлари ва назарий асослари, инновацион жараёнларнинг кечиш босқичлари. Педагогик технологиянинг таснифи, қонуниятлари, тамойиллари ва мезонлари.

Олий таълим муассасаларида ўқув жараёнини ташкил этишнинг инновацион шакл, метод ва воситалари. Таълим-тарбия жараёнини технологиялаштириш асослари. Очиқ маъруза, амалий машғулотларни лойиҳалаштириш, ташкил этиш.

Шахсга йўналтирилган таълим технологияларининг мазмуни, йўналишлари. Таълим олувчиларнинг билиш фаоллигини фаоллаштириш ва жадаллаштириш асосидаги таълим технологиялари: амалий ўйинлар, муаммоли ўқитиш, табақалаштирилган ўқитиш ҳамда интерфаол таълим методларидан ўқув-тарбия жараёнида фойдаланиш. Ўқув лойиҳаларини ишлаб чиқиш, портфолиоларни шакллантириш ва амалиётга татбиқ этиш. Электрон ўқув модуллари. Силлабус, кейслар банкни яратишга қўйиладиган дидактик талаблар.

2.2. Педагогик компетентлик ва креативлик асослари.

Педагог касбий компетентлигининг тузилиши ва мазмуни. Педагогнинг психологик, методик, инфорацион, креатив, инновацион компетентлиги мазмун-моҳияти. Педагогик маҳорат асослари ва таркибий қисмлари. Ўқитувчининг коммуникатив компетентлиги, педагогик жараёнда мулоқот услубларини тўғри танлаш ва улардан самарали фойдаланиш. Педагогик деонтология. Нутқ техникаси ва маданияти. Аудиторияда шахслараро муносабатларни самарали ташкил этиш ва гуруҳни оптимал бошқариш. Педагогик низоларни самарали ҳал этиш йўллари. Замонавий педагог имиджи ҳамда ўқитувчининг ўз-ўзини касбий ва шахсий такомиллаштириб бориши.

Креативлик - педагогик ижодкорликнинг асоси сифатида. Олий таълим педагог кадрларининг креатив потенциали тушунчаси ва моҳияти. Педагогларда креатив компетентликни шакллантиришнинг зарурий шарт-шароитлари, моделлари. Касбий фаолиятда позитив-фаол мотивация ва педагог кадрларнинг креатив потенциалини баҳолаш мезонлари. Таълимни ахборотлаштириш шаротида педагог кадрлар креатив имкониятларини баҳолаш мезони.

2.3. Замоनावий таълим ва инновацион технологиялар бўйича илғор хорижий тажрибалар.

Ўқув жараёнини ташкил этиш ва унинг сифатини таъминлаш борасидаги илғор хорижий тажрибалар, замонавий ёндашувлар. Замоनावий таълим ва инновацион технологиялар соҳасидаги илғор хорижий тажрибалар: модулли-кредит тизими, blended learning (аралаш ўқитиш), case study (кейс стади), масофали ўқитиш, маҳорат дарслари, вебинар, эвристик методлар ва бошқ. Замоनावий таълимда тьюторлик, супервизорлик ва модераторлик фаолияти. Педагогик фасилитация-таълимда натижавийликни таъминлашдаги муҳим омил сифатида. Талабалар билимини баҳолашнинг ассесмент технологиялари.

III. Таълим жараёнида ахборот-коммуникация технологияларини қўллаш

3.1. Таълимда мультимедиа тизимлари ва масофавий ўқитиш методлари.

Мультимедианинг компонентлари. Мультимедианинг бажарилиш шартлари. Мультимедианинг дастурий таъминоти. Мультимедиа компонентларини солиштириш. Сақловчи технологиялар. CD-ROM, CD, DVD, HD DVD, Blu-ray. Мультимедиа файл форматлари. Мультимедиа плеерлари. Мультимедианинг қўлланилиши. Видео конференция. Медиа соҳалари. Рақамли аудио. Аудио файллар. Самплинг методи. Файлларни сақлаш усули. Аудио ва видеони таҳрирлаш. Мультимедиали электрон нашрлар (ўқув фильмлари, электрон дарсликлар).

Электрон таълим ресурслари ҳақида тушунча. Масофавий ўқитишда электрон таълим ресурсларини яратиш тамойиллари. Мультимедиали маърузалар категориялари, Муаллифлик дастурий таъминотларидан фойдаланган ҳолда электрон таълим ресурсларини яратиш.

Масофали ўқитишнинг назарий ва дидактик асослари. Масофавий таълимни ташкил қилиш усуллари. Масофавий таълим жараёнини амалга ошириш босқичлари. Таълимда эркин ва очиқ кодли дастурий таъминотлар таҳлили. LMS тизимларининг асосий функциялари.

Moodle тизимида ўқув жараёнини, жорий, оралик ва якуний назорат турларини ташкиллаштириш. Moodle тизимида ўқув контентларни шакллантириш ва бошқариш.

Оммавий онлайн очиқ курслар (Soursera, edX, Khan akademiyasi, MIT Open Course Ware).

3.2. Электрон педагогика асослари ва педагогнинг шахсий, касбий ахборот майдонини лойиҳалаш.

Педагогик жараёнда ахборот-коммуникация ва интерактив технологияларидан фойдаланиш. Таълимий ИНТЕРНЕТ ресурслари ва улардан ўқув жараёнида фойдаланиш. Интернет тармоғининг асосий хизматлари. Зиёнет.уз ва бошқа таълим порталлари ресурслари билан ишлаш. Интернет тармоғида педагогларнинг, талабаларнинг электрон мулоқот

муҳитида жамоа бўлиб ишлаш шакллари. Блог, форум ва тематик чатларни ташкил этиш усуллари. Педагогларнинг тармоқдаги ҳамкорлиги.

Педагогнинг шахсий, касбий ахборот майдонини ташкил этиш. Электрон портфолио тушунчаси, таркиби, мазмуни ва имкониятлари. Ахборот технологиялари воситасида педагогнинг электрон портфолиосини шакллантириш. Электрон ахборот-таълим муҳитида педагогик жараёни лойиҳалаштириш.

Педагогик фаолиятда амалий дастурий воситалардан фойдаланиш, амалий дастурий воситалар ёрдамида электрон дарсликлар, тренажерлар, виртуал лаборатория машғулотларини яратиш усуллари. Офис дастурларида электрон ўқув-методик материалларини яратиш усуллари (Microsoft Word, Excel, Power Point ва б.). Web 2.0/3.0 технологиялари ва уларнинг ёрдамида электрон дидактик материалларни яратиш ва ўқув-тарбия жараёнида қўллаш.

Педагогик фаолиятда амалий дастурий воситалар ҳимоясини таъминлаш. Аутентификациялаш ёрдамида ҳимоялаш. Ҳимоялаш воситалари.

IV. Амалий хорижий тил

4.1. Амалий хорижий тилни ўрганишнинг интенсив усуллари.

Хорижий тилни ўқитиш ва ўрганишдаги ислохотлар. Тил бўйича Европа стандарти ва унинг талқини. Тил алоқа (коммуникация) воситаси сифатида ва тилга оид билим ва кўникмаларни шакллантириш сабаблари. Тилни ўрганишда муваффақиятга эришиш шарт-шароитлари: касбий интерактив мулоқот муҳити, мулоқот клубларини ташкил этиш, ўзининг тил кўникмалари даражасини баҳолаш ва бошқ. Инглиз тилини ўрганишда грамматиканинг аҳамияти (грамматика ва лексика-B1-B2 оралиғида). Тил ўрганишда ўқитувчи ва ўрганувчиларни роли. Тил ўрганиш учун зарур ўқув-аудио, методик ва онлайн ресурслар Тили ўрганилаётган мамлакат маданиятини билишнинг аҳамияти. Маданиятлараро мулоқот компетенцияси (ўзбек ва хорижий тилда сўзлашувчи халқлар маданияти, урф-одатлари, анъаналари ҳақида чет тилида гапира олиш).

Мулоқот мавзулари: кундалик ҳаётга оид (шахсий маълумот, оила ҳақида маълумот, бўш вақтни ўтказиш ва ҳоказо) ижтимоий ҳаётга доир, таълимга ва касбга йўналтирилган мавзулар.

Мутахассисликка оид матнларни ўқиш, уларни тушуна олиш, оғзаки баён эта олиш, ўз фани бўйича ўқув жараёнини ташкил этишда соҳага оид хорижий тилдаги атамалардан фойдаланиш.

V. Тизимли таҳлил ва қарор қабул қилиш асослари

5.1. Тизимли таҳлил асослари.

Тизимли таҳлил ҳақидаги асосий тушунча ва тамойиллар. Тизимнинг хусусияти ва тузилмаси. Тизимли таҳлил методлари ва методологияси. Тизимли таҳлилнинг йўналишлари. Тизимли таҳлилнинг шаклланиш ва ривожланиш босқичлари. Тизимли услуб ва тизимли ёндашув. Аналитик тадқиқотлар асосида тизимли таҳлилни ташкил этиш. Аналитик методлар ёрдамида қарорлар қабул қилиш. Тизимли таҳлилда миқдорий ва сифат

ёндашуви. Педагогик вазиятларда қарор қабул қилиш усуллари. Талабалар индивидуал-психологик ҳамда креатив ривожланиш даражаларининг тизимли таҳлили. Касбий фаолиятда тизимли таҳлил.

5.2. Олий таълим жараёнини бошқаришда қарор қабул қилиш технологиялари.

Комплекс қарорлар чиқаришда тизимли таҳлил хусусиятлари. Қарорлар қабул қилишнинг асосий қоидалари ва таснифи: тактик ва стратегик қарор қабул қилиш. Қарор қабул қилиш даражалари. Қарор қабул қилиш босқичлари. Қарор қабул қилиш психологик жараён сифатида. Ўқув жараёнини бошқаришда қарор қабул қилиш технологиялари. Турли омиллар асосида қарор қабул қилишнинг методологик жиҳатлари. Қарор қабул қилишда моделлаштириш усуллари. Олий таълим жараёнини бошқаришда қарорлар қабул қилиш тажрибаси. Тизимли таҳлил ва қарор қабул қилишнинг ахборот таъминоти.

VI. Махсус фанлар

6.1. Жисмоний тарбия назарияси ва услубиёти.

Жисмоний тарбия назарияси ва услубиёти ўқув фани сифатида. Жисмоний тарбия назарияси ва услубиёти инновациялар. Жисмоний тарбияда педагогик технологиялар. Жисмоний тарбияда қўлланиладиган методлар. Жисмоний тарбияда педагогик технологияларни қўллаш услуб ва воситалари. Инновацион технологиялар ёрдамида таълим самарадорлигини ошириш йўллари. Жисмоний тарбия фани бўйича лойиҳалаштириш. Кўникма ва малакаларни шакллантириш таълим жараёни сифатида. Таълим услублари. Жисмоний тарбия воситалари. Жисмоний тарбиянинг методик ва махсус тамойиллари.

6.2. Болалар ва ўсмирлар спорти назарияси ва услубиёти.

Болалар ва ўсмирлар спорти назарияси ва услубиёти. Ўсмир спортчиларнинг кўп йиллик машғулоти асослари. Болалар ва ўсмирлар спортининг илмий-услубий асослари. Охириги 10-йиллик даврида ёш спортчиларнинг машғулот методикаси. Болаларни спортга тайёрлаш. Болалар спортида юкламалар масаласи. Максимал натижалар. Мусобақа даврлари. Табиатни соғломлаштириш кучлари. Жисмоний сифатлар воситалари. Болалар ва ўсмирлар спортида ёш чегаралари.

6.3. Махсус фанларни ўқитиш методикаси (енгил атлетика, гимнастика, спорт ўйинлари, сузиш).

Енгил атлетикани мамлакатимизда ривожланиш масалалари, долзарблиги, муаммолари ва уларнинг ечими (енгил атлетика спортини йил якунлари).

Енгил атлетика машғулотларида ўқитишнинг инновацион услубларидан фойдаланиш.

Енгил атлетика бўйича мусобақа қоидаларидаги янгиликлар, мусобақаларни ташкиллаштириш ва уни ўтказиш.

Олий таълим муассасаларида енгил атлетика бўйича факультатив машғулотлар.

Олий таълим муассасалари талабаларнинг енгил атлетика бўйича мустақил ишини ташкиллаштириш ва уни йўналишлари.

“Алпомиш” ва “Барчиной” махсус тестлари-талабалар баркамоллигининг манбаи.

Уч босқичли (Универсиада) спорт мусобақаларида мураббий ва жамоа вакили вазифасини бажариш малакасини ошириш.

Енгил атлетикачиларнинг жисмоний сифатларини ривожлантириш тамойиллари ва усулияти.

Гимнастика турларини тавсифи. Гимнастика машқлари техникасини ўргатиш босқичлари ва услубияти.

Дарс қисмларини ўқизиш методикаси ва воситалари. Олий таълим муассасаларида гимнастика дарсини ўтказиш методикаси. Гимнастикани кўпкураш турлари машқларини ўргатишнинг замонавий услублари. Гимнастика дарсларида амалий гимнастика воситаларини қўллашнинг самарали воситалари.

Спорт ўйинларининг жисмоний тарбия ва спорт тизимидаги ўрни. Спорт ўйинларининг умумий асослари. Ўйин техникаси, тактикаси ва стратегияси. Ҳужум ва ҳимоя техникаси. Ҳужум ва ҳимоя тактикаси. Ўйин усулларининг модель техникаси ва ўргатиш жараёнида унга асосланиш зарурлиги.

Спорт ўйинларига ўргатиш услублари, воситалари ва принциплари. Спорт ўйинларида спортчиларнинг функционал ҳолатларини ривожлантириш асослари. Тайёргарлик турлари: жисмоний, техник, тактик, психологик ва функционал тайёргарлиги. Йиллик тайёргарлик циклининг даврлари ва босқичлари. Толиқиш ва иш қобилятини тиклаш воситалари.

Олий таълим муассасаларида спорт ўйинлари бўйича машғулот ва мусобақалар ўтказиш, ҳакамлик қилиш.

Сув спорт турларининг ривожланиш босқичлари. Сузиш турларини тавсифи. Сузиш спорт турларини ўргатиш замонавий техникаси ва воситалари. Амалий сузишга ўргатишнинг замонавий услублари. Олий таълим муассасаларида сузиш машғулотини ўтказиш методикаси. Сузиш спорти иншоотлари, мусобақа ўтказиш қоидалари ҳамда расмийлаштириш тартиби.

VII. Педагогик амалиёт

Қайта тайёрлаш ва малака ошириш курсларида педагогик амалиёт очик маърузалар ва амалий машғулотлар ўтказиш, ўтилган дарсларнинг муҳокама қилиниши ва танқидий таҳлил этилишига асосланган ҳолда амалга оширилади.

Педагогик амалиёт қайта тайёрлаш ва малака ошириш йўналишлари ва мутахассисликларининг ўзига хослигидан келиб чиққан ҳолда олий таълим муассасаларининг тегишли профиль кафедраларида ташкил этилади.

Амалий машғулотларни ташкил этиш бўйича кўрсатма ва тавсиялар

Амалий машғулотларда тингловчилар ўқув модуллари доирасидаги ижодий топшириқлар, кейслар, ўқув лойиҳалари, технологик жараёнлар билан боғлиқ вазиятли масалалар асосида амалий ишларни бажарадилар.

Амалий машғулотлар замонавий таълим услублари ва инновацион технологияларга асосланган ҳолда ўтказилади. Бундан ташқари, мустақил ҳолда ўқув ва илмий адабиётлардан, электрон ресурслардан, тарқатма материаллардан фойдаланиш тавсия этилади.

Мустақил таълимни ташкил этишнинг шакли ва мазмуни

Мустақил таълим тегишли ўқув модули бўйича ишлаб чиқилган топшириқлар асосида ташкил этилади ва унинг натижасида тингловчилар битирув иши (лойиҳа иши) ни тайёрлайди.

Битирув иши (лойиҳа иши) доирасида ҳар бир тингловчи ўзи дарс бераётган фани бўйича электрон ўқув модулларининг тақдимотини тайёрлайди.

Электрон ўқув модулларининг тақдимоти қуйидаги таркибий қисмлардан иборат бўлади:

Силлабус;

Кейслар банки;

Мавзулар бўйича тақдимотлар;

Бошқа материаллар (фанни ўзлаштиришга ёрдам берувчи қўшимча материаллар: электрон таълим ресурслари, маъруза матни, глоссарий, тест, кроссворд ва бошқ.)

Электрон ўқув модулларини тайёрлашда қуйидагиларга алоҳида эътибор берилади:

- тавсия қилинган адабиётларни ўрганиш ва таҳлил этиш;

- соҳа тараққиётининг устивор йўналишлари ва вазифаларини ёритиш;

- мутахассислик фанларидаги инновациялардан ҳамда илғор хорижий тажрибалардан фойдаланиш.

Шунингдек, мустақил таълим жараёнида тингловчи касбий фаолияти натижаларини ва талабалар учун яратилган ўқув-методик ресурсларини “Электрон портфолио” тизимида киритиб бориши лозим.

Дастурнинг ахборот-методик таъминоти

Модулларни ўқитиш жараёнида ишлаб чиқилган ўқув-методик материаллар, тегишли соҳа бўйича илмий журналлар, Интернет ресурслари, мультимедиа маҳсулотлари ва бошқа электрон ва қоғоз вариантдаги манбаалардан фойдаланилади.

Адабиётлар

I. Ўзбекистон Республикаси Президентининг асарлари:

1. И.А.Каримов. Озод ва обод Ватан эркин ва фаровон ҳаёт пировард мақсадимиз, 8-жилд. – Т.: Ўзбекистон, 2000.
2. И.А.Каримов. Ватан равнақи учун ҳар биримиз маъсулмиз, 9-жилд. – Т.: Ўзбекистон, 2001.
3. И.А.Каримов. Юксак маънавият – енгилмас куч. Т.: «Маънавият». – Т.: 2008.-176 б.
4. И.А.Каримов. Ўзбекистон мустақилликка эришиш остонасида. Т.: «Ўзбекистон». –Т.: 2011.-440 б.

II. Норматив-ҳуқуқий ҳужжатлар

1. Ўзбекистон Республикаси Конституцияси. – Т.: Ўзбекистон, 2014.
2. Ўзбекистон Республикасининг “Жисмоний тарбия ва спорт тўғрисида”ги Қонуни.-Т.: 2000.
3. Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2011 йил 20 майдаги “Олий таълим муассасаларининг моддий-техника базасини мустаҳкамлаш ва юқори малакали мутахассислар тайёрлаш сифатини тубдан яхшилиш чора-тадбирлари тўғрисидаги” ПҚ-1533-сон Қарори.
4. Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2015 йил 12 июндаги “Олий таълим муассасаларининг раҳбар ва педагог кадрларини қайта тайёрлаш ва малакасини ошириш тизимини янада такомиллаштириш чора-тадбирлари тўғрисида” ги ПФ-4732-сон Фармони.
5. Ўзбекистон Республикаси Вазирлар Маҳкамасининг 2006 йил 16-февралдаги “Педагог кадрларни қайта тайёрлаш ва уларни малакасини ошириш тизимини янада такомиллаштириш тўғрисида”ги 25-сонли Қарори.
6. Ўзбекистон Республикаси Вазирлар Маҳкамасининг 2012 йил 26 сентябрдаги “Олий таълим муассасалари педагог кадрларини қайта тайёрлаш ва уларнинг малакасини ошириш тизимини янада такомиллаштириш чора-тадбирлари тўғрисида”ги 278-сонли Қарори.
7. Ўзбекистон Республикаси Вазирлар Маҳкамасининг 2014 йил 2 декабрдаги “Жисмоний тарбия ва спорт бўйича мутахассисларни илмий-методик таъминлаш, қайта тайёрлаш ва уларнинг малакасини оширишнинг замонавий тизимини яратиш тўғрисида”ги 327-сонли Қарори.
8. Ўзбекистон Республикаси Вазирлар Маҳкамасининг 2014 йил 18 декабрдаги “Жисмоний тарбия ва спорт мутахассисларини қайта тайёрлаш ва уларнинг малакасини ошириш тартиби тўғрисидаги низомни тасдиқлаш ҳақида”ги 347-сонли Қарори.

III. Махсус адабиётлар

1. Азизходжаева Н.Н. Педагогик технологиялар ва педагогик маҳорат. – Т.: Молия, 2003. – 192 б.
2. Арипов М. Интернет ва электрон почта асослари.- Т.; 2000. – 218 б.
3. Баркалов С.А. Системный анализ и принятие решений.– Воронеж: НПЦ ВГУ,2010. 662с.

4. DUET-Development of Uzbekistan English Teachers*- 2-том. CD ва DVD материаллари, Тошкент.: 2008.

5. Michael McCarthy “English Vocabulary in use”. Cambridge University Press, 1999, Presented by British Council.

6. Исмаилов А.А, Жалалов Ж.Ж, Саттаров Т.К, Ибрагимходжаев И.И. Инглиз тили амалий курсидан ўқув-услубий мажмуа. Basic User/Breakthrough Level A1/-Т.: 2011. – 182 б.

7. Ишмухамедов Р., Абдукодиров А., Пардаев А. Таълимда инновацион технологиялар (таълим муассасалари педагог-ўқитувчилари учун амалий тавсиялар). – Т.: “Истеъдод” жамғармаси, 2008. – 180 б.

8. Ишмухамедов Р., Абдукодиров А., Пардаев А. Тарибда инновацион технологиялар (таълим муассасалари педагог-ўқитувчилари учун амалий тавсиялар). – Т.: “Истеъдод” жамғармаси, 2009. – 160 б.

9. Норенков И.П., Зимин А.М. Информационные технологии в образовании. Учебное пособие.М.: Изд. МГТУ им. Н.Баумана.2002.-336с.

10. Симонович СВ., Евсеев Г.А., Мураховский В.И. WINDOWS: лаборатория мастера: Практическое руководство по эффективным приемам работы с компьютером - М.: АСТ-ПРЕСС: Информком-Пресс, 2000. - 656 с.

11. Спицнадель В.Н. Основы системного анализа. Учебное пособие.– Санкт-Петербург: Издательский дом «Бизнес-пресса»,2000.–17с.

12. Зеер Э.Ф., Шахматова Н. Личностью ориентированные технологии профессионального развития специалиста. – Екатеринбург, 1999. – 244 с.

13. Саттаров Э., Алимов Х. Бошқарув мулоқоти. – Т.: “Академия”, 2003. – 70 б.

14. Маҳмудов И.И. Бошқарув психологияси. – Т.: 2006. – 230 б.

15. Маҳмудов И.И. Бошқарув профессионализми: психологик таҳлил. – Т.: “Академия”, 2011. – 154 б.

16. Айрапетьянц Л.Р., Пулатов А.А., Исроилов Ш.Х. Волейбол. Олий ўқув юртлари умумий курс талабалари учун ўқув қўлланма. Т.: 2009. – 77 б.

17. Айрапетьянц Л.Р. Волейбол. Учебник для высших учебных заведений. Т.: Zar qalam. 2006. – 240 с.

18. Жилкин А.И., Кузьмин В.С., Сидорчук Е.В. Легкая атлетика. -М.: 2005.

19. Каримов М.К. Хореография машқлари ва бадиий гимнастика. Ўқув қўлланма. -Т.: ЎзДЖТИ, 2003.-

20. Каримов М.К. Ўзбекистонда гимнастикани ривожланиш тарихи. Услубий қўлланма. Т.: ЎзДЖТИ, 2002. - 68 б.

21. Корбут.В.М. Сузиш. Дарслик.-Т.: Lider Press, 2012. – 264 б.

22. Корбут В.М. Сузиш (спорт-педагогик такомиллашуви).-Т.: Lider Press, 2012. - 142 б.

23. Садыков А.Г Методика нормирования величины тренировочных нагрузок юных пловцов. Фан – спортга Т.: 2007, № 1. С. 7-11.

24. Садыков. А Методика планирования однонаправленных нагрузок в процессе подготовки юных пловцов 13-15 лет. Педагогик таълим – Т.: 2007. № 3. –91-93 б.

25. Садыков А.Г. Планирование тренировочных нагрузок избирательной направленности в спортивном плавании. Методические рекомендации. Т.: УзГИФК, 2008. - 37 б.
26. Саломов Р.С. Жисмоний маданият назариясига кириш. Талабалар, магистрлар ва мутахассислар учун ўқув қўлланма. -Т.: ЎзДЖТИ, 2002. -77 б.
27. Саломов.Р.С. Спорт машғулоти назарий асослари. Ўқув қўлланма. Т.: ЎзДЖТИ, 2005.- 238 б.
28. Саломов. Р.С., Керимов Ф.А. Жисмоний тарбияда педагогик технологиялар. Ўқув қўлланма -Т.: ЎзДЖТИ, 2009.-126 б.
29. Саломов. Р.С. Жисмоний тарбия назарияси ва услубиёти. –Т.: 2013.- 183 б.
30. Саламов Р.С. Жисмоний тарбия назарияси ва услубияти. -Т.: 2014.-296 б.
31. Саламов Р.С., Арипов Ю.Ю. Мактаб ёшидаги болалар жисмоний тарбияси услубияти асослари. -Т.: Молия, 2011.- 160 б.
32. Теория и методика физической культуры. Учебник (под ред. Круцевич Т.Ю в 2-х томах.)-К.: 2003. – 464 б.
33. Умаров М.Н. Гимнастика. – Т.: VNESHINVESTPROM, 2015.- 400 б.
34. Усмонходжаев Т.С. ва бошқалар. Болалар ва ўсмирлар спорти машғулоти назарияси ва услубиятлари.-Т: Илм-зиё, 2006.- 192 б.
35. Усмонходжаев Т.С, Абдуллаев Ш.А, Салимов А.А, Абдулҳакимова Э.Н. Болалар ва ўсмирлар спорти асослари. -Т.: Zamon poligraf, 2014. - 193 б.
36. Шакиржанова К.Т., Олий таълим муассасарида энгил атлетика бўйича факультатив машғулоти. Ўқув қўлланма.-Т.:ЎзДЖТИ, 2009.-205 б.
37. Шакиржанова К.Т., Энгил атлетика (мусобақа қоидалари) –Т.: Лидер Пресс, 2007.-348 б.
38. Шакиржанова К.Т. Энгил атлетика аҳолини соғломлаштириш воситаси сифатида – Т.: 2011.- 35 б.
39. Шакиржанова К.Т. Энгил атлетика бўйича мусобақаларда котибият ишини ташкил этиш – Т.: ЎзДЖТИ, 2010.- 72 б.
40. Шакиржанова К.Т. энгил атлетикачиларнинг жисмоний сифатларини ривожлантиришнинг восита ва методлари. – Т.: ЎзДЖТИ, 2014.-100 б.
41. Эштаев А.К, Д. Карабаева, Н.Хасанова. Бадий гимнастикада буюмларсиз бажариладиган машқларни ўргатиш услуби.-Т.: 2013.-254 б.
42. Эшназаров Ж. Жисмоний маданият тарихи ва бошқариш. – Т.: Фан ва технология, 2008.-386 б.
43. Юлдошев К.К. Гимнастика дарсларида ҳаётий зарур малакаларни шакллантириш. -Т.: ЎзДЖТИ, 1995.- 105 б.
44. Қудратов Р. Энгил атлетика. – Т.: NOSHIR, 2012.-367 б.
45. Қудратов Р. Энгил атлетика. – Т.: NOSHIR, 2014.-366 б.

IV. Электрон таълим ресурслари

1. [www. Ziyonet. uz](http://www.Ziyonet.uz)
2. www. edu. uz
3. Infocom.uz электрон журнали: www.infocom.uz
4. <http://learnenglishkids.britishcouncil.org/en/>

5. <http://learnenglishteens.britishcouncil.org/>
6. <http://learnenglish.britishcouncil.org/en/>
7. www.mcs.uz
8. www.swimming.ru.
9. www.fiba.org
10. www.sports.uz
11. www.uz

