**O‘ZBEKISTON RESPUBLIKASI**
**OLIY TA’LIM, FAN VA INNOVATSIYALARVAZIRLIGI**

**SAMARQAND DAVLAT VETERINARIYA MEDITSINASI, CHORVACHILIK VA BIOTEXNOLOGIYALAR UNIVERSITETI**

**“TASDIQLAYMAN”**

O‘quv ishlari bo‘yicha prorektor
A.A.Elmurodov
2024 yil “08” 29

**JISMONIY TARBIYA VA SPORT**

**FANI BO‘YICHA**

# SILLABUS

**Sirtqi bo‘lim uchun**

| | |
|---|---|
| **Bilim sohasi:** | 800000- Qishloq, o‘rmon, baliq xo‘jaligi va veterinariya |
| **Ta’lim sohasi:** | 840000 -Veterinariya |
| **Ta’lim yo‘nalishi:** | 60840200-Veterinariya farmatsevtikasi<br>60840300-Veterinariya sanitariya ekspertizasi |

**Samarqand –2024**

**Modul / FAN SILLABUSI**
**Sirtq bo'lim**
**60840200-Veterinariya farmatsevtikasi**
**60840300-Veterinariya ta'lim yo'nalishlari uchun**

| | |
|---|---|
| **Fan nomi:** | *Jismoniy tarbiya va sport* |
| **Fan turi:** | Majburiy |
| **Fan kodi:** | JTS1204 |
| **Yil:** | 2024-2025 |
| **Semestr:** | 1 |
| **Ta'lim shakli:** | Sirtqi |
| **Mashg'ulotlar shakli va semestrga ajratilgan soatlar:** | 120 |
| Ma'ruza | - |
| Amaliy mashg'ulotlar | 20 |
| Laboratoriya mashg'ulotlari | - |
| Seminar | - |
| Mustaqil ta'lim | 100 |
| **Kredit miqdori:** | 4 |
| **Baholash shakli:** | Imtihon |
| **Fan tili:** | O'zbek |

| **Fan maqsadi (FM)** | |
|---|---|
| **FM1** | Talabalarni jismoniy tarbiyalashning maqsadi shaxsning jismoniy madaniyatini shakllantirishdir, bu esa o'z navbatida shaxsning ijtimoiy va kasbiy faoliyatga tayyorligi, sog'lom turmush tarziga rioya etish, muntazam ravishda jismoniy barkamolikka erishishga intilishni ta'minlaydi. |

| **Fanni o'zlashtirish uchun zarur boshlang'ich bilimlar** | |
|---|---|
| **1.** | Biologiya |
| **2.** | Odam anatomiyasi |
| **3** | Odam fiziologiyasi |

| **Ta'lim natijalari (TN)** | |
|---|---|
| | ***Bilimlar jihatidan:*** |
| **TN1** | jismoniy tarbiya va sport fanidan o'quv jarayonida olgan bilimlarni kundalik hayotda qo'llay olish; |
| **TN2** | faol va sog'lom turmush tarzini olib bora olish; |
| **TN3** | kasbiy faoliyatda,muntazam ravishda jismoniy faollikni rivojlantirishni bilish va ulardan foydalana olishi; |

| | |
|---|---|
| **Taqrizchilar:** | **1.** To'raqulov I. R. O'zbekiston-Finlandiya pedagogika intituti Sport turlarini o'qitish metodikasi kafedrasi mudiri, dotsent<br>**2.** Axtamov J.B. Samarqand Iqtisodiyot va servis instituti "Jismoniy tarbiya" kafedrasi mudiri, katta o'qituvchi |

Mazkur Sillabus universitet o'quv-uslubiy Kengashning 2024 yil 29 avgustdagi 1-sonli yig'ilishi bayoni bilan maqsqullangan.

Mazkur Sillabus "Ijtimoiy-gumanitar fanlar, jismoniy madaniyat va sport" kafedrasining 2024 yil 28- avgustdagi 1- sonli yig'ilishi bayoni bilan tasdiqlangan.

**O'quv-uslubiy boshqarma boshlig'i:** R.Ro'ziqulov

**Kafedra mudiri:** N.Narziyeva

**Tuzuvchilar:** A.Tuvalov

A. Mirzayev

A.Xomidov

A.Imomov

qilishda ilmiy va mantiqiy chalkashliklarga yo'l qo'ymasa;
- fanning mazmunini amaliy ahamiyatini tushingan bo'lsa;
- fan bo'yicha berilgan vazifa va topshiriqlarni o'quv dasturi doirisida bajarsa;
- fan bo'yicha berilgan savollarga to'g'ri javob beraolsa;
- fan bo'yicha konspektini puxta shakllantirgan bo'lsa;
- fan bo'yicha mustaqil topshiriqlarni to'liq bajargan bo'lsa;
- fanga tegishli qonunlar va boshqa me'yoriy xujjatlarni o'zlashtirgan bo'lsa.
- **v) 3 baho olish uchun talabaning bilim darajasi quyidagilarga javob berishi lozim:**
- fan haqida umumiy tushunchaga ega bo'lsa;
- fandagi mavzularni tor doirada yoritib, bayon qilishda ayrim chalkashliklarga yo'l qo'yilsa;
- bayon qilish ravon bo'lmasa;
- fan bo'yicha savollarga mujmal va chalkash javoblar olinsa;
- fan bo'yicha matn puxtas hakllantirilmagan bo'lsa.
- **g) quyidagi hollarda talabaning bilim darajasi qoniqarsiz 2 baxo bilan baholanishi mumkin:**
- fan bo'yicha mashg'ulotlarga tayorgarlik ko'rilmagan bo'lsa;
- fan bo'yicha mashg'ulotlarga doir hech qanday tasavvurga ega bo'lmasa;
- fan bo'yicha matnlarni boshqalardan ko'chirib olganligi sezilib tursa;
- fan bo'yicha matnda jiddiy xato va chalkashliklarga yo'l qo'yilgan bo'lsa;
- fanga doir berilgan savollarga javob olinmasa;
- fanni bilmasa.

**Fan o'qituvchisi haqida ma'lumot**

| | |
|---|---|
| **Mualliflar:** | Tuvalov A.B. SamDVMCHBU, "Ijtimoiy-gumanitar fanlar, jismoniy madaniyat va sport" kafedrasi katta o'qituvchisi.<br>Mirzayev A.X. SamDVMCHBU, "Ijtimoiy-gumanitar fanlar, jismoniy madaniyat va sport" kafedrasi katta o'qituvchisi.<br>Imomov A.A. SamDVMCHBU, "Ijtimoiy-gumanitar fanlar, jismoniy madaniyat va sport" kafedrasi o'qituvchisi.<br>Xomidov A.A. SamDVMCHBU, "Ijtimoiy-gumanitar fanlar, jismoniy madaniyat va sport" kafedrasi o'qituvchisi. |
| **E-mail:** | AsliddinSE87@gmail.com |
| **Tashkilot:** | Samarqand davlat veterinariya meditsinasi, chorvachilik va biotexnologiyalar universiteti "Ijtimoiy-gumanitar fanlar, jismoniy madaniyat va sport" kafedrasi |

| | |
|---|---|
| **TN4** | inson organlarning bir-biri bilan aloqadorlikda joylashish xususiyatlarini bilishi kerak; |
| | ***Ko'nikmalar jihatidan:*** |
| **TN5** | shaxsiy xususiyatlar va psixofizik qobiliyatlar, sog'liqni saqlash va mustahkamlash ko'nikmalariga ega bo'lish; |
| **TN6** | oilada va jamiyatda sog'lom turmush tarzi hamda jismoniy tarbiya asoslarini tushuntirish, tarqatish; |
| **TN7** | mustaqil ravishda jismoniy mashg'ulat bilan shug'ulanish ko'nikmalariga ega bo'lish; |
| **TN8** | biror bir sport turidan musobaqa tashkil etish ko'nikmalariga ega bo'lish; |

| **Fan mazmuni** | |
|---|---|
| **Mashg'ulotlar shakli: amaliy mashg'ulotlar (A)** | |
| **A1** | Turgan joydan uzunlikka sakrash texnikasini o'rgatish. |
| **A2** | Nazorat meyorlarini qabul qilish. Turgan joydan uzunlikka sakrash.ish. |
| **A3** | Ertalabki gigiyenik badantarbiya mashqlarni bajarish texnikasini o'rgatish. |
| **A4** | Nazorat meyorlarini qabul qilish. Ertalabki gigiyenik badantarbiya mashqlarini bajarish. |
| **A5** | Basketbol to'pini savatga tashlash (marta) |
| **A6** | Nazorat meyorlarini qabul qilish Basketbol to'pini savatga tashlash (marta) |
| **A7** | Voleybol to'pini o'yinga kiritish zonalarga tushirish (marta) |
| **A8** | Nazorat meyorlarini qabul qilish.<br>Voleybol to'pini o'yinga kiritish zonalarga tushirish (marta) |
| **A9** | Tayanib yotgan holatda qo'llarni bukib yozish (marta) |
| **A10** | Nazorat meyorlarini qabul qilish<br>Tayanib yotgan holatda qo'llarni bukib yozish (marta) |

| **Mustaqil ta'lim(MT)** | | |
|---|---|---|
| 1 | Ertalabki gigiyenik gimnastika (EGG) majmuasini o'zlashtirish | 4 |
| 2 | Darsdan bo'sh vaqtlarda nazorat meyorlariga tayyorgarlik ("Jismoniy tarbiya va sport" o'qituvchilari bilan kolsultasiyalar) | 4 |
| 3 | Tananing jismoniy holatini nazorat qilish uslibiyatini o'zlashtir | 4 |
| 4 | Xar xil darajadagi sport musoboqalarida, jismoniy-sog'lomlashtiruvchi va ommaviy sport tadbirlarida ishtirok etish. | 6 |
| 5 | Sport va jismoniy mashiqlar bilan shug'ullanishda o'zini-o'zi nazorat qilish usullarini o'zlashtirish. O'zini nazorat qilish kundaligini olib borish. | 4 |
| 6 | Har-xil mushaklar guruxi uchun mashqlar majmuasini tuzish. | 6 |

| | | |
|---|---|---|
| 7 | Jismoniy madaniyat va sog'lom turmush tarzining ilmiy-amaliy asoslarini bilish. | 6 |
| 8 | Sport mahoratini oshirish. | 4 |
| 9 | Ertalabki badantarbiya mashqlari bilan tanishish. | 4 |
| 10 | Tezlik sifatlarini rivojlantirish. | 6 |
| 11 | Chidamlilik sifatlarini tarbiyalash. Har kuni mashq bajarish. | 6 |
| 12 | Kuchlilik sifatlarini rivojlantirish. | 6 |
| 13 | Mustaqil jismoniy tayyorgarlik uchun maxsus kompleks mashqlarni tanlash. | 6 |
| 14 | Egiluvchanlik sifatlarini rivojlantirish. | 6 |
| 15 | Chaqqonlik sifatlarini rivojlantirish. | 6 |
| 16 | Sakrovchanlik sifatlarini rivojlantirish. | 6 |
| 17 | Sport o'yinlari turlari bilan mustaqil shug'ullanish. | 4 |
| 18 | Harakatli o'yinlar haqida umumiy tushunchaga ega bo'lish. | 6 |
| 19 | Yengil atletika haqida umumiy tushunchaga ega bo'lish. | 6 |
| **Jami:** | | **100 soat** |

| | |
|---|---|
| **Asosiy adabiyotlar** | |
| 1 | Salomov R.S. Jismoniy tarbiya nazariyasi va uslubiyoti. Darslik, "ITA PRESS" nashriyoti. Toshkent. 2014 yil. |
| 2 | Tashpulatov F.A. Jismoniy tarbiya va sport. O'quv qo'llanma, O'zbekiston faylasuflari milliy jamiyati. Toshkent 2019 yil. |
| 3 | T. Xoldorov, B.A.Bo'riboyev, O.E.Muqimov Jismoniy tarbiya sihat-salomatlik. O'quv qo'llanma, Iqtisod va moliya. Toshkent 2008 yil. |
| 4 | Normurodov A.N. Jismoniy tarbiya. "Tafakkur-Bo'stoni". Toshkent 2011 yil. |
| **Qo'shimcha adabiyotlar** | |
| 1 | Mirziyoyev Sh.M. Yangi O'zbekistonda erkin va farovon yashaylik. "Toshkent, "Tasvir" nashriyot uyi, 2021 yil. – 52 bet. |
| 2 | Mirziyoyev Sh.M. Insonparvarlik, ezgulik va bunyodkorlik-milliy g'oyamizning poydevoridir. Toshkent, "Tasvir" nashriyot uyi, 2021 yil. – 36 bet. |
| 3 | Mirziyoyev Sh.M. Yangi O'zbekiston taraqqiyot strategiyasi. Toshkent, "O'zbekiston" nashriyoti, 2022 yil. – 416 bet. |
| 4 | O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2019-yil 28-martdagi "Veterinariya va chorvachilik sohasida davlat boshqaruvi tizimini tubdan takomillashtirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi PF-5696 son Farmoni. |
| 5 | O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2022-yil 31-martdagi "Veterinariya va chorvachilik sohasida kadrlar tayyorlash tizimini tubdan takomillashtirish to'g'risida"gi PQ-187-son qarori. |
| 6 | Юнусов Т.Т. «Твое здорове – в твоих руках» Методичекое пособие специальным тестам "Алпомиш и Барчиной" оперделающим уровен физической подготовленности и здоровя насиления Узбекистана. Ташкент, 2002-54 ст. |
| 7 | Эрдонов О.Л. Оздоровительная физическая культура в ситеме оздоровительного процесса по физическому воспитанию студентов. Учебное пособие. Ташкент, 2012 год. |
| 8 | T.T Yunusov., Yu.M. Yunusova.," Alpomish" va "Barchinoy" maxsus testlari bo'yicha uslubiy qo'llanma. Toshkent, 2004 yil. |
| 9 | Yusupov K.T. Kurash xalqaro qoidalari, texnikasi va taktikasi. Ilmiy uslubiy – amaliy qo'llanma. Toshkent, 2005 yil. |
| 10 | Nurimov R.I. Futbol. Toshkent, 2005 yil. |
| 11 | Ayrapetyans L.R. Voleybol. O'quv qo'llanma, Toshkent, 2006 yil. |
| 12 | Akramov J.A. Gandbol. Toshkent, 2008 yil. |
| 13 | Raximkulov K.D. Milliy haraqatli o'yinlar. O'quv qo'llanma. Toshkent, 2012 yil. |
| 14 | Пулатов А.А., Ашуркова С.Ф. Спортивные и подвежные игри (волейбол) Учебное пособие. Ташкент, 2018 год. |
| **Axborot manbaalari** | |
| 1 | www.ziyonet.uz – Образовательный портал Республики Узбекистан. |
| 2 | www.nuu.uz –Официалный сайт Национального Университета Узбекистана. |

**Talabaning fan bo'yicha o'zlashtirish ko'rsatkichini nazorat qilishda quyidagi mezonlar tavsiya etiladi:**

**a) 5 baho olish uchun talabaning bilim darajasi quyidagilarga javob berishi lozim:**

- Fanning moxiyati va mazmunini to'liq yorita olsa;
- Fandagi mavzularni bayon qilishda ilmiylik va mantiqiylik saqlanib, ilmiy xatolik va chalkashliklarga yo'l qo'ymasa;
- Fan bo'yicha mavzu materiallarining nazariy yoki amaliy ahamiyati haqida aniq tasavvurga ega bo'lsa;
- Fan doirasida mustaqil erkin fikrlash qobiliyatini namoyon eta olsa;
- Berilgan savollarga aniq va lo'nda javob bera olsa;
- Konspektga puxta tayyorlangan bo'lsa;
- Mustaqil topshiriqlarni to'liq va aniq bajargan bo'lsa;
- Fanga tegishli qonunlar va boshqa me'yoriy-xuquqiy xujjatlarni to'liq o'zlashtirgan bo'lsa;
- Fanga tegishli mavzulardan biri bo'yicha ilmiy maqola chop ettirgan bo'lsa;
- Tarixiy jarayonlarni sharxlay bilsa;
- **b) 4 baho olish uchun talabaning bilim darajasi quyidagilarga javob berishi lozim:**
- fanning mohiyati va mazmunini tushungan, fandagi mavzularni bayon