E'LON

Hurmatli Jismoniy madaniyat professor-o'qituvchilari! "Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi" kafedrasi o'qituvchisi Xaydarov Ilhomning 13.05.2022-yil 3-juftlikda soat 11:30da "Milliy sport turlari va xalq o'yinlari o'rgatish metodikasi" fanidan "Tezkorlikni rivojlantiruvchi milliy harakatli o'yinlar mazmuni va qoidalari bilan tanishtirish va ularni o'tkazish uslubiyati (Lanka, qirq tosh, bo'ron, Kun va tun, uchunchisi ortiqcha, olib qochar" mavzusida Ochiq dars mashg'ulotiga barchangizni taklif etamiz.

Dars mashg'uloti o'tkazildigan joy: sport maydoni.

kafedra mudri: dots: Sh.Atamurodov

O‘ZBEKISTON RESPUBLIKASI OLIY VA O‘RTA MAXSUS TA’LIM VAZIRLIGI

A.QODIRIY NOMLI JIZZAX DAVLAT PEDAGOGIKA INSTITUTI

JISMONIY MADANIYAT NAZARIYASI VA METODIKASI KAFEDRASI

Milliy sport turlari va xalq o’yinlarini o’rgatish metodikasi fani bo’yicha bakalavr 2 -kurs

920-20(212) guruh uchun “Ochiq dars” mashg‘uloti

ishlanmasi

Jizzax-2022 yil.

Darsning kirish qismi (15-20 minutgacha)

Milliy sport turlari va xalq o'yinlarini o'rgatish metodikasi darsining kirish qismida talabalar bilan salomlashishi, navbatchi talabadan davomatni qabul qilish, kechagi mavzuni bir takrorlab olish, bugungi mavzuni e'lon qilish, mavzu bo'yicha rejalarni tanishtirish va foydalaniladigan adabiyotlarni aytib o'tishdan iborat.

Darsning asosiy qismi (45-50 minutgacha)

Mavzu: Tezkorlikni rivojlantiruvchi milliy harakatli o'yinlar mazmuni va qoidalari bilan tanishtirish va ularni o'tkazish
(torishmachoq,olib qochar, insiz quyon,bo'ron,qirq tosh).

1.1. Ta'lim berish texnologiyasining modeli

1.2. Amaliymashg'ulotning texnologik xaritasi

***Mashg'ulot vaqti*-2 soat**	**Talabalar soni:**
Mashg'ulot shakli	**Amaliy:** guruhli
Amaliy mashg'ulot rejasi	1. Tezkorlikni rivojlantiruvchi milliy harakatli o'yinlar bolani yoshiga mos holda tanlash usullari. 2. Milliy xalq o'yinlari qoidalari bilan tanishtirish va ularni o'tkazish . 3. "torishmachoq,qopqon, insiz quyon,bo'ron" milliy xalq o'yinlari qoidalari bilan tanishtirish va o'rgatish.
O'quv mashg'ulotining maqsadi: Kuchni rivojlantiruvchi sport turlari mazmuni va milliy xalq o'yinlari qoidalari bilan tanishtirish va ularni o'tkazish, milliy xalq o'yinlarni bolani yoshiga mos holda tanlash, yosh xususiyatlarini hisobga olish, milliy xalq o'yinlari qoidalari bilan tanishtirish va ularni o'tkazish, kichik, Kuchni rivojlantiruvchi milliy xalq o'yinlarni bolani yoshiga mos holda tanlash usullari mazmuni va o'tkazish metodikasi haqida amaliy bilimlarga ega qilish.	
Pedagogik vazifalar: • Tezkorlikni rivojlantiruvchi milliy harakatli o'yinlar bolani yoshiga mos holda tanlash usullari haqida ma'lumotlar berish. • . Milliy xalq o'yinlari qoidalari bilan tanishtirish va ularni o'tkazish o'rgatish. • "torishmachoq,qopqon, insiz quyon,bo'ron" milliy xalq o'yinlari qoidalari bilan tanishtirish va ularni o'tkazish va o'rgatish. • Emotsional holatni boshqarish va diqqatni faollashtirish uchun milliy harakatli o'yinlardan foydalanishni o'rgatish.	*O'quv faoliyati natijalari:* • Tezkorlikni rivojlantiruvchi milliy harakatli o'yinlar bolani yoshiga mos holda tanlash usullari ma'lumotlarga ega bo'lish. • Milliy xalq o'yinlari qoidalari bilan tanishtirish va ularni o'tkazish • "torishmachoq,qopqon, insiz quyon,bo'ron" milliy xalq o'yinlari qoidalari bilan tanishtirish va o'rgatish haqida ma'lumotlarga ega bo'lish. • Emotsional holatni boshqarish va diqqatni faollashtirish uchun milliy harakatli o'yinlardan foydalanishni bilish
Ta'lim berish usullari	O'yin, Musobaqa, tushuntirish
Ta'lim berish shakllari	Amaliy, ko'rsatmalilik, tushuntirish.
Ta'lim berish vositalari	O'quv qo'llanma, "Harakatli o'yinlar"ni aks ettiruvchi rasmlar va qoidalar.
Ta'lim berish sharoiti	Sport zal, maydonchalar va sport anjomlari

Monitoring va baholash	Og'zaki nazorat: savol-javob, amaliy ish bajarish.

Ish bosqichlari va vaqti	Faoliyat mazmuni	
	Ta`lim beruvchi	**Ta`lim oluvchilar**
1. Tayyorgarlik bosqichi (15-daqiqa)	1.1. Saflantirish, davomatni aniqlash, talabalar sport kiyimlarini nazorat qilish. 1.2. Amaliy mashg'ulot mavzusi, uning maqsadi va o'quv faoliyati natijalari bilan tanishtiradi. 1.3. Mavzu bo'yicha adabiyotlar ro'yxatini berib, ularga qisqacha ta`rif beradi. 1.4. Talabalar o'quv faoliyatini baholash mezoni bilan tanishtiriladi. 1.5. 5-6 daqiqalik erkin yugurish, URM bajarish va maxsus yugurish mashqlarini bajarish	Tinglaydilar Tinglaydilar. Tinglaydilar Tinglaydilar Talabalar berilgan amaliy mashqlarni bajaradilar.
2. Asosiy bosqich (50-daqiqa)	2.1. Tezkorlikni rivojlantiruvchi milliy harakatli o'yinlar bolani yoshiga mos holda tanlash usullari 2.2. "torishmachoq" milliy xalq o'yinlari qoidalari bilan tanishtirish va o'rgatish. 2.3. "qopqon" milliy harakatli o'yinini mazmuni bilan amaliy tanishish 2.4. "insiz quyon " milliy harakatli o'yinini mazmuni bilan amaliy tanishish 2.5. "bo'ron" milliy harakatli o'yinini mazmuni bilan amaliy tanishish..	Amalda bajarib ko'nikma hosil qiladilar. Amalda bajarib ko'nikma hosil qiladilar. Amalda bajarib ko'nikma hosil qiladilar. O'yin qoidalari asosida o'quv o'yinida hosil qilingan ko'nikmalarini sinovdan o'tkazadilar.
3. Yakuniy bosqich (15-daqiqa)	3.1. Dastlabki holatga qaytish uchun amaliy mashqlar berish. 3.2. Mustaqil ko'nikma hosil qilish uchun amaliy mashg'ulot davomida bajarilgan buyumlar va buyumlarsiz mashqlarni takrorlash.	Bajaradilar Mustaqil ravishda uyga berilgan vazifani bajaradilar.

Tortishmachoq

O'yinni sport maydonchasida, zalda yoki o'tloq joyda o'tkazish mumkin.

O'yinning tavsifi. Yerga kattaligi 6x10 metrli to'g'ri to'rtburchak chiziladi. O'ynovchilar ikki jamoaga bo'linadilar. Ulardan birining o'yinchilari — "qurbaqalar" shaharda, ya'ni to'rtburchak ichida, ikkinchi jamoa o'yinchilari to'rtburchak tashqarisida turadilar.

Hamma o'yinchilar cho'qqayib o'tiradilar. O'yin rahbari signal berishi bilan ichkaridagi qurbaqalar cho'qqayib o'tirgan holdn qo'llari bilan quloqlarini ushlab "vaq-vaq-vaq" deb qichqirib, qarshi jamoa tomoniga sakrab-sakrab yurib ketadilar. Ular qarshi jamoa o'yinchilariga yaqinlashgach, ikki jamoa o'yinchilari o'rtasida bir- birini o'z tomoniga tortib o'tkazish uchun kurash boshlanadi. O'yin u yoki bu tomonga, ya'ni shahar ichiga yoki tashqarisiga tortib o'tkazilgan o'yinchilar soniga qarab yakunlanadi.

O 'yinning qoidalari. 1. O'yin rahbari signal berishi bilan qarshi jamoa tomonga cho'qqayib o'tirgan holdagina sakrab-sakrab kelish , mumkin. 2. O'yinchilar o'z tomoniga tortishda bir-biriga yordatn berishi mumkin. 3. Bir-bixini tortish vaqtida o'rindan turish mumkin emas. O'yin jamoalaming biri ikkinchi jamoa o'yinchilarining ko'pchiligini o'z tomoniga tortib o'tkazgach, to'xtatiladi.

Metodik кo'rsatmalar. Bu o'yin V-YIII sinf o'quvchilari uchun tavsiya qilinadi. O'yindagi asosiy harakat cho'qqayib o'tirgan holda sakrab-sakrab yurishdir. O'yinda qarshilik ko'rsatish, kurashish paytlari ham bo'lishi kerak. O'yinda muvaffaqiyat qozonish o'quvchilaming o'z harakatlarini moslashtirishlariga bog'liq bo'ladi. O'zi asirga tushmay, asir olishga erishish uchun yaxshi o'ylab, chaqqon harakat qilish kerak. O'yin, ayniqsa, baqalardan ko'proq kuch sarflashni talab qiladi. Bu o'yinni ochiq havoda, o'tloq joyda o'tkazish lozim.

Bo'ron

O'yinga tayyorlanish. O'yin keng maysazor maydonda, sport zalida yoki sport maydonida o'tkazilsa ham bo'ladi. Bolalar ikki jamoaga ajratilib, maydon yoki zalning bir tomoniga saflanib turadilar. "Bo'ron" o'yiniga 300-500 gramm keladigan belboqqa tugilgan, bir uchi qo'l bilan ushlashga qulay tuguncha bo'lishi lozim. Maydonning bir chekkasiga 1,5 ***m*** chamasi doira chiziladi.

O'yinning tavsifi. O 'yin hakamni tugunchani kamida 30 ***m*** masofaga uloqtirishi bilan boshlanadi. Jamoa a'zolari yugurishib tugunchani olishadi. So'ngra bir-birlariga uzatishib, doira-marraga olib kelib tashlashi kerak. O'yinda tugunchani birinchi bo'lib marraga tashlagan jamoa g'olib bo'ladi.

O'yinning qoidalari. Bu o'yin AQSh sport turi — regbiga o'xshab ketganligi uchun o'yinchilar tugunchani bir oz ishlatib tortib olishlari mumkin. Turtish, siltash, chalish, kiyimidan ushlash man etiladi.

Pedagogik ahamiyat. Bu o'yin aniq harakatni, chaqqonlikni, uzoqqa otishni, uloqtirishni, kuchni rivojlantirishga yordam beradi. O'yin harakatni o'zaro mosligini rivojlantiradi. O'yinni o'ziga xos harakatli —uloqtirish.

"Insiz quyon"

O'yinga tayyorgarlik. Har bir o'yinchi - "quyonni" qo'lida bitta- dan basketbol to‘pi bo‘ladi. Zalni yoki maydonchani bir tomonidan quyonchalarni sonidan 2-3 ta kam bo'lgan avtomobil pokrishkalari (uy) qo‘yib chiqiladi.

0‘yinning tavsifi. 0‘qituvchining signali bo‘yicha zalni yoki maydonchani ikkinchi yarmida barcha o'yin qatnashchilari topshiriq bo'yicha to ‘pni olib yurishni bajaradilar:

0‘yin qoidalari. 1. To‘pni turgan joyda olib yurish (navbat bilan o‘ng va chap qo‘lda bajariladi). 2. Turgan joyda yerga urilib qaytgan to ‘pm balandligini o‘zgariirib olib yurish (cho'qqayib o'tirgan holatda). 3. To'pni doira bo'ylab olib yugurish, bunda o'yinchi turgan joyda aylanishni bajaradi. 4. 0‘yinchi to‘pni bitta nuqtada aylana bo'ylab harakat qilib olib yurish. 5. To‘pni yo'nalishini o‘zgartirib, ustunchalami aylanib o ‘tish bilan olib yurish.

Q‘qituvchi o'yinchilar birorta vazifani bajarish vaqtida hushtak chalishi bilan quyonlar to'pni olib yurish bilan inni egallaydilar yoki turib olishlari kerak. Kimda-kim inga tura olmasa yoki ota olmasa, u jarima ochko oladi. Agarda kim to'pni olib yurish qoidasini buzgan (ikki qo‘l bilan olib yursa, yugurib ketsa) o‘yinchilarga ham jarima ochko beriladi. 0‘qituvchining buyrug'i bilan quyonchalar yana; polizda o‘ynashga qaytadilar (vazifa bo'yicha to ‘pni olib yurishni bajaradi). O‘yin bir necha marta takrorlanadi. Eng kam ochko olgan o'yinchilar o‘yinda g'olib chiqqan bo‘ladi. Bu o'yinda o‘yinchi koptoksiz ham o‘ynashi mumkin, ya’ni maydonchada har xil umumiy rivojlantiruvchi mashqlarni bajarish bilan o'ynash mumkin.

O'yinning pedagogik ahamiyati. O‘yin diqqatni, jasoratni, zehnni tarbiyalashga yordam beradi. Kuchni, tezkorlikni, chidamlilikni, koordinatsion harakatni rivojlantiradi. O'yinni asosiy harakati to ‘pni olib yurish va o'ynalishni o‘zgartirib yurish.

A.Qodiriy nomidagi Jizzax davlat pedagogika instituti Jismoniy madaniyat fakulteti jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi kafedrasida o'tkazilgan yig'ilish

BAYONNOMASI

23.05.2022-yil **Jizzax shahar**

Qatnashdilar:

"Jismoniy madaniyat nazarivasi va metodikasi" kafedrasining professor-o'qituvchilari.

KUN TARTIBI:

Har xil masalalar.

a) kafedra o'qituvchisi I.S.Xaydarovning ochiq darsi muhokamasi.

Eshitildi: Kun tartibidagi masala yuzasidan kafedra katta o'qituvchisi A. Ismatov so'zga chiqdi va kafedraning 2021-2022 o'quv yilida ochiq darslar tashkil etish va o'zaro darsga kirish rejasiga asosan kafedra stajiyor o'qituvchisi I.S.Xaydarov 13.05.2022-yilda 3 juftlikda Jismoniy madaniyat fakulteti 2 kurs (920-20 guruhida) Milliy sport turlari va xalq o'yinlarini o'rgatish metodikasi fanidan "Tezkorlikni rivojlantiruvchi milliy harakatli o'yinlar mazmuni va qoidalari bilan tanishtirish va ularni o'tkazish uslubiyati" mavzusida ochiq darsi tashkil etganini va bu darsda kafedra a'zolari qatnashdi. So'z kafedra mudiri dotsent Sh.O'.Atamurodov berildi, darsning ta'limiy, tarbiyaviy maqsadlari, kutilgan natijalar va unga erishish borasida qo'llanilgan usullarga to'htalib o'tishdi.

Shundan so'ng, muhokama yuzasidan kafedra katta o'qituvchisi A.Ismatov va boshqalar so'z olishdi. O'qituvchi I.S.Xaydarov darsining tashkiliy jihati yaxshi tashkil etilganligi, ya'ni dars o'z vaqtida boshlanganligini, darsga yaxshi tayyorlanganligini, talabalar 95% darsda ishtirok etganligi, hamda talabalar darsda faol qatnashganligi qayd etdi. Yaxshi ishtirok etgan talabalarni rag'batlantirdi hamda talaba yoshlarni kelajakka bo'lgan intilishini a'lo baxoladi. O'qituvchi

darsda mohirona foydalana oldi. Sport maydoni tozaligi, darsda ko'rgazmali qurollardan yetarli darajada bo'lganligi xaqida aytib o'tdi. Shuning uchun ham o'qituvchining yangi pedagogika texnologiyalari asosida olib borgan ochiq darsi foydalana olish darajasini yaxshi baholab, dars sifatini yaxshi baholayman. Darsda ko'proq yangi adabiyatlardan foydalanib va o'qituvchi o'z ustida yanada ishlash kerakligi, dars jarayonida talabalar bilan ishlash faoliyatini yuqorroq tashkil etish kerakligi aytildi.

Kafedra o'qituvchisi E.Nurmatov, darsda o'qituvchining pedagogik texnologiyalardan foydalanish mahorati haqida to'xtalib, pedagogik texnologiyalar qo'llanilganligini haqida aytib o'tishdi.

Kafedra o'qituvchisi hamda kafedraning TSNQB ma'sul hodimi A.Jo'raboyev so'zga chiqib, ochiq dars mavzusinining o'quv-uslubiy ta'minoti, uning ishchi o'quv reja va tavqim rejaga mosligi, mavzu mohiyatining to'lik ochib berilishi va mustaqil ishlash uchun tavsiya etilgan adabiyotlar ro'yxati haqida fikr yuritib, o'qituvchi I.S.Xaydarov o'tgan amaliy ochiq dars yuqori baxolanib qayd etdi va darsning sifatini 80.0 ballga baholadilar.

(ochiq dars mashg'ulotidan foto lavhalar ilova qilinadi)

QAROR:

1. Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi kafedrasi o'qituvchisi I.S.Xaydarovning ochiq darsi yaxshi darajada o'tildi deb topilsin.
2. Darsning ijobiy tomonlari kafedrada boshqa o'qituvchilar tomonidan darslarda qo'llanishga tavsiya etilsin.

Yig'ilish raisi: dots Sh.O'.Atamurodov

Kotib: J.Qo'chqorov

Институт Кенгашининг
2020 йил ______ августдаги
________ -сонли қарорига 4-илова

ОЧИҚ МАШҒУЛОТЛАР ТАҲЛИЛИ ВАРАҚАСИ

Фаннинг номи Миллий спорт / кураш Сана 13.05.22

Педагогнинг Ф.И.О.: Хайдаров Шохон

Аудитория Спорт майдон Факультет Ижтимоий фан

Гурух 211 Таълим йўналиши Хотин қизлар спорти

Талабалар сони: 34 нафар, катнашди 32 нафар, катнашмади 2 нафар

Машғулот тури (назарий, амалий семинар, лаборатория) Амалий

Ўқув-меъёрий ҳужжатлар: фан бўйича ЎУМ мавжуд, тақвим-мавзули режа бор.

Мавзу: Тезкорликни ривожлантирувчи махсус ҳаракат машқлари

1. Ташкилий қисмнинг тўғри ўтказилганлиги:
Ўқитувчи томонидан дарснинг ташкилий қисми ўз вақтида олиб борилди

2. Дарс мавзусига оид жиҳозланганлик даражаси (*компьютер, проектор, телевизор, кўргазма материаллар ва жиҳозлар билан таъминланганлиги*)
Дарс мавзусига оид жиҳозланганлиги дарснинг мавзусига мос ишлаб чиқилган ҳолда жиҳозланган

3. Назарий билимларни эгаллаганлиги (*таълимнинг меъёрий ҳужжатлари билан боғласа, қонуниятлари ва хусусиятларини очиб берса, қўшимча ҳамда хорижий манбаларга таянган ҳолда талабаларга мавзуни етказиб бера олса - 2 баллгача*)
Ўқитувчи дарсни таълимнинг меъёрий ҳужжатлари билан боғлаган ҳолда олиб борди.
2 балл

4. Амалий кўникмалар шаклланганлиги (*назарий ва амалий таълимнинг ўзаро алоқадорлигини, энг аввало, ўқув машғулотлари тузилмасида маъруза, семинар, амалий, лаборатория ва машғулотнинг бошқа турларини узвий бирликда амалга ошира олса, маъруза материалини талаба томонидан муваффақиятли ўзлаштирилиши учун машғулотлар амалий иш билан уйғунликда ташкил этилса - 2 баллгача*)
Ўқитувчи томонидан олиб борилаётган амалий машғулотлари назарий машғулотлар билан бир-бирига боғлаб ўтди
2 балл

5. Ўқитишда фаннинг замонавий тенденцияларини эгаллаганлиги (*таълим-тарбия жараёнини ташкил этишнинг концептуал асослари, педагогик жараёнларни лойиҳалаштириш,*

педагогик фаолиятда юзага келадиган муаммолар ва уларни ҳал этиш стратегиялари, ўқув материалларини тизимлаштиришнинг дидактик талаблари, таълим жараёнида сифат ва рақобатбардошликка эришиш омиллари, интерфаол таълим воситасида талабаларда мустақил фикрлаш маданиятини шакллантириш, компетентли ёндашув асосида бўлажак мутахассисларни касбий шакллантириш, таълим-тарбия жараёнини ташкил этишга доир замонавий ёндашувлар, талаба-ёшларда қадриятлар тизими ва мафкуравий иммунитетни шакллантириш, ахборотлар глобаллашган даврда талабаларда ахборот маданиятини шакллантириш, талабаларнинг глобал фикрлашини шакллантиришни назарий тушунтира олса – 2 баллгача)

Ўқитувчи томонидан таълимнинг замонавий технологиялари томонидан дарс жараёнида таълим тарбияни бир-бирига боғлаган ҳолда олиб борди

2 балл

6. Педагогик маҳорат ва нутқ маданиятини эгаллаганлиги (*педагогик маҳорат ва унинг таркибий қисмлари, педагогик техника ва ундан таълим жараёнида оқилона фойдаланиш, ўқитувчининг актёрлик ва режиссёрлик маҳорати, нутқ техникасини эгаллаш, таълим жараёнининг самарадорлигини оширишнинг муҳим омили эканлигини англаган бўлса, педагогик жараённи самарали бошқариш усулларини билса, педагогик таъсир кўрсатиш методларини қўллай олса, педагогик тажриба ва уни бойитиш йўлларини эгаллаган бўлса, унинг имиджи ва унга қўйиладиган талабларга жавоб берса – 2 баллгача*): Ўқитувчининг педагогик маҳорати қониқарли даражада. Шаклланган педагогик маҳорати ва унинг таркибий қисмлари ривожланган, педагогик техникалари таълим жараёнида самарали фойдаланган, нутқ техникаси юқори даражада

2 балл

7. Мустақил ўзлаштириш учун топшириқлар берилганлиги: Ўқитувчи томонидан фанлар бўйича мустақил ўзлаштиришлари учун топшириқлар берилган

8. Педагог ходимнинг ютуқлари ва камчиликлари: Ўқитувчи дарсни [illegible] ташкил қила олган, [illegible] учун [illegible] бера олиши, дарсга [illegible] олиб борса мақсадга мувофиқ бўлар эди

1. Ўтилган машғулот юзасидан (*илмий, методик, педагогик, психологик*) таклифлар: Ўтилган мавзу амалий машғулот учун тўғри танланган ҳар томонлама илмий жиҳатдан педагогик, психологик жиҳатдан мавзу тўғри танлаб олинган.

Педагог ходим томонидан тўпланган умумий балл (8 баллгача) 8 балл

Дарс кузатувчи: Ф.А. Абдумаромов [signature]
(фамилияси, исми, шарифи, имзоси)

Машғулот ўтган педагог ходимнинг имзоси: [signature] Б. Хайдаров

Jismoniy madaniyat fakulteti jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi kafedrasi stajiyor o'qituvchisi Xaydarov Ilhomning 2-kurs xotin-qizlar sporti yo'nalishi 920-20-guruh talabalari bilan o'tkazilgan ochiq dars mashg'uloti foto lavhalari.