O‘ZBEKISTON RESPUBLIKASI

YOSHLAR SIYOSATI VA SPORT VAZIRLIGI

JISMONIY TARBIYA VA SPORT BO‘YICHA MUTAXASSISLARNI QAYTA TAYYORLASH VA MALAKASINI OSHIRISH INSTITUTI SAMARQAND FILIALI

Darsdan tashqari ommaviy sport sog‘lomlashtirish tadbirlarini tashkil etish moduli

“Jismoniy tarbiya fani o‘qituvchisi” yo‘nalishi bo‘yicha umumiy o‘rta ta’lim muassasalari pedagog kadrlarini malakasini oshirish kursi uchun

▶O‘qituvchi: Kobilov Sobir Donaqulovich

2-Mavzu: Darsdan tashqari ommaviy sport, sog‘lomlashtirish tadbirlarini tashkil etish va o‘tkazish

Reja

1.Mashg‘ulotgacha o‘tkaziladigan gimnastika, jismoniy mashq daqiqalari

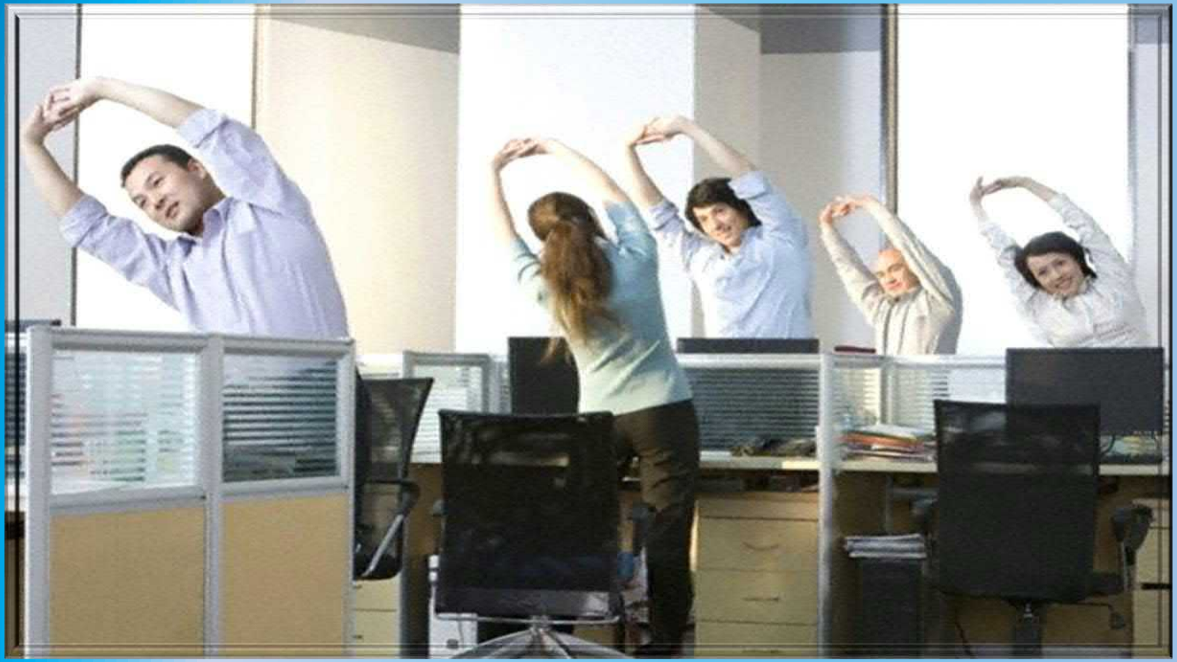
2.Katta tanaffusdagi o‘yinlar, sport klublaridagi tugaraklarni tashkil etish

Darsgacha gimnastika mashqlari. **<u>Uning maqsadi</u>: o‘quvchilarning aqliy ish qobiliyatlari va oldilarida turgan o‘quv faoliyatlariga istak bildirishi hamda badan a’zolarida salbiy siljishlarni ogohlantirish, uzoq vaqt harakatsizlikda bo‘lgan vaziyatni yo‘qotish**

Ishlab chiqarish gimnastikasi -kishini sog‘lomlashtirish va mehnat unumdorligini oshirish maqsadida ish kuni davomida bajariladigan jismoniy mashqlar majmui. Mashqlar ish jarayonlari xususiyatlarini hisobga olgan holda tuziladi. Amaliyotda ishlab chiqarish gimnastikasining 2 turi mavjud:

1) odamni ish kuniga tayyorlovchi kirish gimnastikasi;

2) ish vaqtidagi badan tarbiya daqiqalari-bunda o‘tirib ishlaydiganlarga yurish, o‘tirib turish, belni bukish; tik turib ishlaydiganlarga-oyoq muskullariga dam beruvchi mashklar tanlanadi.



O‘quvchilar maktabda 2-3 soat aqliy ishlardan so‘ng charchaydilar. Ularning etibor diqqati va o‘zlashtirish qobiliyati susayadi. Shuning uchun o‘rta umumta’lim maktablar jismoniy tarbiya dasturida katta tanaffuslarda faol dam olishning zarurligi ko‘rsatilgan. Bunday uzaytirilgan tanaffusdan foydalanib bolalar o‘zicha har xil dam oldilar

bir guruh o‘quvuchilar ulgurmagan ishlarni yozib o‘tiradilar

ikkinchilari esa qiziqarli badiy kitob o‘qib o‘tiradilar

uchinchi guruh o‘quvchilari juft- juft bo‘lib yoki 3-4 kishi bo‘lib gaplashib yuradilar

nihoyat to‘rtinchilari tengdoshlari bilan turli tashkil qilingan harakatli o‘yinlarda ishtirok etadilar

O‘ZBEKISTON RESPUBLIKASI VAZIRLAR MAHKAMASINING

QARORI

DAVLAT TA’LIM MUASSASALARI HUZURIDA SPORT KLUBLARINI TASHKIL ETISH CHORA-TADBIRLARI TO‘G‘RISIDA

2018-YIL 16-IYUL 542-SONLI QAROR

O‘ZBEKISTON RESPUBLIKASI VAZIRLAR MAHKAMASINING

QARORI

O‘ZBEKISTON RESPUBLIKASI HUKUMATINING AYRIM QARORLARIGA SPORT KLUBLARI FAOLIYATINI HAMDA SPORT MUSOBAQALARINI O‘TKAZISH TARTIBINI YANADA TAKOMILLASHTIRISHGA QARATILGAN O‘ZGARTIRISH VA QO‘SHIMCHALAR KIRITISH TO‘G‘RISIDA

2019-YIL 30-OKTABR 898-SONLI QAROR

Sport klubi

Sport klubining maqsadi davlat ta’lim muassasalarining o‘quvchilari, talabalari, pedagog va boshqa xodimlari o‘rtasida jismoniy tarbiya va sportni keng targ‘ib qilish, ularning muntazam ravishda jismoniy tarbiya bilan shug‘ullanishlari uchun shart-sharoitlar yaratish, o‘quvchilar va talabalarning ta’lim olishdan tashqari sport ta’limi tizimini yanada takomillashtirish orqali iste’dodli yoshlarni saralab olishdan iborat

Sport klubining vazifalari quyidagilardan iborat

O‘quvchilar va talabalar o‘rtasida sog‘lom turmush tarzini shakllantirish hamda jismoniy tarbiya va sportni keng targ‘ib qilish, ularning muntazam ravishda jismoniy tarbiya bilan shug‘ullanishlari uchun shart-sharoitlar yaratish

O‘quvchilar va talabalar o‘rtasida sport turlari bo‘yicha jamoalar tashkil etish, ular o‘rtasida turli sport musobaqalari va ommaviy jismoniy tarbiya tadbirlarini, xususan “maktab ligasi”, “talabalar ligasi” tashkil etish orqali iste’dodli yosh sportchilarni aniqlash

Sport klubi quyidagi huquqlarga ega

O‘z a’zolari va qatnashchilarning huquqlari va qonuniy manfaatlarini ifodalash hamda himoya qilish

Sport klubi tuzilgan hududda jismoniy tarbiya va sport masalalariga doir tashabbuslar bilan chiqish, davlat hokimiyati va boshqaruvi organlariga takliflar kiritish

Davlat hokimiyati va boshqaruvi organlarining qarorlarini ishlab chiqishda qonun hujjatlarida nazarda tutilgan tartibda ishtirok etish

O‘z muassisining Nizomida belgilangan maqsadlariga mos keladigan doiralarda tadbirkorlik faoliyati bilan shug‘ullanish

Belgilangan tartibda pullik sog‘lomlashtirish xizmatlarini ko‘rsatish

Sport klubi qonun hujjatlarida nazarda tutilgan boshqa huquqlarga ham ega bo‘lishi mumkin

Sport klubi quyidagilarga majbur

-qonun hujjatlari va ta’sis hujjatlariga rioya etish	-o‘z mol-mulki va pul mablag‘laridan foydalanish, shu jumladan, moliyalashtirish manbalari to‘g‘risidagi axborot bilan klub a’zolarining tanishishi erkinligini ta’minlash	-ro‘yxatdan o‘tkazuvchi organ bilan tadbirlar o‘tkazishni kelishib olish va uning vakiliga o‘tkazilayotgan tadbirlarga erkin kirish imkonini berish	-sport klubi vakillarining chet mamlakatlarga sport klubining faoliyati bilan bog‘liq tashriflari uyushtirilishi haqida ro‘yxatdan o‘tkazuvchi organni o‘z vaqtida xabardor qilish	-sport klubiga qonun hujjatlariga muvofiq boshqa majburiyatlar ham yuklanishi mumkin

Sport klubi faoliyatini tashkil etish

Sport klubi faoliyatini tashkil etish

Sport klubini tashkil etish uchun davlat ta’lim muassasasining sport inshooti (sport tadbirlari va ommaviy jismoniy tarbiya tadbirlarini, sport turlari bo‘yicha o‘quv-mashq mashg‘ulotlari va o‘quv-mashq yig‘inlarini o‘tkazish uchun mo‘ljallangan, o‘ziga qo‘yiladigan norma va talablarga javob beradigan hamda tegishli pasportga ega bo‘lgan yopiq yoki ochiq tipdagi ixtisoslashtirilgan inshoot) mavjud bo‘lishi, shuningdek, zarur sport anjomlari va uskunalar bilan ta’minlanishi lozim

-sport klubi davlat ta’lim muassasasining sport inshootlarida darsdan tashqari vaqtlarda tekinga foydalanadi

-sport klubi rahbarligiga jamoatchilik asosida davlat ta’lim muassasasi rahbari (direktor, rektor) saylanishi mumkin

-sport klubi faoliyati samaradorligini oshirishga sport klubi tashkil etilgan davlat ta’lim muassasasi rahbari bevosita javobgardir

-sport klubida sport to‘garagi ishlari sport klubi tashkil etilgan davlat ta’lim muassasalarining jismoniy tarbiya fani o‘qituvchilari (yo‘riqchilari) tomonidan jamoatchilik asosida olib borilishi, sport to‘garagi ishlarini samarali tashkil etgan davlat ta’lim muassasalarining jismoniy tarbiya fani o‘qituvchilari (yo‘riqchilari) sport klubi rahbari tomonidan klub mablag‘lari hisobiga moddiy rag‘batlantirilishi mumkin

“Umid nihollari”
sport musobaqalariga
kiritilgan sport turlari nomi

1 — 4 sinflar

Mini-futbol

Yengil atletika

Shaxmat

Shashka

Badiiy gimnastika

5-11 sinflar
Badminton
Basketbol
Voleybol
Gandbol
Futbol
Yengil atletika
Stol tennisi
Shaxmat
Shashka
Kurash
Sport gimnastikasi
Badiiy gimnastika

E’TIBORINGIZ UCHUN RAHMAT!