



O'zbekistan Respublikasi
Xalq bilimlendiriw ministrligi

A'jiniyaz atn'dag'ı No'kis ma'mleketlik pedagogikalıq institutı

Dene ta'rbiyası fakulteti

Dene ta'rbiyası teoriyası ha'm a'meliyatı kafedrası
Dene ma'deniyatı teoriyası ha'm metodikası pa'ninen
(3-kurs)

«Dene ta'rbiyası boyınsha oqıw bag'darlaması»
teması

No'kis –2014 woqıw jılı



Du'zgen: T.Iskenderov



Jobasi

- 1. Oqi'w bag'darlamag'a uli'wma tu'sinik.
- 2. Bag'darlamani'n' du'zilisi.
- 3. Bag'darlama bo'limlerinin' mazmuni'.
- 4. Teoriyali'q mag'li'wmatlarg'a wyretiw jollari'.
- 5. Ha'r klass ushi'n beriletug'i'n materiallardi' tu'sindiriw.

A' debiyatlar.

- 1. Abdullaeva A., Xonkeldiev SH. «Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi» Toshkent., O'z DJTI, 2005 ji'l – 300 b.
- 2. Livitskiy A.N. «Maktabgacha yoshdagi bolalarni jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi» Toshkent., 1995 ji'l – 500 b.
- 3. Salomov R.S. «Sport mashg'ulotning nazariy asoslari» - Toshkent., O'zDJTI, 2005 ji'l – 238 b.
- 4. Mahkamdjanov K.M. «Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi» Toshkent., «Iqtisod-moliya» 2008 ji'l – 300 b.
- 5. Gonsharova O.B. «Yosh sportshilarning jismoniy qobiliyatlarini rivojlantirish» Toshkent., O'zDJTI, 2005 ji'l – 171 b.
- 6. K. Mahkamjanov, R. Salimov, T. Rasulov «Jismoniy tarbiya nazariyasi va metodikasi» Toshkent-2003.
- 7. «Jismoniy tarbiya nazariyasi va metodikasi» - darslik. Uqituvchi-1974.
- 8. Ospanov P, Nuri'mbetov K «Dene ta'rbiya metodikasi» No'kis-1990.
- 10. K.M.Mahkamjanov «Maktabgacha va maktab yoshidagi bolalarning jismoniy rivojlantirish va tayyorgarlini takomillashtirish» Met.Qu'llanma. T-1996.

- Dene ta'rbiyasi' boyi'nsha mektep bag'darlamasi'

- Mekteptin oqi'w plani' boyi'nsha "dene ta'rbiya" o'z aldi'na oqi'w pa'ni boli'p oiledi ha'm uli'wma bilim beriw wazi'ypasi'n o'z ishine aladi'. Xaptesine eki saat otilip, xar ji'li' 70 oqi'w saat oiledi. Pa'nnin mazmuni' ha'm oqi'wshi'larga kolay koyi'latugi'n talaplar mamleketlik joba menen belgilenedi. Joba balalardi'n aki'l, dene rauajlani'ui'n esapka ali'p ha'm jas o'zgesheliklerine saykes duzilgen. Joba mudami' jetilistirip baradi'. Ol mektep oqi'wshi'lari' dene ta'rbiyasi'ni'n bunnan bi'layda jokari'lani'p bari'ui'na bag'darlangan.

- Dene ta'rbiya bag'darlamasi'ni'n aytarli'qtay bir o'zgesheligi "salamatli'q" jobasi' menen saykes baylani'sti'ri'lgan.

■ Bag'darlamani'n duzilisi

- Dene ta'rbiya boyi'nsha mektep bag'darlamasi' bir-birine ti'gi'z baylani'sli' bolimlerden turadi':
 - 1. I-IV klasslar ushi'n.
 - 2. V-IX klasslar ushi'n.
- Bag'darlamani'n tusinik xati'nda pa'nnin sabaq uakti'nda sheshiletugi'n wazi'ypasi'na tusindirme berilgen. Sonday-ak oqi'w materiallari'n jobalasti'ri'u ha'm ulgeriuiin tekseriui ushi'n korsetpeler berilgen.
- Bag'darlama materiallari' xar klass ushi'n o'z aldi'na berilgen q-w klasslarda "Teoriyalı'q magli'umatlar", "gimnastika", "xareketli oyi'nlar" keyin 4-klassta "jenil atletika", 5-klassta "juziu" kosi'ladi'. (songi' klasslarga kosi'latugi'n kosi'msha materiallar jagday bolsa uyreniledi). 6-klassta "kol tobi" yamasa "basketbol" (mekteptin jagdayi'na qarap). 7-klassta "gures" ballar ushi'n, milliy ayak oyi'ni', ki'zlar ushi'n. Joqari' klasslarda "voleybol" kirgiziledi. Bul boyi'nsha bag'darlamada materiallar ki'zlar ha'm balalar ushi'n ayi'ri'p beriledi.

- Joqari' klasslardan baslap bag'darlamani'n xar boliminde (teoriyali'q magli'umatlari' boliminen baska) oqi'w materiallari' tomendegishe beriledi:
- a). Teoriyali'q magli'wmatlar (tiyisli bilim ushi'n).
- b). Uki'p ha'm konligiu (bunda material shi'ni'gi'udi'n turleri boyi'nsha kaliplestiriledi). Mi's: "jenil atletika" boliminde (juwi'ri'w, sekiriu, i'lakti'ri'u).
- v). Xareket sapasi'n rauajlandi'ri'u ushi'n materiallar (sol tiyisli bolimnen kerekli shi'ni'gi'ular).
- g). Oqi'wshi'larga koi'latugi'n talaplar ori'nlani'p biliuge tiysli korsetkishler.
- 1-4 klasslar ushi'n bag'darlamani'n duzilisi apiuayi'lasti'ri'lgan bunda xar bir bolimde teoriyali'q magli'umatlar ha'm xareket sapasi'n rauajlandi'ri'u ushi'n materiallar jok. Dene ta'rbiya boyi'nsha bag'darlamani'n duzilisi juda kuramali' ha'm o'zine tan o'zgesheligi bar.

- Bul bag'darlama bolimlardi ha'm bilim ishindegi temalardi' uyreniudin izbe-izligin ani'klaydi'. Bul oqi'ti'wshi'lardi'n oqi'w materiallari'n planlasti'ri'li'ui'n ha'm olardi'n sabaq sherek boyi'nsha bolistiriliudi ki'yi'nlasti'ri'ladi'. Birak usi'layi'nsha duziliui pa'nnin wazi'ypasi'na saykes keledi: Mi's: balalarda biliudi kaliplestiriu xareket sapasi'ni'n rauajlani'ui' menen bir uaki'tta xareket uki'bi' ha'm konlikpelerinin kaliplesiui. Bunnan baskada, oqi'w jumi'si'ni'n o'zgesheligi: Xar sabaqta balalardi'n dene tayarli'gi' ha'm sogan saykes den-sauli'qti' bekkemleu wazi'ypasi'ni'n sheshiliui, bul ushi'n kalegen boliminen arnauili' shi'ni'gi'ulardi' yamasa oyi'nlardi' ha'm sabaqti'n xar boliminin wazi'ypasi'na saykes shi'ni'gi'ulardi'n tanlap ali'ni'ui' ha'm tagi' baska. Mi's: jenil atletika sabag'i'nda xareket oyi'nlari', sapka turi'u shi'ni'gi'ulari'ni'n ali'ni'ui'. Sonday-ak bag'darlamadagi' materiallardi' sabaq boyi'nsha bolistirigende bizdegi xaua rayi', mekteptegi jagdaylar esapka ali'nadi'. Dene ta'rbiya boyi'nsha oqi'w jumi'si'n tabi'sli' iske asi'ri'u ushi'n mugallim bag'darlamadagi' materiallardi' biliiu menen birge oni' talap tiyisli wazi'ypani' sheshiu ushi'n shi'ni'gi'ulardi'n turlerin tanlap ali'ui', biliiu tiyis.