

**JISMONIY TARBIYA FANIDAN MALAKA TOIFASI INOVLARI
TOPSHIRIQLARINING MAVZULARI VA QO‘LLANILGAN
ADABIYOTLAR RO‘YXATI**

Soha kodi	Baholanadigan mazmun elementi kodi	Test sinovida baholanadigan mazmun elementi
I	Jismoniy tarbiya nazariyasi va uslubiyoti	
1.1	1.1.1	Jismoniy madaniyat tizimi
	1.1.2	Jismoniy tarbiya manbalari
	1.1.3	Jismoniy sifatlar va jismoniy tayyorgarlik
	1.1.4	Mashg‘ulotlarni tashkil qilish
	1.1.5	Mashg‘ulotlarni darsdan tashqari shakllari
	1.1.6	Jismoniy tarbiya daslarini rejalashtiish
II	Gimnastika turlari va qoidalari	
2.1	2.1.1	Gimnastika turlari
	2.1.2	Gimnastikaning asosiy vositalari
III	Harakatli o‘yinlar	
3.1	3.1.1	Milliy o‘yinlar va haraktli o‘yinlar
	3.1.2	Sport o‘yinlari elementlarini rivojlantiruvchi o‘yinlar
	3.1.3	Darsdan tashqari vaqtda o‘ynaladigan o‘yinlar
IV	Yengil atlettika turlari va qoidalari	
4.1	4.1.1	Yurish turlari va qoidalari
	4.1.2	Yugurish turlari va qoidalari
	4.1.3	Sakrash turlari va qoidalari
	4.1.4	Uloqtirish turlari va qoidalari
V	Kurash turlari va qoidalari	
5.1	5.1.1	Milliy kurash
	5.1.2	Xalqaro kurash
VI	Suzish turlari va qoidalari	
6.1	6.1.1	Suzish turlari
	6.1.2	Suzish qoidalari
VII	Sport o‘yinlari turlari va qoidalari	
7.1	7.1.1	Futbol
	7.1.2	Voleybol
	7.1.3	Basketbol
	7.1.4	Gandbol
	7.1.5	Stol tennisi
	7.1.6	Badminton

	7.1.7	Shaxmat-shashka
VIII	Olimpiya, Paralimpiya va Osiyo o‘yinlari	
8.1	8.1.1	Olimpiya o‘yinlari
	8.1.2	Paralimpiya o‘yinlari
	8.1.3	Osiyo o‘yinlari
IX	Sport inshootlari	
9.1	9.1.1	Yengil atletika uchun sport inshooti
	9.1.2	Sport o‘yinlari uchun maydonlar
	9.1.3	Sportning suv turlari uchun sport inshootlari
	9.1.4	Ta’lim muassasalari sport zallari
	9.1.5	Ta’lim muassasalari sport inshootlari
	9.1.6	Sport inshootlari qoplamalari

Asosiy foydalanishga tavsiya etiladigan adabiyotlar

1. “Jismoniy tarbiya nazariyasi va uslubiyoti” R.S.Salomov, "ITA PRESS" 2014
2. “Sport inshootlari” A.A.Tolametov, "UMID DESIGN" 2021
3. “SPORT INSHOOTLARI” moduli bo‘yicha (Sport turlari bo‘yicha trener o‘qituvchilar uchun) O.Xolxodjaev “Toshkent” 2021
4. “Jismoniy tarbiya va Olimpiya harakati tarixi” L.A.Djalilova; "Vorish-nashriyoti" 2017
5. “Sport va Harakatli o‘yinlar” T.S.Usmanxodjayev; "Cho‘lpon" 2018
6. “Maktabda jismoniy tarbiya” N.X.Soatov, "Extremum Press" 2015
7. “Jismoniy tarbiya va sport” I.A.Tursunaliyev "UMID DESIGN" 2021