

**O‘ZBEKISTON RESPUBLIKASI
OLIV VA O‘RTA MAXSUS TA’LIM VAZIRLIGI**

**TOSHKENT VILOYATI
CHIRCHIQ DAVLAT PEDAGOGIKA INSTITUTI**



**110000 – Pedagogika ta’lim sohasi negizidagi:
5A112001 – Jismoniy tarbiya va sport mashg‘ulotlari nazariyasi va metodikasi;
magistratura mutaxassisligiga kiruvchilar uchun maxsus (umumkasbiy)
fanlaridan**

D A S T U R

Chirchiq- 2021 y.

Annotatsiya

Mazkur dastur 110000 – Pedagogika ta’lim sohasidagi 5112000-jismoniy madaniyat bakalavriat ta’lim yo’nalishining 2020-yilda tasdiqlangan o’quv rejasidagi umumkasbiy o’quv fanlarining uchtasi (“Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi”, “Sport va harakatli o’yinlarni o’qitish metodikasi”, “Yengil atletika va uni o’qitish metodikasi”) bo’yicha 5A112001 – Jismoniy tarbiya va sport mashg’ulotlari nazariyasi va metodikasi magistratura mutaxassisligiga o’qishga kiruvchilar uchun mo’ljallangan.

Tuzuvchilar:

- T.S. Achilov - CHDPI “Sport va ChHT” fakul’teti dekani, dotsent.
F.A. Nurmatov - CHDPI “Jismoniy madaniyat” kafedrası mudiri, dotsent v.b.
I.R. Choriyev - CHDPI “Jismoniy madaniyat” kafedrası katta o’qituvchisi

Dastur Sport va ChHT fakul’tetining 2021 yil 28 iyundagi №10-sonli Kengash yig’ilishida muhokama qilingan va tasdiqlashga tavsiya etilgan.

Kirish

Mazkur dastur 2021-2022 o'quv yilida 5A112001 – Jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlari nazariyasi va metodikasi mutaxassisligi bo'yicha magistraturaga kiruvchilar uchun kirish sinovlari dasturi, savolnomalari va baholash mezonlarini o'z ichiga olgan. Dastur, savolnoma va mezonlari oliy ta'limning 5112000-jismoniy madaniyat bakalavriat ta'lim yo'nalishi Davlat ta'lim standartiga asoslanib tuzildi.

Asosiy qism

“Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi” fanidan bo'lajak jismoniy madaniyat o'qituvchilariga jahon xalqlarining umumiy madaniyatida jismoniy tarbiya va sportning o'rni. Ibtidoiy jamoa tuzumida jismoniy mashqlarni paydo bo'lishi. Jismoniy madaniyat va sportni rivojlanish davrlari. O'rta asrlarda jismoniy madaniyat va sport. Buyuk gumanistlar ta'limoti, O'rta Osiyoga jismoniy tarbiyani kirib kelishi. Ajdodlarimiz Abu Ali ibn Sino, A.Temur davrlarida jismoniy tarbiya. Sportni boshqaruv tamoyillari, an'anaviy va milliy bayramlarda musobaqalar tashkil etish, jismoniy tarbiya va sport bo'yicha qaror, buyruqlarning sport tashkilotlarida bajarilishi bo'yicha bilim berish hamda o'rgatish, ta'lim muassasalari maktabgacha ta'lim muassasalari, umumta'lim maktab, akademik litsey hamda kasb-hunar kollej o'quvchilarini jismoniy madaniyat mashg'ulotlarida umumrivojlantiruvchi mashqlardan, umumiy va maxsus mashqlardan foydalanish hamda sport musobaqalari, sport bayramlarini tashkil qilish va o'tkazish hamda sinfdan tashqari to'garaklarni tashkil qilish kabi bilimlarini shakllanishini o'rganishga ko'maklashadi.

“Sport va harakatli o'yinlarni o'qitish metodikasi” fanidan harakatli o'yinlarni tashkil qilish, tahlil qilish, harakatli o'yinlarni bolalarning yoshiga mos holda tanlashni amaliy tanishtirish, harakatli o'yinlarda hakamlik qilish o'yinning estetik xususiyatlari anglash, o'yinlar orqali sog'lom turmush tarzini targ'ib toptirish malakalarini shakllantirish, sport bayramlari va turli sanalarga bag'ishlangan musobaqalar o'tkazish usullarini va senariylarini tuzishga o'rgatish, jismoniy sifatlarni rivojlantirish va oshirish yo'llarini o'rgatish, sport o'yinlari va uni o'qitish metodikasi fanini o'tkazish bo'lajak mutaxassislarga talabalarda sport turlari bo'yicha mashg'ulotlarni o'tkazish uchun atroflicha bilim berish, sport o'yinlarni tashkil qilish, tahlil qilish, badminton, stol tennisi, futbol, voleybol, basketbol, qo'l to'pi o'yinlarida harakatlanish va to'pni boshqarish texnikasi, hujum va himoya texnikasi hamda taktikasi bilan tanishtirish, o'yinlarda qo'llanadigan turli usullar, fintlar bilan amaliy tanishtirish, hakamlik qilish malakalarini shakllantirish, musobaqalar o'tkazish usullari va nizomlarini tuzishga o'rgatish, jismoniy sifatlarni rivojlantirish va tarbiyalash yo'llarini o'rgatishdan iborat.

“Yengil atletika va uni o'qitish metodikasi” fanining maqsadi hamda vazifalari, Yengil atletika va uning turlari rivojlanishining tarixiy tavsifi;- O'zbekistonning jismoniy tarbiya tizimida engil atletikaning o'rni;- engil atletika bo'limlari va ularning turkumlanishi; - engil atletika turlari texnikasini o'rgatish;- engil atletika bilan shug'ullantirishda umumiy rivojlantiruvchi hamda maxsus mashqlarini bajarishni o'rgatish;- engil atletika bilan shug'ullantirish va uni o'rgatish asoslari; - engil atletika mashg'ulotlarida qo'llaniladigan metodlarni o'rgatish; - ta'lim muassasalarida engil atletika mashg'ulotlarini tashkil qilish va o'tkazish; - sportcha

yurish texnikasini o'rgatish metodikasi;- yugurish turlari texnikasini o'rgatish metodikasi;- sakrash turlari texnikasini o'rgatish metodikasi;
- uloqtirish turlari texnikasini o'rgatish metodikasi- ko'p kurash turlari texnikasini o'rgatish metodikasini o'rgatishdan iborat.

“JISMONIY MADANIYAT NAZARIYASI VA METODIKASI” fani bo'yicha:

Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi o'quv fan sifatida. O'zbekiston Respublikasida Jismoniy tarbiya tizimini rivojlanishining umumiy tavsifi. Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasining ilmiy tadqiqot metodlari. Jismoniy madaniyat ijtimoiy tizim sifatida. Jismoniy tarbiya vositalari. Jismoniy tarbiyaning mashqlar texnikasi. Jismoniy tarbiyaning o'qitish prinsiplari. Jismoniy tarbiyaning o'qitish prinsiplari. Jismoniy tarbiyaning o'qitish metodlari (so'z va ko'rgazmalilik metodi). Jismoniy tarbiyaning o'qitish metodlari (o'yin, musobaqa va aylanma trinerovka metodi). Qattiq tartiblashtirilgan mashqlar metodi. Harakatlarga o'rgatish bosqichlari (dastlabki o'rgatish bosqichi). Harakatlarga o'rgatish bosqichlari (chuqurlashtirilgan o'rgatish bosqichi). Jismoniy sifatlar texnikalari: Kuch sifat texnikasi metodikasi. Jismoniy sifatlar texnikalari: Tezkorlik sifat texnikasi metodikasi. Jismoniy sifatlar texnikalari: Koordinasion sifat texnikasi metodikasi. Jismoniy sifatlar texnikalari: Chidamlilik sifat texnikasi metodikasi. Jismoniy sifatlar texnikalari: egiluvchanlik sifat texnikasi metodikasi. Jismoniy tarbiya konspektini va qismlarining mazmuni. Jismoniy tarbiya konspektini va qismlarining mazmuni. Maktabgacha yoshdagi bolalarning jismoniy tarbiyasi. Umumiy o'rta ta'lim maktablarida jismoniy tarbiyaning majburiy kurs ekanligi. 1-4 sinflarda dars o'tkazish uslubiyoti. 5-7 sinflarda dars o'tkazish uslubiyati. 8-9 sinflarda dars o'tkazish uslubiyati. Jismoniy tarbiya darsida o'quvchilar faoliyatini tashkil etish usullari. Sinfdan tashqari olib boriladigan jismoniy tarbiya tadbirlariga tavsif. Jismoniy tarbiya bo'yicha maktab darslarini tahlil qilish. Dastur bo'limlari, o'quv vaqtlari hamda o'quv materiallarini har darsga va choraklarga taqsimlash yillik o'quv reja jadvali. Jismoniy tarbiya darslarida pedagogik nazorat: pedagogik tahlil; xronometraj; pulsometriya o'tkazish usuliyati. Dars konspektini tuzish uslubiyati. Akademik litsey va kasb-hunar kollejlarda jismoniy tarbiya darsi. Maktab o'quvchilari jismoniy tarbiya jarayonining zamonaviy tuzilishi. Maktab o'quvchilarining jismoniy tarbiyasida pedagogik texnologiyalar. Harakat qobiliyatlarini rivojlantirishga yo'naltirilgan maktab o'quvchilarining jismoniy tarbiya texnologiyasi. Rekeratsiv-sport yo'nalishi bilan maktab o'quvchilarining jismoniy tarbiya texnologiyasi. Sport-rekeratsion yo'nalishi bilan jismoniy tayorgarlik. O'quvchilarning harakat kun tartibini shakllantirishga yo'naltirilgan jismoniy tarbiya texnologiyasi. Jismoniy tarbiya o'qituvchisining innovatsion va pedagogik faoliyati. Jismoniy sifatlarni tarbiyalash. Sportning nazariy asoslari. Sport trenirovkasini tamoyillari. Sport bayramlarini va musobaqalarini tashkil qilish hamda o'tkazish metodikasi. Sport trenirovkasining vositalari va metodlari. Sportchini tayyorlash tizimi. Sportchini jismoniy, texnik va taktik tayyorgarligi. Sport trenirovkasini davrlash faoliyatining o'ziga xos xususiyatlari.

“SPORT VA HARAKATLI O‘YINLARNI O‘QITISH METODIKASI” fani bo‘yicha:

Harakatli o‘yinlarni kelib chiqish tarixi va rivojlanish bosqichlari. Harakatli o‘yinlarni turkumlari va pedagogik ahamiyati. Harakatli o‘yinlarni bolani yoshiga mos holda tanlash, tahlil qilish va o‘tkazish metodikasi. Harakatli o‘yinlarni tashkil qilish va o‘tkazish metodikasi. Sport bayramlarini o‘tkazishda harakatli o‘yinlardan foydalanish. Harakatli o‘yinlarni darsni asosiy qismiga mos holda tanlash va tahlil qilish. Kichik, o‘rta va katta yoshdagi bolalarga beriladigan harakatli o‘yinlarni o‘rgatish usullari. Estafetali harakatli o‘yinlarni o‘rgatish usullari. Nutqni rivojlantiruvchi harakatli o‘yinlarni o‘rgatish usullari. Suvda o‘ynaladigan harakatli o‘yinlarni o‘rgatish usullari. Darsdan tashqari o‘ynaladigan harakatli o‘yinlarni o‘rgatish usullari. Harakatli o‘yinlar orqali sport o‘yinlari elementlarini o‘rgatish usullari. Jismoniy sifatlarni rivojlantiruvchi harakatli o‘yinlarni o‘rgatish usullari. Sog‘lomlashtiruvchi hamda hordiq chiqaruvchi harakatli o‘yinlarni o‘rgatish usullari. Harakatli o‘yinlarni rejalashtirish va nazorat qilish. Harakatli o‘yinlarni o‘tkazish jarayonida sport anjomlari va inshootlaridan foydalanish. Sinfdan tashqari, kuni uzaytirilgan guruhlarda va sport bayramlari tadbirlarini o‘tkazish jarayonida halq o‘yinlaridan foydalanish.

Futbol o‘yining kelib chiqishi va rivojlanish tarixi. Futbol o‘yinini kelib chiqishi. Dastlabki uchrashuvlar. Futbolni Evropa davlatlariga tarqalishi. Olimpiada o‘yinlariga kiritilishi. FIFA va UEFA ni tuzilishi va ular raxbarligida musobaqalar. Dastlabki Jahon, Evropa va Olimpiada o‘yinlari haqida ma’lumot. O‘yin qoidalari. Maydon va jihozlarni o‘lchamlari haqida ma’lumotlarga ega qilish.

O‘zbekistonda futbol o‘yinini rivojlanishi. O‘zbekistonda futbol o‘yinini rivojlanishi va Vazirlar Maxkamasining O‘zbekistonda futbolni rivojlantirish to‘g‘risidagi qarori va uning ahamiyatlari haqida ma’lumotlarga ega qilish.

Futbol o‘yin texnikasini tasnifi. O‘yin texnikasini 2 ta bo‘limga bo‘linishi, harakatlanish texnikasi va to‘pni boshqarish texnikasi. Darvozabon o‘yin texnikasi o‘yin texnikasi bo‘limlardan guruhlariga bo‘linishi haqida ma’lumotlarga ega qilish.

Futbol o‘yin taktikasini tasnifi. O‘yin taktikasi haqida ma’lumot. O‘yin taktikasini bo‘linishi himoya va hujum taktikalari. Jamoa, guruh va yakka holda hujum va himoya taktikalari. Hujumga qarshi tez hujum taktikalari. Joylarini almashtirish, to‘psiz harakat qilishlari haqida ma’lumotlarga ega qilish.

Basketbol o‘yining kelib chiqishi va rivojlanish bosqichlari Basketbol o‘yinini vujudga kelishi. Dastlabki o‘yin qoidalari rivojlanish bosqichi. Dastlabki musobaqalar. FIBA ni tashkil topishi Jahon, Evropa va Olimpiada o‘yinlari (erkaklar va ayollar). O‘yin qoidalari. Maydon va jihozlarni o‘lchamlari. O‘zbekistonda basketbolni rivojlanishi. Mustaqillikdan so‘ng O‘zbekiston basketbolini jahon arenalarida tutgan o‘rni haqida ma’lumotlarga ega qilish.

Basketbol o‘yin texnikasi tasnifi. Basketbol o‘yin texnikasini bo‘linishi; harakatlanish texnikasi va to‘pni boshqarish texnikasi haqida ma’lumotlarga ega qilish.

Basketbol o‘yin taktikasi tasnifi. Taktika haqida tushancha hujum va himoya taktikalari. Jamoa bo‘lib, guruh va yakka holda hujum va himoya qilish taktikalari.

O'yin kombinatsiyalari. To'psiz va to'p bilan harakatlanayotgan raqibga qarshi hujum haqida ma'lumotlarga ega qilish.

Voleybol o'yinining kelib chiqishi va rivojlanishi. Voleybol o'yinini vujudga kelishi. Birinchi o'yin qoidalari. Voleybol o'yinini tarqalishi. Birinchi Jahon, Evropa, Jahon kubogi va Olimpiada o'yinlarini o'tkazilishi (ayollar va erkaklar o'rtasida). O'yin qoidalari. Maydon va jihozlarni o'lchamlari. O'zbekistonda voleybolni rivojlanishi. O'zbekiston voleybolini jahon arenalarida tutgan o'rni haqida ma'lumotlarga ega qilish.

Voleybol o'yinining qisqacha tarixi, o'yin texnika va taktikasini tasnifi. Voleybol o'yinining qisqacha tarixi, o'yin texnikasini bo'limlarga bo'linishi; harakatlanish texnikasi va to'pni boshqarish texnikasi. Harakatlanish texnikasi yurish, yugurish sakrash va buriqish priemlarini amalga oshirish. To'pni boshqarish texnikasi to'pni tepadan, pastdan uzatish va qabul qilish, to'pni har hil usulda ya'ni tepadan, pastdan yondan va sakrab o'yinga kiritish haqida ma'lumotlarga ega qilish.

Qo'l to'pi o'yinini kelib chiqishi va rivojlanishi. Qo'l to'pi o'yinini vujudga kelishi. Birinchi o'yin qoidalari. Qo'l to'pi o'yinini tarqalishi. Birinchi Jahon, va Olimpiada o'yinlarini o'tkazilishi (ayollar va erkaklar o'rtasida). O'yin qoidalari. Maydon va jihozlarni o'lchamlari. O'zbekistonda qo'l to'pi o'yinini rivojlanishi. O'zbekiston gandbolchilarini jahon arenalarida tutgan o'rni haqida ma'lumotlarga ega qilish.

Qo'l to'pi o'yin texnika va taktikasini tasnifi. Qo'l to'pi o'yin texnikasi maydon o'yinchisi va darvozabon o'yin texnikasiga bo'linishi. Hujum o'yini texnikasining tasnifi, harakatlanish va to'pni egallash texnikasi, himoya o'yini taktikasini tasnifi. Harakatlanish vaqtida to'pni egallash texnikasi. O'yin taktikasi. Himoya va hujum taktikasi. Jamoa bo'lib, guruh va yakka holda hujum qilish taktikalari, to'psiz va to'p bilan harakatlanish, maydon bo'ylab o'yinchilarni joylashishi va harakatlanishi haqida ma'lumotlarga ega qilish.

Sport musobaqa nizomi. Sport musobaqa nizomini tuzish tartiblari. Sport musobaqalarini o'tkazishning ahamiyati. Sport musobaqaning turlari. Sport musobaqaning asosiy turlari. Sport musobaqaning yordamchi turlari. Sport musobaqalarini o'tkazish usullari. Sport musobaqalarini o'tkazishning chiqib ketish (olimpiyskiy) usuli. Sport musobaqalarini o'tkazishning aylanma usuli. Sport musobaqalarini o'tkazishning aralash usuli.

Musobaqalar tashkil qilish va o'tkazish usullari. Sport turlari bo'yicha musobaqa nizomini tuzish, tashkil qilish, musobaqa o'tkazish usullarini ishlab chiqish va musobaqa jadvalini tuzish, o'yin taqvimini tuzish.

“YENGIL ATLETIKA VA UNI O'QITISH METODIKASI”

fani bo'yicha:

Yengil atletika va uni o'qitish metodikasi fanining maqsadi va vazifalari. Yengil atletika va uning turlari rivojlanishining tarixiy tavsifi. O'zbekistonning jismoniy tarbiya tizimida engil atletikaning o'rni. Oliy ta'lim muassasi talabalarining engil atletika fani bo'yicha bilim, ko'nikma, malakalarining shakllantirish va vatanparvarlik ruhida tarbiyalash, hayotning turli jabhalarida engil atletika vositalaridan samarali foydalanish. Yengil atletikaning rivojlanish tarixi haqida

ma'lumot, engil atletika bo'yicha musobaqalar o'tkazishda hakamlik qilish qoidalarini o'rgatish. Talabalarda engil atletika va uni o'rgatish metodikasi fanini o'tkazishda bo'lajak mutaxassislariga engil atletika mashg'ulotlarini tashkil qilish, engil atletika mashqlarni bolalarning yoshiga mos holda tanlash, jismoniy sifatlarni rivojlantirish va o'tkazishga o'rgatish.

Yengil atletika bo'limlari va ularning turkumlanishi. Yengil atletika turlari texnikasini o'rgatish. Yengil atletika bilan shug'ullantirishda umumiy rivojlantiruvchi hamda maxsus mashqlarini bajarishni o'rgatish. Yengil atletika bilan shug'ullantirish va uni o'rgatish asoslari. Yengil atletika mashg'ulotlarida qo'llaniladigan metodlarni o'rgatish. Ta'lim muassasalarida engil atletika mashg'ulotlarini tashkil qilish va o'tkazish. Sportcha yurish texnikasini o'rgatish metodikasi. Yugurish turlari texnikasini o'rgatish metodikasi. Sakrash turlari texnikasini o'rgatish metodikasi. Uloqtirish turlari texnikasini o'rgatish metodikasi. Ko'p kurash turlari texnikasini o'rgatish metodikasi. Yengil atletika bo'yicha o'quv ishlarini tashkil qilish, rejalashtirish va hisobini yuritish. Yengil atletika bo'yicha sport inshootlari, jihozlari va ularni ishlatish. Yengil atletika bo'yicha musobaqalarni tashkil qilish va o'tkazish, musobaqalardagi hujjatlar va hakamlik ishi. Yengil atletika turlari texnikasini o'rgatish. Yengil atletika bilan shug'ullantirishda umumiy rivojlantiruvchi hamda maxsus mashqlarini bajarishni o'rgatish. Yengil atletika bilan shug'ullantirish va uni o'rgatish asoslari. Yengil atletika bilan shug'ullantirishda umumiy rivojlantiruvchi hamda maxsus mashqlarini bajarishni o'rgatish. Yengil atletika bilan shug'ullantirish va uni o'rgatish asoslari

110000 – Pedagogika ta'lim sohasi negizidagi:

5A112001 – Jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlari nazariyasi va metodikasi magistratura mutaxassisliklariga kiruvchilar uchun maxsus (ixtisoslik) fanlaridan kirish testlarini o'tkazish tartibi va baholash mezon

Ixtisoslik fanlari bo'yicha magistratura mutaxassisligiga kiruvchi abituriyentlar uchun imtihon ko'p variantli test shaklidagi sinovo'tkaziladi. Bunda test savollari 50 ta bo'lib, shundan: mutaxassislik fanlaridan 30 ta test savoli, psixologiya fanidan 10 ta va pedagogika fanidan 10 ta test savollari qo'yiladi.

Test sinovlarini o'tkazish uchun uch (akademik) soat vaqt beriladi.

Ixtisoslik fanlaridan magistratura kirish test sinovlaridagi har bir savoldan talabalar bilimi quyidagi mezon asosida baholanadi:

- mutaxassislik fanlaridan berilgan har – bir savolga to'g'ri javoblar belgilanganda **60 ball** bilan baholanadi (bunda har – bir to'g'ri javob uchun 2 ball beriladi);

- psixologiya fanidan berilgan har – bir savolga to'g'ri javoblar belgilanganda **20 ball** bilan baholanadi (bunda har – bir to'g'ri javob uchun 2 ball beriladi);

- pedagogika fanidan berilgan har – bir savolga to'g'ri javoblar belgilanganda **20 ball** bilan baholanadi (bunda har – bir to'g'ri javob uchun 2 ball beriladi);

- umumiy Ixtisoslik fanlari bo'yich 50 ta savollar mavjud bo'lib, bunda har – bir to'g'ri javob uchun 2 ball beriladi va umumiy – **100 ballni** tashkil qiladi;

- berilgan test savollari bo'yicha abiturent to'plaganga ballar ko'rsatkichi 55 % dan kam bo'lsa, u abiturent test sinovlaridan o'tmagan hisoblanadi.

Ixtisoslik fanlaridan kirish test sinovlari bo'yicha umumiy o'zlashtirish ko'rsatkichi **0 dan 100 balgacha** baholanadi (86-100 ball – a'lo, 71-85 ball – yaxshi, 55-70 ball – qoniqarli, 0-54 ball – qoniqarsiz).

ESLATMA: Kirish test sinovlari jarayonida qo'yilgan ballardan norozi bo'lgan abituriyentlar yakuniy davlat attestatsiyasi baholari e'lon qilingan kundan e'tiboran 24 soat vaqt maboynda appelyatsiya komissiyasiga murojaat qilishga haqli. Imtihon komissiyasi va abituriyent o'rtasida baholash ballari bo'yicha yuzaga kelishi mumkin bo'lgan muammolar maxsus appelyatsiya komissiyasi tomonidan ko'rib chiqiladi hamda qabul komissiyasi raisi bilan kelishilgan holda hulosaga kelinadi.

Foydalanilgan asosiy adabiyotlar ro'yxati:

Asosiy adabiyotlar:

1. Maxkamdjanov K.M. Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi // Tashkent, 2008.
2. Maxkamdjanov K.M., Nurmatov F.A., Inozemseva L.A., Rustamov L. Sport bayramlarini tashkil qilish va o'tkazish metodikasi // Toshkent, 2008.
3. Юнусова Ю.М. Теория и методика физической культуры // Ташкент, 2007.
4. Юнусова Ю.М. Основы методики физической культуры // Ташкент, 2005.
5. Abdullaev A., Xonkeldiev Sh. Jismoniy tarbiya nazariyasi va metodikasi // Toshkent, O'zbekiston Davlat jismoniy tarbiya instituti, 2005.
6. Livisskiy A.N. Maktabgacha yoshdagi bolalarni jismoniy tarbiya nazariyasi va metodikasi // Toshkent, 1995.
7. Salomov R.S. Sport mashg'ulotning nazariy asoslari // Toshkent, O'zbekiston Davlat jismoniy tarbiya instituti, 2005.
8. Goncharova O.V. Yosh sportchilarning jismoniy qobiliyatlarini rivojlantirish // Toshkent, O'zbekiston Davlat jismoniy tarbiya instituti, 2005.
9. Maxkamdjonov K.M., Tulenova X.B. Jismoniy tarbiya nazariyasi va metodikasi // Toshkent, TDPU, 2001-2002.
10. Ayrapetyants L.R. Voleybol // O'zDJTI, 2005.
11. Rasulov O.T. Basketbol // Toshkent, 1998.
12. Xo'jaev F., Raximqulov K.D., Nigmanov B.B. Sport va harakatli o'yinlar va o'qitish metodikasi (Harakatli o'yinlar), Toshkent, 2008.
13. Xo'jaev F., Nigmanov B.B., Raximqulov K.D. Sport va harakatli o'yinlar va o'qitish metodikasi (Sport o'yinlar) // Toshkent, 2008.
14. Pavlov Sh va boshqalar. Gandbol // Toshkent, 2005.
15. Akromov R ning tahriri ostida. Futbol // Toshkent, 2006.
16. Maxkamdjanov K.M. Futbol o'yin texnikasi // Toshkent (metodik qo'llanma), 1999.

Qo'shimcha adabiyotlar:

1. Rasulov O.T. Basketbol o'yinning rasmiy qoidalari // Toshkent (metodik

qo'llanma), 1993.

2. Блинков В.В. Спортивные игры и методика преподавания // Ташкент (Учебное пособие), 2001, С. 200.

3. Nigmanov V.V., Xo'jaev F., Raximqulov K.D. Sport o'yinlari va uni o'qitish metodikasi // Ilm-Ziyo nashriyoti, Toshkent, 2011.

4. Нормуродов А.Н. Енгил атлетика // Ўқув қўлланма, Тошкент, 2002 йил.

5. Ниязов И. Енгил атлетика // Ўқув қўлланма, Фарғона, 2005 й.

6. R.Qudratov Yengil atletika // O'quv qo'llanma, Toshkent, 2012 yil.

7. Смирнова Л.С., Усмонов Х.А., Азизов С.В., Тожимирзаев Г.С. “Спортивно-педагогическое совершенствование по легкой атлетике”, (методическая разработка). Наманган, 1991 г.

8. Синякина О.Ф. “Тренировка в беге на 400 метров с барерами” (Методическая указание). Ташкент, 2005 г.

9. Tulenova X.B., Malinina N.N., Inozemsteva L.A. “Umumrivojlantiruvchi mashqlarni (URM) o'rgatish metodikasi” // O'quv qo'llanma, Toshkent, 2005 y.

Elektron ta'lim resurslari:

1. www.pedagog.uz
2. www.ziyonet.uz
3. www.edu.uz
4. www.sport.uz
5. www.cspi.uz