Moodle / fan sillabusi
Biologiya fakulteti –
60510100-Biologiya
(turlar bo'yicha)
60710200-Biotexnologiya
(tarmoqlar bo'yicha)

"Tasdiqlayman"
SamDU o'quv ishlari
bo'yicha prorektori:
_____ A.S.Soleev
"___" _____ 2021 y
M.O'.

Fan nomi:	Jismoniy tarbiya va sport (Kurash)
Fan turi:	majburiy
Fan kodi:	*JSTM1004*
Yil:	2021-2022
Semestr:	1, 2
Ta'lim shakli:	kunduzgi
Mashg'ulotlar shakli va semestrga ajratilgan soatlar:	120
Ma'ruza	-
Amaliy mashg'ulotlar	60
Laboratoriya mashg'ulotlari	-
Seminar	-
Mustaqil ta'lim	60
Kredit miqdori:	4
Baholash shakli:	Sinov
Fan tili:	o'zbek

	Fanning maqsadi (FM)
FM1	**O'quv fanining maqsad va vazifalai** Fanning maqsadi – ***kurash*** kelib chiqish tarixi, texnikasi, va ushbu kurashi qoidalarining nazaiy va amaliy asoslarini o'zlashtirishdan iborat. Fanning vazifalari talabalarda ***kurash*** texnikasi, taktikasi, ilmiy-tadqiqot ishlari, jismoniy sifatlari, modellashtirish, o'rgatish uslublari, tayyorgarlikning ko'p yillik bosqichlari, mashg'ulot o'tkazish, musobaqalarni tashkillashtirishga oid kasbiy-pedagogik malaka va ko'nikmalarni hosil qilish hamda shakllantirishga qaratilgan. Biroq spotda kurashchining taktikasi dastlab turlicha bo'ladi statestik ma'lumotlarga ko'ra kurashchilarning taxminan 85% musobaqa vaqtida dastlab shu natijani ko'rsatgan. Shu tarzda dastlabki kirish taktikasini boshlab olishingiz lozim. Bu har doim musobaqadan 70% o'z ustingizda ishlab, taktikani o'zlashtirib olishingizga bog'liq. Fan bo'yicha talabalarning bilim, ko'nikma va malakalariga quyidagi talablar qo'yiladi. ***Talaba:*** - kurash turining rivojlanish tarixi; kurash turida texnika va taktikasini tasnifini; texnik va taktik tayyorgarlikning ahamiyatini; dastlabki harakatlarga o'rgatish vosita, uslub va tamoyillarni ***bilishi kerak;*** - talaba kurash turi bo'yicha ilmiy ishlar to'g'risida tushuncha, kurash turlarida olib boriladigan ilmiy-tadqiqot ishlar, kurashda ilmiy tadqiqotlarning zamonaviy uslublarini ***bilish kerak;***

	- kurash turining texnikasi va taktikasiga oid harakat ko'nikmalariga; harakat texnikasiga o'rgatishga oid vositalarni va uslublarni tanlay bilish va ularni me'yorlash ***ko'nikmasiga ega bo'lishi kerak;*** - talaba bajarayotgan harakat texnikasi va taktikasini tahlil qilish; mashg'ulotlarni va musobaqalarni tashkil qilish va hamda o'tkazish; ta'lim muassasalarida kurash turlari bo'yicha mashg'ulotlarini tashkil qilish va o'tkazishga oid kasbiy-pedagogik ***malakalariga ega bo'lishi kerak;*** - kurashda saralash uslublari, tayyorgarlikning ko'p yillik bosqichlari, musobaqa faoliyatini pedagogik nazorat va tahlil qilish, sport kurashida mashg'ulot yuklamalarini nazorat va tahlil qilish uslublari, sport kurashida tiklanish vositalari, sport kurashida modellashtirishni ***bilishi kerak.***

Fanni o'zlashtirish uchun zarur boshlang'ich bilimlar	
1.	Jismoniy madaniyat fani yuzasidan umumiy tasavvur va ma'lum bir bilimlar bazasiga ega bo'lishlari kerak.
2.	O'quv jarayonida jismoniy madaniyat texnologiyalarini qo'llash imkoniyatlari va pedagogik dasturiy vositalar yordamida elektron o'quv resurslari yaratish bo'yicha tegishli tasavvurga ega bo'lishlari lozim.
Ta'lim natijalari (TN)	
	Bilimlar jihatidan:
TN1	Asta-sekinlik va izchillik bilan talabalarning salomatligini mustahkamlash, organizmini chiniqtirish, ishchanlik qobiliyatini oshirish;
TN2	Jismoniy rivojlanishida funksional nuqsonlarni bartaraf etish, kasalliklardan keyingi asoratlarni tugatish;
TN3	Zarur gigiyenik ko'nikmalar va kundalik sog'lomlashtirish jismoniy mashg'ulotlarini bajarish ehtiyojini shakllantirishga qaratiladi.
	Ko'nikmalar jihatidan:
TN4	Yangi amaliy-kasbiy ko'nikmalarni egallash;
TN5	Jismoniy va aqliy ish qobiliyatini rivojlantirish;

Fan mazmuni		
Mashg'ulotlar shakli: amaliy mashg'ulot (AM)		
AM1	Parterda turish holatlari	2
AM 2	Qayirib to'ntarish	2
AM 3	Aylana yugirib to'ntarish	2
AM 4	Aylantirib to'ntarish	2
AM 5	O'tish bilan to'ntarish	2
AM 6	Beldan oshirib to'ntarish	2
AM7	Ko'krakdan oshirib to'ntarish	2
AM8	Aylantirib tashlashlar	2
AM9	Egilib tashlashlar	2
AM10	Ko'krakdan oshirib tashlashlar	2
AM11	Qo'ldan tortib parterga o'tkazish	2
AM12	Qo'li ostidan sho'ng'ib parterga o'tkazish	2
AM13	Qo'lini bo'yniga o'rab parterga o'tkazish	2

AM14	Oldinga chiqib o'tirish bilam parterga o'tkazish	2
AM15	Zarb bilan yiqitish	2
AM16	Qayirib yiqitish	2
AM17	Qo'lini bo'yniga o'rab tashlash	2
AM18	Yelkadan oshirib tashlash	2
AM19	Beldan oshirib tashlash	2
AM20	Egilib tashlash	2
AM21	Ko'krakdan oshirib tashlash	2
AM22	Ko'krakdan oshirib tashlashni takomilashtirish	2
AM23	Jismoniy sifatlarni rivojlantirish uslublariga o'rgatish metodlari	2
AM24	Jismoniy sifatlarni o'lchash	2
AM25	Kurashchilarning jismoniy imkoniyatlarini tarbiyalash	2
AM26	Jismoniy sifatlarni rivojlantirish	2
AM27	Kurash bo'yicha musobaqalarni tashkil qilish va o'tkazish ko'nikmalarini shakillantirish	2
AM28	Musobaqalarda jamoaga rahbarlik qilish ko'nikmalarini shakillantirish	2
AM29	Kurash bo'yicha mashg'ulotlarni tashkil qilish va o'tkazish ko'nikmalarini shakillantirish	2
AM30	Sport kurashidagi texnik usullarga o'rgatish metodikasi va amalda qo'llash	2
Jami:		60

Mustaqil ta'limni tashkil etishning shakli va mazmuni.	
	Talaba mustaqil ishni tayyorlashda muayyan fanning xususiyatlari hisobga olgan holda quyidagi shakillardan foydalanish tavsiya etiladi.
MT1	- darslik va o'quv qo'llanmalar bo'yicha fan boblari va mavzularini o'rganish;
MT2	- tarqatma materiallar ma'ruzalar qismini o'zlashtirish;
MT3	- yiqilish va yiqitish usullari chizmasini chizish va mashq variantlarini ishlab chiqish;
MT4	- maxsus adabiyotlar bo'yicha mavzular ustida ishlash;
MT5	- mashq davomida ishlatiladigan sport anjomlarini o'rganish;
MT6	- talabaning o'quv – ilmiy – tadqiqot ishlarini bajarish bilan bog'liq bo'lgan fanlar bo'limlari va mavzularini chuqur o'rganish;
MT7	- faol va muammoli o'qitish uslubidan foydalaniladigan o'quv mashg'ulotlari;
MT8	- masofaviy ta'lim.
	Uy vazifalarini tekshirish va baholash amaliy mashg'ulot olib boruvchi o'qituvchi tomonidan, konspektlarni va mavzuni o'zlashtirish darajasini tekshirish va baholash esa ma'ruza darslarini olib boruvchi o'qituvchi tomonidan har darsda amalga oshiriladi.

№	**Mustaqil ta'lim mavzulari**	**Hajmi (soatda)**
1	Kurashchining maxsus mashqlarining bajarish va harakatlanishlar	5
2	Texnik usullarni bajarish. Texnik usullarning himoyasini bajarish	5
3	Texnik usullarga karshi-usul qo'llash. Texnik usullarning kombinatsiyasini bajarish.	5
4	Texnik usulni amalga oshirish taktikasi.	5

5	Bellashuvni o'tkazish taktikasi.	5
6	Musobaqaga qatnashish taktikasi.	5
7	Sport turlari bo'yicha mashg'ulot o'tkazishda kurash malakalari va ko'nikmalarini shakllantirish	5
8	Sport turlari bo'yicha musobaqalarni tashkil qilish va o'tkazish ko'nikmalarini shakllantirish.	5
9	Musobaqalarda sportchiga rahbarlik qilish ko'nikmalarini shakllantirish.	5
10	Xakamlik vazifalarida musobaqalarga hakamlik qilish ko'nikmalarini shakllantirish.	5
11	Yelka usullari	5
12	Bardor, Yonbosh usullari	5
	Hammasi	**60**

	Talabalar bilimini baholash mezonlari
	Baholash tartibi Mazkur tartib O'zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining 2018 yil 24 iyuldagi 571-son "Samarqand davlat universiteti faoliyatini yanada takomillashtirish chora-tadbirlari to'g'risida"ga qarori (1 band 9 xat boshi) va O'zbekiston Respublikasi Oliy va o'rta mahsus ta'lim vazirining 2018 yil 9 avgustdagi 19-2018-son bo'yrug'i bilan tasdiqlangan "Oliy ta'lim muassasalarida talabalar bilimini nazorat qilish va baholash tizimi to'g'risida"gi Nizom asosida ishlab chiqilgan va Samarqand Davlat universiteti Ilmiy kengashining 2019 yil 29 apreldagi 10-son yig'ilishida tasdiqlangan.
1	Mazkur tartib keyingi o'quv yillarida Samarqand Davlat universitetiga o'qishga qabul qilingan talabalarning bilimini nazorat qilish hamda baholashda qullaniladi.
2	Talabalar universitet professor-o'qituvchilari tomonidan birinchi mashg'ulotda mazqur tartib talablari bilan tanishtirilishi shart.
3	Samarqand Davlat universitetida fanlardan sinovlar talabaning amaliy mashg'ulotlari va mustaqil ta'lim topshiriqlarini bajarishiga, davomatiga, shuningdek uning ushbu mashg'ulotlardagi faolligiga fan o'qituvchisi tomonidan quyilgan ballarni umumlashtirish orqali amalga oshiriladi.
4	Fan o'qituvchisi tomonidan baholanmagan talabalarga sinov kafedra mudiri tasdiqlagan komissiya ishtiroqida semestr yakunida amaliy nazorat o'tqazish orqali amalga oshiriladi. Komissiya tarkibiga tegishli fandan o'quv mashg'ulotlarini olib bormagan professor-o'qituvchilar jalb qilinishi lozim.
5	Sinovda talabalar bilimini baholash o'tdi/o'tmadi tizimida amalga oshiriladi.
6	Talaba uzrli sabablarga kura sinovdan baxolanmagan taqdirda ushbu talabaga sinovii qayta topshirishga fakultet dekanining farmoyishi asosida ro'xsat beriladi.
7	4-bandda keltirilgan dalolatda talabalarning bilimi qo'yidagi mezonlar asosida baholanadi: talaba mustaqil hulosa va qaror qabul qiladi, ijodiy fikrlay oladi, mustaqil mushoqada yuritadi, olgan bilimini amalda qullay oladi, fanning (mavzuning) mohiyatini tushunadi, biladi, ifodalay oladi, aytib beradi hamda fan (mavzu) bo'yicha tasavvurga ega deb topilganda — sinovdan o'tdi; talaba fan dasturini o'zlashtirmagan, fanning (mavzuning) mohiyatini tushunmaydi hamda fan (mavzu) bo'yicha tasavvurga ega emas deb topilganda — sinovdan o'tmadi. Sinovdan o'tmagan talabalar qarzdor hisoblanadi va ularga stipendiya tayinlanmaydi.

8	Talabaga sinovii qayta topshirish uchun berilgan muddat davomida talaba tomonidan qayta topshirishlar soni 2 martadan ko'p bo'lmasligi kerak. Talaba sinovini birinchi marta qayta topshirishdan o'ta olmagan taqdirda, fakultet dekani tomonidan komissiya tuziladi. Komissiya tarkibi tegishli fan bo'yicha professor-o'qituvchi va soha mutaxassislari orasidan shakllantiriladi. Ikkinchi marta sinov imtixonini o'tqazish va talabani baholash mazkur komissiya tomonidan amalga oshiriladi.
9	Berilgan muddat davomida sinovii topshira olmagan talaba bo'yicha fakultet dekani bildirgi bilan universitet rektorini xabardor qiladi va ushbu talaba rektor bo'yrug'i asosida kursdan qoldiriladi.
10	Sinov natijalari tegishli fakultet dekani tomonidan tasdiqlangan ichki qaydnomaga va talabaning reyting daftarchasiga fan bo'yicha o'quv mashg'ulotlarini olib borgan professor-o'qituvchi tomonidan to'ldiriladi.

	Asosiy adabiyotlar
1	«Oliy ta'lim tizimini yanada rivojlantirish chora-tadbirlari to'grisida»gi O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2017 yil 20-aprel PF-2909-sonli qarori.
2	"Jismoniy tarbiya va ommaviy sportni yanada rivojlantirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2017 yil 3-iyundagi PQ-3031-sonli qarori.
3	Mirziyoyev Sh.M., Buyuk kelajagimizni mard va olijanob xalqimiz bilan birga quramiz. "O'zbekiston" NMIU, 2017y. - 48b.
4	Abdullayev Sh.A. Yosh kurashchilarni tayyorlashning ilmiy-uslubiy asoslari.T.2012.
5	Abdullayev Sh.A., Xolmatov A.I. Malakali kurashchilarning ilmiy-uslubiy asoslari.T.2015.
6	Bayturayev E.I. "Sambo kurashi nazariyasi va ususlubiyati" Toshkent-2016.
7	Kerimov F.A. Darslik. Sport sohasidagi ilmiy tadqiqotlar. T. 2004.
8	Mirzaqulov Sh.A. Belbog'li kurash nazariyasi va uslubiyati., T. 2013.
9	Tastanov N.A. Yunon-rim kurashi nazariyasi va uslubiyati. T. 2014.
	Internet saytlari
1	http://www.ijf.org
2	Http://www.ijf.uz
3	Http://www.arwrestling.ru.gg
4	Http://www.uzwrestling.ru.gg
5	Http://www.fila-wrestling.com.

Dastur mualliflari:	Mirzayev L.T
E-mail:	lazizmirzayev85@mail.ru
Tashkilot:	Samarqand davlat universiteti, Fakultetlararo jismoniy madaniyat kafedrasi

Kafedra mudiri: _____ ***dots. O.K.Raupov.***

Mazkur modul (syllabus) Biologiya fakulteti Kengashining 2021 yil ___-avgustdagi __-sonli yig'ilishida ko'rib chiqilgan va tasdiqlangan.

Kengash raisi: _____ ***Keldiyorov X.O.***

M.O'.

"Kelishilgan"

SamDU o'quv uslubiy boshqarma boshlig'i:

_____ B.S.Alikulov

"___" _____ 2021 yil