

Mustaqil ta'lim materiallari

№	Mustaqil ta'lim mavzulari
	1-semestr
1.	Gimnastikaning rivojlanish tarixi
2.	Gimnastika jismoniy tarbiya tizimida
3.	Gimnastika atamalari
4.	Umumrivojlantiruvchi va erkin mashqlarga oid atamalar
5.	Gimnastika turlari
6.	Gimnastikaning axloqiy xususiyatlari
7.	Gimnastikaning estetik xususiyatlari
8.	Gimnastikada rivojlanadigan jismoniy sifatlar
9.	Umumrivojlantiruvchi mashqlarning yoshga mos holda tuzish
10.	Shvet gimnastikasi
11.	Sport gimnastikasi turlari
12.	Maxsus jismoniy mashqlar turkumlari
13.	Ertalabki gigiyenik gimnastika
	2-semestr
1.	Gimnastika turlari
2.	Mashg'ulot joylari va ularni jihozlanishi
3.	Gimnastika mashg'ulotlarida shikastlanishi oldini olish
4.	Maktabda mashg'ulotlarning mazmuni va uni tashkillash
5.	Gimnastika mashqlarini o'rgatish metodikasi
6.	Ochiq gimnastika maydonlari o'lchamlari
7.	Yopiq gimnastika maydonlari o'lchamlari
8.	Gimnastika mashg'ulotlarida shikastlanganda birinchi yordam ko'rsatish
9.	Boshlang'ich sinflarda gimnastika mashg'ulotlarini tashkil qilish tartibi
10.	O'rta sinflarda gimnastika mashg'ulotlarini tashkil qilish tartibi
11.	Yuqori sinflarda gimnastika mashg'ulotlarini tashkil qilish tartibi
12.	KHK va AL larda gimnastika mashg'ulotlarini tashkil qilish tartibi
13.	Maktabdan tashqari vaqtlarda gimnastika mashg'ulotlari