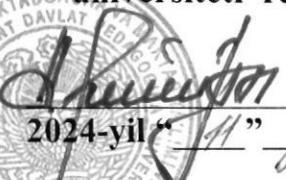


“KELISHILDI”

Nizomiy nomidagi Toshkent
davlat pedagogika
universiteti rektori v.v.b.

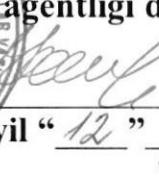


 X.Kadirov
2024-yil “ 11 ” yanvar

“TASDIQLAYMAN”

Oliy ta’lim, fan va innovatsiyalar
vazirligi huzuridagi
Bilim va malakalarni baholash
agentligi direktori



 M.Karimov
2024-yil “ 12 ” yanvar

Maktabgacha va maktab ta’limi vazirligi tizimidagi umumiy o’rta ta’lim
muassasalarida faoliyat yuritayotgan malakali pedagog kadrlarni oylik ustamalar
to’lash orqali moddiy rag’batlantirish maqsadida saralash test sinovini o’tkazish
uchun jismoniy tarbiya fanidan test topshiriqlari

SPETSIFIKATSIYASI

Oliy ta’lim, fan va innovatsiyalar vazirligi
huzuridagi Bilim va malakalarni baholash agentligi
Ilmiy-metodik kengashning
2024 yil 10-yanvardagi navbatdan tashqari 1-son
yig’ilishi qarori bilan ma’qullangan

Toshkent – 2024

**Maktabgacha va məktəb tə'limi vazirlığı tizimidagi ümumiyyət o'rta tə'lim
muassasalarida fəaliyyət yuritənən malakalı pedagog kadrlarının işlik
ustamalar to'lash orqali moddiy rəq'bətləntirish məqsadida saralash test
sinovini o'tkazish uchun jismoniy tarbiya fanidan test topshiriqları
spetsifikasiyası**

Mazkur spetsifikasiyaga amaldagi o'quv me'yoriy hujjatlarga muvofiq
qo'shimcha, o'zgartirish va tuzatishlar kiritilishi mumkin.

1. Test topshiriqlarining qo'llanishi

Spetsifikasiya Maktabgacha va məktəb tə'limi vazirlığı tizimidagi ümumiyyət o'rta tə'lim muassasalarida fəaliyyət yuritənən malakalı pedagog kadrlarının jismoniy tarbiya fanidan işlik ustamalar to'lash orqali moddiy rəq'bətləntirish məqsadida saralash test sinovlarını o'tkazish uchun o'qituvchilarning bilim darajasını aniqlab berishga mo'ljallangan.

2. Test sinovi topshiriqlarining mazmunini belgiləvchi me'yoriy hujjatlar:

– Oliy tə'lim, fan və innovatsiyalar vazirlığı tomonidan təsdiqləngən darslıklar, o'quv qo'llanmaları və qo'llanmalar hamda oliy tə'lim muassasaları tomonidan təsdiqləngən fan dasturi;

– Maktabgacha və məktəb tə'limi vazirlığı tomonidan təsdiqləngən ümumiyyət o'rta tə'lim uchun jismoniy tarbiya fanından takomillashtırılmış o'quv dasturi, darslıklar və o'quv qo'llanmalar;

– O'zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining "Xalq tə'limi vaziri jamg'arması fəaliyatını təşkil etish chora-tadbirları to'g'ridsida" 2022-yil 2-avgustdagı 425-son qarori;

– O'zbekiston Respublikasi Prezidentinin "Tə'lim-tarbiya tizimini yanada takomillashtırışğa oid qo'shimcha chora-tadbirlar to'g'risida" 2020-yil 6-noyabrdağı PQ-4884-son qarori.

3. Test sinovi topshiriqlarining mazmuni va tuzilishi.

Jismoniy tarbiya fanidan test topshiriqları tegishli vazirlik və idoralar tomonidan təsdiqləngən darslıklar, o'quv qo'llanmaları və fan dasturları asosida ishləb chiqıldı.

Test topshiriqları Maktabgacha və məktəb tə'limi vazirlığı tizimidagi ümumiyyət o'rta tə'lim muassasalarında fəaliyyət yuritənən malakalı pedagog kadrlarının işlik ustamalar to'lash orqali moddiy rəq'bətləntirish məqsadida saralash test sinovini o'tkazish uchun jismoniy tarbiya fani bo'yicha təyyorgarlıq darajasını aniqlab berishga yo'naltırıldı. Ular o'qituvchilarda jismoniy tarbiya fani bo'yicha bilim, ko'nikma və malakalarını o'zlashtırganlıq darajasını sinovdan o'tkazadı.

4. Test topshiriqlari tuzilishi.

Test topshiriqları quyidagi turlardan iborat bo'lishi mumkin:

Y1 – to'rtta javob variantli, bitta to'g'ri javobli yopiq test;

Y2 – to‘rttadan ko‘p javob variantli, bir nechta to‘g‘ri javobli yopiq test;

Y3 – to‘rtta savolga to‘rtta to‘g‘ri javobni mos qo‘yadigan yopiq test;

Y4 – har biri “to‘g‘ri” yoki “noto‘g‘ri” deb belgilanadigan to‘rtta savoldan iborat yopiq test.

Test varianti topshiriqlari fan bo‘limlari va qiyinlik darajasi bo‘yicha taqsimlanishiga asoslanib tuziladi. Test varianti asosan (Y1) to‘rtta javob variantli, bitta to‘g‘ri javobli yopiq test topshiriqlaridan iborat bo‘ladi.

Shuningdek, test topshiriqlari varianti turli (oson, o‘rta, yuqori) qiyinlik darajasida tuzilgan test topshiriqlaridan tashkil topadi.

Jismoniy tarbiya fanidan shakllantiriladigan variant, 10 ta oson, 20 ta o‘rta va 10 ta yuqori qiyinlik darajasidagi jami 40 ta test topshirig‘idan iborat bo‘ladi.

Test topshiriqlari variantlarining ekvivalentligi quyidagicha ta’milanadi:

- har bir variant maxsus kompyuter dasturi asosida test varianti topshiriqlari fan bo‘limlari va qiyinlik darajasi bo‘yicha taqsimlanishiga va ushbu spetsifikatsiyaga muvofiq shakllantiriladi.

- taqdim etiladigan barcha variantlardagi test topshiriqlari qiyinlik darajasining bir xilligi ta’milanadi;

- turli (oson, o‘rta, yuqori) qiyinlik darjasidagi barcha test topshiriqlarini tuzishda darsliklardagi qo‘srimcha ma’lumotlar, jismoniy tarbiyaga oid tayanch iboralar, atamalar, topshiriqlar, rasmlardagi ma’lumotlardan foydalaniladi.

5. Test topshiriqlarining mazmun, ko‘nikma va malakalar bo‘yicha taqsimlanishi.

Test varianti topshiriqlari fan bo‘limlari va qiyinlik darajasi bo‘yicha taqsimotida aks etgan bo‘limlarga oid mazmunni hamda 10 ta paragraf, 10 ta punktni o‘z ichiga oladi.

Test varianti topshiriqlarining fan bo‘limlari va qiyinlik darajasi bo‘yicha taqsimoti:

Jismoniy tarbiya

Paragraf	Punkt	Mavzu	Qiyinlik darajasi		
			oson	o‘rta	yuqori
Nazariy bilim asoslari					
1	1	Jismoniy tarbiya va sportga oid nazariy bilim asoslari. Al-lomalarining salomatlik haqidagi fikirlari. Jismoniy tarbiya gigiyenasi. Maktab o‘quvchilarining kun tartibi. Jismoniy tarbiyaning vujudga kelishishidagi omillar. O‘quv kun tartibidagi jismoniy sog‘lomlashtirish tadbirlari. Sinfdan tashkari sport to‘garaklarning jismoniy tarbiyadagi ahamiyati. Jismoniy tarbiya jarayonida amaliy harakat ko‘nikma va malakalarining shakllantirish. Kurash turlari va uning qisqacha tarixi. Yengil atletika sport turining nazariy asoslari. Shaxmat – shashka sport turlarining nazariy va amaliy bilim asoslari. Jismoniy madaniyat va sportning umumiyligi tarixi. Jis-			

		moniy mashqlar va o‘yinlarning tarkib topishi. Jismoniy tarbiya nazariyasi va uslubiyati predmeti. Jismoniy tarbiya nazariyasi va uslubiyati rivojlanishining davrlari. Jismoniy tarbiya tizimi. Jismoniy tarbiyaning sog‘lomlashtirishga yo‘naltirish prinsipi. Jismoniy mashqlar jismoniy tarbiyaning asosiy vositasi sifatida. Jismoniy mashqlar klassifikatsiyasi. Jismoniy mashqlarni harakat sifatlarini rivojlantirishiga qarab klassifikatsiyalash. Tabiatning sog‘lomlashtiruvchi kuchlari va gigiyenik omillar. Jismoniy (harakat)ini sifatlar va ularni rivojlantirish.		
--	--	--	--	--

Gimnastika

2	1	Gimnastika tarixi. Yangi davr gimnastikasi. Gimnastika turлari va sport anjomlaridan foydalanish tartibi. Umumjismoniy tayyorgarlik. Maxsus jismoniy tayyorgarlik. Saf mashqlari. Maxsus tayyorlov sakrash mashqlari. Tayanib sakrashlar. Akrobatika mashqlari. Muvozanat saqlash uchun mashqlar. Gimnastikada shikastlanishni oldini olish va unda birinchi tibbiy yordam ko‘rsatish. Tirmashib chiqish uchun mashqlar. Osilishlar, baland va past turniklarda. Ritmik gimnastika komleksi. Ertalabki gimnastik mashqlar majmuasi. Sport anjomlari yordamida mashqlar bajarish. Jismoniy sifatlarni rivojlantiruvchi mashqlar.		
---	---	---	--	--

Amaliy jismoniy tayyorgarlik

3	1	Jismoniy rivojlanish ko‘rsatkichlarni bilish. Tayyorgarlik turлari. Umumrivojlantiruvchi mashqlar. Maxsus jismoniy tayyorgarlik. Texnik va taktik tayyorgarlik turlari. Kuchni, tezlikni, egiluvchanlikni, chidamlilik va chaqqonlikni rivojlantiruvchi mashqlar. Harakatlanish turlari.		
---	---	--	--	--

Yengil atletika

4	1	Yurish turlari. Tekis yugurish. Qisqa masofalarga yugurish. O‘rta masofaga yugurish. Uzoq masofaga yugurish. Uzunlikka sakrash. Balandlikka sakrash. Maxsus yugurish mashqlar. Past startdan chiqish texnikasi. Estafeta yugurish. Turgan joydan uzunlikka saqrash. Uloqtirish turlari. Masofa bo‘ylab yugurish. Yugurish vaqtida to‘g‘ri nafas olish va chiqarish.		
---	---	---	--	--

Sport o‘yinlari. Futbol. Voleybol. Basketbol. Gandbol.

		<p>Futbol o‘yiniining kelib chiqish tarixi va maydon o‘lchamlari. Futbol o‘yinidagi asosiy usullar. Futbolchilarning jismoniy tayyorgarligi. Futbolchilarning texnik va taktik tayyorgarligi. Uzoq masofaga uzatishni o‘rgatish. O‘quv o‘yin tashkil qilish. Futbol musobaqasi qoidalari. O‘yin qoidalari.</p> <p>Voleybolning O‘zbekistonga kirib kelishi va rivojlanishi. To‘pni yuqoridan uzatish; O‘yinda bo‘ladigan vaziyatlar. Maydon o‘lchami. Voleybol musobaqalari haqida tushuncha. Maydonda o‘yinchilarning joylashuvi. Harakat usullarining kombinatsiyasi. Voleybol o‘yinida turish, harakatlanish, to‘xtash, tezlashish elementlari texnikasini o‘rganish. Voleybol o‘yin texnikasi va taktikasi. Voleybol o‘yinida humum texnikasi va taktikasi. O‘rgatish va mashg‘ulot mazmu ni. Nazariy tayyorgarlik. Jismoniy tayyorgarlik. Texnik tayyorgarlik. Taktik tayyorgarlik.</p> <p>Basketbolda amal qilinadigan qoidalari. To‘pni olib yurish. Maydonda to‘p bilan harakatlanish. Maydon o‘lchami, o‘yin davomiyligi. To‘p bilan aldamchi xarakatlar (fintlar). Savatga to‘p tashlash. Jarima to‘pni amalgalashish. To‘pni harakatda uzatish. Har xil nuqtalardan to‘pni savatga tashlash. Ikki tomonlama o‘yin tashkil etish. Basketbol o‘yini texnikasi.</p> <p>Gandbolning kelib chiqish tarixi va O‘zbekistonga kirib kelishi. Gandbol o‘yin qoydalari. Maydon o‘lchami, o‘yin davomiyligi. To‘pni egallab turish texnikasi. Harakatlarni birlashtirish va fintlar. Gandbol o‘yin texnikasini o‘rgatish. Himoya texnikasi. Maxsus jismoniy tayyorgarlik. Musobaqalarni tashkil etish va o‘tkazish.</p>		
5	1	Kurash		
6	1	Kurashchining maxsus mashqlari. Yumshoq yiqilish mashqlari. Yelkadan oshirib yiqitish usullarini o‘rgatish. Chil usulini bajarish. Oyoqlar yordamida yonboshdan ko‘tarib tashlash usullar. Bir oyoqda, qo‘llarni ushlagan holda (pod-hod) usuli; “muvozanatdan chiqarish” usuli. Gavdadon oshirib tashlash usuli. Kurashda himoyalanish usuli. Kurashda hakamning ishoralari. Ko‘tarish va oyoq yordamida yonbosh” usullarini qo‘llash. Turishlar, harakatlanishlar, ushlashlar. Kurash turlari va uning qoydalari. Dzyu-do buyruqlari		

Harakatli o‘yinlar. Sport o‘yinlari elementlari bilan harakatli o‘yinlar

		Harakatli o‘yin turlari va ularning qoidalari. Buyumlar bilan mashqlar bajarish. Buyumlarsiz bajariladigan mashqlar. O‘yin vaqtida yakka va jamoa tartibida harakatlanish qoidalari. O‘yin jarayonida tartib intizomga rioya qilish, jamoushlariga yordam berish. “To‘p bilan estafetalar”, “Sakrash estafetasi”, “Yo‘laklar bo‘ylab sakrash”, “Buyumsiz va buyumlar bilan estafetalar”, “Otib qochar”, estafetali yugurish, sakrash va boshqa o‘yinlar bilan o‘quvchilarni har tomonlama rivojlantirish.		
7	1			

Shashka. Shaxmat

		Shashka doskasi va shashka donalari. Shashka doskasida donalari joylashuvini ko‘rsatish va o‘yin qoidalari bilan tanishtirish. Shaxmatni kelib chiqish tarixi. Shaxmat federatsiyasi. Shaxmat bo‘yicha jahon championlari. Shaxmat saboqlari. Shaxmat doskasida donalarining yurish tartibi. Shaxmat doskasi va donalarining nomlanishi; shaxmat doskasida donalarining joylashuvi. Shaxmat doskasida donalarining yurish yo‘nalishini o‘rgatish.		
8	1			

Jismoniy tarbiya darslarini rejalashtirish

9	1	Milliy o‘quv dasturi. Davlat ta’lim standartlari.		
---	---	---	--	--

Pedagogika

		O‘zbekiston rivojlantirishning Respublikasida ta’lim tizimini konseptual asoslari. O‘zbekiston Respublikasi ta’lim tizimi.. O‘zbekiston Respublikasining yangi tahrirdagi “Ta’lim to‘g‘risida”gi Qonuni (2020-yil 23-sentabr). 2022-2026-yillarga mo‘ljallangan yangi O‘zbekistonning taraqqiyot strategiyasi. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining “2022-2026-yillarda maktab ta’limini rivojlantirish bo‘yicha Milliy dasturni tasdiqlash to‘g‘risida” 2022-yil 11-maydagi PF-134-son Farmoni.		
10	1	Pedagogikaning umumiy asoslari. O‘qitish nazariyasi. Pedagogika fan sifatida. Yaxlit pedagogik jarayon. Didaktika – pedagogikaning tarkibiy qismi sifatida. Ta’lim mazmuni. Ta’limni tashkil etishning shakl, metod va vositalari. O‘quvchilarning bilim, ko‘nikma va malakalarini tashxis etish. Xalqaro baholash dasturlari (PISA, PIRLS, TIMSS, ICILS).		
		Tarbiya nazariyasi. Tarbiya qonuniyatları va tamoyillari. Tarbiyaning umumiy metodlari. O‘quvchilarda ilmiy dunyoqarashni shakllantirish. Tarbiya turlari (aqliy, iqtisodiy, ekologik, fuqarolik, huquqiy, mafkuraviy, ma’naviy-axloqiy, mehnat, jismoniy, estetik, oilaviy).		

	<p>faoliyatida muloqot madaniyati. Pedagogik takt va etika. Pedagogik texnika. Nutq madaniyati va texnikasi. O'qituvchi mehnatini ilmiy tashkil etish. Mustaqil ta'lif va o'z-o'zini tarbiyalash.</p> <p>Pedagogik texnologiya. Texnologiya tushunchasi va ularning tasnifi. Umumpedagogik texnologiyalar. Tanqidiy fikrlashni rivojlantirish texnologiyasi. Kreativ fikrlashni shakllantirish metodlari.</p>			
	jami	10	20	10

6. Ajratilgan vaqt (javoblar varaqasini to'ldirish bilan birga):

- 40 ta test topshirig'i uchun 100 daqiqa.

7. Test topshiruvchilar uchun tavsiya etiladigan adabiyotlar ro'yxati

1. T.S.Usmonxo'jayev, S.G.Arzumatov Jismoniy tarbiya 5-6-sinf o'quvchilari uchun o'quv qo'llanma Toshkent – 2015.
2. K.Maxkamjonov, F.Xo'jayev Jismoniy tarbiya 3-sinf o'quvchilari uchun o'quv qo'llanma Toshkent – 2016.
3. K.Maxkamjonov, F.Xo'jayev Jismoniy tarbiya 2-sinf o'quvchilari uchun tavsiya yetilgan o'quv qo'llanma Toshkent – 2018.
4. K.Maxkamjonov, F.Xo'jayev Jismoniy tarbiya 1-sinf o'quvchilari uchun tavsiya yetilgan o'quv qo'llanma Toshkent – 2018.
5. K.Maxkamjonov, F.Xo'jayev Jismoniy tarbiya 4-sinf o'quvchilari uchun o'quv qo'llanma Toshkent – 2017.
6. T.S.Usmonxo'jayev, S.G.Arzumatov, S.T.Usmonxo'jayev, Jismoniy tarbiya 7-8-sinf o'quvchilari uchun o'quv qo'llanma Toshkent – 2017.
7. A.Abdullayev., Sh.X.Xonkeldiyev Jismoniy tarbiya nazariyasi va usuliyati. «O'qituvchi». Toshkent – 2005.
8. Xoldorov T.X, Nurmatov F. A, Yunusova D.Jismoniy madaniyat tarixi va boshqarish Toshkent – 2007.
9. R.S. Salomov Jlsmomy tarbiya nazariyasi va uslubiyati Toshkent – 2014.
10. U.R.Radjapov "Sport mahoratini oshirish" fanidan (qo'l to'pi) Toshkent – 2018.
11. Xodjayev B.X. Umumiy pedagogika nazariyasi va amaliyoti. Darslik – T.: SANO-STANDART, 2017.
12. Xodjayev B.X., Choriyev A., Saliyeva Z.T. Pedagogik tadqiqotlar metodologiyasi. Darslik. – T.: IQTISODIYOT DUNYOSI, 2018.
13. Ro'ziyeva D.I., Tolipov O'.Q. Pedagogik texnologiyalar va pedagogik mahorat. – T.: INNOVATSIIYA-ZIYO, 2019.
14. Pazilov A., Q.Qosnazarov., Q.Seytmuratov., Z.Kurbaniyazova. Pedagogika teoriyasi. – T.: "Noshir", 2018.
15. Pedagogika. // M.Toxtaxodjaevning umumiy tahriri ostida. Darslik. – T.: O'zbekiston Faylasuflari Milliy jamiyati, 2010.

16. Xalikov A.A. Pedagogik mahorat. Darslik. – Toshkent, Iqtisod moliya, 2012.
17. Omonov N.T., Madyarova S.A. Pedagogik texnologiyalar va pedagogik mahorat. – T.: Iqtisod–moliya, 2009.
18. Azizxodjayeva N.N. Pedagogik texnologiya va pedagogik mahorat. – T.: “Fan va texnologiyalar” nashriyoti, 2006.