

**ТОШКЕНТ ВИЛОЯТИ ЧИРЧИҚ ДАВЛАТ ПЕДАГОГИКА ИНСТИТУТИ**

**СПОРТ ВА ЧАҚИРИҚҚАЧА ҲАРБИЙ ТАЪЛИМ ФАКУЛЬТЕТИ**

**“ЖИСМОНИЙ МАДАНИЯТ” КАФЕДРАСИ**



**ЧИДПИ**  
**CHIRCHIQ DAVLAT**  
**PEDAGOGIKA INSTITUTI**

**“GIMNASTIKA VA UNI O‘QITISH METODIKASI FANIDAN”**

фанидан семинар матни

**Семинар № 5**

**МАВЗУ: Gimnastikaning turlari**

**Тузувчи: ўқитувчи. Зуфаров Тимур Умарович**

**ЧИРЧИҚ-2019**

## SEMINAR MASHG'ULOTI

### 5.Mavzu: Gimnastikaning turlari

#### **Pedagogik vazifalar:**

O'quv kursining maqsadi va vazifalari, o'tiladigan mavzularga tuzilmaviy, ko'rgazmali qurollar asosida Talabalar bilimni aniqlaydi.

#### **O'quv faoliyati natijalari:**

O'quv kursining maqsadi va vazifalari, o'tiladigan mavzularning asosiy mazmunini o'zlashtirib olis

Gimnastikaning turlari haqida ma'lumotlar keltirish haqida umumiy tushunchaga ega bo'lishi.

Gimnastikaning qaysi turi sport gimnastikasi turiga kiradi?

Gimnastikaning sog'lomlashtirish turini o'tkazish vositalari, usullari, maqsad va vazifalari..

Sport gimnastikasining maqsad va vazifasi.

#### **Diqqatni gimnastikaning amaliy- kasbiy ahamiyatiga qaratadi**

*Gimnastika turlarini asosiy vazifalaridan uchtasini aniqlash lozim.*

1. guruh. Gimnastikaning sog'lomlashtiruvchi
2. guruh. Gimnastikaning sport turlari
3. guruh. Gimnastikaning amaliy turlari

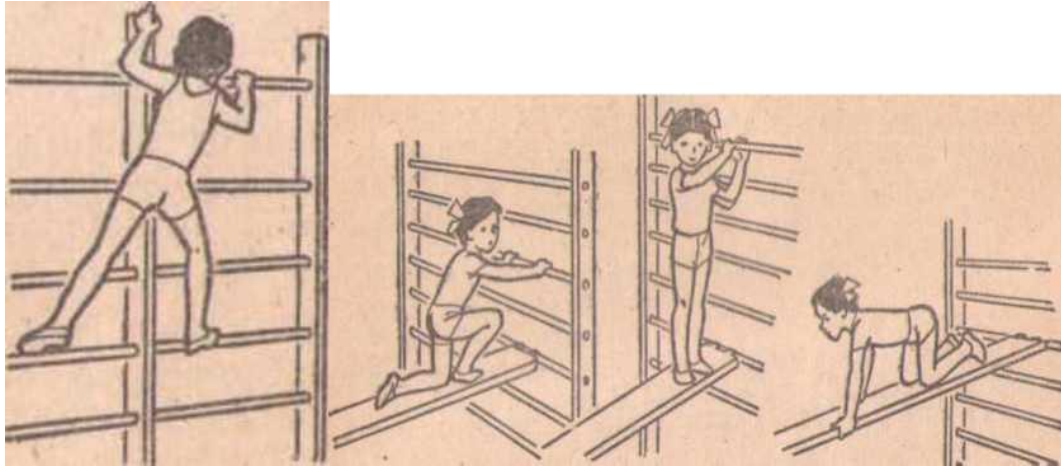
*Ishlab chiqarish gimnastikasining vazifalari haqida ma'lumot bering.*

N.E.Vedenskiy qanday xulosa haqida fikr bildirgan.

Ishlab chiqarish gimnastikasiing asosiy shakllari haqida nimalarni bilasiz.

**Ushbu sur'atlarga qarab klaster chayinvord tuzing.**





“Закавот” технологияси

A) Акрабатика

B) Турник

**Изоҳ:** Ушбу технологияда талабалар алифбодаги харфлар асосида мавзуга доир таянч сўларни ёзадилар. Бу орқали талабаларда мавзуда келтирилган айрим терминларни эслаб қолишга ёрдам беради.

Talabalar bilimini mustaqamlash uchun savollar

1. Gimnastikadan o'quv trenirovka mashg'ulotlarini o'tkazish joylari.
2. Gimnastika zallarini jihozlari.
3. Zallar va jihozlardan foydalanish qoidalari.

Nazorat savollari:

1. Gimnastikaning sog'lomlashtiruvchi turlariga nimalar kiradi?
2. Sog'lomlashtiruvchi gimnastika mashg'ulotlarining shakllari.
3. Gimnastikaning sog'lomlashtiruvchi turlarining mohiyati nimada?
4. Gimnastikaning sport turlariga kaysi guruxlar kiradi?
5. Gimnastika sport turining mohiyati nimalardan iborat?
6. Gimnastikaning amaliy turlari kaysi guruxlardan iborat?
7. Korxonada gimnastika sport turining mohiyati nimalardan iborat?
8. Gigienik gimnastikaning vazifalari, vositalari haqida tavsif bering..
9. Ertalabki gigienik gimnastikaning qoidalari ahamiyati haqida gapiring.
10. Davolash gimnastikasi vazifasi asosiy vositalari va shakli haqida gapiring.
11. Gimnastikaning sport turiga tavsif bering.
12. Sport gimnastikasi, badiiy gimnastika va akrobatika sport turlari sifatida targ'ib etiladi.