

O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI

OLIY VA O'RTA MAXSUS TA'LIM VAZIRLIGI

SAMARQAND DAVLAT UNIVERSITETI

JISMONIY MADANIYAT FAKULTETI

FAKULTETLARARO JISMONIY

MADANIYAT VA SPORT KAFEDRASI

FAN DASTURI

(barcha bakalavr yo'nalishlari uchun)

Ro'yxatga olindi:

№ 5230100-110

“Tasdiqlayman”
O'quv ishlari bo'yicha prorektor
2020 y. «25» abrd prof. A.S.Soleev 2020-yil



Mazkur fan dastur Samarqand Davlat Universitetining o'quv-metodik kengashning 2020 yil « » « » « » » dagi -son majlis bayoni bilan fan dastur sifatida ma'qullangan.

Ushbu fan dastur "Jismoniy madaniyat va sport" fanidan bakalavrmg jismoniy tayyorgarlik darajasi va zaruriy bilimlari mazmuniga qo'yiladigan davlat talablar asosida tayyorlangan.

Fan dasturini kelgusida to'ldirilgan va boyitilgan holda chop etish zaruratini hisobga olib, fikr-mulohazalaringizni quyidagi manzilga yuborishingizni so'raymiz: Samarqand shahar Universitet xiyoboni 15 uy. Fakultetlararo jismoniy madaniyat va sport kafedrasi.

Fanning o'quv dasturi Samarqand Davlat Universitetida ishlab chiqilgan.

Tuzuvchilar:

Raupov O.K. - xalqaro toifadagi sport ustasi, dotsent (SamDU)

Qosimova R.A. - dotsent

Qurbonov A.A. - katta o'qituvchi, (SamDU)

Ashurov A.D. - o'qituvchi (SamDU)

Taqrizchilar:

Kipchaqov B.B. - Jismoniy madaniyat fakulteti dekani, dotsent (SamDU)

Rafiev X.T. - Jismoniy tarbiya va sport bo'yicha mutaxassislarni

malakasini oshirish markazi Samarqand filiali
professori, p.f.n.

Fan dastur Fakultetlararo jismoniy madaniyat va sport kafedrasining 2020 yil 29.01.2020 dagi 1-sonli yig'ilishida muhokamadan o'tgan va fakultet kengashida muhokama qilish uchun tavsiya etilgan.

Kafedra mudiri: [Signature] dots. O.K.Raupov

Fan dastur Jismoniy madaniyat fakulteti uslubiy kengashi majlisida ko'rib chiqildi va foydalanishga tavsiya etildi. 2020 yil 30.01.2020 dagi 1-sonli bayonnomaga.

Fakultet o'quv-uslubiy kengash raisi: [Signature] dots. O.E.Toshmurodov

Fan dastur Jismoniy madaniyat fakultet kengashida muhokama etilgan va foydalanishga tavsiya qilingan.
2020 yil dagi -sonli bayonnomaga.

Fakultet kengashi raisi: [Signature] dots. B.B. Kipchakov



KIRISH

O'zbekiston o'z mustaqilligini qo'lga kiritgan dastlabki kunlardan o'qov jismoniy tarbiya va sportni rivojlantirish, sog'lom turmush tarzini targ'ib qilish ishlariga katta e'tibor berib kelinmoqda. Barkamol yosh avlodni tarbiyalash davlat siyosatining ustuvor yo'nalishlaridan biri sifatida belgilandi. Bu borada qator farmon va qarorlar qabul qilindi. Mamlakatimizda olib borilayotgan keng ko'lamli ishlar oliy ta'lim muassasasi jismoniy madaniyat va sport kafedralari professor-o'qituvchilari hamda murabbiylar zimmasiga ulkan mas'uliyat yuklaydi. Jismoniy tarbiya va sport yoshlarni hayotga, ijtimoiy foydali mehnatga tayyorlash, jismoniy qobiliyatlarini mukammallashtirish, Vatan mudofaasiga tayyorlash, ularning bekamu k o'st kamol topishlariga xizmat qiladi.

Ushbu o'quv dasturi oliy ta'lim muassasalarining barcha o'quv (asosiy o'quv guruhi, maxsus tibbiyot (tayyorlov) guruhi va vaqtinchalik jismoniy yuklamalardan ozod qilinganlar guruhi) guruhlar talabalar uchun tuzilgan.

Dasturni tuzishda O'zbekiston Respublikasining "Talim to'g'risida" Qonuni, Kadrlar tayyorlash milliy dasturi, "Jismoniy tarbiya to'g'risida" qonuni, Vazirlar Mahkamasining 589 - "Yosh avlodni sog'lomlashtirish muammolarini kompleks hal qilish to'g'risida"gi qarori, O'zbekiston Respublikasi madaniyat va sport ishlari, Xalq ta'limi, Oliy va o'rta maxsus talim, Sog'liqni saqlash, Qishloq va suv xo'jaligi, Ichki ishlar, Mudofaa vazirligi, kasaba uyushmalari Federatsiyasi kengashining 1999 yil 24 dekabrda "O'zbekiston aholisining salomatlik darajasini hamda jismoniy tayyorgarligini aniqlaydigan "Alpomish" va "Barchinoy" testlarini joriy etish haqida" 4/14 qo'shma qarori, O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Sh.Mirziyoevning 2017 yil 3 iyundagi "Jismoniy tarbiya va ommaviy sportni yanada rivojlantirish chora-tadbirlari tug'risida" qarorlari kabi me'yoriy hujjatlarga asoslanildi.

Dasturda oliy ta'lim muassasalarining 1 bosqich talabalarini "Jismoniy madaniyat va sport" o'quv fani bo'yicha nazariy, amaliy jismoniy tayyorlash asoslari aks ettirilgan. Ular oliy ta'lim muassasasi dars jarayoni hamda darsdan tashqari tadbirlarida sport bilan mustaqil shug'ullanish, jismoniy tayyorgarlikni takomillashtirish, salomatlikni mustahkamlash uchun zarur bo'lgan bilim, malaka va ko'nikmalarning asosi sanaladi.

O'quv fanining maqsadi va vazifalari

Fanni o'qitishdan maqsad talabalarni jismoniy madaniyat va sport sohasidagi asosiy tushunchalar, (jismoniy madaniyat, O'zbekiston jismoniy madaniyati, jismoniy tarbiya, O'zbekiston sporti, badan tarbiya, bolalar sporti, sport, jismoniy madaniyat tizimi, jismoniy rivojlanish, jismoniy tayyorgarlik, sport mashqi, jismoniy sifatlar, jismoniy ta'lim, jismoniy madaniyat harakati, Olimpiya o'yinlari, Olimpiya harakati, talabalar sporti, uch bosqichli sport musobaqasi "Umid nihollari", "Barkamol avlod", "Universiada" va h.k) maxsus nazariy bilimlar, jismoniy rivojlanish, tayyorgarlikni o'stirishga oid zamonaviy nazariy bilim, amaliy ko'nikma va malakalarni oshirishga yordam beruvchi vosita va