

ТОШКЕНТ ВИЛОЯТИ ЧИРЧИҚ ДАВЛАТ ПЕДАГОГИКА ИНСТИТУТИ
СПОРТ ВА ЧАҚИРИҚҚАЧА ҲАРБИЙ ТАЪЛИМ ФАКУЛЬТЕТИ
“ФАКУЛЬТЕТЛАРАРО” КАФЕДРАСИ



“ТАСДИҚЛАЙМАН”

Ўқув ишлари бўйича проректор
И.Қ.Хайдаров

2019 й. “ _____ ” _____ ”



TOSHKENT VILOYATI
CHIRCHIQ DAVLAT PEDAGOGIKA INSTITUTI

“СУЗИШ ВА УНИ ЎҚИТИШ МЕТОДИКАСИ”
ФАНИДАН ЎҚУВ УСЛУБИЙ МАЖМУА

ЧИРЧИҚ-2019



**“Suzish va uni o‘qitish metodikasi”
Fanidan**

O‘QUV USLUBIY MAJMUA

**O‘ZBEKISTON RESPUBLIKASI
OLYI VA O‘RTA MAXSUS TA‘LIM VAZIRLIGI
TOSHKENT DAVLAT PEDAGOGIKA UNIVERSITETI**



SUZISH VA UNI O‘QITISH METODIKASI

FAN DASTURI

Bilim sohasi:	100000 – Gumanitar
Ta‘lim sohasi:	110000 – Pedagogika
Ta‘lim yo‘nalishi :	5112000 – Jismoniy madaniyat

Toshkent – 2018

O'zbekiston Respublikasi Oliy va o'rta maxsus ta'lim vazirligining 2018 yil 18 08 dagi 4 - sonli buyrug'ining _____ -ilovasi bilan fan dasturi ro'yxati tasdiqlangan.

Fan dasturi Oliy va o'rta maxsus, kasb-hunar ta'limi yo'nalishlari bo'yicha O'quv-uslubiy birlashmalar faoliyatini Muvofiqlashtiruvchi Kengashning 2018 yil 25 08 dagi 444 -sonli bayonnomasi bilan ma'qullangan.

Fan dasturi Nizomiy nomidagi Toshkent davlat pedagogika universitetida ishlab chiqildi.

Tuzuvchilar:

- | | |
|------------------|--|
| Radjabov U.R. | - Nizomiy nomidagi TDPU «Jismoniy madaniyat» kafedrasini mudiri, dotsent. |
| Nurmatov F.A. | - Nizomiy nomidagi TDPU «Jismoniy madaniyat» kafedrasini katta o'qituvchisi. |
| Zayniddinov T.B. | - Nizomiy nomidagi TDPU «Jismoniy madaniyat» kafedrasini katta o'qituvchisi. |

Taqrizchilar:

- | | |
|-----------------|---|
| Raximqulov K.D. | - O'zbekiston Davlat jahon tillari universiteti "Jismoniy madaniyat va sport" kafedrasini dotsenti. |
| Mo'minov X.T. | - Chilonzor pedagogika kolleji "Jismoniy tarbiya" kafedrasini mudiri |

Fan dasturi Nizomiy nomidagi Toshkent davlat pedagogika universiteti Kengashida ko'rib chiqilgan va tavsiya qilingan (2018 yil 28 06 dagi 44 -sonli bayonnomasi).

I.O'quv fanining dolzarbligi va oliy kasbiy ta'limdagi o'rni

Ushbu dastur jismoniy tarbiya darslarida suzishni kelib chiqish tarixi, rivojlanish bosqichlari, turkumlari, tasnifi, suzish mashg'ulotlarida o'yinlarni o'tkazish, ularni metodlari hamda yangi pedagogik texnologiyalardan foydalanish masalalarini qamrab oladi. Suzish va uni o'qitish metodikasi fani asosiy umumkasbiy fan hisoblanib, 4-5 semestrlarda o'qitiladi. Dasturni amalga oshirish o'quv rejasida rejalashtirilgan umumiy psixologiya, umumiy pedagogika, jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi, gimnastika va uni o'qitish metodikasi, yengil atletika va uni o'qitish metodikasi, sport va harakatli o'yinlarni o'qitish metodikasi, kurash turlari va uni o'qitish metodikasi, sport mahoratini oshirish, sport turlari bo'yicha musobaqalar o'tkazish va hakamlik qilish kabi fanlardan etarli bilim va ko'nikmalarga ega bo'lishlikni talab etadi.

Jismoniy madaniyat ta'lim yo'nalishi bo'yicha bakalavrlarni tayyorlashda suzish asosiy vosita hisoblanib, jismoniy sifatlarni rivojlantirish va tarbiyalashda nazariy hamda amaliy bilim, ko'nikma hamda malakalarini mustahkamlashda muhim ahamiyat kasb

II.O'quv fanining maqsadi va vazifalari

Fanni o'qitishdan maqsad – suzish fani talabalarga suzishni o'qitish uslubi va nazariy bilimlarini o'rgatish, suzish texnikasi va usullarini haqida nazariy bilim, amaliy harakat ko'nikma va malakalarini egallash, o'rganish, suzish bo'yicha mashg'ulotlarni tashkil qilish va o'tkazish uslubiyotini o'rgatish, cho'kayotgan odamlarni qutqarish va ularga birinchi yordam ko'rsatishdagi bilimlarni o'rgatishga qaratilgan.

Fanning vazifasi – talabalar bilan o'quv mashg'ulotlari ko'rsatilgan o'quv dasturlari asosida nazariy va amaliy mashg'ulotlar shaklida o'tkaziladi. SHu mashg'ulotlar jarayonida suzish sportining rivojlanish tarixi, O'zbekiston Respublikasining jismoniy tarbiya tizimida suzishning o'rni, suzish texnikasining ilmiy-nazariy asoslari, suzish mashg'ulotlarida mashq qilish va o'rgatish asoslari, suzishning usullarini o'rgatish va o'zlashtirish bo'yicha tayyorlov mashqlari, suzish texnikasini takomillashtirish va o'rgatishda maxsus sport mashqlari, ko'krakda kroll va chalqancha kroll, delfin, brass usulida suzish texnikasini o'rgatish, suzish mashg'ulotlarida o'rgatish metodlari, suzishda startdan chiqish va burilishlarni o'rgatish, suvda cho'kayotgan odamga birinchi yordam ko'rsatish, suzish bo'yicha musobaqalarni tashkil qilish va o'tkazish, musobaqa hujjatlari, hakamlik qilish kabi vazifalarni amalga oshirish bilan birgalikda jismoniy sifatlarni rivojlantirishni ko'zda tutadi.

Fan bo'yicha talabalarning bilimi, ko'nikma va malakasiga quyidagi talablar qo'yiladi.**Talaba:**

«Suzish va uni o'qitish metodikasi» o'quv fanini o'zlashtirish jarayonida amalga oshiriladigan masalalar doirasida suzish va uni o'qitish metodikasi fanining maqsadi hamda vazifalari, suzish sportining rivojlanish tarixi, O'zbekiston Respublikasining jismoniy tarbiya tizimida suzishning o'rni, suzish texnikasining ilmiy-nazariy asoslari *haqida bilimlarga ega bo'lishi kerak.*

- suzish mashg'ulotlarida mashq qilish va o'rgatish asoslari; suzishning usullarini o'rgatish va o'zlashtirish bo'yicha tayyorlov mashqlari; suzish