

**ЎЗБЕКИСТОН РЕСПУБЛИКАСИ  
ОЛИЙ ВА ЎРТА МАХСУС ТАЪЛИМ ВАЗИРЛИГИ**



Ўзбекистон Республикаси Олий ва  
ўрта махсус таълим вазирлигининг

2012 йил “26” декабрдаги

“507” - сонли буйруғи билан  
тасдиқланган.

**ЖИСМОНИЙ ТАРБИЯ**

олий таълим муассасалари таълим йўналиши ва мутахассислиги умумкасбий  
ва махсус фанлари педагоглари учун малака ошириш йўналишининг  
ўқув дастури

Тошкент – 2012

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 хузуридаги педагог  
кадрларини қайта тайёрлаш ва уларнинг малакасини ошириш тармоқ маркази

Малака ошириш ўқув дастури Олий ва ўрта махсус, касб-хунар таълими йўналишлари  
бўйича ўқув-услубий бирлашмалар фаолиятини Мувофиқлаштирувчи кенгашининг 2012  
йил 25 декабрдаги 4 -сонли баёни билан маъқулланган.

Тузувчилар: ЎзДЖТИ ЖТН ва У кафедраси, п.ф.д., проф. Р.С.Саламов,  
ЎзДЖТИ Спорт педагогикаси ва психологияси, проф.  
З.Г.Гаппаров,  
ЎзДЖТИ Спорт тиббиёти ва ДЖТ кафедраси, проф.  
Н.Г.Гулямов,  
ЎзДЖТИ ПКҚТУМО ТМ бўлим бошлиғи, ф.ф.н.  
М.Акбарова,  
ЎзДЖТИ ЖТН ва У кафедраси, п.ф.н. Д.Н.Рахматова,  
ЎзДЖТИ ЖТН ва У кафедраси, п.ф.н., доцент Ю.Ю.Арипов

Такризчилар: ЎзДЖТИ ЖТН ва У кафедраси, п.ф.д., проф. Ф.А.Керимов,  
ТАТУ Жисмоний тарбия ва спорт кафедраси мудири,  
п.ф.д., проф. И.А.Кошбахтиев

Ўқув дастурлари Ўзбекистон давлат жисмоний тарбия институти Илмий  
кенгашида тавсия қилинган (2012 йил 29 ноябрдаги 4 - сонли баённома).

## Кириш

Дастур олий таълим муассасалари педагог кадрларининг касбий тайёргарлиги даражасини ривожлантириш, уларнинг илғор педагогик тажрибаларни ўрганишлари ҳамда замонавий таълим технологияларидан фойдаланиш бўйича малака ва кўникмаларини такомиллаштиришни мақсад қилади.

Дастур мазмунида олий таълимнинг долзарб масалаларини ўрганиш, глобал Интернет тармоғидан фойдаланган ҳолда ўқув жараёнига замонавий педагогик ва ахборот технологияларини жорий этиш, педагогнинг шахсий ва касбий ахборот майдонини лойиҳалаш, педагогик маҳоратни ошириш, Ўзбекистоннинг энг янги тарихини билиш, фан, таълим, ишлаб чиқариш интеграциясини таъминлаш, тегишли мутахассисликлар бўйича илм-фанни ривожлантиришнинг устивор йўналишларини, илмий-тадқиқотлар ўтказишнинг самарали методларидан фойдаланишга ўргатиш асосий вазифалар этиб белгиланган.

Шу билан бирга олий таълим муассасалари профессор-ўқитувчиларнинг мунтазам касбий ўсишида интерактив методлар, педагогларнинг тахлилий ва ижодий фикрлашини ривожлантиришга йўналтирилган инновацион методикалар, масофадан ўқитишни, мустақил таълим олишни кенгайтиришни назарда тутувчи техника ва технологиялардан фойдаланган ҳолда машғулотлар олиб бориш малака ва кўникмаларни ривожлантириш назарда тутилади.

Дастур доирасида берилаётган мавзулар тингловчилар педагог кадрларга қўйиладиган давлат талабларини, замонавий инновацион таълим технологиялари ва уларнинг турларини билишлари, талаба шахси ва унинг хусусиятини ҳисобга олган ҳолда таълимда индивидуаллик ва дифференциал ёндашувга эришувлари ва таълим жараёнларида муаммоли таълим, ҳамкорлик технологияси ва интерфаол усулларини амалда қўллай олишлари, ахборот технологияларидан таълим-тарбия жараёнида самарали фойдалана олиш кўникмаларига эга бўлишларини таъминлашга қаратилган.

### **Умумий тайёргарлик модули:**

- Ўзбекистон Республикаси Президентининг асарларида жамият ривожини ва таълим-тарбия масалалари;
- Таълим-тарбия жараёнларини ташкил этиш ва бошқаришнинг меъёрий-ҳуқуқий асослари;
- Таълим сифати менежменти.

### **Умумкасбий тайёргарлик модули:**

- Олий таълим педагогикаси ва психологияси;
- Электрон педагогика асослари;
- Таълим технологиялари ва педагогик маҳорат;
- Амалий хорижий тил.

### **Умуммутахассислик бўйича тайёргарлик модули:**

- Жисмоний тарбия назарияси ва услубиётида инновациялар;
- Спорт тиббиётининг долзарб муаммолари;
- Спорт психологиясида замонавий усулларнинг тарбиялашдаги аҳамияти;
- Хорижий таълим тажрибаси;

### **Мутахассислик бўйича тайёргарлик модули:**

- Жисмоний тарбия назарияси ва услубиёти фанининг дидактик таъминоти;
- Жисмоний тарбия назарияси ва услубиёти фанининг ўқитишдаги инновациялар.

### **Танлов фанлари модули.**

## **Курснинг мақсади ва вазифалари**

Олий таълим муассасалари “Жисмоний тарбия” таълим йўналишлари ва мутахассисликлари умумкасбий ва махсус фанлардан дарс берувчи педагоглар малакасини ошириш курсининг мақсади – педагогик фаолиятга назарий ва касбий тайёргарликни таъминлаш ва янгилаш, касбий компетентликни ривожлантириш асосида таълим-тарбия жараёнларини самарали ташкил этиш ва бошқариш бўйича билим, кўникма ва малакаларни такомиллаштиришга қаратилган.

Олий таълим муассасалари “Жисмоний тарбия” таълим йўналишлари ва мутахассисликлари умумкасбий ва махсус фанлардан дарс берувчи педагоглар малакасини ошириш курсининг вазифаси – педагогик кадрлар тайёргарлигига қўйиладиган талаблар, таълим ва тарбия ҳақидаги ҳужжатлар, спорт психологиясида замонавий усулларнинг тарбиялашдаги аҳамияти, амалий хорижий тил, хорижий таълим тажрибаси, педагогнинг шахсий ва касбий ахборот майдонини лойиҳалаш, педагог кадрларнинг малакасини ошириш сифатини баҳолаш ишлари мазмунини ўрганишга йўналтиришдан иборат.

## **Курс якунида тингловчиларнинг билим, кўникма ва малакаларга қўйиладиган талаблар**

### **Тингловчи:**

- Ўзбекистон Республикаси Конституцияси, таълим соҳасида давлат сиёсати ва бошқа қонунчилик ҳамда ҳуқуқий-меъёрий ҳужжатларни;
- “Таълим тўғрисида”ги қонун, Кадрлар тайёрлаш миллий дастури ва бошқа қонун ҳужжатларининг қабул қилиниши, моҳияти ва аҳамиятини;
- мамлакатимизда демократик ислохотларни янада чуқурлаштириш ва фуқаролик жамиятини ривожлантириш концепциясини;
- таълим тизимини ривожлантиришнинг устувор йўналишларини;

- таълим тизимида мулоқот ва коммуникатив жараёнларнинг шакл ва қонуниятларини;
- педагогик жараёнлар қонуниятлари ва шахсни ўқитиш, тарбиялаш, ривожлантиришнинг замонавий назарияси ва технологияларини;
- таълим соҳасидаги инновацияларни;
- жамиятни ва таълимни ахборотлаштириш технологияларини;
- педагогика ва психологиянинг сўнгги ютуқларини;
- жисмоний тарбия назарияси ва услубиёти фанини ўқитишдаги илғор хорижий тажрибаларни;
- жисмоний тарбия назарияси ва услубиёти фанининг ўқитишдаги инновациялар;
- замонавий таълим методларини;
- электрон педагогика асосларини;
- педагогик маҳорат асосларини билиши керак.

#### **Тингловчи:**

- таълим-тарбия жараёнлари мақсадига эришишда муассасанинг фаолиятини таъминлаш;
- Жисмоний тарбия назарияси ва услубиётини ривожлантиришга қаратилган инновацияларни ишлаб чиқиш ва жорий этиш;
- қабул қилинган қарорларнинг натижасини баҳолаш ва башоратлаш;
- таълим сифатини назорат қила олиш;
- ўқув-методик ҳужжатларни ярата олиш;
- таълим жараёнида ахборот-коммуникация технологияларидан фойдаланиш;
- педагогик фаолиятга инновацияларни татбиқ этишнинг самарали шаклларини;
- замонавий педагогик технологияларни таълим жараёнига татбиқ этишни;
- спорт тиббиётининг долзарб муаммоларини қўллаш;
- спорт психологиясида замонавий усулларнинг қўллашдаги ахамияти;
- хорижий таълим тажрибасидан жисмоний тарбия ва спортда фойдалана олиш;
- электрон ўқув материалларини яратиш технологияларини билиши ҳамда улардан таълим жараёнида фойдаланиш;
- таълим жараёнини ташкил этиш ва бошқариш кўникмаларига эга бўлиши лозим.

#### **Тингловчи:**

- педагогик мониторинг олиб бориш;
- психологик-педагогик диагностиканинг замонавий методларидан фойдаланиш;
- жисмоний тарбия назарияси ва услубиёти фанининг дидактик таъминотини яратиш;

- жисмоний тарбия назарияси ва услубиёти фанини ўқитишдаги инновациялар;
- коммуникатив вазифаларни хал этиш технологиялари, касбий мулоқот усулларидан фойдаланиш, ҳамкорлик ишларини олиб бориш малакаларига эга бўлиши зарур.

## **Курсни ўқитишда замонавий ахборот ва педагогик технологиялар**

Модуллари ўқитишда дарслик, ўқув қўлланмалар, маъруза матнларининг электрон версияларидан, электрон плакатлар ва бошқа электрон ресурслардан фойдаланилади. Машғулотлар семинар-тренинг шаклида олиб борилади ва кичик гуруҳларда ишлаш каби интерфаол методлардан фойдаланган ҳолда амалга оширилади.

Малака ошириш жараёни 144 соатни ташкил этади. Ўқув юкларига ҳафтасига 36 соат этиб белгиланган. Ўқув курсини тугаллаган тингловчиларга Ўзбекистон Республикаси Вазирлар Маҳкамасининг 2006 йил 16 февралдаги 25-сон қарори билан тасдиқланган давлат намунасидаги малака оширганлиги ҳақидаги сертификат берилади.

### **«Жисмоний тарбия» малака ошириш курсининг ўқув модуллари ва уларнинг таркиби мазмуни**

#### **I. Умумий тайёргарлик модули**

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

И.Каримов асарларида жамият тараққиёти тўғрисида янги назарий концептуал ёндашувнинг илмий асослари. Ўзбекистон ижтимоий ҳаётини сиёсий институтлар, мафкуралар ва фикрлар хилма-хиллигига асосланиши. Жамият ривожланиш босқичлари. Мустақиллик ва ўтиш даврининг зарурияти. Тараққиётнинг “Ўзбек модели”нинг ишлаб чиқиши, асосий принциплари. Жамият тараққиётини демократлаштириш ва модернизация қилиш. Эришилган ютуқлар ва унинг истиқболлари.

Демократик жамият қуришда ҳуқуқий давлат ва фуқаролик жамияти унинг муҳим шартини эканлиги. Мамлакатда демократик ислохотларни чуқурлаштириш ва фуқаролик жамиятини ривожлантириш концепциясининг ишлаб чиқиши, унинг асосий йўналишлари. Фуқаролик жамиятини ривожлантиришга қаратилган янги қонунлар ва ўзгаришларнинг аҳамияти.

Глобаллашув ва таълим-тарбия тизимидаги замонавий талаблар. Ахборот коммуникация тизими, замонавий педагогик технологиядан фойдаланиш ва унинг афзалликлари. Таълим-тарбиянинг миллий-маънавий негизлари, умумдемократик принципларга асосланиш, миллий ғоя негизларидан таълим-тарбияда фойдаланиш.

## **1.2. Таълим-тарбия жараёнларини ташкил этиш ва бошқаришнинг меъёрий-ҳуқуқий асослари.**

Ўзбекистон Республикасининг Конституцияси, Ўзбекистон Республикасининг “Таълим тўғрисида”ги Қонуни, “Кадрлар тайёрлаш Миллий дастури”, Ўзбекистон Республикаси Президентининг фармонлари ва фармойишлари, Вазирлар Маҳкамасининг Қарорлари.

Давлат таълим стандартлари, классификатор, ўқув режалар, фан дастурлари, Олий таълим вазирлигининг низомлари, буйруқлари, йўриқномалар ва бошқа меъёрий ҳужжатларнинг мазмуни ва моҳияти.

Ўзбекистон Республикаси Вазирлар Маҳкамасининг ваколатлари, Олий ва ўрта махсус таълим вазирлигининг ваколатлари, маҳаллий давлат органларининг ваколатлари, Олий таълим муассасаларининг ваколатлари.

## **1.3. Таълим сифати менежменти.**

Умумий сифат менежменти тушунчаси, унсурлари, асосий ғояси ва тамойиллари. Таълим сифати тушунчаси, тавсифлари, бошқариш функциялари ва бошқичлари. Таълим сифатини юксалтириш воситалари.

Олий таълим тизимининг сифатига таъсир этувчи омиллар. Ўқув жараёни сифати. Профессор-ўқитувчиларнинг педагогик маҳорати ва илмий салоҳияти. Олий таълим муассасасининг моддий-техник таъминоти сифати. Олий таълим муассасасининг сифат сиёсати. Таълим маркетинги хизматлари сифати. Битирувчиларнинг сифати.

Олий таълим сифатини баҳолашнинг асосий йўналишлари. ОТМларнинг рейтинги. Ўқитувчи илмий фаолиятининг сифатини баҳолаш мезонлари. Ўқитувчининг маънавий-ахлоқий фаолиятини баҳолаш мезонлари. Мутахассислик фанлари бўйича ўқитувчининг услубий рейтинг баҳосини аниқлаш тартиби. Таълим жараёнини баҳолаш усуллари ва технологияси. АРМ ва кутубхона хизматини баҳолаш. Талабанинг «лавозим имконияти»ни баҳолаш услубиёти. Битирувчи талабаларнинг лавозим имконияти бўйича сифат тоифалари ва белгилари. Факультет ва кафедралар даражасида сифат менежменти.

## **II. Умумкасбий тайёргарлик модули**

### **2.1. Олий таълим педагогикаси ва психологияси.**

Олий таълим педагогикаси ва психологияси фанининг долзарб муаммолари. Таълим жараёни ягона тизим сифатида. Таълим парадигмалари. Педагогик тадқиқот методлари. Олий таълимни модернизациялаш ва оптималлаштириш. Таълим жараёнининг психологик ўзига хослиги. Ўқув мотивацияси ва таълим самарадорлиги. Шахс психологияси ва шахсга йўналтирилган таълим. Педагогик коммуникацияда психологик компетентлик.

## **2.2. Электрон педагогика асослари.**

Ахборот – коммуникация технологиялари ҳақида тушунча, ахборот – коммуникация технологиялари воситалари. Янги ахборот технологиялари, ахборот тизимини бошқариш, ахборот тизимининг функционал ташкил этувчилари. Маълумотларни марказлашган ҳолда қайта ишлаш. Маълумотларни узатиш тизимлари ва уларнинг характеристикаси. Замонавий коммуникацион технологиялар. Таълим жараёнида ахборот-коммуникация технологиялар, интерактив технологиялардан фойдаланиш.

Ўқув мақсадли электрон воситаларни яратиш ва уларнинг сифатини баҳолаш, ўқув-тарбия жараёнининг ахборот-методик таъминотини ва ўқув муассасаси ташкилий бошқарув тизимини автоматлаштириш ва унинг истиқболлари, электрон ўқув материаллар базасининг тузилмаси ва таркиби, таълимий ИНТЕРНЕТ ресурслари ва улардан ўқув жараёнида фойдаланиш.

Педагогик дастурий воситаларнинг умумий таърифи. Электрон ўқув материаллари ва уларнинг турлари. Замонавий дастурлаш тиллари асосида электрон ўқув материалларини яратиш.

Аудиовизуал ахборот: табиати, манбалари, ўзгартирувчилар, ташувчилари. Ўқитишнинг аудиовизуал технологиялари: теле ва видеоконференциялар ва уларни ташкил этиш, аудио, видео ва компьютерли ўқув қўлланмалари, аудио, видео ва компьютерли материалларнинг банки, аудио, видео ва компьютерли ўқув қўлланмаларини яратишнинг дидактик принциплари. Ўқитишнинг интерфаол технологиялари.

## **2.3. Таълим технологиялари ва педагогик маҳорат.**

Таълим технологиялари ва педагогик маҳоратнинг назарий асослари. Таълим технологияси ва шахсга йўналтирилган таълим турлари. Замонавий таълим (модулли, муаммоли, интерфаол, ҳамкорликда ишлаш, индивидуал, информатсион) технологиялари. Олий таълим муассасаларида аудитория ва аудиториядан ташқари таълимни ташкил этиш. Педагогик мулоқот маданияти ва психологияси. Педагогнинг коммуникатив ва креатив қобилиятлари. Касбий компетентлик. Педагогик назокат ва одоб-ахлоқ. Педагогик техника. Нутқ техникаси ва маданияти. Педагогик низолар. Педагогик жараённи технологик лойиҳалаштириш.

## **2.4. Амалий хорижий тил**

Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2012 йил 10 декабрдаги “Чет тилларни ўрганиш тизимини янада такомиллаштириш чора-тадбирлари тўғрисидаги” қарорининг моҳияти ва тарихий аҳамияти. Чет тилларда эркин сўзлаша оладиган мутахассисларни тайёрлаш тизимини тубдан такомиллаштириш. Жаҳон цивилизацияси ютуқлари ва дунё ахборот ресурсларидан фойдаланиш. Халқаро ҳамкорлик ва мулоқотларни



ривожлантириш. Таълим тизимининг барча босқичларида чет тилларни узлуксиз ўрганишни ташкил қилиш. Чет тилини эгаллаш даражаларининг Европа системаси (CEFR) ва унинг асосий даражалари. Сўз бирикмалари атрофида мулоқот. Сўзлашув ва эшитиш қобилияти. Ишда, ўқишда, бўш вақтларда бўладиган суҳбат малакасини шакллантириш. Эркин касбий мулоқот. Чет тилида илмий мунозара. Туризмга оид мулоқот. Йирик, мураккаб матнлар ва уларни тушуна олиш кўникмаси. Фикрни равоқот ифодалаш. Чет тилида бўлган интернет матнларининг асосий ғоясини тушуниш. Таржима хусусиятлари. Оғзаки ва ёзма таржима.

### **III. Умуммутахассислик бўйича тайёргарлик модули**

#### **3.1. Жисмоний тарбия назарияси ва услубиётида инновациялар.**

Республикамизни ижтимоий-иқтисодий ривожлантиришнинг устувор йўналишлари ва таълим-тарбия соҳасида амалга оширилаётган ислоҳотлар. Олий таълим муассасаси ўқитувчиси шахсига қўйилаётган замонавий талаблар. Инновацион фаолият тузилмаси. Педагогик жараёнда инновация. Жисмоний тарбия назарияси ва услубиётига инновацияларни тадбиқ этишнинг самарали шакллари. Ўқитувчининг инновацион фаолияти хусусиятлари.

#### **3.2. Спорт тиббиётининг долзарб муаммолари.**

Жисмоний тарбия ва спортга нисбатан қўйилаётган жисмоний кучланишларнинг йил сайин ортиб бориши туфайли спорт тиббиёти фани олдида ечимини топиши зарур бўлган янги муаммолар келиб чиқмоқда. Бу ўз навбатида спорт тиббиёти томонидан янги долзарб муаммоларни шакллантиришни ва улар ечими йўллари аниқлашни талаб қилади. Шу борада олий таълим муассасалари тингловчиларига ҳам бу муаммоларнинг моҳияти ва ечими тўғрисида замонавий билимлар беришни ҳам тақозо қилади:

Тингловчиларга юқори даражали жисмоний юкланишлар (стресс омили) таъсирига жавобан спортчилар организмида амалга ошириладиган мослашув (адаптация) жараёнларининг моҳиятини замонавий илмий далиллар асосида етказиш; тингловчиларга юқори даражали жисмоний юкланишларнинг спортчилар организмига ижобий ва салбий таъсир этиши ҳолатларининг моҳиятини, патология олди ва патологик жараёнларнинг келиб чиқиши сабаблари ва моҳиятини замонавий билимлар асосида етказиш; спортчилар организмини кайта тиклашнинг замонавий услублари тўғрисида тўлиқ тушунча бериш ва уларни амалга оширишни ўргатиш.

### **3.3. Спорт психологиясининг замонавий усулларининг тарбиялашдаги ахамияти.**

Спорт психологиясининг қонуниятлари ва принциплари. Психодиагностика усули ва уни танлаб олиш манбалари ва мезонлари. “Спорт психологиясининг замонавий усулларини тарбиялашдаги ахамияти” хусусий принципларини мохияти. “Спорт психологиясининг замонавий усулларини тарбиялашдаги ахамияти” ва педагогик инновациялар. “Спорт психологиясининг замонавий усулларини тарбиялашдаги ахамияти” тадқиқ этиш зарурияти ва методлари.

Таълим муассасаларида психологик билимлардан фойдаланиш, таълим ва тарбиянинг шахслараро ижобий муносабатлари. Педагогик жамоалар фаолиятида талаба-ёшларга психологик хизмат кўрсатиш.

### **3.4. Хорижий таълим тажрибаси.**

Хорижий давлатлар таълим тизими тараққиётининг асосий йўналишлари. Марказий Осиё ва Шарқ мамлакатлари ҳамда Европа давлатлари ва АҚШда таълим тизими. Таълимнинг ривожланишига кўмаклашувчи халқаро ташкилотлар. Ўзбекистон Республикаси Кадрлар тайёрлаш миллий дастури ва дунёдаги ривожланган давлатлар таълим тизимининг қиёсий таҳлили.

## **IV. Мутахассислик бўйича тайёргарлик модули**

### **4.1. Жисмоний тарбия назарияси ва услубиёти фанининг дидактик таъминоти.**

Олий таълим тизими инфроструктураси. Олий таълим муассасалари таълим йўналишлари ва мутахассисликлари умумқасбий ва махсус фанлар учун яратилган дидактик таъминот. Жисмоний тарбия назарияси ва услубиёти фанининг дидактик таъминоти. Ўқитишнинг ташкилий шакллари. Дидактик тамойиллари. Инновацион ўқув машғулотларининг методик таъминоти. Ўқув машғулотларини инновацион дидактик материаллар асосида ташкил этиш ва ўтказиш методикаси.

### **4.2. Жисмоний тарбия назарияси ва услубиёти фанининг ўқитишдаги инновациялар.**

Жисмоний тарбиянинг мақсади, мазмуни, сифати, шакли, методи, воситалари, тамойиллари, шарт-шароитлари ҳамда жараёни тавсифлаш. Кадрлар тайёрлаш миллий модели. Олий таълим тизимида педагогик кадрларнинг тайёргарлик даражасига қўйиладиган талаблар. Олий малакали илмий ва илмий-педагогик кадрларни тайёрлаш.

Олий таълим муассасаси ўқитувчиси шахсига қўйилаётган замонавий талаблар. Инновацион фаолият тузилмаси. Жисмоний тарбия назарияси ва услубиёти фанини ўқитишдаги педагогик жараёнда инновация. Педагогик фаолиятга инновацияларни тадбиқ этишнинг самарали шакллари. Ўқитувчининг инновацион фаолияти хусусиятлари. Ўқитувчи фаолиятига аксиологик, акмеологик, креатив ва рефлексив ёндашувлар.

## **V. Танлов фанлари модули**

Таълим соҳалари йўналишлари бўйича тингловчиларнинг эҳтиёжидан келиб чиқиб олий таълим муассасаси ҳузуридаги тармоқ марказлари танлов фанлар модулининг таркибий қисми ва мазмунини белгилайди.

### **Амалий машғулотларни ташкил этиш бўйича кўрсатма ва тавсиялар**

Амалий машғулотлар олий таълим тизимида ўқув жараёни ва ўқув-услубий фаолиятни моделлаштириш ҳамда олий таълим педагогикаси ва психологияси, электрон педагогика асослари, таълим технологиялари ва педагогик маҳорат, амалий хорижий тил, жисмоний тарбия назарияси ва услубиётида инновациялар, спорт тиббиётининг долзарб муаммолари, спорт психологиясида замонавий усулларнинг тарбиялашдаги ахамияти, жисмоний тарбия назарияси ва услубиёти фанининг дидактик таъминоти, жисмоний тарбия назарияси ва услубиёти фанини ўқитишдаги инновациялар мавзулари доирасида олиб борилади.

Амалий машғулотлар замонавий дидактик таъминот ва лаборатория жиҳозларига эга бўлган аудиторияларда ҳамда Интернет тармоғига уланган компьютер синфларида ташкил этилади.

### **Мустақил ишни ташкил этишнинг шакли ва мазмуни**

Тингловчи мустақил ишни муайян модуллар хусусиятларини ҳисобга олган ҳолда қуйидаги шакллардан фойдаланиб бажаради:

- Реферат (модулга ажратилган соатлар ҳажмидан келиб чиқиб белгиланади).
- Такдимот (танланган мавзу асосида такдимот тайёрланади).
- Мутахассислик фани бўйича ўқув-дидактик материаллар тайёрлаш.
- Мутахассислик фани бўйича машғулотлар ишланмаларини лойиҳалаш.
- Даражали тестлар банкини яратиш.
- Кейслар банкини яратиш.
- Ижодий топшириқлар ишлаб чиқиш.

Мустақил иш мазмуни танланган мавзуга мос бўлиб уни бажаришда қуйидагиларга эътибор берилади:

Таркиби:

- титул варағи;

- кириш;
- асосий қисм;
- хулоса;
- фойдаланган адабиётлар рўйхати;
  - илова (интернет тармоғидан олинган маълумотлар, амалий материаллар нусхалари, дарс ишланмаси ва б.).

Мазмуни:

- тавсия қилинган адабиётларни мутоала қилиш;
- мутахассислик фанларида инновациялардан фойдаланиш;
- мультимедия дарсликларини яратиш мезонлари;
- талаба билан индивидуал ишлашда педагогик маҳорат;
- касбий педагогика муаммолари;
- интернетда мавзуга оид маълумотларни излаш ва мутоала қилиш;
- малака ошириш курси давомида мустақил дарс олиб бориш;
- дарснинг маърузаси, тарқатма материаллари, технологик харитасини тайёрлаш;
- касбий педагогиканинг услубий таъминоти муаммолари;
- педагогик фаолиятда анъанавийлик ва инновациялар;
- ўзбек педагогик услубиёти ва унинг модернизацияси.

Мустақил иш мазмуни ва шакли йўналиш таркибидаги модуллар хусусиятларини ҳисобга олган ҳолда кенгайтирилиши ва ўзгартирилиши мумкин.

### **Тавсия этилаётган мустақил ишларнинг мавзулари:**

1. Педагогика фанини ривожлантириш жараёнлари ва воситалари.
2. Инновацион педагогик фаолият назарий асослари.
3. Жисмоний тарбия назарияси ва услубиёти фанини ўқитишда қўлланиладиган таълим методлари ва воситалари.
4. Жисмоний тарбия ўқитувчисига қўйиладиган талаблар.
5. Замонавий педагогик технологиялар орқали мутахассислик фанларини ўқитишни лойиҳалаш.
6. Компьютер тармоқлари.
7. Эвристик топшириқлар методи.
8. Тадқиқотли топшириқлар методи.
9. Таълимни ташкил этиш турлари ва шакллари.
10. Дидактика – таълим назарияси сифатида.
11. Ахборот – коммуникация технологиялари воситалари ва уларни таълим жараёнида қўллаш имкониятлари.
12. Дарс-таълимни ташкил этишнинг асосий шакли сифатида.
13. Таълимни ташхис этиш.
15. Тарбия тамойиллари.
16. Электрон ўқув-методик материаллар мажмуаси, унинг тузилмаси ва таркиби.
17. Спорт психология фанининг предмети.

18.Кадрлар тайёрлаш миллий дастури ва жисмоний тарбия назарияси ва услубиёти фанининг вазифалари.

19.Шарқ мутафаккирларининг жисмоний тарбия соҳаси бўйича қарашлари.

20.Қадимги шарқ мамлакатларида жисмоний тарбия.

21.Қадимги Юнонистонда жисмоний тарбия.

22.Қадимги Римда жисмоний тарбия.

23.Абу Али ибн Сино жисмоний тарбия ҳақидаги қарашлари.

24.А.Фитрат ва А.Авлоний жисмоний тарбия ҳақидаги қарашлари.

25.Замонавий Олимпия ўйинларининг қайта тиклашда Пьерде Кубертеннинг тутган ўрни.

26.Талабалар ўртасида ўтказилаётган “Универсиада” спорт мусобақаларининг Республикамизда тутган ўрни.

27.Жисмоний тарбия ўқув машғулотларини дидактик тамойиллари.

28. Жисмоний тарбиянинг жамиятдаги асосий функциялари.

29.Жисмоний тарбиянинг умумий функциялари.

30.Жисмоний тарбиянинг махсус функциялари

31. Жисмоний тарбияни вужудга келишининг асосий омиллари.

32.Жисмоний тарбиянинг мақсад ва вазифалари.

33.Жисмоний тарбиянинг воситалари.

34.Спорт курашида саралаш услублари.

35.Спорт курашида тайёргарликнинг кўп йиллик босқичлари.

36.Спорт курашида мусобақа фаолиятини педагогик назорат ва таҳлил қилиш.

37.Енгил атлетика спорт турининг ривожланиш тарихи.

38.Енгил атлетика спорт тури бўйича мусобақа қоидалари ва енгил атлетиканинг моддий-техник таъминоти.

39.Қисқа масофаларга ва ўрта масофаларга югуриш техникасини ўргатиш услубиятлари.

40.Волейбол спорт турининг пайдо бўлиши ва ривожланиш тарихи.

41.Волейбол спорт тури бўйича мусобақа қоидаси ва ҳакамлик услубияти.

42.Волейбол спорт турини техникаси ва тактикаси ўргатиш услубияти.

43.Волейбол спорт тури бўйича мусобақаларни ташкил қилиш ва ўтказиш.

44.Баскетбол спорт турини пайдо бўлиши ва ривожланиш тарихи.

45.Баскетбол спорт турини мусобақа қоидаси ва ҳакамлик услубияти.

## Дастурнинг информацион-методик таъминоти

Модулларни ўқитиш жараёнида таълимнинг замонавий методлари, педагогик ва ахборот технологияларини қўлланилиши назарда тутилган:

- модулларнинг барча маърузалари бўйича замонавий компьютер технологиялари ёрдамида мультимедияли тақдимот тайёрлаш;
- амалий машғулотларда педагогик ва ахборот-коммуникация технологияларидан кенг фойдаланиш;
- тингловчиларнинг илғор тажрибаларини ўрганиш ва оммалаштириш назарда тутилган.

### Фойдаланилган адабиётлар:

1. Ўзбекистон Республикаси Конституцияси. – Т.: Ўзбекистон, 1998.
2. И.А.Каримов. Ўзбекистон миллий истиқлол, истеъдод, сиёсат, мафкура, 1-жилд. – Т.: Ўзбекистон, 1996.
3. И.А.Каримов. Биздан обод ва озод ватан қолсин, 2-жилд. – Т.: Ўзбекистон, 1996.
4. И.А.Каримов. Ватан саждагоҳ каби муқаддасдир, 3-жилд. – Т.: Ўзбекистон, 1996.
5. И.А.Каримов. Бунёдкорлик йўлида, 4-жилд. – Т.: Ўзбекистон, 1996.
6. И.А.Каримов. Янгича фикрлаш ва ишлаш–давр талаби, 5-жилд.– Т.: Ўзбекистон, 1997.
7. И.А.Каримов. Хавфсизлик ва барқарор тараққиёт йўлидан. 6-жилд. – Т.: Ўзбекистон, 1998.
8. И.А.Каримов. Биз келажакимизни ўз қўлимиз билан қураимиз, 7-жилд. – Т.: Ўзбекистон, 1999.
9. И.А.Каримов. Оллоҳ қалбимизда, юрагимизда. – Т.: Ўзбекистон, 1996.
10. И.А.Каримов. Озод ва обод Ватан эркин ва фаровон ҳаёт пировард мақсадимиз, 8-жилд. – Т.: Ўзбекистон, 2000.
11. И.А.Каримов. Ватан равнақи учун ҳар биримиз маъсулмиз, 9-жилд. – Т.: Ўзбекистон, 2001.
12. И.А.Каримов. Миллий истиқлол мафкура – халқ эътиқоди ва буюк келажакка ишончдир. – Т.: Ўзбекистон, 2000.
13. И.А.Каримов. Истиқлол ва маънавият. – Т.: Ўзбекистон, 1994.
14. И.А.Каримов. Тарихий хотирасиз келажакги йўқ. – Т.: Шарқ, 1998.
15. И.А.Каримов. Юксак маънавият – енгилмас куч. Т.: «Маънавият». –Т.: 2008.-176 б.
16. И.А.Каримов. Ўзбекистон мустақилликка эришиш остонасида. Т.: “Ўзбекистон”. –Т.: 2011.-440 б.
17. «Виждон эркинлиги ва диний ташкилотлар тўғрисида»ги Ўзбекистон Республикасининг қонуни, «Халқ сўзи», 1998 й., 15 май 2- бет.
18. Миллий истиқлол ғояси: асосий тушунча ва тамойиллар.- Т.:Ўзбекистон, 2000.

19. Ўзбекистон Республикасининг Қонуни: Жисмоний тарбия ва спорт тўғрисида: (Янги таҳрири) // Халқ сўзи газетаси. 2000 й.. 28 июнь 4 бет.

20. Ўзбекистон Республикаси Вазирлар Маҳкамасининг 2006 йил 16-февралдаги “Педагог кадрларни қайта тайёрлаш ва уларни малакасини ошириш тизимини янада такомиллаштириш тўғрисида”ги 25-сонли Қарори.

21. Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2011 йил 20 майдаги “Олий таълим муассасаларининг моддий-техника базасини мустаҳкамлаш ва юқори малакали мутахассислар тайёрлаш сифатини тубдан яхшилаш чора-тадбирлари тўғрисидаги” ПҚ-1533-сон қарори.

22. 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

23. Арипов М. Интернет ва электрон почта асослари.- Т.; 2000 й. 218 б.

24. Азизходжаева Н.Н. «Педагогик технология ва педагогик маҳорат» Чўлпон: 2005й. 213 б.

25. Абдуллаев А. Жисмоний тарбия воситалари. Ўқув кўлланма.-Т. 2004. - 511 б.

26. Абдуллаев А., Хонкельдиев. Жисмоний тарбия назарияси ва усулбияти. Олий ўқув юртлири учун дарслик. ЎзДЖТИ нашриёт-матбаа бўлими. 2005—228 б.

27. Айрапетьянц Л.Р., Годик М.А. Спортивные игры. Т.: Ибн Сино, 1991.– 160 с.

28. Андрикс Э.Р., Қудратов Р.Қ. Енгил атлетика. Ўқув кўлланма. Тошкент 1998 й.- 160 б

29. Бабич В.И. Культура здоровья как составная часть профессиональной подготовки будущих учителей образовательной отрасли «Физическая культура и здоровье» // Педагогика, психология и медико-биологические проблемы физического воспитания и спорта. – Харьков: ХДАДМ. – 2004. - №1. – С 134-139.

30. Б.Ғ.Қодиров. У.Бегимкулов, А.А.Абдуқодиров. «Ахборот технологиялари». Электрон дарслик. 2002 й. 213 б.

30. Бриль М.С. Отбор в спортивных играх. М.: Физкультура и спорт, 1980. -128 с.

31. Волков Л.В. Теория и методика детского и юношеского спорта. Киев. Олимпийская литература, 2002. -294 с.

32. Годик М.А. Контроль тренировочных и соревновательных нагрузок. М.: Физкультура и спорт, 1980. – 136 с.

33. Ганиева Ф.В., Исматуллаев Х.А. Мини-баскетбол ўйинининг расмий қоидалари. Т.: 2003. – 15 б.

34. Ганиева Ф.В. Баскетбол ўйинининг расмий қоидалари. Т.: 2007. -124 б.

35. Гаппаров З.Г. “ Спортивная психология” Учебник. “Мехридарё ” Тошкент 2010 йил. - 312 с
36. Гаппаров З.Г. “ Яккакурашчиларни психологик тайёрлаш” Эркин кураш мисолида “Мехридарё ” Тошкент 2010 йил
37. Родионов А.В. “ Практика психология спорта ” Тошкент “Lider- pres” 2008 йил
38. Гаппаров З.Г. “ Спорт психологияси” “Мехридарё ” Тошкент 2011 йил.
39. Гончарова О.В. Ёш спортчиларнинг жисмоний қобилиятларини ривожлантириш. Т. 2005.
40. Гимпель Н.Л. Условия продуктивного разрешения педагогического конфликта // Психология обучения. – 2002, №7. С. 12-16.
41. Давлетшин М.Г., Тўйчиева С.М. Умумий психология. - Т.: ТДПУ, 2002й. 218 б.
42. Ефименко А.И. ва бошқалар. Гимнастика дарсининг самарадорлигини ошириш усуллари. Т., ЎзДЖТИ, 1995 й, 100 б.
43. Жилкин А.И., Кузмин В.С., Сидурчук Е.В. Легкая атлетика. /Учебное пособие для студентов факультетов физической культуры высших педагогических ученых заведений/ – М.: - Академ, 2003 г.
44. Ишмухаммедов Р.Ж. «Инновацион технологиялар ёрдамида ўқитиш самарадорлигини ошириш йўллари» Тошкент: 2000й. 161 б.
45. Ишмухаммедов Р., Абдуқодиров А., Пардаев А. Таълимда инновацион технологиялар. Т. 2008.-14 б.
46. Каримова В.М. Психология. - Т.: Шарқ, 2000 й. 210 б.
47. Каримов М.К. Узбекистонда гимнастикани ривожланиш тарихи. Услубий кўлланма. ЎзДЖТИ нашриёт бўлими. 2002 й 68-б.
48. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. Учебник для институтов физ. культуры. – М.; Физкультура и спорта, 1991.-544 с.
49. Матвеев Л.П. Основы общей теории и системы подготовки спортсменов. К. Олимпийская литература. 1999 с.-390 с.
50. М.Х. Лутфуллаев., М.А. Файзиев. «Интернет асослари», СамДУ нашриёти. 2001 й. 198 б.
51. Махсудова М.А. Мулоқот психологияси. - Т., 2006 й. 183 б.
52. Мавлонова Р., Холикбердиев К., Тураева О. Педагогика.– Т.: Укитувчи, 2006 й. 298 б.
53. Маклаков А.Г. Общая психология. - СПб.: Питер, 2003 г. 316 с.
54. Педагогика назарияси ва тарихи // М.Х. Тўхтаўжаева тахрири остида. – Т.: Молия-иқтисод, 2008й. 208 б.
55. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в Олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения. – К.: Олимпийская литература. 2004. – 808 с.
56. Радугина А.А. Педагогика и психология. - Изд. центр Москва, 1999 г. 418 с.



- 57.Раҳмонқулова С.И. IBM PC шахсий компьютерида ишлаш.- Т., 1998 й 224 б.
- 58.Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. - СПб.: Питер, 2007 г. 318 с.
- 59.Рыбакова М.М. Конфликт и взаимодействие в педагогическом процессе. – М., 1991(1992). – 128 с.
- 60.Рыжков В.Н. Дидактика. – Москва, ЮНИТИ-ДАНА, 2004. – 318 с.
- 61.Спортивные игры на уроках физкультуры. //Учебное пособие. Под общ. ред. О.Листова. М.: Академия-Пресс, 2001. - 275 с.
- 62.Спортивные игры: Техника, тактика, методика обучения. //Учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений. Под. ред. Ю.Д.Железняк, Ю.М.Портнова. М.: Академия, 2004. -520 с.
63. Сайидахмедов Н.С. Янги педагогик технологиялар. – Т.: Молия, 2003. – 172 б.
- 64.Саламов Р.С. Жисмоний маданият назариясига кириш. Талабалар, магистрлар ва мутахассислар учун ўқув қўлланма. Т. ЎзДЖТИ, 2002. - 77 б.
- 65.Саламов Р.С. Спорт машғулотларининг назарий асослари. Ўқув қўлланма. Т. ЎзДЖТИ, 2005.-238 с.
- 66.Саламов Р.С., Керимов Ф.А. Жисмоний тарбияда педагогик технологиялар. Ўқув қўлланма. –Т. ЎзДЖТИ нашриёт-матбаа. 2009.-126 б.
- 67.Саттаров И., Б.Ф.Қодиров, У.Ш.Бегимкулов. «Компьютерда лаборатория ишлари». Т. ТДПУ нашриёти. 2002 й. 143 б.
- 68.Толипов Ў., Усмонбоева М. Педагогик технологияларнинг тадбиқий асослари – Т.: 2006 й. 163 б.
- 69.Теория и методика физической культуры. Учебник (под ред. Круцевич Т.Ю. ва 2 –х томах. – К.:2003.- 464 с.
- 70.Умумий психология. - А.В. Петровский тахрири остида - Т.: Ўқитувчи, 1992 й. 329 б.
- 71.Умаров Ж.Х., Умаров М.Н., Эштаев А.К. Оздоровительно-развивающие виды основной гимнастики. Учебное пособие. Т.: 2006 г., 204 с.
- 72.Усмонова Э.З. Ўқувчиларда мустақил тафаккурни қандай шакллантириш мумкин. - Т.: ТДПУ, 2000 й. 122 б.
- 73.Холмуродов Р.И., М.Х, Лутфуллаев. «Замонавий ахборот технологиялари асосида ўқитиш», Т.,ЎзРФА «Фан», 2003 й. 176 б.
- 74.Шугуров М.В. Социальный конфликт и самоосуществление личности. – Саратов, 1994 г. 236 с.
- 75.Эштаев А.К. Спорт гимнастикаси машғулотининг назарий асослари (Услубий қўлланма). Тошкент 2009 й.
- 76.Югай А.Х. Лабораторно-практические занятия по психологии - Т.: ТДПУ, 2008 г. 92 с.
- 77.Юнусова Ю.М. Физическая культура и общеобразовательной школе. Т.,УзДЖТИ. 2004.

78. Юнусова Ю.М. Теоретические основы физкультуры и спорта. Т. УзДЖТИ. 2005.

#### **Интернет маълумотлар:**

1. Ўзбекистон Республикаси Президентининг Матбуот маркази сайти: [www.press-service.uz](http://www.press-service.uz)
2. Ўзбекистон Республикаси Давлат Ҳокимияти портали: [www.gov.uz](http://www.gov.uz)
3. Ахборот-коммуникатсия технологиялари изохли луг'ати, 2004, UNDP DDI: Programme [www.lugat.uz](http://www.lugat.uz), [www.glossaiy.uz](http://www.glossaiy.uz)
4. Ўзбек интернет ресурсларининг каталоги: [www.uz](http://www.uz)
5. Infocom.uz электрон журнали: [www.infocom.uz](http://www.infocom.uz)
6. <http://www.bank.uz/uz/publisIVdoc/>
7. [www.press-uz.info](http://www.press-uz.info)
8. <http://www.uforum.uz/>
9. Ахборот ресурслар маркази <http://www.assc.uz/>
10. <http://www.xabar.uz>
11. [www.ziyonet.uz](http://www.ziyonet.uz)
12. [www.edu.uz](http://www.edu.uz)
13. [www.pedagog.uz](http://www.pedagog.uz)
14. [www.tdpu.uz](http://www.tdpu.uz)

**ИШЛАБ ЧИҚИЛГАН:**

Олий таълим тизими педагог ва раҳбар кадрларни қайта тайёрлаш ва уларнинг малакасини оширишни ташкил этиш  
Бош илмий-методик маркази

Директор

У.Ш.Бегимкулов

2012 й.

“ 25 ”  
М.У.

Ўзбекистон давлат жисмоний тарбия институти ҳузуридаги педагог кадрларини қайта тайёрлаш ва уларнинг малакасини ошириш тармоқ маркази

Директор

Ю.Ю.Арипов

2012 й.

М.У.

**КЕЛИНИЛГАН:**

Маданият ва спорт ишлари вазирлиги  
Таълим муассасалари бошқармаси

Бошқарма бошлиғи

Ф.К.Турдиев

“ ”

2012 й.

М.У.

