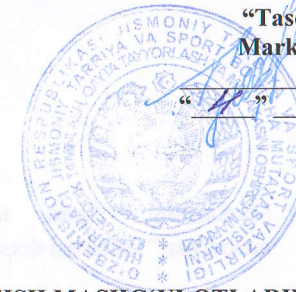


**O‘ZBEKISTON RESPUBLIKASI
JISMONIY TARBIYA VA SPORT VAZIRLIGI**

**JISMONIY TARBIYA VA SPORT BO‘YICHA MUTAXASSISLARNI ILMIY-
METODIK TA‘MINLASH, QAYTA TAYYORLASH
VA MALAKASINI OSHIRISH MARKAZI**



“Tasdiqlayman”

Markaz direktori

I.Tursunaliyev

“14” 01 2021-yil

**BOSHLANG‘ICH SUZISH MASHG‘ULOTLARINI O‘TKAZISH
USLUBIYATI**

moduli bo‘yicha

ISHCHI O‘QUV DASTURI

“Jismoniy tarbiya instruktori” yo‘nalishi bo‘yicha maktabgacha ta’lim tashkilotlari
pedagog kadrlarini malakasini oshirish kursi uchun

Toshkent – 2021

Modulning ishchi o'quv dasturi O'zbekiston Respublikasi Maktabgacha ta'lim vazirligi bilan 2020-yil 31-dekabrda kelishilgan holda Jismoniy tarbiya va sport vazirligi tomonidan 2021-yil 4-yanvarda tasdiqlangan namunaviy o'quv reja va o'quv dasturga muvofiq ishlab chiqilgan.

Tuzuvchi:

G.M.Krasnova - Markazning "Sport mashg'ulotlarini tashkil etish metodikasi" kafedrasida dotsenti, p.f.n., dotsent.

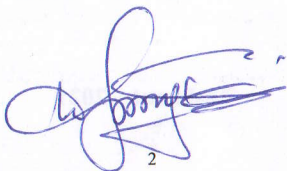
Taqrizchilar:

P. Xodjayev - Markazning "Sport mashg'ulotlarini tashkil etish metodikasi" kafedrasida professori, p.f.n., professor.

F.T.Abdullyev - Markazning "Sport mashg'ulotlarini tashkil etish metodikasi" kafedrasida dotsenti, p.f.n.

Ishchi o'quv dasturi "Sport mashg'ulotlarini tashkil etish metodikasi" kafedrasining 2021-yil 4-yanvarda o'tkazilgan 1-sonli bayonnomasi bilan tasdiqqa tavsiya qilingan.

Kafedra mudiri



O.S. Jumanov

11. Петрова Н.Л., Баранов В. А. Плавание. Техника обучения детей с раннего возраста /Н.Л. Петрова, В.А. Баранов. – М.: «Издательство ФАИР», 2008.-120 с.

12. Пулатов А.А., Солиева Д.А. Боғча ёшидаги болаларнинг жисмоний имконияти ва уни шакллантириш методикаси /Услубий қўлланма. – Тошкент: "О'зkitobsavdonashriyoti", 2020. – 208 б.

IV. Elektron ta'lim resurslari

13. <http://www.openinfo.uz>

14. <http://ziyonet.uz>

15. <https://minsport.uz>

16. <https://sportedu.uz>

Har xil yoshdagi bolalarning suzish mashg'ulotlarida ochiq o'yinlar va estafeta musobaqalarini tashkil etish va o'tkazish uslubiyatining xususiyatlari. Maktabgacha ta'lim bolalar bog'chalarida suzish darslarini tashkil etish shakllari. Bolalarni suzishga o'rgatishda o'yinlar va o'yin mashqlaridan foydalanish. Suvda dam olish.

Dasturning axborot-metodik ta'minoti

Modulni o'qitish jarayonida ishlab chiqilgan o'quv-metodik materiallar, tegishli soha bo'yicha ilmiy jurnallar, Internet resurslari, multimediyaga mahsulotlari va boshqa elektron va qog'oz variantdagi manbalardan foydalaniladi.

ADABIYOTLAR RO'YXATI

I. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining asarlari

1. Mirziyoyev Sh.M. Milliy taraqqiyot yo'limizni qat'iyat bilan davom ettirib, yangi bosqichga ko'taramiz – Toshkent: “O'zbekiston”. 2017. – 592 b.
2. Mirziyoyev Sh.M. Buyuk kelajagimizni mard va olijanob halqimiz bilan birga quramiz. – Toshkent: “O'zbekiston”. 2017. – 488 b.
3. Mirziyoyev Sh.M. Milliy taraqqiyot yo'limizni qat'iyat bilan davom ettirib, yangi bosqichga ko'taramiz. 1-jild / Sh.M. Mirziyoyev. – Toshkent: “O'zbekiston”, 2018. – 592 b.
4. Mirziyoyev Sh.M. Xalqimizning roziligi bizning faoliyatimizga berilgan eng oliy bahodir. 2-jild / Sh.M. Mirziyoyev. – Toshkent: “O'zbekiston”, 2019. – 400 b.
5. Mirziyoyev Sh.M. Niyati ulug' xalqning ishi ham ulug', hayoti yorug' va kelajagi farovon bo'ladi. 3-jild / Sh.M. Mirziyoyev. – Toshkent: “O'zbekiston”, 2019. – 592 b.
6. Mirziyoyev Sh.M. Milliy tiklanishdan – milliy yuksalish sari. 4-jild / Sh.M. Mirziyoyev. – Toshkent: “O'zbekiston”, 2020. – 400 b.

II. Normativ-huquqiy hujjatlar

7. O'zbekiston Respublikasining 2015-yil 4-sentabrdagi O'RQ-394-son “Jismoniy tarbiya va sport to'g'risida”gi O'zbekiston Respublikasi Qonuniga o'zgartish va qo'shimchalar kiritish haqida”gi Qonuni //https://lex.uz/docs/-2742233.
8. O'zbekiston Respublikasining 2019-yil 16-dekabrdagi O'RQ-595-son “Maktabgacha ta'lim va tarbiya to'g'risida”gi Qonuni //https://lex.uz/docs/-4646908.

III. Maxsus adabiyotlar

9. Волошина Л.Н. Воспитание двигательной культуры дошкольников: Учебно-методическое пособие /Волошина Л.В. – М.: АРКТИ, 2005. -108 с.
10. Рахимкулов К. Кичик ёшдаги болаларнинг қадди-қоматини ривожлантиришга мўлжалланган машқлар ва ҳаракатли ўйинлар. – Тошкент. ЎзДЖТИ, 2001. – 210 б.

Modulning maqsadi va vazifalari

Modulning maqsadi: Maktabgacha yoshdagi bolalarning zamonaviy jismoniy tarbiyasining ustun jihati- bu ularning jismoniy holatini yaxshilash, jismoniy mashqlar orqali salomatligini mustahkamlashdan iboratdir. Maktabgacha yoshdagi bolalarning suzish mashg'ulotlarining asosiy maqsadi, ularga hyech bo'lmaganda suvda turishni o'rgatish, ularning sog'ligini mustahkamlash va har tomonlama jismoniy tayyorgarligini ta'minlashdir.

Modulning vazifalari:

Boshlang'ich suzish mashg'ulotlarini o'tkazish uslubiyati maktabgacha ta'lim tashkilotlarida tarbiyalanuvchilar bilan darslarni mustaqil tashkil etish va o'tkazish uchun suzish sohasida maxsus bilim va amaliy ko'nikmalarga ega bo'lgan tinglovchilarning mahoratini mustahkamlash;

maktabgacha ta'lim tashkilotlarida suzish mashg'ulotlarini tashkil etish va o'tkazish usullarini o'zlashtirish;

suzishning turlari, usullari va ulardan maktabgacha yoshdagi bolalar bilan ishlash jarayonida foydalanishda zaruriy nazariy bilimlar tizimini o'zlashtirish;

maktabgacha yoshdagi bolalar bilan suzish mashg'ulotlarini o'tkazish, rejalashtirish va o'tkazishda kasbiy va pedagogik mahoratga ega bo'lish;

turli yoshdagi bolalarda suzish bo'yicha boshlang'ich mashg'ulotlar uslubini mohirona o'rganish;

suvda turli yoshdagi o'yinlar va ko'ngilochar o'yinlarni o'ynash texnikasidan mahirona foydalanish.

Modul bo'yicha tinglovchilarning bilimi, ko'nikmasi, malakasi va kompetensiyalariga qo'yiladigan talablar

“Boshlang'ich suzish mashg'ulotlarini o'tkazish uslubiyati” modulini o'zlashtirish jarayonida amalga oshiriladigan masalalar doirasida:

maktabgacha ta'lim tashkilotlarida ishlatiladigan suzish turlari, ularning xususiyatlari va ahamiyati to'g'risida *bilimga* ega bo'lishi;

Tinglovchi:

maktabgacha yoshdagi bolalarda suzishni o'rgatish nazariyasi va metodikasi to'g'risida;

maktabgacha ta'lim bolalar bog'chalarida suzish mashg'ulotlarini tashkil etishda xavfsizlik choralariga rioya qilish tushunchalarga ega *bo'lishi* kerak.

Tinglovchi:

turli yoshdagi guruhlarda suzish bo'yicha boshlang'ich mashg'ulotlarini o'tkazish metodikasi;

maktabgacha yoshdagi bolalarning salomatligi va jismoniy bardoshlilikini kuchaytirishga yordam beradigan omillar;

suzishni dam olish vositasi sifatida ishlatish xususiyatlari;

maktabgacha ta'lim bolalar bog'chalarida mashg'ulotlarni tashkil qilish va o'tkazishning o'ziga xos xususiyatlari bo'yicha *ko'nikma va malakalarga* ega bo'lishi kerak.

Tinglovchi:

turli hil basseynlarda maktabgacha yoshdagi bolalar uchun suzish mashg'ulotini rejalashtirish;

maktabgacha yoshdagi bolalar bilan guruhda sifatli mashg'ulotlar tashkil etish va o'tkazish;

mashg'ulot jarayonida suzishni mashq qilishning zamonaviy, faol vositalari va usullarini joriy etish kompetensiyalariga ega bo'lishi lozim.

**Modulning o'quv rejadagi
boshqa modullar bilan bog'liqligi va uzviyligi**

Modul mazmuni o'quv rejadagi "Jismoniy tarbiya nazariyasi va uslubiyati", "Sog'lomlashtirish-jismoniy tarbiya tadbirlarini tashkil etish", "Jismoniy tarbiyada xorijiy tajribalar", "Harakatli o'yinlarni o'qitish uslubiyati", "Boshlang'ich gimnastika mashg'ulotlarini o'tkazish uslubiyati" kabi o'quv modullari bilan uzviy bog'langan holda tinglovchilarning kasbiy tayyorgarlik darajasini o'rttirishga xizmat qiladi.

Modulning sport ta'limidagi o'rni

Modulni o'zlashtirish orqali tinglovchilar maktabgacha ta'lim yoshidagi bolalarning jismoniy sifatlarini rivojlantirish, yosh va psixologik xususiyatlarini o'rganish, amalda qo'llash va baholashga doir kasbiy kompetentlikka ega bo'ladi.

Modul bo'yicha soatlar taqsimoti:

T/r	Modul mavzulari	Tinglovchining o'quv yuklamasi soatlari				Mustaqil tayyorgarlik
		Auditoriya o'quv yuklamasi				
		Jumladan				
		Jami	Nazariy	Amaliy mashg'ulot	Ko'chma mashg'ulot	
1.	Maktabgacha ta'lim tashkilotlarida boshlang'ich suzish mashg'ulotlarini tashkil etish	2	2			
2.	Maktabgacha yoshdagi bolalarni suzishga o'rgatish usullari	4	2	2		
3.	Suvda harakatli o'yinlarni o'tkazish uslubiyati	2		2		
	Jami	8	4	4		

NAZARIY TA'LIM MAZMUNI

1-mavzu. Maktabgacha ta'lim tashkilotlarida boshlang'ich suzish mashg'ulotlarini tashkil etish

Reja:

- 1.1. Jismoniy tarbiyada suzishning maqsadi va o'rni
- 1.2. Mashg'ulot o'tkazishda xavfsizlik va ehtiyot choralarini
- 1.3. Suzish havzalarida gigienik talablar

Suzish mashg'uloti jihozlari va anjomlari, maktabgacha ta'lim tashkilotlarida suzish dasturini o'rgatish tavsifi. Jismoniy tarbiya vositasi sifatida suzishning o'ziga xos xususiyatlari, uning maktabgacha yoshdagi bolalar uchun tarbiyasi, salomatligi va amaliy ahamiyati. Kun tartibidagi suzish vaqti. Maktabgacha ta'lim tashkilotlarida suzish mashg'ulotlarini o'tkazishda xavfsizlik choralarini.

2-mavzu. Maktabgacha yoshdagi bolalarni suzishga o'rgatish usullari

Reja:

- 2.1. Suzish darsini o'tkazishga tayyorgarlik ko'rish
- 2.2. Suzishni o'rgatish uslubiyati
- 2.3. O'rgatish vositalari

O'rgatish bosqichlari, mashg'ulot ishlanmalari tuzishga umumiy yondoshish. Suvga moslashish mashqlari. Suzish mashg'ulotlarini rejalashtirish. Quruqlikda suzish uslubiga taqlid qiladigan umumiy rivojlanish mashqlari to'plami. Suzish mashqlarida suvda bajariladigan maxsus mashqlar to'plami. Tematik mashg'ulot rejasini.

AMALIY MASHG'ULOTLAR MAZMUNI

3-mavzu. Maktabgacha yoshdagi bolalarni suzishga o'rgatish usullari

Reja:

- 3.1. Tayyorlovchi va maxsus mashqlar
- 3.2. Suzish texnikasini o'zlashtirish uchun mashqlar
- 3.3. Har xil yoshdagi guruhlar uchun mashg'ulotlar ko'rsatmasi

Har xil yoshdagi bolalar uchun suzish mashg'ulotlarida tayyorgarlik va maxsus mashqlardan foydalanish xususiyatlari. Umumiy rivojlanish mashqlari va quruqlikda suzish uslubiga taqlid qiladigan to'plami. Suzish mashqlarida suvda bajariladigan maxsus mashqlar to'plami. O'rta va katta guruhlar uchun suzish bo'yicha o'quv materiallarining tarkibi.

4-mavzu. Suvda harakatli o'yinlarni o'tkazish uslubiyati

Reja:

- 4.1. Suvda o'yinlar o'tkazishning asosiy qoidalari.
- 4.2. Suvda bajariladigan ko'ngilochar o'yinlarning tasnifi.