

ЎЗБЕКИСТОН РЕСПУБЛИКАСИ  
ОЛИЙ ВА ЎРТА МАХСУС ТАЪЛИМ ВАЗИРЛИГИ  
НИЗОМИЙ НОМИДАГИ ТОШКЕНТ ДАВЛАТ ПЕДАГОГИКА УНИВЕРСИТЕТИ



# СПОРТ ИНШООТЛАРИ

фанидан

## ўқув услубий мажмуа

Билим соҳаси:	100000 –	Гуманитар
Таълим соҳаси:	110000 –	Педагогика
Жисмоний маданият йўналиши:	5112000 –	Жисмоний маданият

Тошкент-2019

«Жисмоний маданият» кафедраси

“Спорт иншоатлари” фанидан

## ЎҚУВ УСЛУБИЙ КОМПЛЕКС

Ушбу ўқув-услугий мажмуа “Спорт иншоотлари” фани бўйича яратилган бўлиб, унда мазкур фаннинг ўқув дастури, ишчи дастури, маъруза, семинар ва амалий машғулотларининг таълим технологияси жамланган.

Мазкур ўқув-услугий мажмуа олий таълим муассасаларининг бакалавр таълим йўналиши талабалари учун мўлжалланган.

Тузувчилар:

Фбдулахатов Ф.Р. - «Факультетлараро Жисмоний тарбия» кафедраси в.б доценти.

Хабибуллаев С.Х. - «Жисмоний маданият» кафедраси ўқитувчиси.

Юсупбаева А.С. - «Факультетлараро Жисмоний тарбия» кафедраси ўқитувчиси.

Тақризчилар:

Ачилов Т.С. Тошкент вилояти Чирчиқ давлат педагогика институти «Мактабгача ва бошланғич таълим» кафедраси доценти.

Ўқув-услугий мажмуа Низомий номидаги Тошкент давлат педагогика университети кенгашида кўриб чиқилган ва тасдиқланган.

2019-йил “ \_\_\_\_ ” \_\_\_\_\_ даги \_\_\_\_ - сонли мажлис баёни.

ЎЗБЕКИСТОН РЕСПУБЛИКАСИ  
ОЛИЙ ВА ЎРТА МАХСУС ТАЪЛИМ ВАЗИРЛИГИ

НИЗОМИЙ НОМИДАГИ ТОШКЕНТ ДАВЛАТ ПЕДАГОГИКА  
УНИВЕРСИТЕТИ



СПОРТ ИНШООТЛАРИ ФАНИ

маърузаларини ўрганиш бўйича

ТАЪЛИМ ТЕХНОЛОГИЯСИ

ТОШКЕНТ – 2019 й



Ушбу услубий қўлланмада замонавий спорт иншоотларини бунёд этилиши диёримизда энг йirik мусобақаларини ўтказиш имкониятлари ва спорт иншоотларини қурилишига қўйиладиган талаблар, қурилиш материалларининг хусусиятлари, турлари ҳамда бўлажак мутахасисга уларни технологик лойиҳалаштириш, шунингдек ўзи танлаган спорт туридан спорт иншоотларини ижтимоий тажрибаларини ва ривожланишини ўргатишда ўқитишнинг технологиялаштириш қондалари, усул, воситаларидан фойдаланишнинг таълим технологияси келтирилган.

Тузувчилар:

- Абдулахатов.А.Р. - «Факультетлараро жисмоний тарбия» кафедраси в.б доценти.
- Хабибуллаев С.Х. - «Жисмоний маданият» кафедраси ўқитувчиси.
- Юсупбаева.А.С - «Факультетлараро жисмоний тарбия» кафедраси ўқитувчиси.

## МУНДАРИЖА

№	Мажмуа мазмуни	Бетлар
<b>И</b>	<b>Маъруза машғулоти материаллари</b>	
	<b>Сўз боши</b>	
1	Қадимги дунё, ўрта аср ва янги давр спорт иншоотлари ҳақида қисқача тарихий маълумот. Спорт иншоотлари таснифи. Спорт иншоотларини шакли ва ўлчамлари, уларни шаклланиши ҳамда технология чизмаси.	
2	Шаҳар ва қишлоқларда спорт иншоотлари тармоқлари ва режалаштириш.	
3	Спорт соғломлаштириш оромгоҳлари ва спорт иншоотлари. Спорт иншоотларидан фойдаланишни ташкил этиш ва спорт майдонлари конструкцияси ва материаллари.	
<b>ИИ</b>	<b>Семинар машғулоти материаллари</b>	
1	Қадимги дунё, ўрта аср ва янги давр спорт иншоотлари ҳақида қисқача тарихий маълумот. Спорт иншоотлари таснифи. Спорт иншоотларини шакли ва ўлчамлари, уларни шаклланиши ҳамда технология чизмаси.	
2	Шаҳар ва қишлоқларда спорт иншоотлари тармоқлари ва режалаштириш.	
3	Спорт соғломлаштириш оромгоҳлари ва спорт иншоотлари. Спорт иншоотларидан фойдаланишни ташкил этиш ва спорт майдонлари конструкцияси ва материаллари.	
<b>ИИИ</b>	<b>Амалий машғулоти материаллари</b>	
1	Спорт иншоотларини шакли ва ўлчамлари, уларни шаклланиши ҳамда технология чизмаси.	
2	Спорт соғломлаштириш оромгоҳлари ва спорт иншоотлари.	
3	Баскетбол, волейбол ўйин майдон ўлчамлари.	
4	Футбол, кўл тўпи ўйин майдон ўлчамлари.	
5	Теннис ўйин майдон ўлчамлари.	
6	Ёнгил атлетика учун очиқ спорт иншооти.	
7	Бадий гимнастика. Гимнастика жиҳозлари ва анжомлари.	
8	Гимнастик шаҳарчасини қуриш усуллари.	
9	Сузиш сув ҳавзаси (очиқ ва ёпиқ).	
10	Сузиш сув ҳавзасининг анжомлари ва жиҳозлари. Сув	

	полоси майдони, анжомлари ва жиҳозлари.	
11	Бадминтон майдони.	
12	Кураш ва бокс учун майдончалар.	
13	ЁнгиЛ атлетика сектори. ЁнгиЛ атлетика анжом ва жиҳозлари.	
<b>ИВ</b>	<b>Мустақил таълим материаллари</b>	
<b>В</b>	<b>Глоссарий</b>	
<b>ВИ</b>	<b>Иловалар</b>	
1	Ишчи фан дастури (Баҳолаш мезонлари бўйича услубий кўрсатмалар).	
2	Тестлар	
<b>ВИИ</b>	<b>Тавсия этиладиган адабиётлар</b>	

## СЎЗ БОШИ

Ўзбекистон Республикасининг биринчи Президенти И.А.Каримов мустақил бўлиш ва унинг истиқболида аҳоли саломатлигининг ўта қимматлиги ва унга эга эришиш йўлларини катта кўтаринкилик билан изҳор қилиб берган. Яъни: “Бизнинг ота-боболаримиз кишилар билан учрашганда ёки хайрлашганда, аввало, чин юракдан саломатлик тилашган. Бизнинг замонамиз баҳодирларга ва химоячиларимиз бўлган полвонлар ва ботирларга бу анъаналар бой мерос ҳисобланади ва уларни меҳр билан парвариш қилиб келмоқда. Бугунги кунда ҳамма жойда спортнинг миллий турлари қайта тикланмоқда. Ўзининг саломатлиги ҳақида шахсан ғамхўрлик қилиб бориш маданиятини ёшлиқдан, мактаб, маҳалла, соғлиқни сақлаш тизими, жисмоний тарбия ва спорт ташкилотлари кўмагида синдириш керак”, - деб ҳақли равишда айтган.

Ўзбек халқининг миллий жисмоний тарбияси қадимги аجدодларимиз тарихи билан узвий боғланиб кетади. Бунинг гувоҳи сифатида ўтган бобда такидланганидек, “Алпомиш”, “Кунтуғмуш”, “Қирққиз”, “Гўрўғли” туркумидаги дostonларда жасорат устунлик билан мадх этилган. Отда пойга, найза улоқтириш, қиличбозлик, камондан ўқ отиш мерганлик қилиш каби жисмоний сифатлар қаҳрамонлар сиймоси орқали бутун халқнинг турмуши, маданияти, ҳаракати акс эттирилган. Бу жисмоний машқлар авлоддан-авлодга ўтиб, ўзининг мазмуни, шакли ва бажариш услубларини бойитиб, ҳозирги даврда улар жаҳон халқларининг сеvimли машғулотларига ҳамда маҳорат учун курашувчи ёшларнинг спортга айланган.

Эътироф этиш керакки, мустақил Ўзбекистоннинг маданияти ва спортини янада ривожлантиришга асос бўлувчи энг муҳим тадбирлар кўрилмоқда. Ўзбекистон Республикасининг “Жисмоний тарбия ва спорт тўғрисида”ги қонуни (1992 йил 14 январ, 2000 йил янги таҳрир) барча аҳолининг соғлиғини мустаҳкамлаш, уларнинг жисмоний тарбия ва спорт билан шуғулланишларига шарт-шароитлар яратиш беришни кафиликка олади.

Шу билан бирга қонунда яна “Мактабгача таълим муассасалари ва отмлари ҳар йили камида бир марта мактабгача ёшдаги болаларнинг ҳамда ўқувчи-ёшларнинг жисмоний тайёргарлик даражасини кўриқдан ўтказадилар. Умумтаълим мактабларида, бошқа отмларида жисмоний тарбия бўйича имтиҳонлар ўтказилади”,-деб кўрсатилган. Бу эса ўқувчи-ёшларнинг саломатлигини мустаҳкамлаш, жисмоний камолотини ошириш, уларни меҳнат ва мудофаа ишларига лаёқатли кишилар қилиб етиштиришга қаратилгандир. Бу имконият ва тадбирларни ҳар бир ўқувчи-ёшлар ўз тафаккурлари билан тушунишлари, Мустақил Ўзбекистоннинг истиқболига ҳисса қўшиш учун бор имкониятларни ишга солиб, ўз бурчларини адо қилишлари керак. Маълумки, Республика Олий мажлис сессиясида “Таълим тўғрисида”ги қонун (1992 йил июл, янги таҳрир 1997) қабул қилиниб, унда таълим олувчиларнинг саломатлигини муҳофаза қилиш ва мустаҳкамлашни кафолатловчи шарт-шароитлар яратиш, ўқиш, меҳнат қилиш, дам олиш учун таълим муассасалари масъулдир дейилган. Бу икки қонуннинг мазмун ва моҳияти ўзаро мужассамланиб, жисмоний тарбия ва спортни ривожлантиришга қаратилгандир.

Ўқувчи-ёшларнинг таълим олишлари ва уларни доимо соғлом бўлишлари давлат қонунлари билан муҳофаза қилиш, бўлажак мутахассисларнинг порлоқ келажагини таъминлаш, деб талқин қилиш лозим. Шу тўғрисида барча ўқувчи-ёшлар қаерда таълим олмасин, уларга берилган имтиёзлардан мақсад йўлида фойдаланиш, жисмоний камолотни таъминлаш зарур бўлади ва бу билан жисмоний тарбиянинг ижтимоий ва тарихий моҳиятларини янада кўтарган, уни имкон борича, инсон ҳаётидаги юксак омил эканлигини келажакка мерос қилиб қолдиришга ҳаётий тажриба ва амалиёт асос бўлади.

Шу сабабдан республика спортининг истиқболидаги асосий манбаларнинг ҳолати ва уни ривожлантириш омилларидан хабардор бўлиш муҳим вазифалардан бири бўлиб ҳисобланади.

Замонавий спорт иншоотларининг бунёд этилиши диёримизда энг йирик халқаро мусобақаларни ўтказиш имкониятини бермоқда.

Спорт иншоотлари жисмоний тарбиянинг моддий техникавий асоси ҳисобланади. Улар махсус қурилган иншоотлар бўлиб, барча спорт турларидан жисмоний тарбия машғулотлари ўтказишга мўлжалланган бўлади.

Мустақилликдан кейин болалар буюк келажагимизнинг таянчи деган иборалар юзага келди. Соғлом авлодни тарбиялаб етиштириш илк болаликдан бошланади. Бунда жисмоний тарбия воситалари, айниқса спорт турлари муҳим ўрин эгаллайди.

«Спорт иншоотлари» фани спорт педагогикаси босқичида унинг бир бўлаги ҳисобланади. Бу босқичда илм ўрганиш учун спорт гигиенаси, биомеханика, педагогика, жисмоний тарбия назарияси ва услубиятидан маълум даражада билимларга эга бўлиши лозим.

Ўқув фанининг мақсади. Талабаларда спорт иншоотлари фани бўйича назарий билимни эгаллаш ва амалда уларни қўллай билиш малака ва кўникмаларга эга қилишдан иборат.

Ўқув курсининг вазифалари. Мақсадни амалга ошириш учун мазкур фан бўйича ўқув материали мазмуни ҳар хил жиҳозлардан, қурилмалардан фойдаланишни, уларни тайёрлаш қоидаларини ва усулларини, ҳаракат ва машқларга мустақил жой тайёрлашни, спорт иншоотларининг атроф муҳитга таъсирини тўғри ҳисобга олишни ўргатади

Шахсга йўналтирилган таълим. Бу таълим ўз моҳиятига кўра таълим жараёнининг барча иштирокчиларини тўлақонли ривожланишларини кўзда тутаяди. Бу эса таълимни лойиҳалаштирилади, албатта, маълум бир таълим олувчининг шахсини эмас, аввало, келгусидаги мутахассислик фаолияти билан боғлиқ ўқиш мақсадларидан келиб чиққан ҳолда ёндашишни назарда тутаяди.

Тизимли ёндашув. Таълим технологияси тизимнинг барча белгиларини ўзида мужассам этмоғи лозим: жараённинг мантиқийлиги, унинг барча бўғинларини ўзаро боғлиқлиги, яхлитлиги.

Фаолиятга йўналтирилган ёндашув. Индивиднинг жараёнли сифатларини шакллантириш, таълим олувчининг фаолиятини фаоллаштириш ва тезлаштириш, ўқув жараёнида унинг барча қобилияти ва имкониятлари, ташаббускорлигини очишга йўналтирилган таълимни ифодалайди.

Диалогик ёндашув. Бу ёндашув ўқув жараёни иштирокчиларининг психологик бирлиги ва ўзаро муносабатларини яратиш заруриятини билдиради. Унинг натижасида шахснинг ўз-ўзини фаоллаштириши ва ўз-ўзини кўрсата олиши каби ижодий фаолияти кучаяди.

Ҳамкорликдаги таълимни ташкил этиш. Таълим берувчи ва таълим олувчи ўртасида демократик, тенглик, ҳамкорлик каби ўзаро субъектив муносабатларга, фаолият мақсади ва мазмунини биргаликда шакллантириш ва эришилган натижаларни баҳолашга эътиборни қаратиш зарурлигини билдиради.

Муаммоли таълим. Таълим мазмунини муаммоли тарзда тақдим қилиш асосида таълим олувчиларнинг ўзаро фаолиятини ташкил этиш усулларидан биридир. Бу жараён илмий билимларни объектив қарама-қаршилиги ва уни ҳал этиш усулларини аниқлаш, диалектик тафаккурни ва уларни амалий фаолиятда ижодий қўллашни шакллантиришни таъминлайди.

Ахборотни тақдим қилишнинг замонавий воситалари ва усулларини қўллаш-бу янги компьютер ва ахборот технологияларини ўқув жараёнида қўллашдир.

Ўқитиш услублари ва техникалари. Маъруза (кириш, мавзу, маълумотли, кўргазмали (визуаллашган), анжуман, аниқ вазиятларни ечиш), мунозара, муаммоли услуб, пинборд, ақлий ҳужум, тезкор-сўров, савол-жавоб, амалий ишлаш усуллари.

Ўқитишни ташкил этиш шакллари: диалог, полилог, мулоқот, кўргазмали, ҳамкорлик ва ўзаро ўқитишга асосланган фронтал, жамоавий ва гуруҳларда ўқитиш.

Ўқитиш воситалари: ўқитишнинг анъанавий воситалари (ўқув қўлланма, маъруза матни, тарқатма материаллар, макетлар, спорт иншоотларининг қурилиш объектлари) билан бир қаторда-чизмали органайзерлар, компьютер ва ахборот технологиялари.



Коммуникатция усуллари: талабалар билан тезкор қайтар алоқага асосланган бевосита ўзаро муносабатлар.

Қайтар алоқаларнинг (маълумотнинг) усул ва воситалари: тезкор-сўров, спорт иншоотларини смета ва лойиҳа чизмаларини таҳлили ўқитиш диагностикаси.

Бошқариш усуллари ва воситалари: ўқув машғулоти босқичларини белгилаб берувчи технологик карта кўринишидаги (спорт иншоотларининг макетлари) ўқув машғулотларини режалаштириш, қўйилган мақсадга эришишда ўқитувчи ва тингловчининг биргаликдаги ҳаракати, нафақат аудитория машғулотлари, балки аудиториядан ташқари мустақил ишларнинг назорати.

Мониторинг ва баҳолаш: ўқув машғулотида ва бутун курс давомида мавзу юзасидан назорат саволларини бериб бориш орқали ўқитишнинг (Амалий вазифаларнинг ижроси) натижалари режали тарзда кузатиб борилади. Курс охирида тест топшириқлари (Амалий топшириқлар) ёрдамида тингловчилар (талабалар)нинг билимлари баҳоланади.

# МАЪРУЗА МАШҒУЛОТЛАРИНИНГ ТАЪЛИМ ТЕХНОЛОГИЯСИ

1-Мавзу	Спорт иншоотлари ҳақида тушунча. Қадимий дунё, ўрта аср ва янги давр спорт иншоотлари ҳақида қисқача тарихий маълумот.
---------	--

## 1.1. Таълим бериш технологиясининг модели

Машғулот вақти-2 соат	Талабалар сони: та
Машғулот шакли	Кириш-ахборотли маъруза
Маъруза режаси	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Спорт иншоотлари ҳақида тушунча.</li> <li>2. Спорт иншоотлари кўп қиррали маданий соғломлаштирувчи спорт мажмуаси сифатида.</li> <li>3. Қадимги дунё спорт иншоотлари ҳақида.</li> <li>4. Ўрта аср спорт иншоотлари ҳақида.</li> <li>5. Янги давр спорт иншоотлари ҳақида.</li> </ol>
Ўқув машғулотининг мақсади: Ўқув фани бўйича умумий тушунча бериш. Талабаларни спорт иншоотлари тарихи ва ривожланиш босқичлари тўғрисида маълумотларга эга қилиш.	
<p style="text-align: center;">Педагогик вазифалар:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Ўқув курсининг мақсади ва вазифалари, ўтиладиган мавзуларга тузилмавий мантиқий чизма асосида тушунча бериш;</li> <li>-Қадимги дунё спорт иншоотлари ҳақида маълумотлар келтириш.</li> <li>-Ўрта аср спорт иншоотлари ҳақида. маълумотлар келтириш.</li> <li>-Янги давр спорт иншоотлари ҳақида. маълумотлар келтириш.</li> <li>-Мамлакатимизда қурилаётган спорт иншоотлари ҳақида маълумотлар бериш.</li> </ul>	<p style="text-align: center;">Ўқув фаолияти натижалари:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Ўқув курсининг мақсади ва вазифаларини, ўтиладиган мавзуларни тузилмавий мантиқий чизма асосида шарҳлаб беришлари керак;</li> <li>-Қадимги дунё спорт иншоотлари ҳақида маълумотларни билишлари керак.</li> <li>-Ўрта аср спорт иншоотлари ҳақида. маълумотларни билишлари керак.</li> <li>-Янги давр спорт иншоотлари ҳақида. маълумотларни билишлари керак.</li> <li>-Мамлакатимизда қурилаётган спорт иншоотлари ҳақида маълумотлар билишлари.</li> </ul>
Таълим бериш усуллари	Кўрғазмали, маъруза, суҳбат, тармоқлар.
Таълим бериш шакллари	Оммавий, жамоавий.
Таълим бериш воситалари	Ўқув қўлланма, проектор, макет, спорт иншоотлари қурилиш объектлари.
Таълим бериш шароити	ЎТВ билан ишлашга мослаштирилган аудитория, спорт иншоотлари макетлари, қурилиш объектлари.
Мониторинг ва баҳолаш	Оғзаки назорат: савол-жавоб, мустақил иш бажариш, лойиҳалаштириш, технологик чизмалар чизиш.

1.2. «Спорт иншоотлари ҳақида тушунча. Қадимги дунё, ўрта аср ва янги давр спорт иншоотлари тўғрисида тарихий маълумот» маъруза машғулотининг технологик харитаси

Иш босқич-лари ва вақти	Фаолият мазмуни	
	Таълим берувчи	Таълим олувчилар
Тайёргарлик босқичи.	<p>1. Мавзу бўйича ўқув мазмунини тайёрлаш.</p> <p>2. Кириш маърузаси учун тақдимот слайдаларини тайёрлаш.</p> <p>3. Талабалар ўқув фаолиятини баҳолаш мезонларини ишлаб чиқиш ва талабаларга эълон қилиш.</p> <p>4. Ўқув курсини ўрганишда фойдаланиладиган адабиётлар рўйхатини ишлаб чиқиш.</p>	<p>Тинглайдилар</p> <p>Ёзиб оладилар.</p>
1. Мавзуга кириш (15 дақиқа)	<p>1.1. Ўқув фани номини айтилиб экранга фаннинг тузилмавий мантикий чизмасини чиқаради мавзулар рўйхатини беради ва уларга қисқача таърифлаб изоҳлар беради (1-илова).</p> <p>1.2. Биринчи машғулот мавзуси, унинг мақсади ва ўқув фаолияти натижалари билан таништиради.</p> <p>1.3. Талабалар ўқув фаолиятини баҳолаш мезонлари билан таништиради (2-илова).</p> <p>1.4. Талабалар билимларини фаоллаштириш мақсадида саволлар беради (3-илова).</p>	<p>Тинглайдилар</p> <p>Талабалар берилган саволларга жавоб берадилар. Саволлар билан мувожаз қиладилар.</p>
2-босқич Асосий босқич (55 дақиқа)	<p>2.1. Power Поинт дастури ёрдамида слайдларни намойиш қилиш ва изоҳлаш билан мавзу бўйича асосий назарий жиҳатларини тушунтириб беради.</p> <p>2.2. Қадимги дунё спорт иншоотлари ҳақида маълумотларни слайдлар кузатувида кўрсатиб тушунтиради, изоҳлайди (4-илова).</p> <p>2.2. Ўрта аср спорт иншоотлари ҳақида. маълумотларни слайдлар кузатувида кўрсатиб тушунтиради, изоҳлайди (5-илова).</p> <p>2.3. Янги давр спорт иншоотлари ҳақида. маълумотларни слайдлар кузатувида кўрсатиб тушунтиради, изоҳлайди (6-илова).</p> <p>2.4. Мамлакатимизда қурилаётган спорт иншоотлари ҳақида маълумотларни слайдлар кузатувида кўрсатиб тушунтиради, изоҳлайди (7-илова).</p>	<p>Тинглайдилар, ёзидилар. Талабалар берилган саволларга жавоб берадилар.</p> <p>Тинглайдилар, ёзидилар.</p>
3. Якуний босқич (10 дақиқа)	<p>3.1. Мавзу бўйича талабаларда юзага келган саволларга жавоб беради, яқунловчи хулоса қилади.</p> <p>3.2. Мустақил ишлаш учун Ўзбекистон Давлат жисмоний тарбия ва спорт университетида тайёрланган «Спорт иншоотлари» номли ўқув қўлланмани 3-26 бетларидаги мавзу ўқув материаллари мазмунини ўрганиб келишларини</p>	<p>Саволлар берадилар. Вазифани ёзиб оладилар.</p>

	тавсия этаман (9-10 иловалар).	
--	--------------------------------	--

Мавзу бўйича ўқув материаллари:

Кириш мавзуси. «Спорт иншоотлари ҳақида тушунча. Қадимги дунё, ўрта аср ва янги давр спорт иншоотлари тўғрисида тарихий маълумот» .

Ўзбекистон Республикасининг биринчи Президенти И.А.Каримов мустақилликка бўлиш ва унинг истиқболида аҳоли саломатлигининг ўта қимматлиги ва унга эга эришиш йўллари катта қўтаринкилик билан изҳор қилиб берган. Яъни: “Бизнинг ота-боболаримиз кишилар билан учрашганда ёки хайрлашганда, аввало, чин юракдан саломатлик тилашган. Бизнинг замонамиз баҳодирларга ва ҳимоячиларимиз бўлган полвонлар ва ботирларга бу анъаналар бой мерос ҳисобланади ва уларни меҳр билан парвариш қилиб келмоқда. Бугинги кунда ҳамма жойда спортнинг миллий турлари қайта тикланмоқда. Ўзининг саломатлиги ҳақида шахсан ғамхўрлик қилиб бориш маданиятини ёшлиқдан, мактаб, маҳалла, соғлиқни сақлаш тизими, жисмоний тарбия ва спорт ташкилотлари кўмагида сингдириш керак”, - деб ҳақли равишда айтган.

Ўзбек халқининг миллий жисмоний тарбияси қадимги аجدодларимиз тарихи билан узвий боғланиб кетади. Бунинг гувоҳи сифатида ўтган бобда такидланганидек, “Алпомиш”, “Кунтуғмуш”, “Қирққиз”, “Гўрўғли” туркумидаги дostonларда жасорат устунлик билан мадҳ этилган. Отда пойга, найза улоқтириш, қиличбозлик, камондан ўқ отиш мерганлик қилиш каби жисмоний сифатлар қаҳрамонлар сиймоси орқали бутун халқнинг турмуши, маданияти, ҳаракати акс эттирилган. Бу жисмоний машқлар авлоддан-авлодга ўтиб, ўзининг мазмуни, шакли ва бажариш услубларини бойитиб, ҳозирги даврда улар жаҳон халқларининг сеvimли машғулотларига ҳамда маҳорат учун курашувчи ёшларнинг спортга айланган.

Эътироф этиш керакки, мустақил Ўзбекистоннинг жисмоний тарбия ва спортини янада ривожлантиришга асос бўлувчи энг муҳим тадбирлар кўрилмоқда. Ўзбекистон Республикасининг “Жисмоний тарбия ва спорт тўғрисида”ги қонуни (1992 йил 14 январ, 2000 йил янги таҳрир) барча аҳолининг соғлиғини мустаҳкамлаш, уларнинг жисмоний тарбия ва спорт билан шуғулланишларига шарт-шароитлар яратиб беришни кафилликка олади. Шу билан бирга қонунда яна “Мактабгача таълим муассасалари ва ОТМлари ҳар йили камида бир марта мактабгача ёшдаги болаларнинг ҳамда ўқувчи-ёшларнинг жисмоний тайёргарлик даражасини кўрикдан ўтказадилар. Умумтаълим мактабларида, бошқа ўқув юртларида жисмоний тарбия бўйича имтиҳонлар ўтказилади”,-деб кўрсатилган. Бу эса ўқувчи-ёшларнинг саломатлигини мустаҳкамлаш, жисмоний камолотини ошириш, уларни меҳнат ва мудофаа ишларига лаёқатли кишилар қилиб етиштиришга қаратилгандир. Бу имконият ва тадбирларни ҳар бир ўқувчи-ёшлар ўз тафаккурлари билан тушунишлари, Мустақил Ўзбекистоннинг истиқболига ҳисса қўшиш учун бор имкониятларни ишга солиб, ўз бурчларини адо қилишлари керак. Маълумки, Республика Олий мажлис сессиясида “Таълим тўғрисида”ги қонун (1992 йил июл, янги таҳрир 1997) қабул қилиниб, унда таълим олувчиларнинг саломатлигини муҳофаза қилиш ва мустаҳкамлашни кафолатловчи шарт-шароитлар яратиш, ўқиш, меҳнат қилиш, дам олиш учун таълим муассасалари маъсулдир дейилган. Бу икки қонуннинг мазмун ва моҳияти ўзаро мужассамланиб, жисмоний тарбия ва спортни ривожлантиришга қаратилгандир.

Ўқувчи-ёшларнинг таълим олишлари ва уларни доимо соғлом бўлишлари давлат қонунлари билан муҳофаза қилиш, бўлажак мутахассисларнинг порлоқ келажагини таъминлаш, деб талқин қилиш лозим. Шу туфайли барча ўқувчи-ёшлар қаерда таълим олмасин, уларга берилган имтиёзлардан мақсад йўлида фойдаланиш, жисмоний камолотни таъминлаш зарур бўлади ва бу билан жисмоний тарбиянинг ижтимоий ва тарихий моҳиятларини янада қўтарган, уни имкон борича, инсон ҳаётидаги юксак омил эканлигини келажакка мерос қилиб қолдиришга ҳаётий тажриба ва амалиёт асос бўлади. Шу сабабдан

республика спортининг истиқболидаги асосий манбаларнинг ҳолати ва уни ривожлантириш омилларидан хабардор бўлиш муҳим вазифалардан бири бўлиб ҳисобланади.

Ҳавола этилаётган мазкур ўқув-услубий мажмуа махсус ўқув курснинг ёритилиши ва ўқув қўлланмада баён этилган фикр ва мулоҳазаларни талабаларга етказиш мақсадида олий таълимнинг жисмоний тарбия йўналишлари ва ўқитувчи мутахассислиги учун 32 соатлик (10 соат маъруза, 10 амалий, 12 соат семинар машғулотлари), Ўқув-услубий мажмуа асосан “Спорт иншоотлари” курси бўйича тақсил берадиган профессор-ўқитувчилар ҳамда талаба (ўқувчи)лар учун мўлжалланган.

Ўзбекистонда халқаро спорт тадбирлари (мусобақалари) мустақилликка қадар ўтказилмаган бўлса, сўнгги йилларда республикаимиз энг йирик халқаро мусобақаларни юксак ташкилий даражада ўтказишга қодир бўлган мамлакат сифатида шухрат қозонди.

Замонавий спорт иншоотларинингбунёд этилиши диёримизда энг йирик халқаро мусобақаларни ўтказиш имкониятини бермоқда. Спорт иншоотлари жисмоний тарбиянинг моддий техникавий асоси ҳисобланади. Улар махсус қурилган иншоотлар бўлиб, барча спорт турларидан жисмоний тарбия машғулотлари ўтказишга мўлжалланган бўлади.

Мустақилликдан кейин болалар буюк келажагимизнинг таянчи деган иборалар юзага келди. Соғлом авлодни тарбиялаб етиштириш илк болаликдан бошланади. Бунда жисмоний тарбия воситалари, айниқса спорт турлари муҳим ўрин эгаллайди. «Спорт иншоотлари» фани спорт педагогикаси босқичида унинг бир бўлаги ҳисобланади. Бу босқичда илм ўрганиш учун спорт гигиенаси, биомеханика, педагогика, жисмоний тарбия назарияси ва услубиятидан маълум даражада билимларга эга бўлиши лозим.

Спорт иншоотлари-бу махсус фаолиятга мўлжалланган кўп қиррали маданий соғломлаштирувчи спорт мажмуаси бўлиб, Республикаимизда спорт майдонлари, сузиш ҳовузлари, манежлар ва бошқа иншоотлар ўқув машқлар ўтказишга ҳамда оммавий тадбирларни ўтказиш учун барпо этилади. Шунингдек, Ўзбекистон Республикасида спорт иншоотларини режалаштириш умумхалқ дастурга киради.

Замонавий спорт иншоотларини бунёд этилиши диёримизда энг йирик мусобақаларини ўтказиш имкониятлари ва спорт иншоотларини қурилишига қўйиладиган талаблар, қурилиш материалларининг хусусиятлари, турлари ҳамда бўлажак мутахасисга уларни технологик лойиҳалаштириш, шунингдек талабанинг ўзи танлаган спорт туридан спорт иншоотларини ижтимоий тажрибаларини ва ривожланишини ўргатади.

Ҳозирги кунда спортни ривожлантиришга Республикаимизда катта эътибор берилмоқда. Шунинг учун спорт иншоотларини қуришда режалаштириш каби масалаларга ечим топилиши зарур бўлиб, улар бугунги кун талабларига мос тушиши лозим.

Жисмоний тарбия ва спортнинг тарихий илдизлари қадимдан маълум. Археологик қазилмалар натижасида спорт билан шуғулланиш тош асрида ҳам бўлганлиги аниқланган. Бунга асос бўлиб тарихий қазилмаларда спорт қурилишлари топилганлиги хизмат қилади. (Ҳиндистон, Арабистон, Ўрта Осиё ва Жанубий Америка). Қадимий замондан олимлар жисмоний тарбияни аҳамиятини яхши тушунишган.

Жисмоний тарбия ва спорт соғлиқни мустаҳкамловчи меҳнаткашларнинг иш қобилиятларини оширувчи ишлаб чиқариш кучини ривожлантирувчи асосий муҳим манбадир.

Тарихдан маълумки, қадимий Грецияда спорт мусобақалари ўтказилган. Бу мусобақаларни ўтказиш учун хар бир шаҳарда спорт иншоотлари мавжуд бўлган. Археологик қазилмалар ҳам бунини исботлаб берган. Масалан, Эгей денгизи соҳилларидаги Крит оролининг Микен шаҳри қазилмаларида хар хил ўйинлар, машқлар ва тортишувлар тасвирлари ифода этилган. Жисмоний машқлар ҳарбий жисмоний тайёрлаш учун қўллаганлар.

Гомернинг “Илиада” ва “Одиссея” поэмаларида оммавий югуриш, кураш, муштлашиш, диск улоқтириш, камондан ўқ отиш, араваларда пойгалашиш (эр. Олдинги ХИИ-ИХ аср) батафсил ёритиб борилган.

## Эленистик давр. Қадимий Рим даври.

Ўрта асрни бошланиши жисмоний тарбияни бутунлай пасайиб кетиши билан тавсифланади. Бунга сабабчи бўлиб аввалом бор христиан динидир. Христиан дини бўйича одам танасининг маданияти ва ҳар томонлама ривожланишини инкор этилган.

Давлат дини бўлиши билан жуда кўп стадионлар ва спорт иншоотлари қонунсиз емирилишига сабаб бўлди. Лекин X-XII асрларда секин аста спорт ўйинлари ва машқлар ривожлана бошлади. Бунга XII аср бошланган шарқнинг савдо истилоси, борди-келди юришлар ва рицарликнинг пайдо бўлиши сабаб бўлди.

Юришдан бўшаган вақтларда рицарлар асосан ҳарбий машқлар бажарардилар ва турнирларда қатнашардилар.

Рицарларнинг алоҳида қоидага эга бўлган турли ўйинлари сарой ҳовлиларида ўтказилган.

Ўрта асрлар жисмоний машқларнинг ўргатилишидан асосий мақсад рицарларни уришга, жангга тайёрлаш эди.

Буржуазия тузуми Европа мамлакатлари иқтисодиётини ўз қўлига олиб, сиёсий ҳукумронликни эгаллаган эди. Капиталистик ишлаб чиқариши жадал ривожланаётган мамлакатларнинг йирик спорт иншоотларини яратишга имконияти бўлган.

Шундайлардан 1806-1807 йил қурилган катта Милан спорт аренасидир. XIX аср ўрталарида Европада катта спорт залларга эга бўлган бинолар (вокзаллар, универсал магазинлар ва бошқалар) қурилган. Спорт заллари ва майдонлари пайдо бўлди.

Бироқ Европанинг турли мамлакатларида оммавий спорт иншоотларини қурилиши спорт жамиятлари, клублари, ўртасида алоқа ўрнатилган, турли мамлакатлар билан спорт алоқалари ривожланган ҳамда олимпия ўйинлари ўтказила бошланган даврда, яъни XIX аср охирларида бошланди. Бу даврда стадионлар, спорт залларигина эмас, балки велотреklar, трамплинлар, қишки ва ёзги сув спорти турлари учун ҳам иншоотлар қурилган.

Олимпия спорт иншоотларини ўрганишда, уларга қўйилган асосий технологик талабларни тушуниб, давр ўтган сайин турли мамлакатлардаги спорт иншоотларининг қурилиш ривожланиб ўсганини тушунамиз.

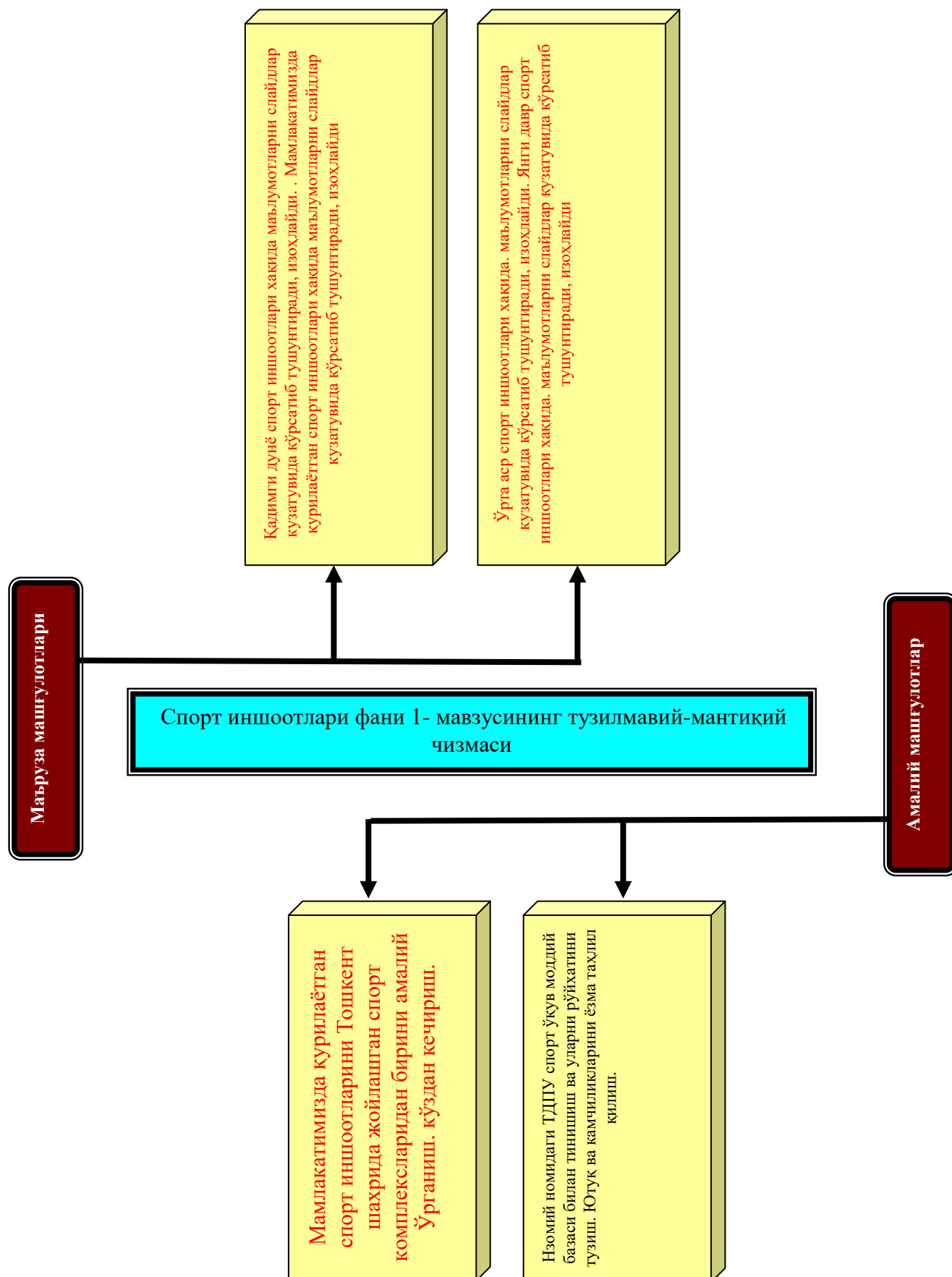
Спорт иншоотларининг тоифалари Жисмоний тарбия ва спорт вазирлиги тасдиқланган кўрсаткичларига мос равишда белгиланади. I ва II тоифаларни республика спорт кўмиталари, қолганларини вилоят ва туман кўмиталари белгилайди.

Республикада хозирги халқаро стандарт миқёсидаги спорт иншоотлари жуда кўп қурилмоқда. Кўпгина спорт иншоотлари фақатгина шаҳарларда қурилибгина қолмасдан, балки туман ва вилоят марказлари ва қишлоқларда қурилмоқда. Одамларни оммавий жисмоний тарбия ва даволаш марказларига жамлаб, ёшларни ишга ва Ватан ҳимоясига тайёрламоқда.

Мамлакатимизда жисмоний тарбия ва спортнинг моддий-техника базасини ривожлантириш юзасидан катта ишлар амалга оширилди.

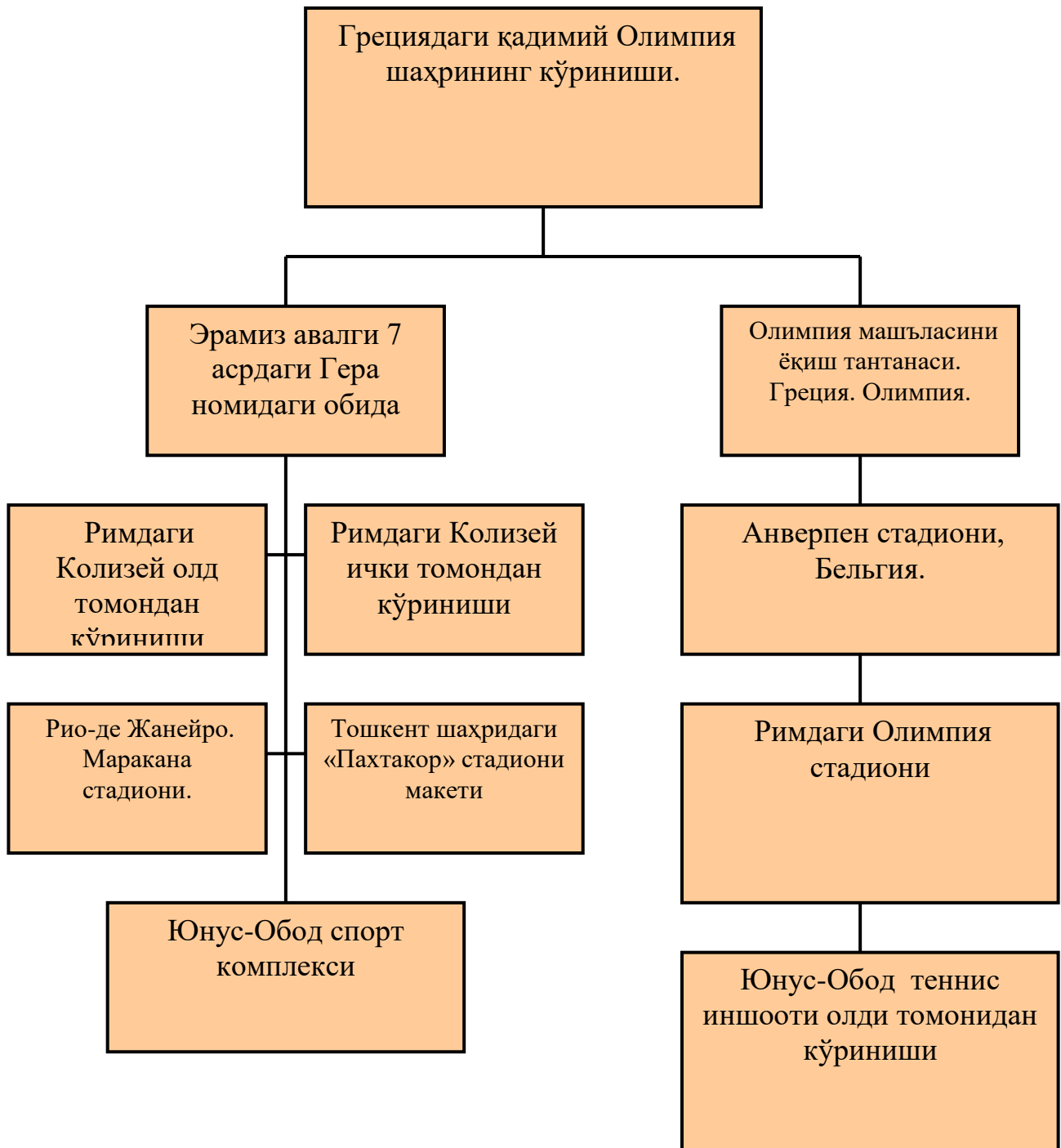
Хусусан Тошкент, Наманган, Фарғона, Бухоро, Хоразм, Андижон, Самарқанд, Гулистон ва бошқа шаҳарларда халқаро стандартларга жавоб берадиган қатор спорт мажмуалари қурилди. Тошкент шаҳридаги «Юнусобод», «Жар», Миллий банк, Наманган шаҳрида «Паҳлавон», Жиззах шаҳридаги олимпия захиралари коллежи спорт мажмуалари ва бошқалар шулар жумласидандир.

2000 йилга келиб мамлакатимизда спорт иншоотлари сони 7407 тага етди ёки 1992 йидагига нисбатан 19 фоизга кўпайди. Уларни бунёд этишда, айниқса, мураккаб спорт иншоотлари-стадионлар, сузиш хавзалари, спорт залларига алоҳида эътибор берилляпти.



Кўргазмали материаллар

1. Қадимги дунё, ўрта аср ва янги давр спорт иншоотлари.





Биринчи машғулот мавзуси: Спорт иншоотлари ҳақида тушунча. Қадимги дунё, ўрта аср ва янги давр спорт иншоотлари тўғрисида тарихий маълумот.

Машғулот мақсади: Ўқув фани бўйича умумий тушунча бериш. Спорт иншоотлари тарихи ва ривожланиш босқичлари тўғрисида маълумотлар бериш.

Ўқув фаолияти натижалари: Қадимги дунё спорт иншоотлари ҳақида маълумотларни билишлари керак.

Ўрта аср спорт иншоотлари ҳақида маълумотларни билишлари керак.

Янги давр спорт иншоотлари ҳақида. маълумотларни билишлари керак.

Мамлакатимизда қурилаётган спорт иншоотлари ҳақида маълумотлар билишлари;

Ўқув курсини ўрганишда фойдаланиладиган адабиётлар рўйхати:

1. Спорт иншоотлари (ўқув қўлланма) 2007 й.
2. Ҳарбий спорт ва спорт иншоотлари 2000 й.
3. Спорт қурилмалари. 2000 й.

Жонлантириш учун саволлар.

1. Мамлакатимизда спортни ривожлантириш йўлида амалга оширилаётган тадбирлар тўғрисида айтиб беринг.
2. Спортни оммалаштириш ва ривожлантириш мақсадида чиқарилган қонун ва қарорлар ҳақида айтиб беринг.
3. Қадимги дунё, ўрта аср ва янги давр спорт иншоотларининг қурилиши жиҳатларидан бир-биридан фарқлари?
4. Тошкентда жойлашган спорт комплексларидан қайси бирида бўлгансиз ва улар тўғрисида айтиб беринг.

Спорт иншоотлари ҳақида тушунча.

Спорт иншоотлари-бу махсус фаолиятга мўлжалланган кўп қиррали маданий соғломлаштирувчи спорт мажмуаси бўлиб, Республикаимизда спорт майдонлари, сузиш ҳовузлари, манежлар ва бошқа иншоотлар ўқув машқлар ўтказишга ҳамда оммавий тадбирларни ўтказиш учун барпо этилади. Шунингдек, Ўзбекистон Республикасида спорт иншоотларини режалаштириш умумхалқ дастурга киради.

Замонавий спорт иншоотларини бунёд этилиши диёримизда энг йирик мусобақаларини ўтказиш имкониятлари ва спорт иншоотларини қурилишига қўйиладиган талаблар, қурилиш материалларининг хусусиятлари, турлари ҳамда бўлажак мутахасисга уларни технологик лойиҳалаштириш, шунингдек талабанинг ўзи танлаган спорт туридан спорт иншоотларини ижтимоий тажрибаларини ва ривожланишини ўргатади.

Хозирги кунда спортни ривожлантиришга Республикаимизда катта эътибор берилмоқда. Шунинг учун спорт иншоотларини қуришда режалаштириш каби масалаларга ечим топилиши зарур бўлиб, улар бугунги кун талабларига мос тушиши лозим.

### Қадимги дунё спорт иншоотлари ҳақида.

Жисмоний тарбия ва спортнинг тарихий илдизлари қадимдан маълум. Археологик қазилмалар натижасида спорт билан шуғулланиш тош асрида ҳам бўлганлиги аниқланган. Бунга асос бўлиб тарихий қазилмаларда спорт курилишлари топилганлиги хизмат қилади. (Ҳиндистон, Арабистон, Ўрта Осиё ва Жанубий Америка). Қадимий замондан олимлар жисмоний тарбияни аҳамиятини яхши тушунишган.

Жисмоний тарбия ва спорт соғлиқни мустаҳкамловчи меҳнаткашларнинг иш қобилиятларини оширувчи ишлаб чиқариш кучини ривожлантирувчи асосий муҳим манбадир.

Тарихдан маълумки, қадимий Грецияда спорт мусобақалари ўтказилган. Бу мусобақаларни ўтказиш учун ҳар бир шаҳарда спорт иншоотлари мавжуд бўлган. Археологик қазилмалар ҳам буни исботлаб берган. Масалан, Эгей денгизи соҳилларидаги Крит оролининг Микен шаҳри қазилмаларида ҳар хил ўйинлар, машқлар ва тортишувлар тасвирлари ифода этилган. Жисмоний машқлар ҳарбий жисмоний тайёрлаш учун қўллаганлар.

Гомернинг “Илиада” ва “Одиссея” поэмаларида оммавий югуриш, кураш, муштлашиш, диск улоқтириш, камондан ўқ отиш, араларда пойгалашиш (эр. Олдинги ХИИ-ИХ аср) батафсил ёритиб борилган.

Эллинистик давр. Қадимий Рим даври.

### Ўрта аср спорт иншоотлари ҳақида.

Ўрта асрни бошланиши жисмоний тарбияни бутунлай пасайиб кетиши билан тавсифланади. Бунга сабабчи бўлиб аввалом бор христиан динидир. Христиан дини бўйича одам танасининг маданияти ва ҳар томонлама ривожланишини инкор этилган.

Давлат дини бўлиши билан жуда кўп стадионлар ва спорт иншоотлари қонунсиз емирилишига сабаб бўлди.

Лекин X-XII асрларда секин аста спорт ўйинлари ва машқлар ривожлана бошлади. Бунга XII аср бошланган шарқнинг савдо истилоси, борди-келди юришлар ва рицарликнинг пайдо бўлиши сабаб бўлди.

Юришдан бўшаган вақтларда рицарлар асосан ҳарбий машқлар бажарардилар ва турнирларда қатнашардилар.

Рицарларнинг алоҳида қоидага эга бўлган турли ўйинлари сарой ҳовлиларида ўтказилган.

Ўрта асрлар жисмоний машқларнинг ўргатилишидан асосий мақсад рицарларни уришга, жангга тайёрлаш эди.

### Янги давр спорт иншоотлари ҳақида.

Буржуазия тузуми Европа мамлакатлари иқтисодиётини ўз қўлига олиб, сиёсий ҳукумронликни эгаллаган эди. Капиталистик ишлаб чиқариши жадал ривожланаётган мамлакатларнинг йирик спорт иншоотларини яратишга имконияти бўлган.

Шундайлардан 1806-1807 йил қурилган катта Милан спорт аренасидир. XIX аср ўрталарида Европада катта спорт залларга эга бўлган бинолар (вокзаллар, универсал магазинлар ва бошқалар) қурилган. Спорт заллари ва майдонлари пайдо бўлди.

Бироқ Европанинг турли мамлакатларида оммавий спорт иншоотларини қурилиши спорт жамиятлари, клублари, ўртасида алоқа ўрнатилган, турли мамлакатлар билан спорт алоқалари ривожланган ҳамда олимпия ўйинлари ўтказила бошланган даврда, яъни XIX аср охирларида бошланди. Бу даврда стадионлар, спорт залларигина эмас, балки велотреклар, трамплинлар, қишки ва ёзги сув спорти турлари учун ҳам иншоотлар қурилган.

Олимпия спорт иншоотларини ўрганишда, уларга қўйилган асосий технологик талабларни тушуниб, давр ўтган сайин турли мамлакатлардаги спорт иншоотларининг қурилиш ривожланиб ўсганини тушунамиз.

8-илова

Мамлакатимизда қурилаётган спорт иншоотлари ҳақида.

Спорт иншоотларининг тоифалари Жисмоний тарбия ва спорт вазирлиги тасдиқланган кўрсаткичларига мос равишда белгиланади. I ва II тоифаларни республика спорт кўмиталари, қолганларини вилоят ва туман кўмиталари белгилайди.

Республикаимизда ҳозирги халқаро стандарт миқёсидаги спорт иншоотлари жуда кўп қурилмоқда. Кўпгина спорт иншоотлари фақатгина шаҳарларда қурилибгина қолмасдан, балки туман ва вилоят марказлари ва қишлоқларда қурилмоқда. Одамларни оммавий жисмоний тарбия ва даволаш марказларига жамлаб, ёшларни ишга ва Ватан ҳимоясига тайёрламоқда.

Мамлакатимизда жисмоний тарбия ва спортнинг моддий-техника базасини ривожлантириш юзасидан катта ишлар амалга оширилди.

Хусусан Тошкент, Наманган, Фарғона, Бухоро, Хоразм, Андижон, Самарқанд, Гулистон ва бошқа шаҳарларда халқаро стандартларга жавоб берадиган катор спорт мажмуалари қурилди. Тошкент шаҳридаги «Юнусобод», «Жар», Миллий банк, Наманган шаҳрида «Паҳлавон», Жиззах шаҳридаги олимпия захиралари коллежи спорт мажмуалари ва бошқалар шулар жумласидандир.

2000 йилга келиб мамлакатимизда спорт иншоотлари сони 7407 тага етди ёки 1992 йидагига нисбатан 19 фоизга кўпайди. Уларни бунёд этишда, айниқса, мураккаб спорт иншоотлари-стадионлар, сузиш хавзалари, спорт залларига алоҳида эътибор берилляпти.



### 3.2. Мустақил ишлаш учун вазифа:

8-илова

Умумий классификациясига мувофиқ спорт иншоотлари таркибини аниқланг.		
Б) ёрдамчи хона ва иншоотлар;	Асосий иншоот	В) томошабин учун жойлар;

8-илова

Спорт иншоотлари туркумларини ёзиб келинг			
Очиқ	Алоҳида	Мажмуали	Ёпиқ
	Ёпиқ	Очиқ	

Такрорлаш учун саволлар ва топшириқлар.

1. Мамлакатимизда спортни ривожлантириш йўлида амалга оширилаётган тадбирлар тўғрисида айтиб беринг.
2. Спортни оммалаштириш ва ривожлантириш мақсадида чиқарилган қонун ва қарорлар ҳақида айтиб беринг.
3. Қадимги дунё, ўрта аср ва янги давр спорт иншоотларининг қурилиши жиҳатларидан бир-биридан фарқларини айтинг.
4. Тошкентда жойлашган спорт комплексларидан қайси бирида бўлгансиз ва улар тўғрисида айтиб беринг.

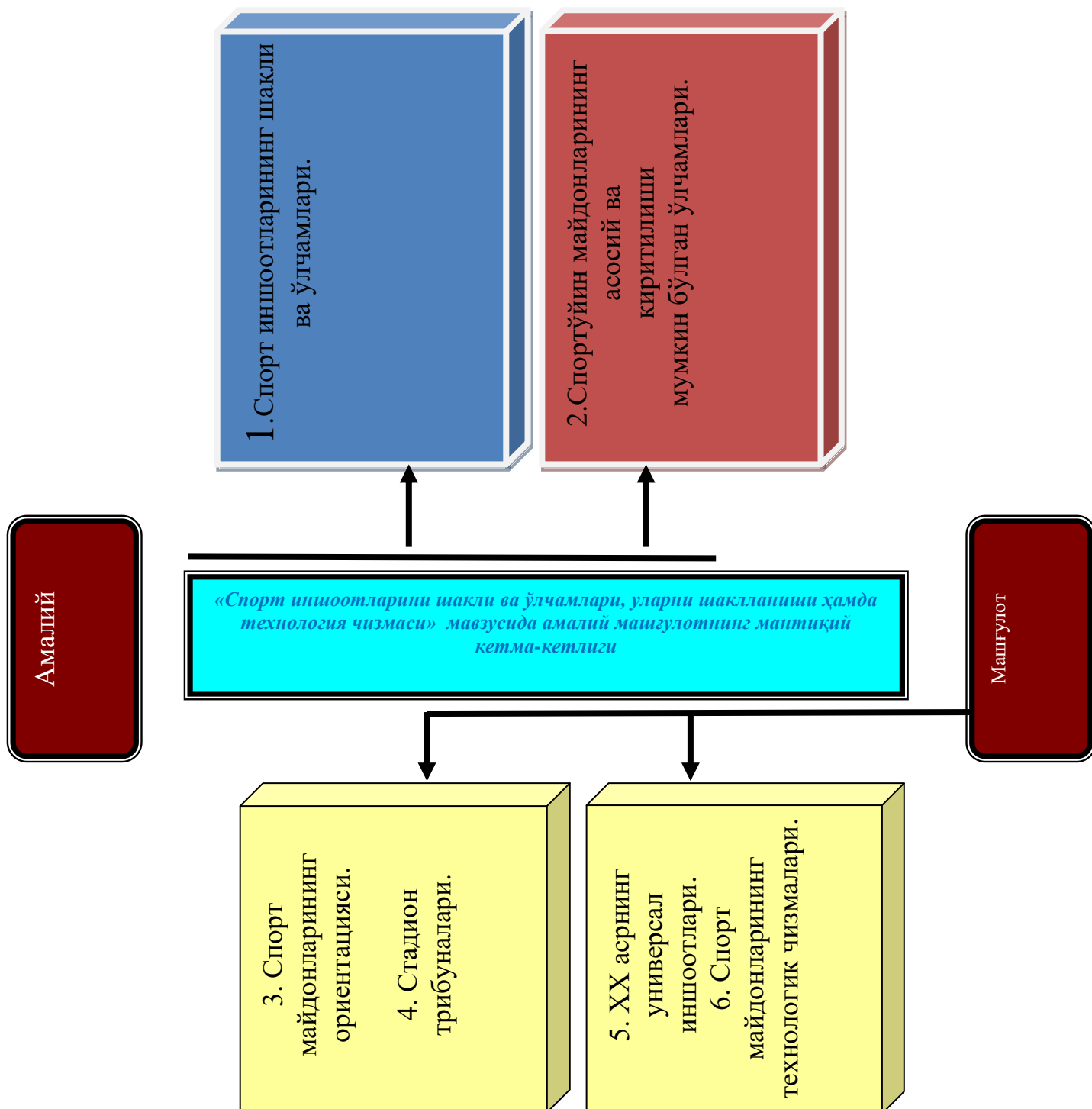
2-Мавзу	Спорт иншоотларини шакли ва ўлчамлари, уларнинг шаклланиши ҳамда технология чизмаси.
---------	--

### 1.1. Таълим бериш технологиясининг модели

Машғулот вақти - 2 соат	Талабалар сони: та	
Машғулот шакли	Амалий иш бажариш, лойиҳалаштириш.	
Машғулот режаси	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Спорт иншоотларининг шакли ва ўлчамлари.</li> <li>2. Спорт ўйин майдонларининг асосий ва киритилиши мумкин бўлган ўлчамлари.</li> <li>3. Спорт майдонларининг ориентацияси.</li> <li>4. Стадион трибуналари.</li> <li>5. XX асрнинг универсал иншоотлари.</li> <li>6. Спорт майдонларининг технологик чизмалари.</li> </ol>	
Ўқув машғулотининг мақсади: Спорт иншоотларини шакл ва ўлчамларини ўргатиш. Спорт иншоотларини технологик чизмалари бўйича дастлабки малакаларга эга қилиш.		
Педагогик вазифалар:	Ўқув фаолияти натижалари:	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ўқув машғулотини мақсади ва вазифалари, ўтиладиган машғулотнинг мантиқий кетма-кетлигини чизма ёрдамида шархлаш.</li> <li>➤ Спорт иншоотларининг шакли ва ўлчамлари ўргатиш, кўрсатиш.</li> <li>➤ Спорт ўйин майдонларининг асосий ва киритилиши мумкин бўлган ўлчамларини кўрсатиш аниқлаш, ёздириш.</li> <li>➤ Спорт майдонларининг ориентацияси бўйича амалий иш ўргатиш.</li> <li>➤ Стадион трибуналари.</li> <li>➤ XX асрнинг универсал иншоотларини томоша қилдириш.</li> <li>➤ Спорт майдонларининг технологик чизмаларини кўрсатиш, чиздириш.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ўқув машғулотини мақсади ва вазифалари, ўтиладиган машғулотнинг мантиқий кетма-кетлигини чизма ёрдамида шархлашни ва изоҳлай олиш.</li> <li>✓ Спорт иншоотларининг шакли ва ўлчамларини билиш ва чиза олиш.</li> <li>✓ Спорт ўйин майдонларининг асосий ва киритилиши мумкин бўлган ўлчамларни билиш.</li> <li>✓ Спорт майдонларининг ориентациясини тўғри олишни билиш.</li> <li>✓ Стадион трибуналари ҳақида барча маълумотларга эга қилиш.</li> <li>✓ XX асрнинг универсал иншоотлари ҳақида билиш.</li> <li>✓ Спорт майдонларининг технологик чизмаларини чиза олиш.</li> </ul>	
Таълим бериш усуллари	Кўргазмали, амалий иш, «Блиц ўйин».	
Таълим бериш шакллари	Индивидуал, гуруҳли.	
Таълим бериш воситалари	Ўқув қўлланма, проектор, макет, спорт иншоотлари макетлари, чизмалари, лойиҳалари.	
Таълим бериш шароити	ЎТВ билан ишлашга мослаштирилган аудитория, спорт иншоотлари макетлари, чизмалари, лойиҳалари.	
Мониторинг ва баҳолаш	Мустақил иш бажариш, лойиҳалаштириш, технологик чизмалар чизиш.	

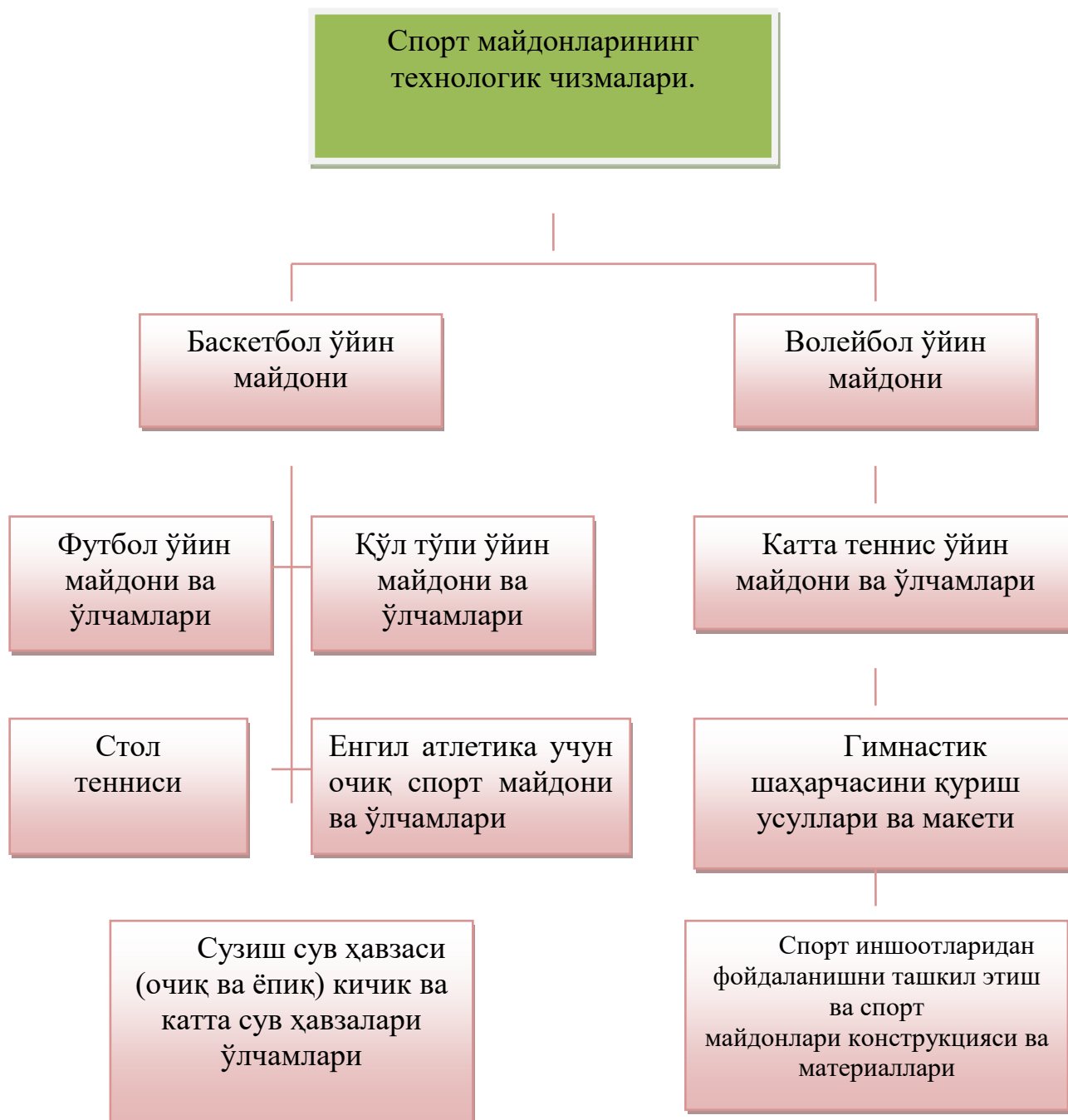
1.2. «Спорт иншоотларини шакли ва ўлчамлари, уларни шаклланиши ҳамда технология чизмаси» мавзусида амалий машғулотнинг технологик харитаси

Иш босқичлари ва вақти	Фаолият мазмуни	
	Таълим берувчи	Таълим олувчилар
Тайёргарлик босқичи. (бир неча кун аввал)	<p>1. Мавзу бўйича ўқув мазмунини тайёрлаш.</p> <p>2. Амалий машғулотнинг тақдимот слайдаларини тайёрлаш.</p> <p>3. Талабалар фаолиятини баҳолаш мезонларини талабаларга эълон қилиш.</p> <p>4. Ўқув материалларни ўрганишда фойдаланиладиган адабиётлар рўйхатини ишлаб чиқиш, ўрганиш ва ҳ.к.</p> <p>5. Машғулотни амалий тарзда ўтказишни таъминлайдиган барча восита ва моддий таъминотни хозирлаш.</p>	Имкон қадар ушбу тайёргарлик жараёнига иштирок этадилар.
1-босқич Мавзуга кириш (15 ақиқа)	<p>1.1. Ўқув машғулотини мақсади ва вазифалари, ўтиладиган машғулотнинг мантиқий кетма-кетлигини чизма ёрдамида шарҳлаб бериш (1-илова).</p> <p>1.2. Талабаларни ўқув фаолияти натижалари билан таништиради.</p> <p>1.3. Талабаларга баҳолаш мезонлари маълум қилади (2-илова).</p> <p>1.4. Талабалар фаолиятини фаоллаштириш мақсадида саволлар беради (3-илова).</p>	<p>Тинглайдилар.</p> <p>Тинглайдилар</p> <p>Талабалар берилган саволларга жавоб берадилар.</p> <p>Саволлар билан мурожат қиладилар.</p>
2-босқич Асосий босқич (55 ақиқа)	<p>2.1. Спорт иншоотларининг шакли ва ўлчамлари ўргатиш, кўрсатиш.</p> <p>2.2. Спорт ўйин майдонларининг асосий ва киритилиши мумкин бўлган ўлчамларини кўрсатиш англатиш, ёздириш.</p> <p>2.3. Спорт майдонларининг ориентацияси бўйича амалий иш ўргатиш.</p> <p>2.4. Стадион трибуналари.</p> <p>2.5. XX асрнинг универсал иншоотларини томоша қилдириш.</p> <p>2.6. Спорт майдонларининг технологик чизмаларини кўрсатиш, чиздириш.</p>	<p>Тинглайдилар, ёзадилар.</p> <p>Талабалар берилган саволларга жавоб берадилар.</p> <p>Чизадилар.</p> <p>Тинглайдилар, ёзадилар.</p> <p>Чизадилар.</p>
3. Якуний босқич (10 дақиқа)	<p>3.1. Мавзу бўйича талабаларда юзага келган саволларга жавоб беради, якунловчи хулоса қилади.</p> <p>3.2. Мустақил ишлаш учун Ўзбекистон Давлат жисмоний тарбия ва спорт университетида тайёрланган «Спорт иншоотлари» номли ўқув кўланмани 27-74 бетларидаги мавзу ўқув материаллари мазмунини ўрганиб келишлари ва чизмаларини чизиш (9-10 иловалар).</p>	Саволлар берадилар. Вазифани ёзиб оладилар.



## Кўргазмали материаллар

1.2. «Спорт иншоотларини шакли ва ўлчамлари, уларни шаклланиши ҳамда технология чизмаси» мавзусида амалий машғулотнинг





Амалий машғулот мавзуси: «Спорт иншоотларини шакли ва ўлчамлари, уларни шаклланиши ҳамда технология чизмаси».

Машғулот мақсади: «Спорт иншоотларининг шакли ва ўлчамлари, уларни шаклланиши ҳамда технологик чизмалари» тўғрисидаги маълумотларни талабаларга чуқурроқ етказиш ва уларнинг айримларини талабаларнинг бевосита иштирокида лойиҳа чизмаларини чизиш.

2-илова

Ўқув фаолияти натижалари:

- Ўқув машғулотини мақсади ва вазифалари, ўтиладиган машғулотнинг мантиқий кетма-кетлигини чизма ёрдамида шархлашни ва изоҳлай олиш.
- Спорт иншоотларининг шакли ва ўлчамларини билиш ва чиза олиш.
- Спорт ўйин майдонларининг асосий ва киритилиши мумкин бўлган ўлчамларни билиш.
- Спорт майдонларининг ориентациясини тўғри олишни билиш
- Стадион трибуналари ҳақида барча маълумотларга эга қилиш.
- XX асрнинг универсал иншоотлари ҳақида билиш.
- Спорт майдонларининг технологик чизмаларини чиза олиш.

3-илова

Мазкур амалий машғулот учун 1 дан 5 баҳогача қўйилади.

Ўқув курсини ўрганишда фойдаланиладиган адабиётлар рўйхати:

Асосий дарслик ва ўқув қўлланмалар

1. Султанова М.М, Янченко Н.В. Спорт иншоотлари назарияси, шакли ва ўлчамлари Тошкент 1994 й.
2. Нурмухамедов К.И., Филатов Б.М. Ценообразование на спортивных сооружениях в условиях перехода к рыночной экономике. Ташкент 1992 г
3. «Кадрлар тайёрлаш миллий дастури» 1997 й.
4. Ўзбекистон Республикасининг «Жисмоний тарбия ва спорт тўғрисида» ги Қонуни 1992 й.

Қўшимча адабиётлар

1. Белов Ю.М. «Олимпийские стадионы: их роль и значение как система образующих факторов Олимпийского движения и феномена урбанизма XX века» 2001 г.
2. Воронов. Б.Л., Кузьмичев Е.В. «Формирование семи физкультурно-спортивных сооружений с учётом атмосферной экологии» 2002 г.
3. Корбут В.И. и др. Оказание услуг по физической культуре и спорту населению на спортивных сооружениях в условиях рынка из опыта РСТО «Пахтакор», «Буревестник», гребная база УзГосИФК. Ташкент 1992 г.

### Жонлантириш учун саволлар.

1. Спорт иншоотларидан қайси бири ҳақида кўпроқ маълумотга эгасиз ва билганларингизни айтиб беринг.
2. Спорт майдонларини қурилишидан аввал қандай масалаларни инобатга олиш керак.
3. Стадион трибуналарини кўрганмисиз, трибуналар тўғрисида гапириб беринг.
4. XX асрнинг универсал иншоотлари деганда қандай тасаввурга эгасиз?
5. Спорт иншоотларининг шаҳар ва қишлоқларда қурилиши учун асос бўладиган меърий ҳужжатлар деганда нимани тушунасиз?

### Мавзу бўйича ўқув материаллари:

#### 1. Спорт иншоотларининг шакли ва ўлчамлари.

Спорт иншоотлари-бу махсус қурилган ва ўз фаолиятида кўпқиррали маданий ва спорт тадбирлари ва анжуманлари ўтказиладиган маскандир. Замонавий тасаввурда спорт иншоотлари деганда ўқув машғулотлар, турли қишқи ва ёзги спорт турлари бўйича мусобақалар учун мўлжалланган ҳар хил иншоотлар комплекси тушунилади. Комплексининг асосий иншооти стадиондир, яъни томишабинлар учун мўлжалланган трибуна асосий спорт аренаси. Томошабинларнинг сони ҳамда уларга хизмат кўрсатувчиларга, мусобақалар, спорт машғулотларининг турлари ва характериға кўра стадионларнинг турлари белгиланади.

Замонавий стадионларнинг спорт аренаси босқичма-босқич шаклланиши жараёнида тузилишиға нисбатан таркиби ва ўлчамлари жиҳатидан юқори даражада такомиллашди. Бундай стадионлар стандарт ўлчамли радиуси 36 м бўлган ва 400 м масофаға югуриш йўлкаси билан ўралган футбол майдонидан (104x69 метр) ҳамда енгил атлетика учун мўлжалланган секторлардан ташкил топган.

Стадионда томишабинлар сифимиға кўра трибуналар спорт аренасининг бир ёки икки томонида жойлашади. Улар тақасимон, овал, эллипссимон ёки бошқа ёпиқ ҳалқасимон формада бўлиши мумкин

## 2. Спорт ўйин майдонларининг асосий ва киритилиши мумкин бўлган ўлчамлари.

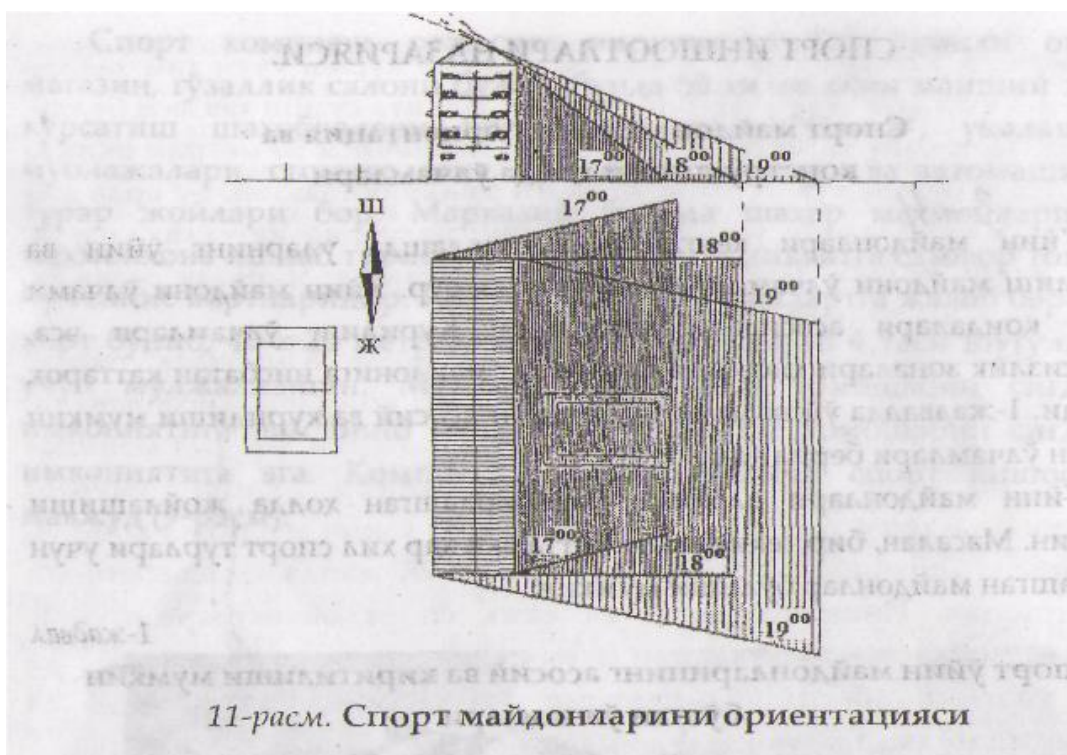
1-жадвал

**Спорт ўйин майдонларининг асосий ва киритилиши мумкин бўлган ўлчамлари**

Спорт тури бўйича ўйин майдонлари	Ўйин майдонларининг ўлчамлари (м)				Осонлаштирилган қоида бўйича ўйин майдони ўлчами	
	ўйин		қурилиш		узунлиги	эни
	узунлиги	эни	узунлиги	эни		
Баскетбол	28	15			26	14
Волейбол	18	9	24	15	15	7,5
Қўл тўпи	40	20	44	23	36	18
Бадминтон	13,4	6,1	15	8	12	5
Теннис			40	20	36	18
Футбол	90	60	98	64	60	40
а) қоида бўйича	110	75	118	79	75	50
б) спорт ядро лойиҳаси тип бўйича	104	69				

Спорт майдонлар қурилишида шуни кўзда тутиш керакки, ўйин вақтида қуёш ён томондан тушиши лозим (унинг ўрта чизиғи бўйлаб).

## 3. Спорт майдонларининг ориентацияси.



#### 4. Стадион трибуналари.

Трибуналар кўп ҳолларда, ареналари бош режаларида икки ён тарафдан овал кўринишида ёки овал кўринишида қурилади. Бунда футбол майдони 69x104 м, айланма югуриш йўлкаси узунлиги 400 м, футбол майдони ва чопиш йўлкаси орасида эса икки енгил атлетика сектори жойлашган бўлади. Катта стадионлардаги спорт ареналарида енгил атлетика машғулотлари учун қўшимча югуриш йўлкасининг ташқи чегаралари бўйлаб қўшимча майдончалар ташкил этилади.

Трибуналарнинг сифими стадионнинг қайси турга мўжалланганлигига қараб, 2.5 дан 100 метргача ўриндиқ ва тик туриш ўриндиғига эга бўлади.

Спортчилар ва томошабинлар учун қуйидаги трибуна остида ёки алоҳида бинода хоналар ажратилади; спортчилар учун-вестибюль-грелка гардероби билан, кийим алмаштириш, душ ва туалет хоналари, массаж, тиббиёт хонаси, ҳакамлар инструкторлар учун хоналар, дам олиш хонаси, буфетлар, спорт анжомларини сақлаш хоналари ва бошқалар;

томошабинлар учун-касса, кулуар, ҳожатхона, буфет (ресторан), киоск ва бошқалар;

маъмурий-хўжалик хоналари-бошқарув ва муҳофаза, анжомлар ва бошқалар.

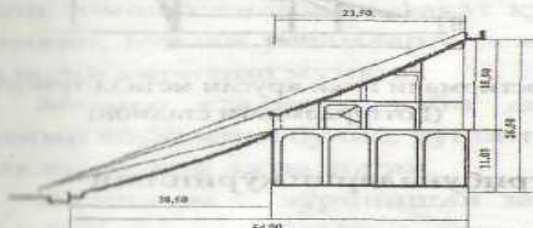
Ўтирганда ва турганда тўлиқ кўринишни таъминлаш усуллари (қирқим ва режада), трибуналарнинг тўлиши ва бўшашида (томошабин-одамларни эвакуация йўллари) уларнинг турли конструкциялардан ва материаллардан фойдаланилганлиги турли типдаги трибуналарни шаклланишига катта таъсир кўрсатади. Табиийки, трибуналарнинг қирқим характери стадионнинг умумий архитектуравий-фазовий композициясига катта таъсир кўрсатади.

Замонавий стадионларда бир қаватли трибуналарга нисбатан икки қаватли трибуналарни қўллаш одат тусига кирмоқда.

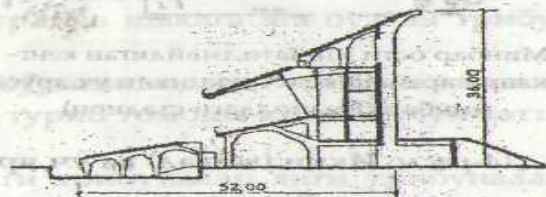
Икки қаватли қурилмалардан фойдаланиш томошабинлар қаторларининг спорт аренасига яқинлашиши билан бирга, иккинчи қават биринчи қаватнинг ҳимоя ёпмаси кўринишида хизмат қилади ҳамда икки томонлама ёритирилганликни ва шамоллатишни, шунингдек, иккинчи қават остида бир қатор қўшимча хоналарни лойиҳалаш имконини яратади. Бунда трибуналар остидаги хоналар нормал ўлчамларга эга бўлиб, хоналардаги одамлар эвакуациясини қулайлаштиради, бир қаватли трибуналар остидаги хоналарнинг нишаб шипларини тўғирлаш учун кетадиган материаллар иқтисод қилинади.

кулайлаштиради, бир қаватли трибуналар остидаги хоналарнинг нишаб шиналарини тўғрилаш учун кетадиган материаллар иқтисод қилинади.

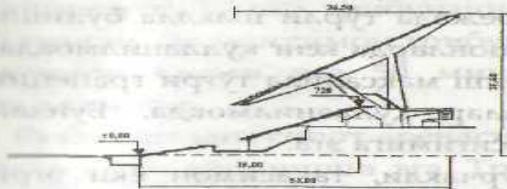
### Спорт ареналаридаги минбарлар турлари



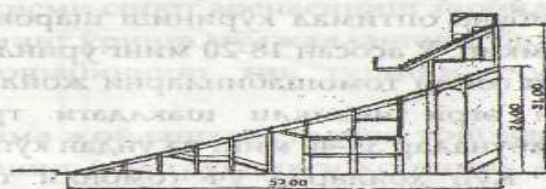
Трибуналар остидаги кенгликдан фойдаланиладиган аралаш конструкцияли бир ярусли минбар



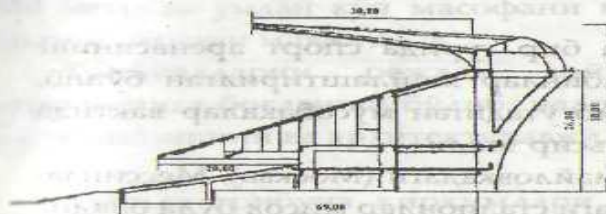
Минбар ости кенгликлари ишлатиладиган икки ярусли трибуна



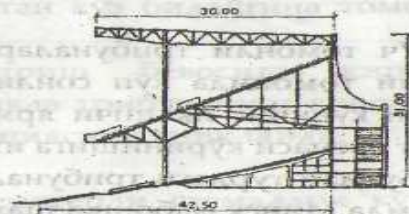
Минбар ости кенлигидан фойдаланиб булмайдиган аралаш конструкцияли икки ярусли минбар (Неаполдаги стадион)



Минбар ости кенгликларидан фойдаланиладиган икки ярусли темир бетон трибуна (АҚШ, Дайкадаги стадион)



30 метрдан иборат соябонли икки ярусли аралаш конструкцияли минбар (Рио-де-жанеродаги стадион)



Босирмали икки ярусли металл трибуна (Кливленддаги стадион)

**13-расм. Бир ва икки ярусли трибуналарнинг кўриниши**



Икки қаватли трибуналар арена тарафидан қаралганда, қаватлар орасидаги қуюқ соялик туфайли бой пластик кўринишига эга бўлади. Спорт аренасининг ғарбий томонида жойлашган тўғри бир томонли трибуна оптимал кўриниш шароитида режада турли шаклда бўлиши мумкин. У асосан 18-20 минг ўринли стадионларда кенг қўлланилмоқда. Кўп сонли томошабинларни жойлаштириш мақсадида тўғри трапеция ёки эгри чизиқли шаклдаги трибуналар қўлланилмоқда. Бундай трибуналар 35-40 минг ва ўндан кўп ўрин сифимига эга.

Кўп ҳолларда уч томонли тўғри бурчакли, тақасимон ёки эгри чизиқли (овал шаклига яқинлашувчи) спорт аренасининг ён томонидан бўлинган трибуналар кенг тарқалмоқда.

Дюссельдорф (Германия), Ванкувер (Канада), Пасандене (Роуз-Боуль, Калифорния) шаҳарларидаги стадионлар бунга мисол бўла олади.

Уч томонли трибуналарнинг яна бир турида спорт аренасининг ғарбий томонида кўп сонли томошабинлар жойлаштирилган бўлиб, асосан куннинг иккинчи ярмида бўлиб ўтадиган мусобақалар вақтида спорт аренаси кўринишига ижобий таъсир этади.

Бундай турдаги трибуналарга Измайловкадаги (Москва), Мессиндаги ҳамда Минск ва бошқа шаҳарларидаги стадионлар мисол бўла олади.

Замонавий 100 минг ва ундан кўп ўринли стадионларда икки-уч қаватли, ёпиқ кўринишли трибуналар қўлланилмоқда. Бундай турдаги трибуналарнинг режадаги шакллари турлича: тўғри, ён томонлари қавариқ, овал, доиравий ва бошқалар.

## 5. XX асрнинг универсал иншоотлари.

Универсал спорт иншоотлари спортнинг тараққий этиши натижасида ва йил давомида спорт турлари (гимнастика, енгил ва оғир атлетика, бокс, спорт ўйинлари, велопойгалар, хоккей, конькида фигурали учиш ва бошқалар) бўйича ўқув-машқларини ва намойиш ишларини олиб борилиши талаблари асосида пайдо бўлди ва кенг тарқалди. Универсал спорт заллари ўзгарувчан спорт аренасига, 10-15 минг томошабинга мўлжалланган трибунага, шунингдек, машғулот заллари ва қуйидагича

тартибдаги томошабин ва спортчиларга хизмат кўрсатувчи хоналарга эга: кириш (томошабинлар учун) хоналари калуарлар, буфет, киоск ва томошабинлар учун хожатхоналар; спортчилар учун хоналар-вестибюль гардероби билан, кийим алмаштириш, душ ва хожатхоналари, кўрсатмалар бериш хоналари, массаж, тиббиёт қисми, ҳакамлар, дам олиш хоналари, буфетлар, услубиёт хоналари ва бошқалар; маъмурий-хўжалик-рахбарият, хўжалик бўлими, кассалар, муҳофаза хонаси, ўқув бўлими, почта ва бошқалар; ёрдамчи кўшимча хоналар-совитиш мосламалари учун, иситиш, шамоллатиш, трансформатор подстанцияси, устахоналар ва бошқалар; Бу бинонинг архитектуравий-режавий ва фазовий композицияси асосида ҳажмий ўлчамлари содда ва ташқи кўринишдан аниқ ифодаланган тўғри тўртбурчак шаклдаги иншоот ётади.

Бинодан ўлчамлари 30x61 м бўлган спорт аренаси 15000 ўринли трибуна, ўқув-машғулот спорт зали ва спортчиларга ҳамда томошабинларга хизмат кўрсатувчи хоналар.

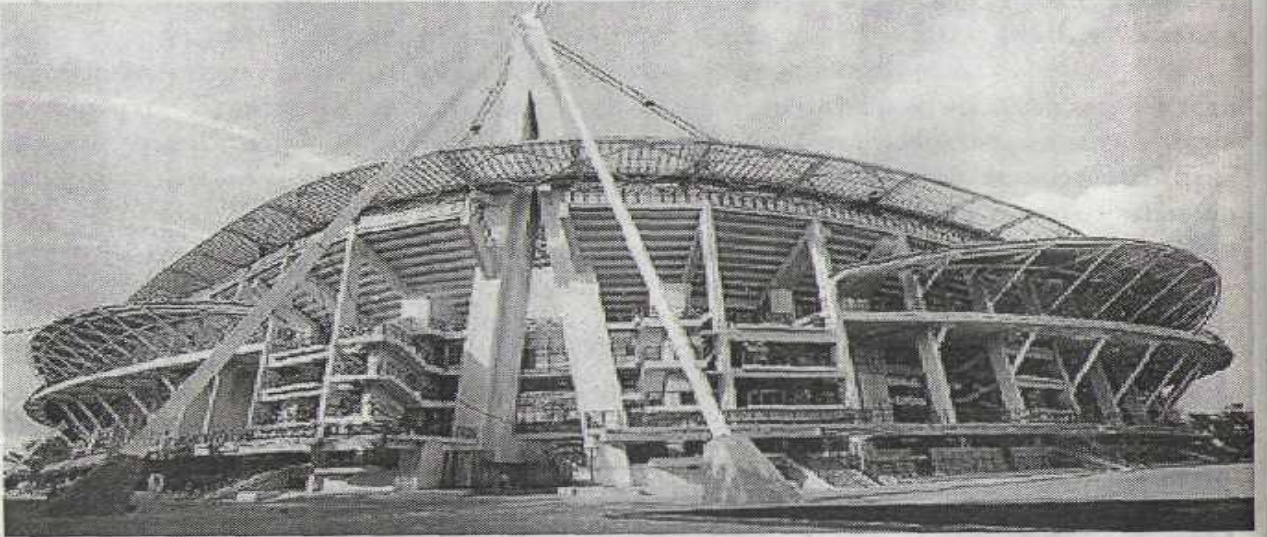
Спорт аренадан турли мақсадларда фойдаланилади. Унда хоккей ўйинлари, гимнастика ва бокс бўйича мусобақалар, ўқув машғулотлар ёки суъний муз устида фигурали учуш намойишлари ўтказилади. Бокс мусобақаларида томошабинлар учун йиғма ўриндиқлар ўрнатилиши билан томошабин сифими 17500 кишига етади.

Зал спортчилар ва томошабинлар учун барча турдаги замонавий жиҳозлар билан таъминланади. Трибуналарнинг тўлиши ва эвакуацияси биринчи қаватда зални ўраб турувчи вестибюль, иккинчи қаватда кулуарлар ёрдамида амалга оширилади. Трибуналарда суянчиқли, ёндорсиз ўриндиқлар ўрнатилган. Ўриндиқнинг бир томошабин учун эни 40 см кўндаланг ўтиш йўлаклари орасидаги ўринлар сони 35-50 гача томошагоҳ қаторлари чуқурлиги 75 см. Йўлаклар орасидаги секцияларда 800 дан 1150 гача томошабин жойлашади. Эни 1,5 м бўлган эвакуация люкларига (ҳар 650 кишига) эвакуация ўтиш йўлагининг 1 погон метри тўғри келади. Залнинг баландлиги 18 метр, қурилиш кубатураси 248000 м<sup>3</sup>. Бино конструкцияси каркас, 6x6 м конструктив сеткали, йиғма темир-бетондан ташкил топган. Залнинг ёпма оралиғи 78 м бўлиб, металл фермалар асосида бажарилган.

Мадриддаги спорт ўйинлари залининг шакли тўғри тўртбурчакли, асосий кириш фасаднинг олд қисмида жойлашган.

Аввалги схемалардан фарқли ўлароқ залнинг асосий қисми бу ерда олдинга тартиб чиққан ва кўшимча хоналар ясойлашган икки қисм билан бирикади. Томошабинлар уч қаватли театр кўринишида трибуналарда жойлашадилар. Зал ёпмасининг ўзига хослигини айтиб ўтиш жоиз, бунда ойнабанд икки қўшма қобик кўринишидаги ёйма бўйлама йўналиши бўйича ўзаро боғланган.

Қуйида бир нечта универсал спорт залларини кўриниши берилган (17-25-расмлар).

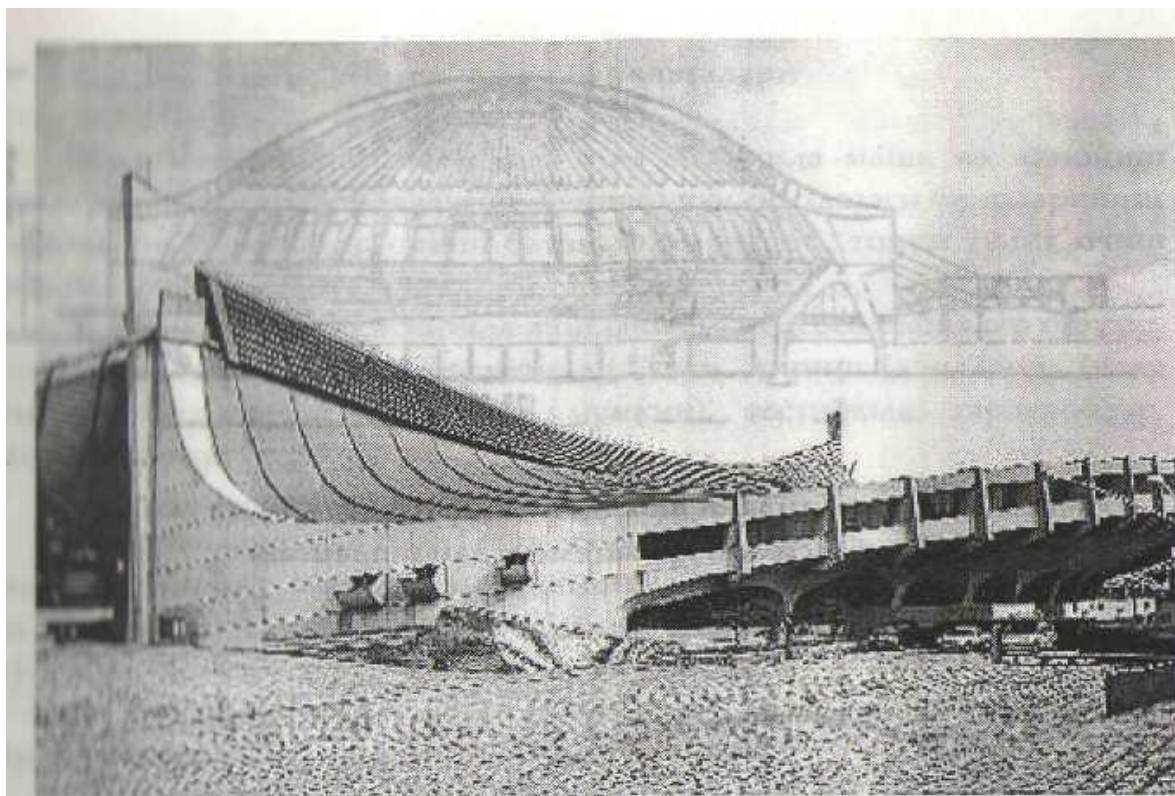


19-рasm. Москвадаги «Локомотив» футбол стадиони.

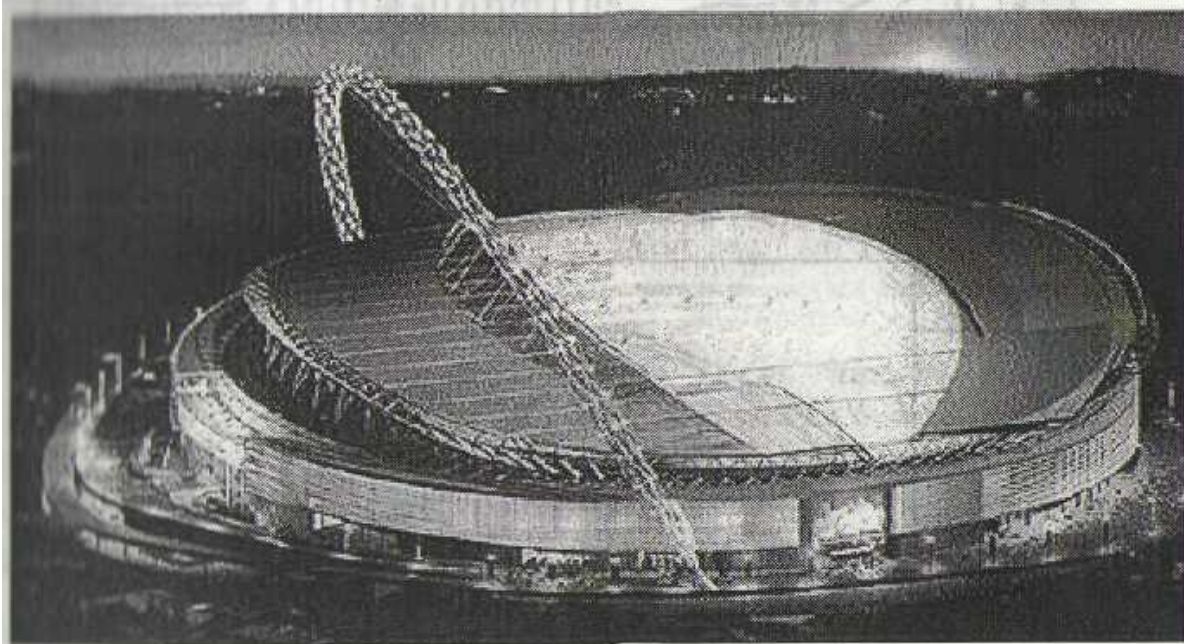


20-рasm. Москвадаги 1972 йилда курилган Олимпия стадиони.

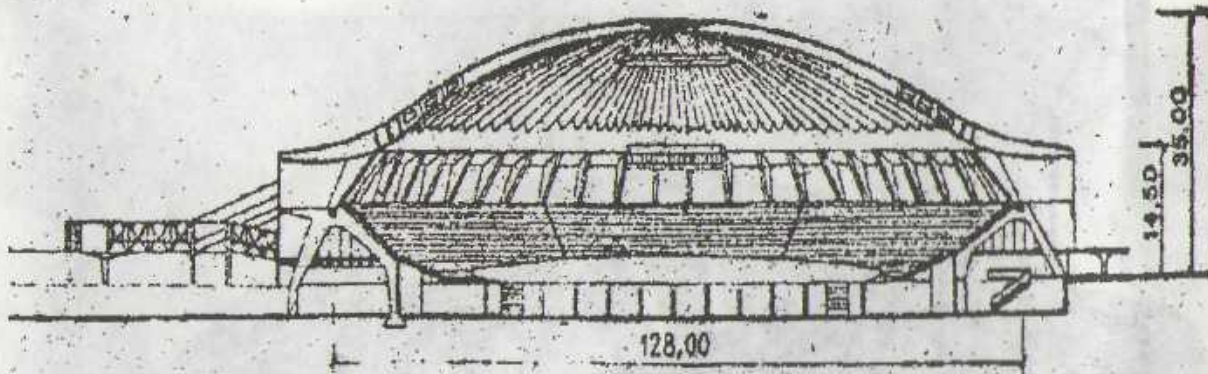




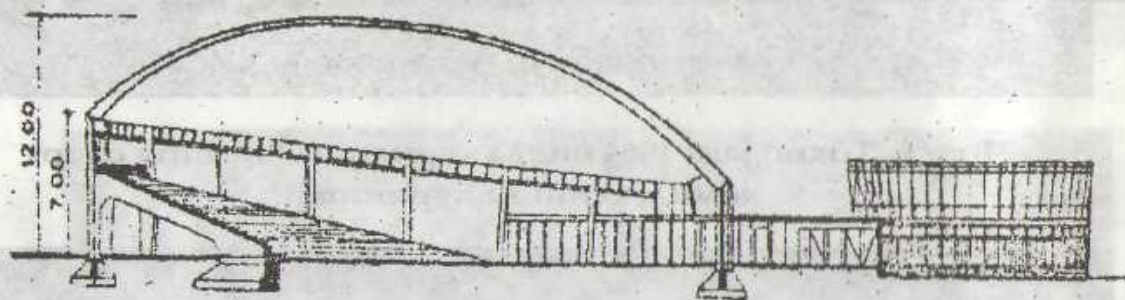
21-расм. Токиодаги 1964 йилда қурилган Олимпия спорт комплексининг кўриниши.



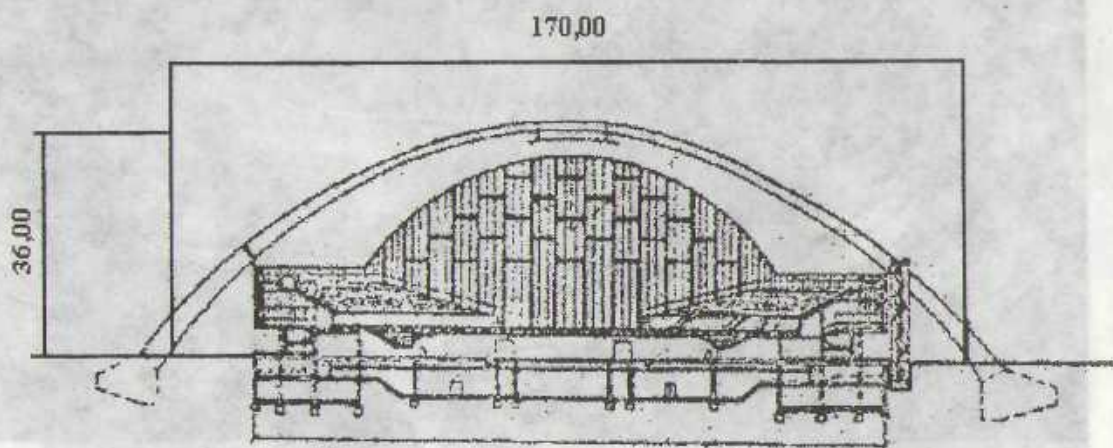
22-расм. Қайта таъмирланган Уэмбли стадиони



23-расм. Венадаги айлана шаклдаги спорт зали, конструкцияси гумбазсимон армацементдан ишланган.



24-расм. Мацуядаги (Япония) айлана шаклдаги спорт зал.



25-расм. Венадаги кагта спорт зал лойиҳаси

Республикамиздаги спорт сув ҳавзаларини лойиҳалаш ва қуриш амалиётида ўқув-машғулоти ва мусобақалар ўтказишга мўлжалланган сув ҳавзалари кенг тарқалган. Бу турдаги биноларнинг қуриш қисми қисқа ён томонда жойлашган. Тошкент шаҳри Собир Раҳимов туманидаги талабалар шаҳарчасидаги “Сув спорт саройи” 2007 йилда ишга туширилди (26-расм).



26-расм. “Талабалар шаҳарчасидаги” Сув спорти саройи

Қуриш қисмининг бундай лойиҳаланиши залнинг бўйлама узунлиги бўйича хизмат кўрсатувчи хоналарни рационал жойлаштириш имконини бериб, аёллар ва эркекларнинг икки алоҳида йўналишда ҳаракатланишига эришилади. Бу композицион усул албатта шаҳар қурилиши талабларига ва қўшимча хоналарни жойлаштириш шартларига боғлиқ ҳолда фронтал ёки бошқа қурилмаларни инкор этмайди.

Қурилиш харажатларини камайтириш мақсадида спорт сув ҳавзаларини алоҳида биноларда ёки бошқа бинолар (ҳаммомлар, олий таълим муассасалари, мактаблар ва бошқалар) ичкарасида жойлаштириш мумкин.

Катта универсал 50x20 м ҳовуз, сакраш қурилмаси ва трамплини ҳамда 1000 ўринли трибунаси бўлган сув ҳавзасининг иқтисодий кўрсаткичлари қуйидагича; қайта қуриш майдони тахминан - 3000 м<sup>2</sup>, бино ҳажми - 40000м<sup>3</sup> атрофида, кичик сув ҳавзасининг ҳовузи билан қурилиш майдони - 25x12 м ва тахминан 1000 м<sup>2</sup> бино ҳажми эса 15000 м<sup>3</sup> атрофида.

Сув ҳавзаси залининг ёпмасида асосан турли йиғма балка ёки аркали темир-конструкциялар қўлланилади; шунингдек, пластик темир-бетон қопламалар ва эгри чизикли, юпка йиғма армоцемент конструкцияларидан ҳам фойдаланилади. Замонавий шароитларда сунъий материаллар конструкциялардан фойдаланиш имкониятларини инобатга олиш тавсия этилади.

Сув ҳавзасининг залида жойлашган сузиш, сув ўйинлари учун мўлжалланган ҳовуз ва томошабинлар учун трибуналар бино асосий композициясининг ядроси ҳисобланади. Зални лойиҳалашда сув спорти қоидаларига асосан турли технологик талаблар қўйилади.

Ҳовуз турли мосламалар билан жиҳозланади: старт тумбалари, трамплинлар, турли баландликлардан сакраш қурилмалари, сувга тушиш

зинапоялари сузиш йўлкасини кўрсатувчи чўкмайдиган чегара мосламалари, турли белгилар ва бошқалар. Спорт сув ҳавзалари мақсадли белгиланишига қараб ҳовузлар бир неча турларга бўлинади: ўзининг ўлчамлари билан ажралиб турувчи, ҳовузнинг жиҳозланиши ва мосланиш соҳасига кўра, ҳамда унинг конструктив хусусиятлари асосида.

5-жадвал

**Сув ҳавзалари ўлчамлари**

Ховузларнинг ички ўлчамлари	Сув ҳавзаси турлари		Сузиш йўлкалари ва сони	Чуқурлик, м.	
	Ўқув-машқ	Спорт машқ		Саёз жойда	Баланддан сакраш мосламаси остидаги чуқурлик
20x10	Ўқув	-	4	1,1	1,8
25x10	Кичик	-	4	1,1	3,5-4,5
25x12,5		-	5	1,1	3,5-4,5
25x15		-	6	1,1	3,5-4,5
50x10	Катта	Катта	4	1,1	3,5
50x12,5			5	1,1	4,5 - 3,5
50x15			6	1,1	4,5 - 3,5
50x20			8	1,8 - 2	5-4,5

#### 6. Спорт майдонларининг технологик чизмалари.

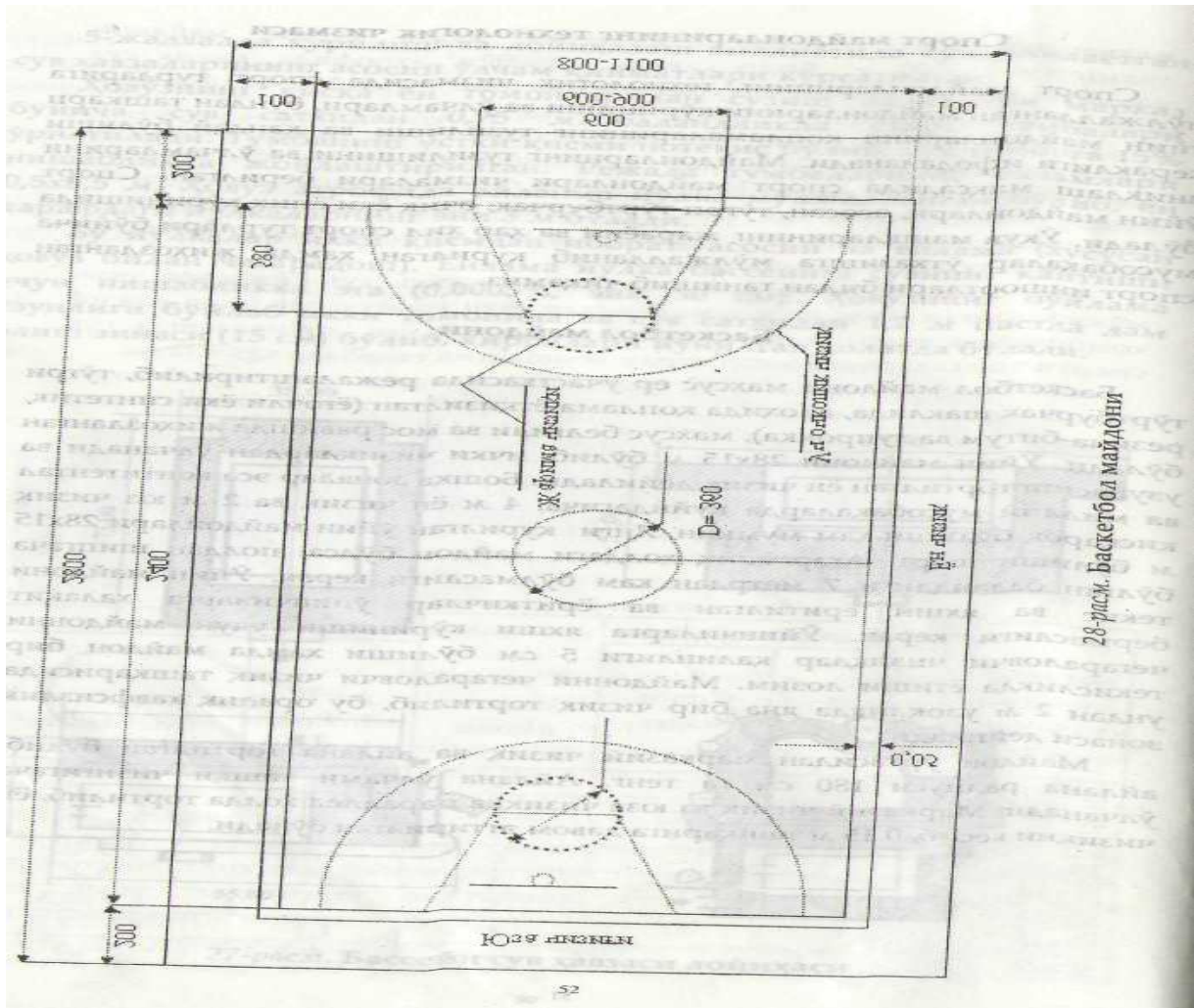
Спорт майдонларининг технологик чизмасида спорт турларига мўлжалланган майдонларини кўриниши ва ўлчамлари, бундан ташқари ўйин майдонларини қопламаларининг тузилиши ва қандай бўлиши кераклиги ифодаланади. Майдонларнинг тузилишини ва ўлчамларини аниқлаш мақсадида спорт майдонлари чизмалари берилган. Спорт майдонлари, асосан, тўғри тўртбурчак, очик ёки ёпиқ кўринишида бўлади. Ўқув машқларининг жараёни ва ҳар хил спорт турлари бўйичамусобақалар ўтказишга мўлжалланиб қурилган ҳамда жиҳозланган спорт иншоотлари билан танишиб чиқамиз.

#### Баскетбол майдони.

Баскетбол майдони махсус ер участкасида режалаштирилиб, тўғри тўртбурчак шаклида, алоҳида қоплама ётқизилган (ёғочли ёки синтетик, резина битум ва тупроққа), махсус белгили ва мос равишда жиҳозланган бўлади. Ўйин майдони 28x15 м бўлиб, ички чизиқлардан ўлчанади ва узунасига тортилган ён чизиқ дейилади. Бошқа зоналар эса контитентал ва миллий мусобақаларда қуйидагича: 4 м ён чизиқ ва 2 м юз чизиқ қисқароқ бўлиши ҳам мумкин. Янги қурилган ўйин майдонлари 28x15 м бўлиши шарт. Агар ёпиқ ҳолдаги майдон бўлса, полдан шипгача бўлган баландлиги 7 метрдан кам бўлмаслиги керак. Ўйин майдони текс ва яхши ёритилган ва ёриткичлар ўйинчиларга ҳалақит бермаслиги керак. Ўйинчиларга яхши кўриниши учун майдонни чегараловчи чизиқлар қалинлиги 5 см бўлиши ҳамда майдон бир текисликда ётиши лозим. Майдонни чегараловчи чизиқ ташқарисида ундан 2 м узоқликда яна бир чизиқ тортилиб, бу оралик хавфсизлик зонаси дейилади.

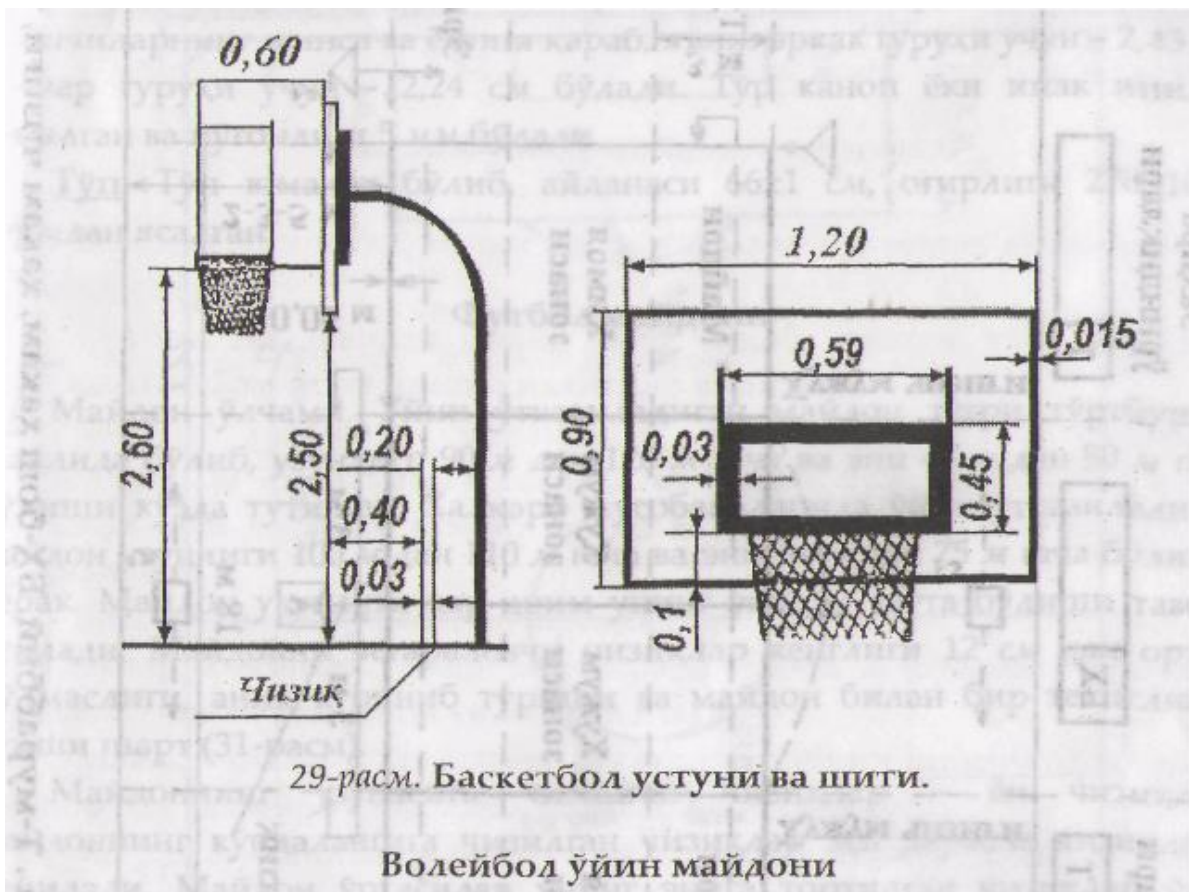
Майдон ўртасидан марказий чизиқ ва айлана тортилган бўлиб, айлана радиуси 180 см га тенг. Айлана ўлчами ташқи чизигича ўлчанади.

Марказий чизик ва юза чизикқа параллел ҳолда тортилиб, ён чизикни кесиб, 0,15 м ташқарига давом эттирилган бўлади.



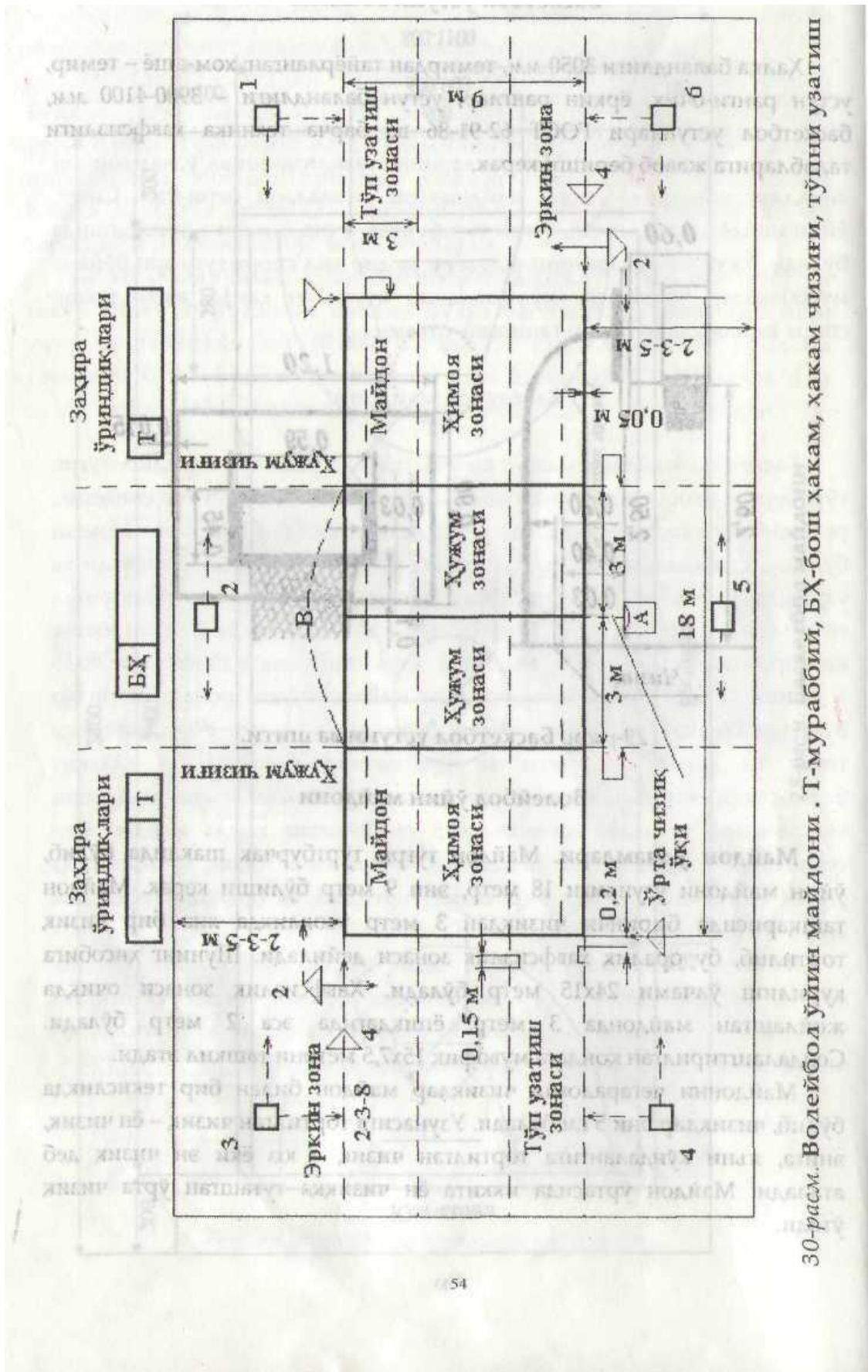
### Баскетбол устуни ва шити

Ҳалқа баландлиги 3050 мм, темирдан тайёрланган: хом-ашё темир устун ранги очик, ёрқин ранглар, устун баландлиги - 3900-4100 мм Баскетбол устунлари ГОСТ 62-91-86 ва барча техника хавфсизлик талабларига жавоб бериши керак.



Майдон ўлчамлари. Майдон тўғри тўртбурчак шаклида бўлиб ўйин майдони узунлиги 18 метр, эни 9 метр бўлиши керак. Майдон ташқарисида биринчи чизикдан 3 метр узокликда яна бир чизик тортилиб, бу оралик хавфсизлик зонаси дейилади. Шунинг ҳисобига қурилиш ўлчами 24x15 метр бўлади. Хавфсизлик зонаси очикда жойлашган майдонда 3 метр, ёпикдаги эса 2 метр бўлади. Соддалаштирилган қоидага мувофиқ 15x7,5 метрни ташкил этади.

Майдонни чегараловчи чизиклар майдон билан бир текисликда бўлиб, чизиклар эни 5 см бўлади. Узунасига тортилган чизик-ён чизик энига, яъни кўндалангига тортилган чизик, юз ёки эн чизик деб аталади. Майдон ўртасида иккита ён чизикқа туташган ўрта чизик ўтади.



30-расм. Волейбол ўйин майдони . Т-мураббий, БХ-бош хакам, хакам чизиги, тўпни узатиш

У майдонни иккига бўлиб туради. Хар бир майдончада ўрта чизикдан 3 метр узоқликда ўрта чизикқа параллел яна бир чизик ўтиб, бу оралик-ҳужум зонаси деб аталади. Ҳужум зонаси чизигидан орқа юз. чизикқача 6 метр оралик ҳимоя зонаси деб аталади.

Волейбол майдони қуйидаги жиҳозлар билан таъминланади.

Тўр. Ўрта чизик устида майдонга кўндаланг тортилади, узунлиги 9,5 метр, эни 1 метр катакчаларининг ўлчами 10x10 см бўлади. Баландлиги ўйинчиларнинг жинси ва ёшига қараб, яъни: Эркак гуруҳи учун 2,43 см; аёллар гуруҳи учун 2,24 см бўлади. Тўр каноп ёки ипак ипидан тўқилган ва йўғонлиги 5 мм бўлади.

Тўп. Тўп юмалоқ бўлиб, айланаси 66±1 см, оғирлиги 270±10 г, чармдан ясалган.

### 3.1. Мавзу бўйича талабалар саволларига жавоб бериш. Саволлар бўлса марҳамат!

### 3.2. Мустақил ишлаш учун вазифа:

8- илова.

Умумий классификациясига мувофиқ спорт иншоотлари таркибини аниқланг.		
Ёрдамчи хона ва иншоотлар;	Асосий иншоот	Томошабин учун жойлар;

Спорт иншоотлари туркумларини ёзиб келинг			
Очиқ	Алоҳида	Мажмуали	Ёпиқ
	Ёпиқ	Очиқ	

Такрорлаш учун саволлар ва топшириқлар:

1. Мамлакатимизда спортни ривожлантириш йўлида амалга оширилаётган тадбирлар тўғрисида айтиб беринг.
2. Спортни оммолаштириш ва ривожлантириш мақсадида чиқарилган қонун ва қарорлар ҳақида айтиб беринг.
3. Қадимги дунё, ўрта аср ва янги давр спорт иншоотларининг қурилиши жиҳатларидан бир-биридан фарқларини айтинг.
4. Тошкентда жойлашган спорт комплексларидан қайси бирида бўлгансиз ва улар тўғрисида айтиб беринг.

9-илова

Мустақил ишлаш учун Ўзбекистон Давлат жисмоний тарбия ва спорт университетида тайёрланган «Спорт иншоотлари» номли ўқув қўланмани 27-74 бетларидаги мавзу ўқув материаллари мазмунини ўрганиб келиш ва «Спорт иншоотлари» чизмаларини чизиш



## 11. Таълим бериш технологиясининг модели

Машғулот вақти-2 соат	Талабалар сони: та
Машғулот шакли	Мавзу бўйича ахборотли маъруза
Маъруза режаси	1. Шаҳар жойларида спорт иншоотлари тармоқлари ва режалаштириш. 2. Қишлоқ шароитларида спорт иншоотлари тармоқлари ва режалаштириш.
Ўқув машғулотининг мақсади: Талабаларга шаҳар ва қишлоқларда спорт иншоотларини тармоқлари ва уларни режалаштириш бўйича билимга эга қилиш.	
Педагогик вазифалар: -шаҳар жойларидаги спорт иншоотлари тармоқларини ва уларни режалаштириш бўйича билим бериш. -қишлоқ шароитларида спорт иншоотлари тармоқларини ва уларни режалаштириш бўйича билим бериш.	Ўқув фаолияти натижалари: -шаҳар ва қишлоқларда спорт иншоотларини тармоқлари ва уларни режалаштириш асосларини билишлари керак.
Таълим бериш усуллари	Кўргазмали, маъруза, тушунтириш.
Таълим бериш шакллари	Оммавий, жамоавий.
Таълим бериш воситалари	Ўқув қўлланма, проектор, макет, спорт иншоотлари.
Таълим бериш шароити	ЎТВ билан ишлашга мослаштирилган аудитория, спорт иншоотлари макетлари, қурилиш объектлари.
Мониторинг ва баҳолаш	Ёзма иш: саволларга жавоб ёзиш.

## 1.2. Маъруза машғулотининг технологик харитаси

Иш босқичлари ва вақти	Фаолият мазмуни	
	Таълим берувчи	Таълим олувчилар
Тайёргарлик босқичи. (10 дақиқа)	<p>1. Мавзу бўйича ўқув мазмунини тайёрлаш.</p> <p>2. Маърузаси учун тақдимот слайдларини тайёрлаш.</p> <p>3. Талабалар ўқув фаолиятини баҳолаш мезонларини ишлаб чиқиш ва талабаларга эълон қилиш.</p> <p>4. Ўқув материални ўрганишда фойдаланиладиган адабиётлар рўйхатини ишлаб чиқиш.</p>	Тинглайдилар. Ёзиб оладилар.
1. Мавзуга кириш (15 дақиқа)	<p>1.1. Мавзу ва унинг мақсади ва ўқув фаолияти натижалари билан таништиради.</p> <p>1.2. Ўрганиладиган мавзу номи айтилиб экранга мавзу бўйича ўрганиладиган ўқув саволлари кўрсатиб уларга қисқача таърифлаб изоҳлар беради (1-илова).</p> <p>1.3. Талабалар ўқув фаолиятини баҳолаш мезонлари билан таништиради (2-илова).</p> <p>1.4. Талабалар фаоллаштириш жонлантириш мақсадида қисқача савол-жавоб ўтказилади (3-илова).</p>	<p>Тинглайдилар.</p> <p>Талабалар берилган саволларга жавоб берадилар.</p> <p>Саволлар билан мурожат қиладилар.</p>
2-босқич Асосий босқич (55 дақиқа)	<p>2.1. Power Поинт дастури ёрдамида слайдларни намойиш қилиш ва изоҳлаш билан мавзу бўйича асосий назарий жиҳатларини тушунтириб беради.</p> <p>2.2. Мамлакатимизда қурилган ва қурилаётган спорт иншоотларини слайдлар ёрдамида кўрсатиб изоҳлайди (4-илова).</p>	Тинглайдилар, ёзадилар. Талабалар берилган саволларга жавоб берадилар.
3. Якуний босқич (10 дақиқа)	<p>3.1. Мавзу бўйича талабаларда юзага келган саволларга жавоб беради, яқунловчи хулоса қилади.</p> <p>3.2. Инноватцион услуб: “Кластер” ва “БББ” ни қўллаш ( 6 дақиқа вақт ичида)</p> <p>3.3. Мустақил ишлаш учун Ўзбекистон Давлат жисмоний тарбия ва спорт университетида тайёрланган «Спорт иншоотлари» номли ўқув қўланмани 76-92 бетларидаги мавзу ўқув материаллари мазмунини ўрганиб келишларини тавсия этади (5-илова).</p>	Саволлар берадилар. Вазифани ёзиб оладилар.

### 3-МАВЗУ: 1-МАШҒУЛОТ. ШАҲАР ВА ҚИШЛОҚЛАРДА СПОРТ ИНШООТЛАРИ ТАРМОҚЛАРИ ВА УЛАРНИ РЕЖАЛАШТИРИШ.

- ✦ *Маъруза машғулотининг мақсади:* Талабаларга шаҳар ва қишлоқларда спорт иншоотларини тармоқлари ва уларни режалаштириш бўйича билимга эга қилиш.
- ✦ Шаҳар ва қишлоқларда спорт иншоотлари тармоқлари ва уларни режалаштириш тўғрисида маълумотлар бериш.
- ✦ *Ўқув фаолияти натижалари:* Шаҳар ва қишлоқларда спорт иншоотларини тармоқлари ва уларни режалаштириш асосларини билишлари керак.
- ✦ Мамлакатимизда қурилган ва қурилаётган спорт иншоотлари ҳақида маълумотлар билишлари ;

Мавзу бўйича ўрганиладиган ўқув саволлар

- ✦ Шаҳар жойларида спорт иншоотлари тармоқлари ва уларни режалаштириш
- ✦ Қишлоқ шароитларида спорт иншоотлари тармоқлари ва уларни режалаштириш .

ҲАР БИР МАЪРУЗА ВА АМАЛИЙ МАШҒУЛОТ УЧУН 2 ДАН 5 БАҲОГАЧА  
ҚЎЙИЛАДИГАН НАТИЖАЛАР:

- × 5 баҳо - «аъло»
- × 4 баҳо - «яхши»
- × 3 баҳо - «кониқарли»
- × 2 баҳо - «қониқарсиз»

ЎҚУВ КУРСИНИ ЎРГАНИШДА ФОЙДАЛАНИЛАДИГАН АДАБИЁТЛАР  
РЎЙХАТИ:

1. Спорт иншоотлари (ўқув қўлланма) 2007 й.
2. Ҳарбий спорт ва спорт иншоотлари 2000 й.
3. Спорт қурилмалари. 2000 й.

Жонлантириш учун саволлар:

1. Мамлакатимизда спортни ривожлантириш йўлида амалга оширилаётган тадбирлар тўғрисида айтиб беринг.
2. Спортни оммалаштириш ва ривожлантириш мақсадида чиқарилган қонун ва қарорлар ҳақида гапиринг.
3. Шаҳар жойларидаги спорт иншоотлари тўғрисида гапиринг.
4. Қишлоқ шароитларидаги спорт иншоотларини қурилиш асослари нималардан иборат?

## ШАҲАР ВА ҚИШЛОҚДА СПОРТ ИНШОТЛАРИНИ ҚУРИШ

Ҳозирги замонда аҳолига хизмат кўрсатиш жараёнида спорт иншоотлари зарурий аҳамият касб этади. Шунинг назарга олган ҳолда шаҳарда ва қишлоқларда режалаштиридаётган спорт иншоотлари техник талабларга ҳамда лойиҳа талабларига жавоб бериши лозим.

Шаҳар ва қишлоқларда қандай спорт иншоотлари режалаштириш ва қуриш керак деган саволга жавоб беришга ҳаракат қиламиз.

Шаҳар кўп аҳоли жойлашган ва махсус қарор билан шаҳар статуси берилган жой бўлиб, ишлаб чиқариш корхоналари, завод, фабрикалар фаолият кўрсатади ҳамда қишлоқ хўжалиги учун меҳнат қуролларини ишлаб чиқаради.

### ШАҲАР ВА ҚИШЛОҚДА СПОРТ ИНШОТЛАРИНИ ҚУРИШ

Алоҳида жойлашган турар жойлар ва унинг аҳолиси 1,5-3 минг бўлса, бу ҳолда унинг ҳудудида комплекс жисмоний тарбия майдонлари, яъни гимнастика, енгил атлетика билан шуғулланиш учун, волейбол, баскетбол, футбол майдонлари қурилиши лозим ва унинг умумий майдони 1200 м<sup>2</sup> дан кам бўлмаслиги керак. Бундан ташқари иккита теннис столи учун майдонча ажратилади.

Микрорайонда - алоҳида жойлашган турар жойлар учун ажратиладиган спорт иншоотлари қурилади ва алоҳида ажратилган ердан ташқари бу спорт майдонларини дам олиш хиёбонларда жойлаштириш мумкин.

## ШАҲАР ВА ҚИШЛОҚДА СПОРТ ИНШООТЛАРИНИ ҚУРИШ

Агар микрорайонда аҳолининг сони 6 минг одамдан Кўп бўлса унда комплекс майдончалар қуйидагилардан иборат, яъни гимнастика билан шуғулланиш учун майдонча, волейбол, баскетбол, теннис майдонлари ва унинг умумий майдони 6700 м<sup>2</sup> дан кам бўлмаслиги керак. Агар микрорайоннинг аҳолиси 12 минг ва ундан ортиқ бўлса унда умумий майдон 8400 м<sup>2</sup> гача кенгайтирилади.

Аҳоли зич яшайдиган районларда (24-36 минг аҳоли) спорт маркази қурилиши режалаштирилади ва у спорт марказларининг иккинчи гоифасига киради.

Уларга футбол майдони (96x64 метр) ва машқлар учун иккинчи майдон (66x44 метр), иккита теннис майдони (36x18 метр ҳар бири), очиқ бассейн (25x10 метр), тир 50 метр ва томошабинлар учун бир минг ўриндик бўлиши керак.

## ШАҲАР ВА ҚИШЛОҚДА СПОРТ ИНШООТЛАРИНИ ҚУРИШ

Умумшаҳар спорт мажмуалари олий даражали спорт иншоотларига киради. Шаҳар худудида спорт иншоот тармоқларини қуришдан олдин ажратилган ер участкаларини ўрганиб чиқилади ва улар қуйидагича:

-7 ёшгача болалар учун спорт мажмуа узоқлиги 50-100 метр бўлиши керак;

-7-10 ёшгача 150-200 метр;

-11-17 ёшгача 400-500 метр.

Райондаги спорт маркази 20 минутли масофада жойлашган бўлиши керак. Стадион бош режасини лойиҳалашда кўп минглик томошабинларни эвакуация

вақтида турли оқимларни- кесиб ўтмайдиган ҳолда шаҳар қурилишини ва йўлларини ҳисобга олиш зарур бўлади.

## ШАҲАР ВА ҚИШЛОҚДА СПОРТ ИНШОТЛАРИНИ ҚУРИШ

Транспорт йўлларининг жойланиши, турли шаҳар ва шахсий транспорт воситаларининг тўхташ жойларида одамлар оқимининг тарқалиш принципи билан узвий боғлиқ бўлганлиги сабали бунда асосий кириш ва ички магистраллар жойланиши белгиланади. Кириш жойларида касса хоналари мўлжалланади. Кассалар чиптали томошабинлар оқимидан ташқарида жойлашади.

Бош режада стадион уч асосий қисмга бўлинади: намойиш (томошагоҳ), ўқув-машғулоти, хизмат кўрсатиш қисмлари.

Намойиш қисмида асосий спорт аренаси ва трибуналар, томошабинларга хизмат кўрсатиш, спортчилар, ҳакамлар бошқаруви, матбуот, радио ва телевидение хоналари жойлашади.

Унда, шунингдек очик ва қишки сузиш сув ҳавзалари, велотрек, тўп ўйинлари ва теннис стадионлари жойлашган.

Бу қисм тарқатувчи майдон ва эвакуация йўллари билан бевосита боғланган.

## ШАҲАР ВА ҚИШЛОҚДА СПОРТ ИНШОТЛАРИНИ ҚУРИШ

Ўқув-машғулот қисмида спорт майдони ва майдончалари жойлашган бўлиб, уларнинг баъзилари намойиш характериға эға. Бу қисмдаги спорт иншоотлари спортнинг алоҳида турлари бўйича ихтисослашган. Хизмат кўрсатиш қисмида томошабинларнинг дам олиш масканлари, кафе, киосклар, суҳбат ўриндиклари, санитария иншоотлари, стадионни эксплуатация қилиш билан боғлиқ иншоотлар.

- хўжалик ҳовлиси, устахоналар, оракжериялар омборлар ва бошқалар жойлашган.

Стадион қурилишида қуйидаги талаблар муҳим аҳамиятға эға:  
-шаҳар қурилиш ҳолати - шаҳар магистралларининг йўналиши, стадион рўпарасида майдон мавжудлиги, томошабинларнинг эвакуация йўллари, турли шаҳар транспортлари учун транспорт тутунлари ва бошқалар, кўкаламзорлашган худудларға ва сув ҳавзаларига стадионнинг имкон қадар яқинлиги, асосий спорт аренасининг трибуна ва бошқа спорт иншоотлари билан ўзаро пропорционал ва компакт, шунингдек энг маъқул йўналишда (шимол - жануб) жойлашиши;

## ШАҲАР ВА ҚИШЛОҚДА СПОРТ ИНШООТЛАРИНИ ҚУРИШ

- майдон рельефининг яроқлилиги (спорт аренасининг ғарбий тарафидан ерда трибуналарни жойлаш учун 30% нишаблик мақсадга мувофиқ); асосий йўналишда доимий эсувчи шамоллар йўналиши (химоялаш чоралари); ер ишлари балансини ҳисобга олган ҳолда стадион ҳудудини кўкаламзорлаштири ва ободонлаштириш; қишки мавсумдаги стадионнинг характери (конькида тез чопиш, фигурали учиш, хоккей, чанғи трамплин учун мосламаларни ўрнатиш эҳтимоли).

Амалдаги стадионларни лойиҳалаш меъёрларида (СН 162-58) куйидаги тавсиялар берилган:

- томошабинларни эвакуация қилишда (стадион ташқарисида) тарқатувчи майдоннинг зарурий ўлчамлари ҳар бир томошабинга 0,5-0,75 м<sup>2</sup> ҳисобидан аниқланади;

## ШАҲАР ВА ҚИШЛОҚДА СПОРТ ИНШООТЛАРИНИ ҚУРИШ

- стадионга энг камида икки кириш жойи белгиланиши зарур; эвакуация йўлларининг (йўлакча, йўл, ўтиш ва кириш жойи) эни бир метрга 500 киши ҳисобидан аниқланади;

- бевосита трибуналар оралиғида тарқатувчи майдонлар назарда тутилган бўлиб, бунда, бир томошабин ўрни учун ўртача катталиқдаги стадионларда 0,5 м<sup>2</sup>, катта стадионларда 0,3 м<sup>2</sup>;

- кириш кассаларининг сони 1500 кишига 1 дарча ҳисобидан белгиланади.

Жойнинг ҳолатига қараб, стадионнинг бош режаси шаклан турлича кўринишда бўлиши мумкин.

Ҳар бир шаҳар, район, микрорайон ва алоҳида жойлашган турар жойларда спорт иншоотларига Москва, Волгоград, Санкт-Петербург шаҳарларидаги стадионларнинг бош режалари мисол бўла олади.

Москвадаги Лужанский номли стадион бир-бирига перпендикуляр ўқлари асосида қурилган.



## «Чархпалак» - интерфаол машк

Шаҳар ва қишлоқда спорт иншоотларини қуришда шуғулланувчининг ёшига қараб спорт мажмуасигача бўлган масофа меъёрига тавсиф беринг.

№	Алоҳида жойлашган турар жойлар ва микрорайонларнинг қисқача тавсифи.	7 ёшгача болалар учун спорт мажмуасини масофа меъёри.	7 – 10 ёшгача болалар учун спорт мажмуасини масофа меъёри.	11-17 ёшгача болалар учун спорт мажмуасини масофа меъёри.
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				

## ФСМУ - интерфаол машк

Ф - фикрингизни баён этинг: ...

С - фикрингиз баёнига бирорта сабаб кўрсатинг: ...

М - кўрсатилган сабабни тушунтирувчи мисол келтиринг: ...

У - фикрингизни умумлаштиринг: ...

## Инноватцион услуб: “БББ”



БИЛАМАН

БИЛИШНИ  
ХОҲЛАЙМАН

БИЛДИМ

## 11. Таълим бериш технологиясининг модели

Машғулот вақти-2 соат	Талабалар сони: та
Машғулот шакли	Мавзу бўйича ахборотли маъруза
Маъруза режаси	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Спорт соғломлаштириш оромгоҳлари иншоотлар ва объектларнинг рўйхати ва қўлланилиши.</li> <li>2. Спорт иншоотларининг қурилишига ва жойлашишига қўйиладиган асосий талаблар.</li> <li>3. Саф майдони, енгил атлетика машғулотлари учун спорт секторлари, футбол майдони, гимнастик шаҳарча, ягона тўсиқлар йўлаги.</li> </ol>
<p>Ўқув машғулотининг мақсади: Талабаларни спорт соғломлаштириш оромгоҳлари иншоотлар ва объектлари билан таништириш. Спорт иншоотларининг қурилишига ва жойлашишига қўйиладиган асосий талаблар билан таништириш.</p> <p>Саф майдони, енгил атлетика машғулотлари учун спорт секторлари, футбол майдони, гимнастик шаҳарча, ягона тўсиқлар йўлаги каби иншоотларни вазифаси, ўлчамлари ва қурилиш асослари билан таништириш.</p>	
<p>Педагогик вазифалар:</p> <p>Спорт соғломлаштириш оромгоҳлари иншоотлар ва объектлари билан яқиндан таништиради. Спорт иншоотларининг қурилишига ва жойлашишига қўйиладиган асосий талабларни изоҳлаб тушунтиради.</p> <p>Саф майдони, енгил атлетика машғулотлари учун спорт секторлари, футбол майдони, гимнастик шаҳарча, ягона тўсиқлар йўлаги каби иншоотларни вазифасини ва қурилиш асослари билан таништиради.</p>	<p>Ўқув фаолияти натижалари:</p> <p>Спорт соғломлаштириш оромгоҳлари иншоотлар ва объектлари номларини ва уларнинг рўйхатини билишлари керак.</p> <p>Спорт иншоотларининг қурилишига ва жойлашишига қўйиладиган асосий талабларни англашлари ва изоҳлай олишлари шарт.</p> <p>Саф майдони, енгил атлетика машғулотлари учун спорт секторлари, футбол майдони, гимнастик шаҳарча, ягона тўсиқлар йўлаги каби иншоотларни қурилиш асосларини билишлари керак.</p>
Таълим бериш усуллари	Кўргазмали, маъруза, тушунтириш.
Таълим бериш шакллари	Оммавий, жамоавий, гуруҳли.
Таълим бериш воситалари	Ўқув қўлланма, проектор, макет, спорт иншоотлари.
Таълим бериш шароити	ЎТВ билан ишлашга мослаштирилган аудитория, спорт иншоотлари макетлари, қурилиш объектлари.
Мониторинг ва баҳолаш	Ёзма иш: саволларга жавоб ёзиш.

1.2. Спорт соғломлаштириш оромгоҳлари ва спорт иншоотлари  
 машғулотининг технологик харитаси

Иш босқичлари ва вақти	Фаолият мазмуни	
	Таълим берувчи	Таълим олувчилар
Тайёргарлик босқичи. (10 дақиқа)	1. Мавзу бўйича ўқув мазмунини тайёрлаш. 2. Маъруза учун тақдимот слайдаларини тайёрлаш. 3. Талабалар ўқув фаолиятини баҳолаш мезонларини ишлаб чиқиш ва талабаларга эълон қилиш. 4. Ўқув материални ўрганишда фойдаланиладиган адабиётлар рўйхатини ишлаб чиқиш.	Тинглайдилар  Ўзиб оладилар.
1. Мавзуга кириш (15 дақиқа)	1.1. Мавзу ва унинг мақсади ва ўқув фаолияти натижалари билан таништиради (1-илова). 1.2. Экранга мавзу бўйича ўрганиладиган ўқув саволлари кўрсатиб уларга қисқача таърифлаб изоҳлар беради (2-илова). 1.3. Талабалар ўқув фаолиятини баҳолаш мезонлари билан таништиради (3-илова). 1.4. Талабалар фаоллаштириш жонлантириш мақсадида қисқача савол-жавоб ўтказилади (4-илова).	Тинглайдилар  Талабалар берилган саволларга жавоб берадилар. Саволлар билан мувожабат қиладилар.
2-босқич Асосий босқич (55 дақиқа)	2.1. Power Поинт дастури ёрдамида слайдларни намойиш қилиш ва изоҳлаш билан мавзу бўйича асосий назарий жиҳатларини тушунтириб беради 1. Спорт соғломлаштириш оромгоҳлари иншоотлар ва объектларнинг рўйхати ва қўлланилиши. 2. Спорт иншоотларининг қурилишига ва жойлашишига қўйиладиган асосий талаблар. 3. Саф майдони, енгил атлетика машғулотлари учун спорт секторлари, футбол майдони, гимнастик шаҳарча, ягона тўсиқлар йўлаги (5-илова).	Тинглайдилар, ёзадилар. Талабалар берилган саволларга жавоб берадилар. Тинглайдилар, ёзадилар.
3. Якуний босқич (10 дақиқа)	3.1. Мавзу бўйича талабаларда юзага келган саволларга жавоб беради, яқунловчи хулоса қилади. 3.2. Инноватсион услуб: «Чархпалак» - интерфаол машқ. «ФСМУ - интерфаол машқ “БББ”ни, Нима? органайзерини қўллаш.(7 дақиқа вақт ичида) (6-илова). 3.3. Мустақил ишлаш учун Ўзбекистон Давлат жисмоний тарбия ва спорт университетиде тайёрланган «Спорт иншоотлари» номли ўқув қўланмани 76-92 бетларидаги мавзу ўқув материаллари мазмунини ўрганиб келишларини тавсия этилади (7-илова).	Саволлар берадилар. Вазифани ўзиб оладилар.

#### 4-МАВЗУ: 1-МАШҒУЛОТ. СПОРТ СОҒЛОМЛАШТИРИШ ОРОМҒОҲЛАРИ ВА СПОРТ ИНШООТЛАРИ

*Маъруза* *машғулотининг*  
*мақсади:* Талабаларни спорт соғломлаштириш оромгоҳлари иншоотлар ва объектлари билан таништириш. Спорт иншоотларининг қурилишига ва жойлашишига қўйиладиган асосий талаблар билан таништириш.

Саф майдони, енгил атлетика машғулотлари учун спорт секторлари, футбол майдони, гимнастик шаҳарча, ягона тўсиқлар йўлаги каби иншоотларни вазифаси, ўлчамлари ва қурилиш асослари билан таништириш.

#### **Ўқув фаолияти натижалари:**

Спорт соғломлаштириш оромгоҳлари иншоотлар ва объектлари номларини ва уларнинг рўйхатини билишлари керак.

Спорт иншоотларининг қурилишига ва жойлашишига қўйиладиган асосий талабларни англашлари ва изоҳлай олишлари шарт.

Саф майдони, енгил атлетика машғулотлари учун спорт секторлари, футбол майдони, гимнастик шаҳарча, ягона тўсиқлар йўлаги каби иншоотларни қурилиш асосларини билишлари керак.

### Мавзу бўйича ўрганиладиган ўқув саволлар

1. Спорт соғломлаштириш оромгоҳлари иншоотлар ва объектларнинг рўйхати ва қўлланилиши.

2. Спорт иншоотларининг қурилишига ва жойлашишига қўйиладиган асосий талаблар.

3. Саф майдони, енгил атлетика машғулотлари учун спорт секторлари, футбол майдони, гимнастик шаҳарча, ягона тўсиқлар йўлаги.

**ХАР БИР МАЪРУЗА ВА АМАЛИЙ МАШҒУЛОТ УЧУН 0,5 ДАН 2 БАЛЛГАЧА ҚЎЙИЛАДИ. РЕЙТИНГ БЎЙИЧА НАТИЖАЛАР БАҲОСИ:**

- ✘ «аъло»
- ✘ «яхши»
- ✘ «кониқарли»
- ✘ «кониқарсиз»

#### САВОЛЛАР

1. Айтингчи Спорт соғломлаштириш оромгоҳларида спорт иншоотларининг қандай турлари мавжуд бўлади?

2. Спорт соғломлаштириш оромгоҳларидаги спорт иншоотларига таълим муассасаларидагидан фарқли бўлган қандай спорт иншоотлари мавжуд бўлади?

3. Бевосита ўзингиз бўлган ва спорт мусобақалари тадбирлари ўтказилган соғломлаштириш оромгоҳлари ва ундаги спорт иншоотлари ҳақида гапириб беринг.

## СПОРТ СОҒЛОМЛАШТИРИШ ОРОМГОҲЛАРИ ВА СПОРТ ИНШООТЛАРИ.

ССО СИ объектлари ва қурилмаларининг рўйхати ва вазифаси.  
ССО СИ нинг ўқув материал базасининг таркибига қуйидаги объектлар киради;

- махсус ўқув қуролларини сақлаш учун хона,
- бир вақтнинг ўзида 2 та гуруҳ билан машғулот ўтказиш имконини берадиган тактик майдон,
- «Маънавият ва маърифат» хонаси,
- 200 метрли тир (отиш майдони),
- саф майдони,
- енгил атлетика машғулотлари учун спорт ядроси,
- футбол майдони,
- гимнастика шах арчаси,
- ягона тўсиқ йўлаги.
- волейбол, баскетбол, қўл тўпи, стол тенниси учун майдонлар,
- очик бассейн ёки «ОСВОД» типдаги йиғилувчи бассейн.

### СПОРТ СОҒЛОМЛАШТИРИШ ОРОМГОҲЛАРИ ВА СПОРТ ИНШООТЛАРИ.

- ✳ ССО СИ нинг жиҳозлар, инвентарь, ўқув қўлланмалар ва бошқа воситалар билан таъминланиши халқ депутатлари кенгашининг ижрочи қўмиталари томонидан амалга оширилади.

## СПОРТ ЯДРОСИ

- ✘ - спорт ядросида томошабинлар учун махсус жой бўлиши, ва сакраш ва секторда улоқтириш учун жойлар ассиметрик бўлиши керак.
- ✘ - янги планировка бўйича баландликка сакраш учун майдон фақат шимолий секторда жойлашади, улоқтириш учун майдон эса - жанубий секторда жойлашуви керак.
- ✘ - сакраш ва улоқтириш учун барча жой футбол майдони дарвозаси линиясидан 3 м масофада бўлиши керак.
- ✘ - югуриш йўлакчасини футбол майдонини ўзи ўқсиз халқа сифатида ўраб туради,
- ✘ - умумий финиш чизиғи майдон дарвозаси линиясининг қаршисида ундан 9,72м (марказга қараб) масофада жойлашади,

## СПОРТ МАЙДОНЛАРИ МЕРИДИОНАЛ ИМКОНияТЛАР Бўйича муАЖАЛ ОЛИНАДИ.

- ✘ - Яхши сув тортувчи тупроқли,
- ✘ - Ўрнатилган дренаж системали,
- ✘ - Сувларнинг оқиб кетиш тизимини таъминлаш.
- ✘ - Иложи борича майдон текис бўлиши керак.

❖ Гимнастика ва акробатика майдонларини жойлаштириш ва жихозлашда машғулот ўтказиш услуги ва программаси, гуруҳнинг квалификация (мазкур майдонда шуғулланувчилар) даражаси ни инобатга олиш керак,

❖ Гимнастик майдончалар асфальтланган махсус аралашма билан қопланган ёки майса ўт (газон) ўстирилган бўлиши мумкин.

❖ Очик майдонларда снарядлар ўрнатиш учун мўлжалланган жойлар мустақам пойдеворга эга бўлиши керак (бетонли, анкерли, ва б.к.)

№	НОМЛАРИ	МИҚДОРИ	ЎЛЧОВ БИРЛИГИ
1	Гимнастика бруси	2	комплект
2	Брус учун хода	2	жуфт
3	Гимнастик турниклар	2	дона
4	Гимнастик эшаклар	2	дона
5	Гимнастик халкалар	2	дона
6	Осибиб чиқиш арконлар	2	комплект
7	Чиқиш учун арконлар	2	комплект
8	Қўл гранаталар	30	дона
9	Гимнастик тўшаклар	8	дона
10	Баскетбол халкалари	2	комплект
11	Баскетбол халкалари тўрлар	4	комплект
12	Волейбол сеткалари	2	комплект
13	Футбол сеткалари	2	комплект
14	Сақраш учун гимнастик мостлар	3	комплект
15	Гимнастик деворлар	3	комплект
16	Тренировка штангаси	1	комплект
17	Баскетбол тўплари	4	комплект
18	Волейбол тўплари	10	комплект
19	Футбол тўплари	5	дона
20	Турли гантеллар	10	дона
21	Турли гирлар	10	комплект
22	Судья хуштаклари	4	комплект
23	Турли секундометрлар	5	дона
24	Насослар	2	дона
25	Гимнастик отлар	2	дона



Носозликларни дархол аниқлаб, уларни тузатиш керак (қийшайиш, кераксиз қимирлашлар, гайкаларнинг бўшаб қолиши), Хар 3-4 ҳафтада даврий равишда жизозлар текшириб турилади. Бунда керакли қисмлар керосинда ювилади, бўялади, ишдан чиққан қисмлари алмаштирилади.

Ёзги мавсумдан сўнг барча жихозлар демонтаж қилинади, Снарядлар тўлиқ ечилади. Қисмларга ажратилади, ремонт қилинади. Сўнг бўялиб, сақланади.

Футбол майдорини эксплуатация қилиш;

- футбол майдонида майса ўтларнинг бир текислигини таъминлаш керак,

- футбол майдони суғорилганда ер 10-15 см чуқурликкача хўлланадиган даражада суғорилади. Уйиндан аввал тупроқ куруқ бўлиши керак.

- футбол майдонини суғориш ишлари уйиндан 1-2 кун аввал олиб борилади, суғориш ишларини кечки вақт олиб бориш мақсадга мувофиқдир, чунки (буғланиш кам миқдорда бўлади),

-ўт ўрилгандан сўнг газон суғорилади ва минерал ўғитлар сепилади.

- ёзда хар 3-4 кунда, кузда эса хар 8- 12 кунда ўт ўрилганда қолган ўтнинг баландлиги 6 см дан кам бўлмаслиги керак.

#### **Олиб бориладиган ишлар рўйхати:**

- Тозалаш. Ифлосланишга қарши курашиш.

- Экиш ва суғориш.

- Ўғитлаш.

- Майдонни полиэтилен пленка билан қоплаш.

## Ўқитувчига қўйиладиган талаблар.

- қўлланилишига караб спорт жихозларини ва инвентарларни эксплуатация қилиш;
- аниқланган дефектларни ўз вақтида бартараф қилиш.
- жихозларнинг ҳолатини ўз вақтида назорат қилиш.
- Инвентар ва жихозларни тўғри сақлаш,
- ўз вақтида даврий таъмирлаш ишларини ўтказиш.
- инвентар ва жихозларни назорат қилиш ва ҳисобот бериш.

Мавзу бўйича талабалар саволларига жавоб бериш.

6-илова

«Чархпалак» - интерфаол машқ

Спорт соғломлаштириш оромгоҳларига ва улардаги спорт иншоотларига тавсиф беринг.

№	Алоҳида яшайдиган жойларда жойлашган спорт соғломлаштириш оромгоҳлари	Тоғли худудларда жойлашган спорт соғломлаштириш оромгоҳлари	Алоҳида яшайдиган жойларда жойлашган спорт соғломлаштириш оромгоҳларидаги спорт иншоотлари	Тоғли худудларда жойлашган спорт соғломлаштириш оромгоҳларидаги спорт иншоотлари
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				

ФСМУ - интерфаол машқ

Ф-фикрингизни баён этинг:

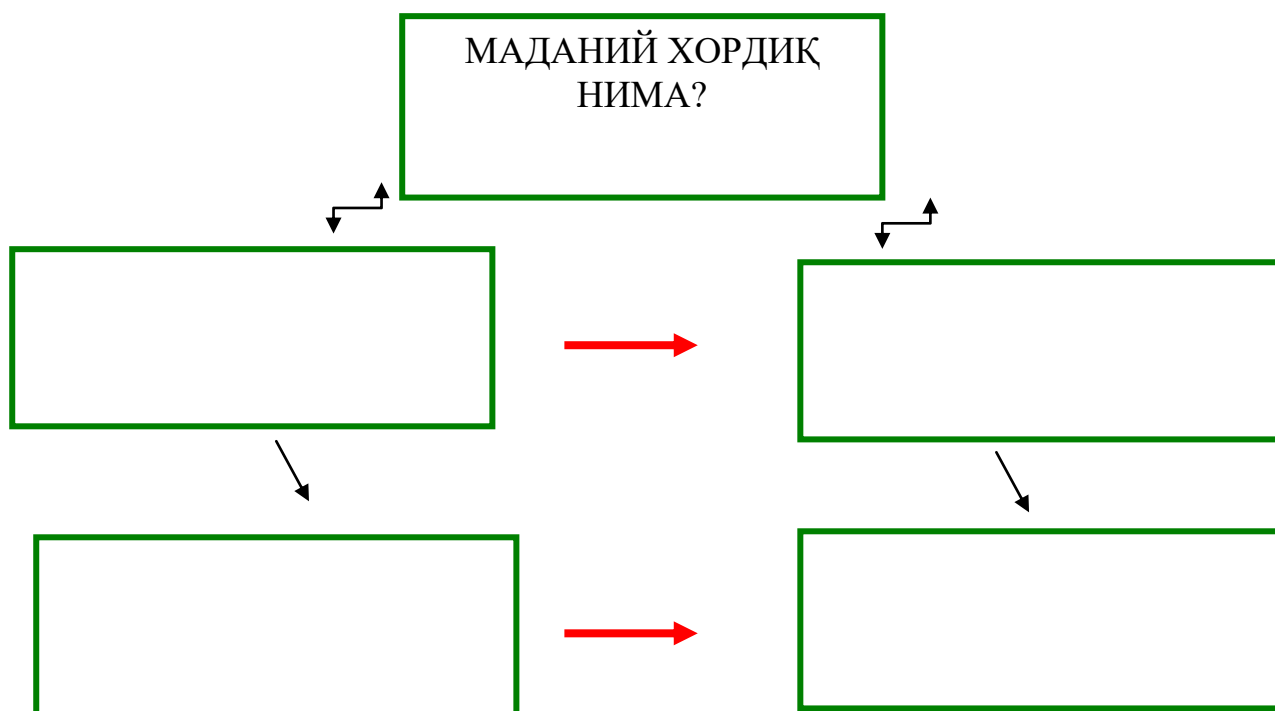
С-фикрингиз баёнига бирорта сабаб кўрсатинг:

М-кўрсатилган сабабни тушунтирувчи мисол келтиринг:

У-фикрингизни умумлаштиринг:

Иноватцион услуб: “БББ”

БИЛАМАН	БИЛИШНИ ХОҲЛАЙМАН	БИЛДИМ



5-Мавзу	Спорт иншоотларидан фойдаланишни ташкил этиш, спорт майдонларининг конструкцияси ва қурилиш материаллари.
---------	---

### 11. Таълим бериш технологиясининг модели

Машғулот вақти-2 соат	Талабалар сони: та
Машғулот шакли	Мавзу бўйича ахборотли маъруза
Маъруза режаси	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Спорт иншоотларидан фойдаланишни ташкил этиш.</li> <li>2. Спорт майдонлари конструкциялаш.</li> <li>3. Спорт иншоотлари учун ишлатиладиган қурилиш материаллари.</li> </ol>
<p><b>Ўқув машғулотининг мақсади:</b> Талабаларга спорт иншоотларидан фойдаланишни ташкил этиш усулларини, спорт майдонларини конструкциялаш асосларини ўргатиш ва спорт иншоотларини қуриш учун ишлатиладиган қурилиш материаллари билан яқиндан таништириш.</p>	
<p><b>Педагогик вазифалар:</b></p> <p>Спорт иншоотларидан фойдаланишни ташкил этиш усулларини моҳиятини очиб беради.</p> <p>Спорт майдонларини конструкциялаш асосларини ўргатади ва изоҳлайди.</p> <p>Спорт иншоотларини қуриш учун ишлатиладиган қурилиш материаллари билан яқиндан таништириштиради.</p>	<p><b>Ўқув фаолияти натижалари:</b></p> <p>Спорт иншоотларидан фойдаланишни ташкил этиш усулларини билишлари ва тадбиқ этишни билишлари керак.</p> <p>Спорт майдонларини конструкциялаш асосларини ўрганишлари ва уларни лойиҳалаштиришни билишлари керак.</p> <p>Спорт иншоотларини қуриш учун ишлатиладиган қурилиш материалларини яқиндан билишлари ва уларни ишлатиш усулларини билишлари керак.</p>
Таълим бериш усуллари	Кўргазмали, маъруза, тушунтириш.
Таълим бериш шакллари	Оммавий, жамоавий, гуруҳли.
Таълим бериш воситалари	Ўқув қўлланма, проектор, макет, спорт иншоотлари.
Таълим бериш шароити	ЎТВ билан ишлашга мослаштирилган аудитория, спорт иншоотлари макетлари, қурилиш объектлари.
Мониторинг ва баҳолаш	Ёзма иш: Саволларга жавоб ёзиш.

Спорт иншоотларидан фойдаланишни ташкил этиш, спорт майдонларининг конструкцияси ва қурилиш материаллари машғулотининг технологик харитаси.

Иш босқичлари ва вақти	Фаолият мазмуни	
	Таълим берувчи	Таълим олувчилар
Тайёргар лик босқичи. (10 дақиқа)	1. Мавзу бўйича ўқув мазмунини тайёрлаш. 2. Маъруза учун тақдимот слайдларини тайёрлаш. 3. Талабалар ўқув фаолиятини баҳолаш мезонларини ишлаб чиқиш ва талабаларга эълон қилиш. 4. Ўқув материални ўрганишда фойдаланиладиган адабиётлар рўйхатини ишлаб чиқиш.	Тинглайдилар. Ёзиб оладилар.
1. Мавзуга кириш (15 дақиқа)	1.1. Мавзу ва унинг мақсади ва ўқув фаолияти натижалари билан таништиради (1-илова). 1.2. Экранга мавзу бўйича ўрганиладиган ўқув саволлари кўрсатиб уларга қисқача таърифлаб изоҳлар беради (2-илова). 1.3. Талабалар ўқув фаолиятини баҳолаш мезонлари билан таништиради (3-илова). 1.4. Талабалар фаоллаштини жонлантириш мақсадида қисқача савол-жавоб ўтказилади (4-илова).	Тинглайдилар. Талабалар берилган саволларга жавоб берадилар. Саволлар билан мурожат қиладилар.
2-босқич Асосий босқич (55 дақиқа)	2.1. Спорт иншоотларидан фойдаланишни ташкил этиш асослари. 2.2. Спорт майдонларини конструкциялаш. 2.3. Спорт иншоотлари учун ишлатиладиган қурилиш материаллари (5-илова).	Талабалар берилган саволларга жавоб берадилар.
3. Яқуний босқич (10 дақиқа)	3.1. Мавзу бўйича талабаларда юзага келган саволларга жавоб беради, яқунловчи хулоса қилади. 3.2. Инноватцион услуб: «Чархпалак» - интерфаол машқ «ФСМУ - интерфаол машқ» БББ» ни, Нима? Органайзери ни қўллаш. Тўсатдан ман этиш технологияси (7 дақиқа вақт ичида) (6-илова). 3.3. Мустақил ишлаш учун «Спорт иншоотлари» номли ўқув қўланмани 76-92 бетларидаги мавзу ўқув материаллари мазмунини ўрганиб келишларини тавсия этилади (7-илова).	Саволлар берадилар. Вазифани ёзиб оладилар.

<b>Маъруза машғулотининг мақсади:</b>	<b>Ўқув фаолияти натижалари:</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Талабаларга спорт иншоотларидан фойдаланишни ташкил этиш усулларини, спорт майдонларини конструкциялаш асосларини ўргатиш ва спорт иншоотларини қуриш учун ишлатиладиган қурилиш материаллари билан яқиндан таништириш.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Спорт иншоотларидан фойдаланишни ташкил этиш усулларини билишлари ва тадбиқ этишни билишлари керак.</li> <li>• Спорт майдонларини конструкциялаш асосларини ўрганишлари ва уларни лойиҳалаштиришни билишлари керак.</li> <li>• Спорт иншоотларини қуриш учун ишлатиладиган қурилиш материалларини яқиндан билишлари ва уларни ишлатиш усулларини билишлари керак.</li> </ul>

## Мавзу бўйича ўрганиладиган ўқув саволлар

- 1. Спорт иншоотларидан фойдаланишни ташкил этиш.
- 2. Спорт майдонларини конструкциялаш.
- 3. Спорт иншоотлари учун ишлатиладиган қурилиш материаллари.

Ҳар бир маъруза ва амалий машғулот учун 3-дан 5 баҳогача қўйилади.

- «аъло»
- «яхши»
- «қониқарли»
- «қониқарсиз»

## СПОРТ ИНШООТЛАРИДАН ФОЙДАЛАНИШНИ ТАШКИЛ ЭТИШ АСОСЛАРИ

✘ Спорт иншоотлари фаолиятини режалаштириш ишлари бир йил муддатга (ёзги, қишки) спорт сезонига мўлжалланиб тузилади. Қаттиқ қиш бўладиган жойларда ёзги сезон апрелдан бошлаб, қишки сезон эса октябр-ноябрдан режалаштирилади. Қаттиқ қиш бўлмайдиган жойларда декабр-январ баҳор сезонига спорт иншоотларини ишларига ўтиш даври деб ҳисобланади. Спорт иншоотларнинг жорий режаси аввал жисмоний тарбия жамоасида, касаба уюшма қўмитасида ва юқори спорт ташкилотларида тасдиқланади. Бундан ташқари, жорий режалаштиришнинг бир бўлими бўлмиш молия режаси керакли мутасадди молия ташкилотларида тасдиқланади.

## СПОРТ ИНШООТЛАРИДАН ФОЙДАЛАНИШНИ ТАШКИЛ ЭТИШ АСОСЛАРИ

Спорт иншоотларининг жорий режалаштириш ишлари иншоотларнинг функционал фаолиятини ўз зиммасига олади.

- ✗ ташкилий ишлар,
- ✗ ўқув спорт ишлари,
- ✗ спорт тадбирлар ўтказиш,
- ✗ молия масалаларни ечиш,
- ✗ жисмоний тарбия ва спортни оммавийлаштириш,
- ✗ таъмирлаш-қурилиш ишларини олиб бориш,
- ✗ тиббий хизмат кўрсатиш ва техника хавфсизлигини ташкил этиш,
- ✗ моддий техника билан таъминлашлар киради.

## СПОРТ ИНШООТЛАРИДАН ФОЙДАЛАНИШНИ ТАШКИЛ ЭТИШ АСОСЛАРИ

- ✗ Режанинг ҳар бир бўлими спорт иншоотлари фаолиятидаги ривож, тўғри эксплуатация, моддий фаолиятига кўра масалаларни ечиши лозим.
- ✗ Ташкилий ишлар бўлими иншоотларнинг баъзи бир қисмларининг режасини ҳамда йўриқнома ва қонунларни тузишни, иншоотларга қарашли органларни ташкил этишни ўз зиммасига олади.
- ✗ Ўқув-спорт ишлари бўлими спорт турлари, жумладан умумий жисмоний тайёргарлик, сузиш, коньки учиш, чанғи учиш бўйича спорт секциялар ташкил этишни ўзига мужассам этади.



## СПОРТ ИНШООТЛАРИДАН ФОЙДАЛАНИШНИ ТАШКИЛ ЭТИШ АСОСЛАРИ

- ✦ Бу ишлар маълум бир вақтга режалаштирилади, ўқув машғулотлар сеткаси (кун, ҳафта, ўн кунлик ёки ойлик бўйича) бўлади. Маълум бир иншоотларда тахсил кўраётган гуруҳлар соатлар юкмасига қараб спорт иншоотларнинг юклама жадвали деб юритилади. Спорт иншоотлари ҳафталик жадвали энг кўп тарқалган. Спорт иншоотлари комплексида баъзи-бир спорт иншоотлар жадваллари спорт турлари бўйича умумий бир дарс жадвалига келтирилади.

## СПОРТ ИНШООТЛАРИДАН ФОЙДАЛАНИШНИ ТАШКИЛ ЭТИШ АСОСЛАРИ

- ✦ Юклама жадваллари ва дарс жадваллари ҳамма кирадиган ва яққол кўринадиган жойларга осилади.
- ✦ «Спорт тадбирлари» бўлимидаги режа ўз зиммасига ҳамма спорт мусобақалар тақвими режасини олади ва мавсум ёки жорий ойга тузилиб, у ҳам кўринадиган жойга осилади.

## СПОРТ МАЙДОНЛАРИНИ КОНСТРУКЦИЯЛАШ.

СПОРТ ИНШООТЛАРИ НАЗАРИЯСИ. Спорт майдонларининг ориентация ва конструкцияси ҳамда ўлчамлари.

✳ Ўйин майдонлари кенглигини аниқлашда уларнинг ўйин ва қурилиш майдони ўлчамларини билиш зарур. Ўйин майдони ўлчами ўйин қоидалари асосида белгиланади. Қурилиш ўлчамлари эса, хавфсизлик зоналари ҳисобига кўра ўйин майдонига нисбатан каттароқ бўлади. 1-жадвалда ўйин майдонларининг асосий ва қурилиши мумкин бўлган ўлчамлари берилган.

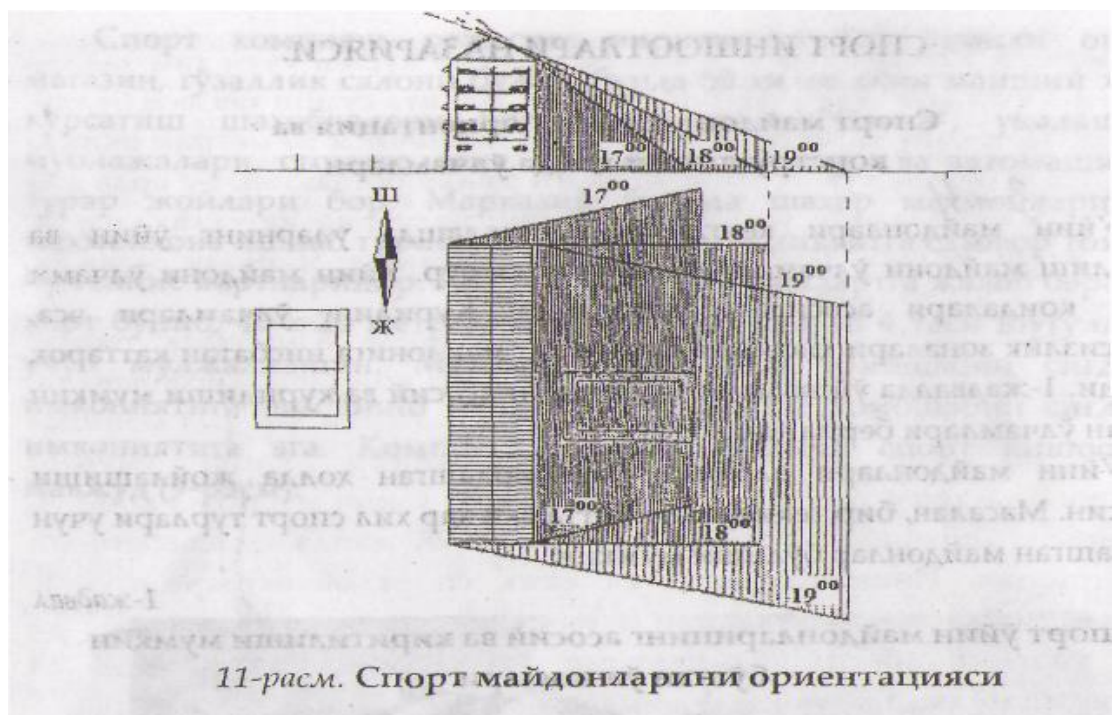
✳ Ўйин майдонлари алоҳида ёки бирлашган ҳолда жойлашиши мумкин. Масалан, бир текисликда битта ёки ҳар хил спорт турлари учун бирлашган майдонлар бўлиши мумкин.

1-жадвал

Спорт ўйин майдонларининг асосий ва қурилиши мумкин бўлган ўлчамлари

Спорт тури бўйича ўйин майдонлари	Ўйин майдонларининг ўлчамлари (м)				Осонлаштирилган қоида бўйича ўйин майдони ўлчами	
	ўйин		қурилиш		узунлиги	эни
	узунлиги	эни	узунлиги	эни		
Баскетбол	28	15			26	14
Волейбол	18	9	24	15	15	7,5
Қўл тўши	40	20	44	23	36	18
Бадминтон	13,4	6,1	15	8	12	5
Теннис			40	20	36	18
Футбол	90	60	98	64	60	40
а) қоида бўйича	110	75	118	79	75	50
б) спорт ядро лойиҳаси тип бўйича	104	69				

Спорт майдонлар қурилишида шуни кўзда тутиш керакки, ўйин вақтида қуёш ён томондан тушиши лозим (унинг ўрта чизиғи бўйлаб).



Шунга мувофиқ, асосан кечки пайт фойдаланиладиган майдонлар қурилишида меридиан чизиғи эътиборга олинб, яъни уларнинг бўй ўқи шимолдан жанубга томон тортилган бўлиб, мумкин бўлган оғиши  $15^\circ$  бўлади. Агар спорт ўйинлари бир тури учун бир неча майдон жойлаштириш зарур бўлса, унда ҳеч бўлмаганда, уларнинг учтасидан биттаси экватор чизиғи эътиборга олинган ҳолда қурилади.

Юқори қаватли уйлар бўлган туманларда майдонларни уйларнинг шарқ томонига ва экватор чизиғи кўзда тутилиб қурилиши мақсадга мувофиқ бўлади. Шу мақсадда қурилган иншоотларда қуёш кеч пайтда ва кундузи ўтадиган ўйинларда ҳам ҳалақит қилмайди.

Волейбол ва теннис майдонлари қурилишида ўрта чизиқдан юза чизиғи томонга нишаб қилинади. Баскетбол ва қўл тўпи учун майдонларни режалаштиришда ўрта бўйлама ўқидан ён чизиғи томон икки нишабли қилинади. Аммо спорт майдонларини жойлаштириш билан боғлиқ ҳолда ерни рельефига қараб вертикал режалаштиришни ўзгартирилиши мумкин (2-жадвал).

Вертикал режалаштириш. Спорт майдони асоси учун ернинг нотекислигидан максимал фойдаланилган ҳолда керакли қиялик танланади (12-расм). Ернинг рельефини ҳисобга олган ҳолда спорт майдонларини қуришнинг бир нечта варианты берилган.

**Спорт майдонларини қоплама конструкциясига  
қараб сиртини нишаб катталиклари**

Спорт турлари бўйича спорт майдончалар	Қоплама турлари	Максимал нишаблик	
		узунаси	кўндаланг
Бадминтон ва волейбол	Сув ўтказувчан	0,005	-
	Сув ўтказмайдиган	-	0,004
	Тахта қопламали	0,000	0,000
Баскетбол	Сув ўтказувчан	0,005	-
	Сув ўтказмайдиган	0,000	0,000
	Тахта қопламали	0,000	0,000
Қул тўпи	Майсазор	0,006	-
	Сув ўтказувчан	-	0,008
	Сув ўтказмайдиган	0,005	-
	Тахта қопламали	-	0,006
Теннис	Майсазор	0,000	0,000
	Сув ўтказувчан	0,000	0,000
	Сув ўтказмайдиган	0,004	-
	Тахтали	-	0,008
	Тахтали	0,002	-
Стул тенниси	Сув ўтказувчан	-	0,006
	Сув ўтказмайдиган	0,000	0,000
	Асфальтли	0,000	0,000
	Тахта қопламали	0,000	0,000

Вариант "б" жуда кўп иш кучи талаб қилади, чунки ер қовлаш ишлари ҳажми катта.

Вариант "в" қулай деб ҳисобланади. Лекин "в" вариантида волейбол майдони пастиқда жойлашганлиги сабабли захоб сувларини тушуши учун дренаж системаси ишончли бўлиши керак. Ишни бошланишида вертикал планировкадаги ишлар қандай олиб борилиши аниқланади, олдин ер қазил ишларини картограммаси тузилади ва қурилиш майдонлари квадратларга бўлиниб (2x2 ёки 3x3 метр) иш кўрилади.

Қозиклар ёрдамида режа ипи тортилиб ер текисланади.

Майдон қопламаларининг конструкцияси куйидагича бўлади:

- 1.Текис, зич ва эластик бўлиши шарт, чунки коптокни сакраши таъминланиши, сувни яхши шимадиган ва намликни ичида сақлайдиган бўлиши керак;
- 2.Об-ҳаво таъсирига чидамли бўлиши керак;
- 3.Иқтисодий томондан ижобий бўлиши керак.

Махсус қопламали майдонлар конструкцияси гидрогеологик ва об-ҳаво шароитлари билан узвий боғлиқ. Сувни ёмон ўтказадиган тупроқли ва соз тупроқли ерлар нобоб қопламаларга киради. Бу турдаги қопламаларни устидан шағал ётқизилади. Сувни яхши ўтказадиган қопламалар қум устидан ётқизилади ва майдончаларининг конструкциясини содалаштириш мақсадида пастки қатламлари қалинлиги камайтиради ёки бир қатлам қилинади. Майдон-чаларда сув тўпланиб қолмаслиги учун сатҳини нишабли ва майдон атрофи бўйича ариқчалар қовланган бўлади. Сувни яхши ўтказадиган қопламалар сунъий ёки табиий қопламалардан тайёрланади.

1/2. Сув шимувчан махсус қоплама аралашмаларнинг таркиби

Хом ашёлар	Аралашма гуруҳи						
	1 чи	2 чи	3 чи	4 чи	5 чи	6 чи	7 чи
1. Янчилган ғишт ва сопол аралашма	90-85	65-70	60	70	40	-	-
2. Ўртача майдаликдаги қум	-	5-10	5	-	-	40-50	10-15
3. Қурилиш чиқиндилари	-	-	-	-	-	-	50-60
4. Кукунсимон лой тупроқ	10-15	-	5	10	-	10-15	-
5. Соғ тупроқ	-	20-25	-	-	-	-	-
6. Ёғли-ўсимаик тупроғи	-	-	-	-	-	40-45	20-30
7. Оҳактош	-	5-10	-	-	-	-	-
8. Янчилган оҳактош	-	-	20	60	-	-	-

Асфальтли, асфальт-резинали ва битум қопламларнинг тузилиши.  
Асфальтли қопламлар юқори малакали спортчиларнинг машғулотлари

30

## СПОРТ ИНШООТЛАРИ УЧУН ИШЛАТИЛАДИГАН ҚУРИЛИШ МАТЕРИАЛЛАРИ

- ✘ Асфальтли қопламлар юқори малакали спортчиларнинг машғулотлари мунтазам равишда ўтказилмайдиган спорт майдонларида муваффақиятли ишлатилади. Асфальт-резинали ва резина-битумли қопламларнинг таранглик қобилияти уларни машғулот ва мусобақа ўтказиш майдонларида ишлатишга имкон беради. Бу қопламлар техник хавфсизлик
- ✘ қоидаларига қатъий риоя қилиши талаб этувчи иссиқлик усули билан
- ✘ тайёрланади. Асфальт ва резина-битум қоришмаси асфальт заводларида

## СПОРТ ИНШООТЛАРИ УЧУН ИШЛАТИЛАДИГАН ҚУРИЛИШ МАТЕРИАЛЛАРИ

- ✘ Совуқ қоришмани ётқизиб, шиббалаш қийин, шу муносабат билан ётқизиладиган асфальт аралашма ҳарорати  $120^{\circ}$  дан кам бўлмаслиги, резино-битум ва асфальт-резина аралашма ҳарорати эса  $140^{\circ}$  дан кам бўлмаслиги керак. Қопламларни шиббалаш тахминан уч тонна келадиган махсус ғилдирак билан бажарилади. Битум паста асосли арашмали қопламлар ўзининг таркиби жиҳатидан резино-битум аралашмага яқин, лекин улар совуқ усул билан тайёрланади. шунинг учун ўз кучи билан қуриладиган (мустақил) қурилишларда ишлатилади. Битум паста асосли қоришмани махсус тупроқди аралашма сингари ётқизилади.

## МАВЗУ БЎЙИЧА ТАЛАБАЛАРДА ЮЗАГА КЕЛГАН САВОЛЛАРГА ЖАВОБ БЕРИШ ЯКУНЛОВЧИ ХУЛОСА ҚИЛИШ.

- ✘ Машгулотнинг якуний қисмидаги тадбирларни утказиш.

- ✘ - берилган саволларга жавоб бериш,
- ✘ - талабалар фаолиятини баҳолаш,
- ✘ - синов саволларини бериш,
- ✘ - талабалар билимига ва жавобларига изоҳлар бериш,
- ✘ - интерфаол методларни қулмаш.



## «Чархпалак» - интерфаол машқ

Спорт иншоотларидан фойдаланишни ташкил этилишига, спорт майдонларининг конструкцияларига ва қурилиш материалларига тавсиф беринг

№	Спорт иншоотларидан фойдаланишни ташкил этилиши	спорт майдонларининг конструкциялари	Сув шимадиган қурилиш материалларига	Сув шиммайдиган қурилиш материалларига
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				

## ФСМУ - интерфаол машқ

Ф - фикрингизни баён этинг: ...

С - фикрингиз баёнига бирорта сабаб кўрсатинг: ...

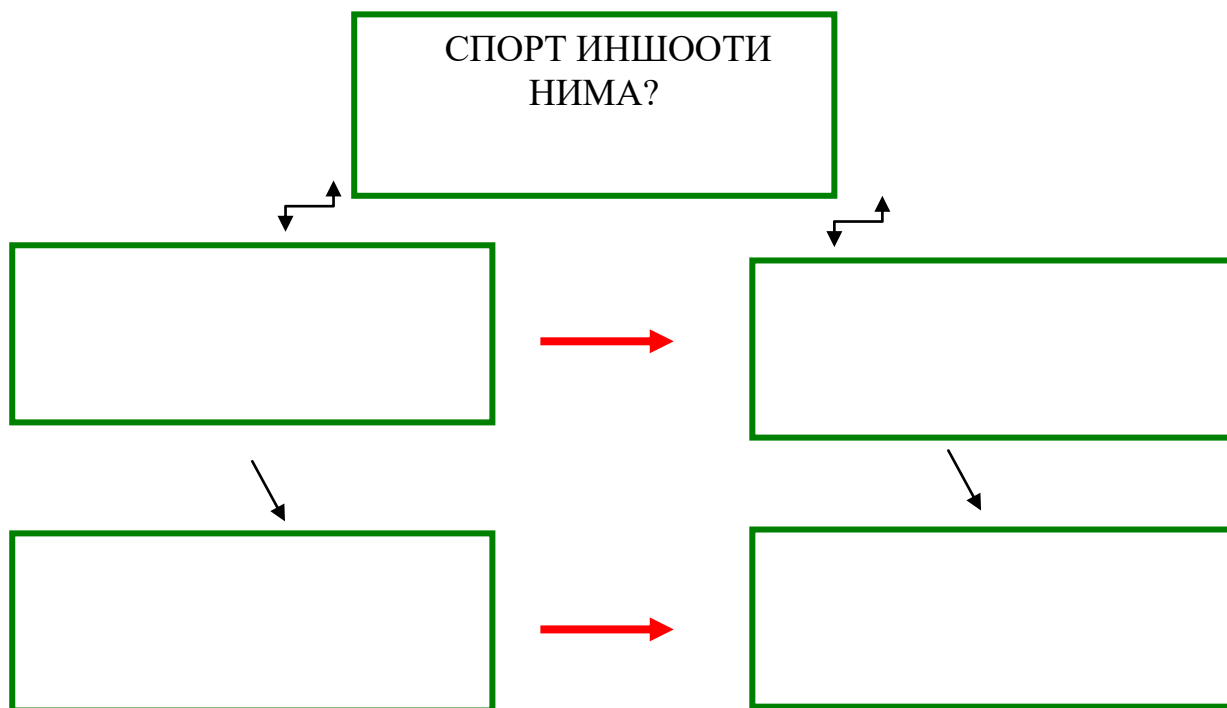
М - кўрсатилган сабабни тушунтирувчи мисол келтиринг: ...

У - фикрингизни умумлаштиринг: ...

## Инноватцион услуб: “БББ”

БИЛАМАН	БИЛИШНИ ХОҲЛАЙМАН	БИЛДИМ

“НИМА ?” ОРГАНАЙЗЕРИ



Тўсатдан ман этиш технологияси

"Қойилмисан"  
Аргумент  
хужум

"Бекор гап"  
контр. аргумент  
қайта хужум

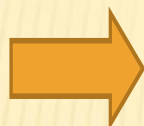
Мустаҳкам қурилиш материаллари ва  
мустаҳкам бўлмаган қурилиш материаллари

1			
2			

3			
4			

Мустақил

иш



✘ Ўзбекистон Давлат жисмоний тарбия ва спорт университетда тайёрланган «СПОРТ ИНШООТЛАРИ» номли ўқув кўланмани 76 – 92 бетларидаги мавзу бўйича ўқув материаллари мазмунини ўрганиб келиш. Тарқатма материаллар устида ишлаш.

ШУ ЕРГА ЧИҚДИ

## АМАЛИЙ МАШҒУЛОТНИНГ ТАЪЛИМ ТЕХНОЛОГИЯСИ

6-10  
Мавзу

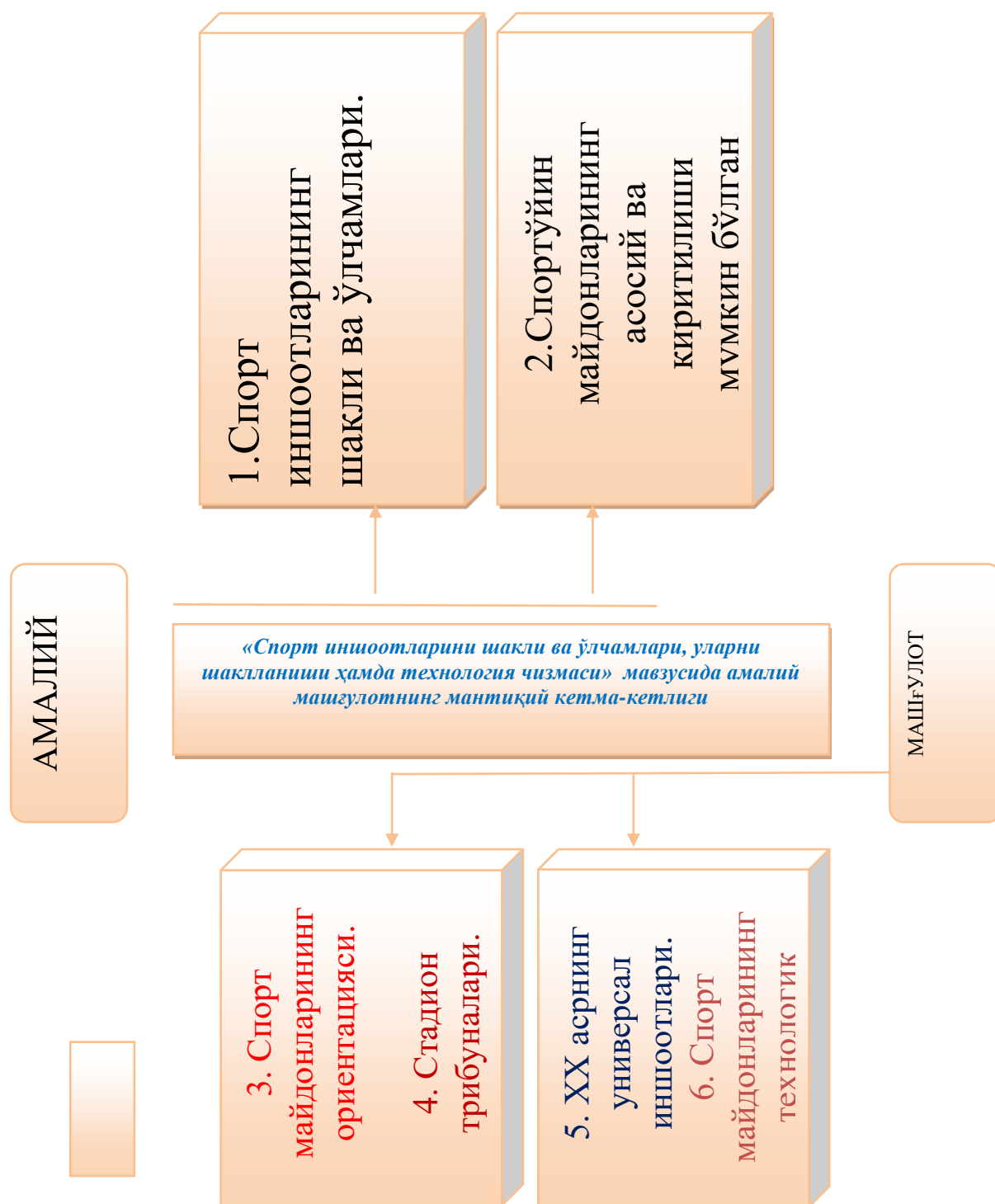
“Баскетбол ўйин майдони волейбол ўйин майдони, футбол ўйин майдони, кўл тўпи ўйин майдон, катта теннис ўйин майдони ўлчамлари ва енгил атлетика учун очик спорт иншооти, гимнастик шаҳарчаси, сузиш сув ҳавзаси (очик ва ёпик) ўлчамлари

### 1.1. Таълим бериш технологиясининг модели

Машғулот вақти- 10 соат	Талабалар сони:25 тадан	
Машғулот шакли	Амалий иш бажариш, чизмалар чизиш, лойиҳалаштириш	
Машғулот режаси	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Баскетбол ўйин майдони волейбол ўйин майдони.</li> <li>2. Футбол ўйин майдони, кўл тўпи ўйин майдони.</li> <li>3. Катта теннис ўйин майдони ўлчамлари.</li> <li>4. Енгил атлетика учун очик спорт иншооти.</li> <li>5. Гимнастик шаҳарчаси, сузиш сув ҳавзаси (очик ва ёпик) ўлчамлари</li> </ol>	
Ўқув машғулотининг мақсади: Спорт иншоотларини шакл ва ўлчамларини ўргатиш. Спорт иншоотларини технологик чизмалари бўйича малакаларга эга қилиш.		
<p style="text-align: center;">Педагогик вазифалар:</p> <p>Ўқув машғулотини мақсади ва вазифалари, ўтиладиган машғулотнинг мантиқий кетма-кетлигини чизма ёрдамида шархлаш. Спорт иншоотларининг шакли ва ўлчамлари ўргатиш, кўрсатиш. Спорт ўйин майдонларининг асосий ва киритилиши мумкин бўлган ўлчамларини кўрсатиш аниқлаш, ёздирish. Спорт майдонларининг ориентатсияси бўйича амалий иш ўргатиш. Стадион трибуналари. XX асрнинг универсал иншоотларини томоша қилдириш. Спорт майдонларининг технологик чизмаларини кўрсатиш, чиздириш.</p>	<p style="text-align: center;">Ўқув фаолияти натижалари:</p> <p>Ўқув машғулотини мақсади ва вазифалари, ўтиладиган машғулотнинг мантиқий кетма-кетлигини чизма ёрдамида шархлашни ва изоҳлай олиш. Спорт иншоотларининг шакли ва ўлчамларини билиш ва чиза олиш. Спорт ўйин майдонларининг асосий ва киритилиши мумкин бўлган ўлчамларни билиш. Спорт майдонларининг ориентатсиясини тўғри олишни билиш Стадион трибуналари ҳақида барча маълумотларга эга қилиш. XX асрнинг универсал иншоотлари ҳақида билиш. Спорт майдонларининг технологик чизмаларини чиза олиш.</p>	
Таълим бериш усуллари	Кўргазмали, амалий иш,	
Таълим бериш шакллари	Индивидуал, гуруҳли	
Таълим бериш воситалари	Ўқув қўлланма, проектор, макет, спорт иншоотлари макетлари, чизмалари, лойиҳалари.	
Таълим бериш шароити	ЎТВ билан ишлашга мослаштирилган аудитория, спорт иншоотлари макетлари, чизмалари, лойиҳалари.	
Мониторинг ва баҳолаш	Мустақил иш бажариш, лойиҳалаштириш, технологик чизмалар чизиш.	

1.2. «Спорт иншоотларининг технологик чизмаси ва ўлчамлари» мавзусида амалий машғулотнинг “Баскетбол ўйин майдони волейбол ўйин майдони, футбол ўйин майдони, кўл тўпи ўйин майдон, катта теннис ўйин майдони ўлчамлари ва енгил атлетика учун очиқ спорт иншооти, гимнастик шаҳарчаси, сузиш сув ҳавзаси (очиқ ва ёпик) ўлчамлари мавзусининг технологик харитаси

Иш босқичлари ва вақти	Фаолият мазмуни	
	Таълим берувчи	Таълим олувчилар
Тайёргарлик босқичи. (бир неча кун аввал)	1. Мавзу бўйича ўқув мазмуни тайёрлаш. 2. Амалий машғулотнинг тақдимот слайдаларини тайёрлаш. 3. Талабалар фаолиятини баҳолаш мезонларини талабаларга эълон қилиш. 4. Ўқув материалларни ўрганишда фойдаланиладиган адабиётлар рўйхатини ишлаб чиқиш, ўрганиш ва ҳ.к. 5. Машғулотни амалий тарзда ўтказишни таъминлайдиган барча восита ва моддий таъминотни хозирлаш.	Имкон қадар ушбу тайёргарлик жараёнига иштирок этадилар.
1-босқич Мавзуга кириш	1.1. Ўқув машғулотини мақсади ва вазифалари, ўтиладиган машғулотнинг мантикий кетма-кетлигини чизма ёрдамида шарҳлаб бериш (1-илова). 1.2. Талабаларни ўқув фаолияти натижалари билан таништиради (2-илова). 1.3. Талабаларга баҳолаш мезонлари маълум қилади. (3-илова). 1.4. Талабалар фаолиятини фаоллаштириш мақсадида саволлар беради (4-илова).	Тинглайдилар. Тинглайдилар Талабалар берилган саволларга жавоб берадилар. Саволлар билан мувожаз қиладилар.
2-босқич Асосий босқич (56 дақиқа)	2.1. Спорт иншоотларининг шакли ва ўлчамлари ўргатиш, кўрсатиш (5-илова). 2.2. Спорт ўйин майдонларининг асосий ва киритилиши мумкин бўлган ўлчамларини кўрсатиш аниқлаш, ёздирдиш. 2.3. Спорт майдонларининг ориентацияси бўйича амалий иш ўргатиш. 2.4. Стадион трибуналари. 2.5. XX асрнинг универсал иншоотларини кўрсатиш. 2.6. Спорт майдонларининг технологик чизмаларини кўрсатиш, чиздириш.	Тинглайдилар, ёзадилар. Талабалар берилган саволларга жавоб берадилар. Чизадилар. Тинглайдилар, ёзадилар. Чизадилар.
3. Яқуний босқич (10 дақиқа)	3.1. Мавзу бўйича талабаларда юзага келган саволларга жавоб беради, яқунловчи хулоса қилади. 3.2. «Балиқ скелети» схемаси, «Нима учун» организаери, «Қандай» диаграммаси. (6-илова). 3.3. Мустақил ишлаш учун «СПОРТ ИНШОТЛАРИ» номли ўқув қўланмани 27-74 бетларидаги мавзу ўқув материаллари мазмунини ўрганиб келишлари ва чизмаларини чизиш	Саволлар берадилар. Вазифани ёзиб оладилар.





## Кўргазмали материаллар

### 1.2. «Спорт иншоотларини шакли ва ўлчамлари, уларни шаклланиши ҳамда технология чизмаси» мавзусида амалий машғулотнинг



**Амалий машғулот мавзуси:** «Спорт иншоотларини шакли ва ўлчамлари, уларни шаклланиши ҳамда технология чизмаси»

**Машғулот мақсади:** «Спорт иншоотларининг шакли ва ўлчамлари, уларни шаклланиши ҳамда технологик чизмалари» тўғрисидаги маълумотларни талабаларга чуқурроқ етказиш ва уларнинг айримларини талабаларнинг бевосита иштирокида лойиҳа чизмаларини чизиш.



### **Ўқув фаолияти натижалари:**

Ўқув машғулоти мақсади ва вазифалари, ўтиладиган машғулотнинг мантиқий кетма-кетлигини чизма ёрдамида шархлашни ва изоҳлай олиш.

- Спорт иншоотларининг шакли ва ўлчамларини билиш ва чиза олиш.
- Спорт ўйин майдонларининг асосий ва киритилиши мумкин бўлган ўлчамларни билиш.
- Спорт майдонларининг ориентатсиясини тўғри олишни билиш
- Стадион трибуналари хақида барча маълумотларга эга қилиш.
- XX асрнинг универсал иншоотлари хақида билиш.
- Спорт майдонларининг технологик чизмаларини чиза олиш.

### **Мазкур амалий машғулот учун 3 дан 5 баҳогача қўйилади.**

5 - «аъло»

4 - «яхши»

3 - «кониқарли»

2 - «кониқарсиз»

### **Ўқув курсини ўрганишда фойдаланиладиган адабиётлар рўйхати: Асосий дарслик ва ўқув қўлланмалар**

1. Султанова М.М, Янченко Н.В Спорт иншоотлари назарияси, шакли ва ўлчамлари Тошкент 1994 й.
2. Нурмухамедов К.И, Филатов Б.М Ценообразование на спортивных сооружениях в условиях перехода к рыночной экономике. Ташкент 1992 г
3. «Кадрлар тайёрлаш миллий дастури» 1997 й.
4. Ўзбекистон Республикасининг «Жисмоний тарбия ва спорт тўғрисида» ги Қонуни 1992 й.

### **Қўшимча адабиётлар**

1. Белов Ю.М «Олимпийские стадионы: их роль и значение как система образующих факторов Олимпийского движения и феномена урбанизма XX века» 2001 г.
2. Воронов. Б.Л, Кузьмичев Е.В «Формирование семи физкультурно – спортивных сооружений с учётом атмосферной экологии» 2002 г.
3. Корбут В.И и др. Оказание услуг по физической культуре и спорту населению на спортивных сооружениях в условиях рынка из опыта РСТО «Пахтакор», «Буревестник», гребная база УзГосИФК. Ташкент 1992 г.
4. [www.спорт-атлет.com](http://www.спорт-атлет.com)
5. [www.euroспорт.ru/атлетисс](http://www.euroспорт.ru/атлетисс)
6. [def.кондопога.ru](http://def.кондопога.ru)

## Жонлантириш учун саволлар:

1. Спорт иншоотларидан қайси бири хақида кўпроқ маълумотга эгасиз ва билганларингизни айтиб беринг.
2. Спорт майдонларини қурилишидан аввал қандай масалаларни инобатга олиш керак.
3. Стадион трибуналарини кўрганмисиз, трибуналар тўғрисида гапириб беринг.
4. XX асрнинг универсал иншоотлари деганда қандай тасаввурга эгасиз?
5. Спорт иншоотларининг шаҳар ва қишлоқларда қурилиши учун асос бўладиган меърий ҳужжатлар деганда нимани тушунасиз?

## Мавзу бўйича ўқув материаллари:

## 1. Спорт иншоотларининг шакли ва ўлчамлари.

Спорт иншоотлари-бу махсус қурилган ва ўз фаолиятида кўпқиррали маданий ва спорт тадбирлари ва анжуманлари ўтказиладиган маскандир. Замонавий тасаввурда спорт иншоотлари деганда ўқув машғулотлар, турли қишки ва ёзги спорт турлари бўйича мусобақалар учун мўлжалланган ҳар хил иншоотлар комплекси тушунилади. Комплексининг асосий иншооти стадиондир, яъни томашабинлар учун мўлжалланган трибуна асосий спорт аренаси. Томошабинларнинг сони ҳамда уларга хизмат кўрсатувчиларга, мусобақалар, спорт машғулотларининг турлари ва характериға кўра стадионларнинг турлари белгиланади.

Замонавий стадионларнинг спорт аренаси босқичма-босқич шаклланиши жараёнида тузилишиға нисбатан таркиби ва ўлчамлари жиҳатидан юқори даражада такомиллашди. Бундай стадионлар стандарт ўлчамли радиуси 36 м бўлган ва 400 м масофаға югуриш йўлкаси билан ўралган футбол майдонидан (104x69 метр) ҳамда енгил атлетика учун мўлжалланган секторлардан ташкил топган.

Стадионда томошабинлар сифимиға кўра трибуналар спорт аренасининг бир ёки икки томонида жойлашади. Улар тақасимон, овал, эллипссимон ёки бошқа ёпиқ ҳалқасимон формада бўлиши мумкин

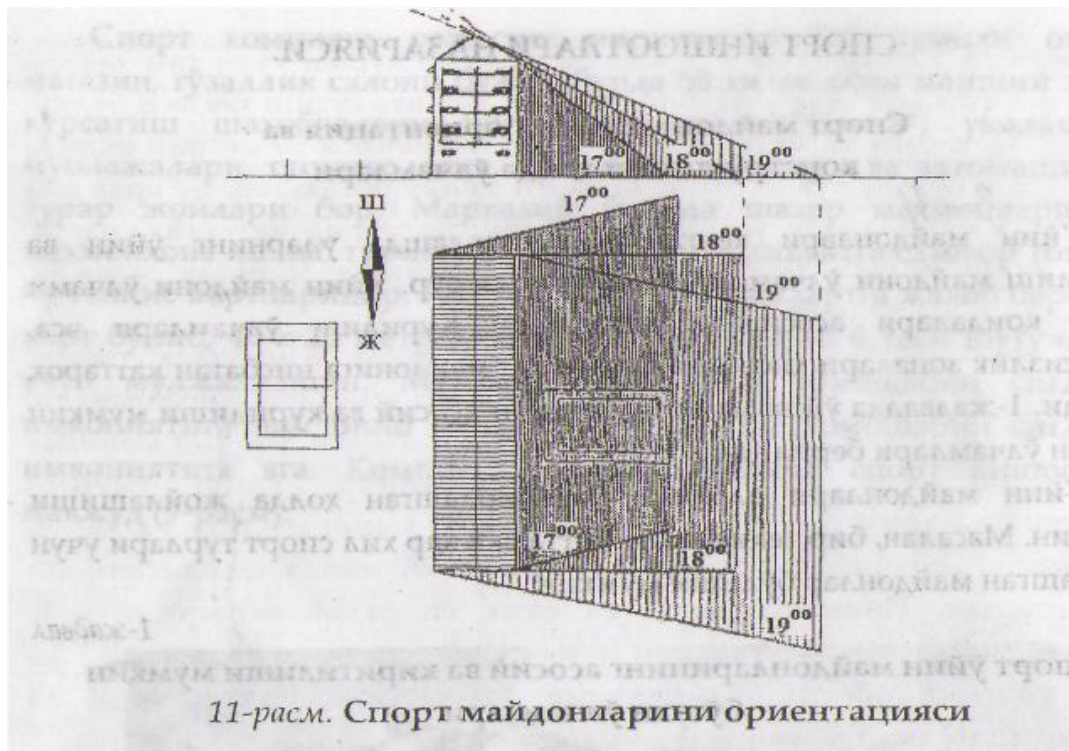
2. Спорт ўйин майдонларининг асосий ва киритилиши мумкин бўлган ўлчамлари.

Спорт ўйин майдонларининг асосий ва киритилиши мумкин бўлган ўлчамлари

Спорт тури бўйича ўйин майдонлари	Ўйин майдонларининг ўлчамлари (м)				Осонлаштирилган қоида бўйича ўйин майдони ўлчами	
	ўйин		қурилиш		узунлиги	эни
	узунлиги	эни	узунлиги	эни		
Баскетбол	28	15			26	14
Волейбол	18	9	24	15	15	7,5
Қўл тўши	40	20	44	23	36	18
Бадминтон	13,4	6,1	15	8	12	5
Теннис			40	20	36	18
Футбол	90	60	98	64	60	40
а) қоида бўйича	110	75	118	79	75	50
б) спорт ядро лойиҳаси типи бўйича	104	69				

Спорт майдонлар қурилишида шунинг кўзда тутиш керакки, ўйин вақтида қуёш ён томондан тушиши лозим (унинг ўрта чизиғи бўйлаб).

### 3. Спорт майдонларининг ориентацияси.



### Стадион трибуналари.

Трибуналар, кўп *холларда*, сгарт ареналари бош режаларида икки ён тарафдан овал кўринишида ёки овал кўринишида қурилади. Бунда футбол майдони 69x104 м, айланма югуриш йўлкаси узунлиги 400 м, футбол майдони ва чопиш йўлкаси орасида эса икки енгил атлетика сектори жойлашган бўлади. Катта стадионлардаги спорт ареналарида

енгил атлетика машғулотлари учун кўшимча югуриш йўлкасининг ташки чегаралари бўйлаб кўшимча майдончалар ташкил этидади.

Трибуналарнинг сифими стадионнинг қайси турга мўжалланганлигига қараб, 2.5 дан 100 метргача ўриндиқ ва тик туриш ўриндарига эга бўлади.

Спортчилар ва томошабинлар учун қуйидаги трибуна остида ёки алохида бинода хоналар ажратилади; спортчилар учун — вестибюль-грелка гардероби билан, кийим алмаштириш, душ ва туалет хоналари, массаж, тиббиёт хонаси, ҳакамлар инструкторлар учун хоналар, дам олиш хонаси, буфетлар, спорт анжомларини сақлаш хоналари ва бошқалар;

томошабинлар учун — касса, кулуар, ҳожатхона, буфет (ресторан), киоск ва бошқалар; маъмурий — хўжалик хоналари — бошқарув ва муҳофаза, анжомлар ва бошқалар.

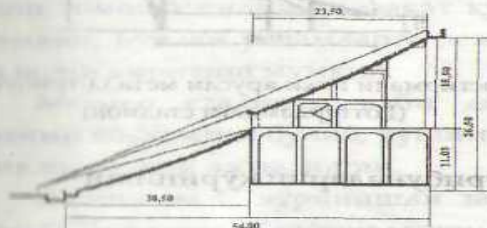
Ўтирганда ва турганда тўлиқ кўринишни таъминлаш усуллари (қирқим ва режада), трибуналарнинг тўлиши ва бўшашида (томошабин — одамларни эвакуатсия йўллари) уларнинг турли конструкциялардан ва материаллардан фойдаланилганлиги турли типдаги трибуналарни шаклланишига катта таъсир кўрсатади. Табиийки, трибуналарнинг қирқим характери стадионнинг умумий архитектуравий - фазовий композициясига катта таъсир кўрсатади.

Замонавий стадионларда бир қаватла трибуналарга нисбатан икки қаватли трибуналарни қўллаш одат тусига кирмоқда (13-расм).

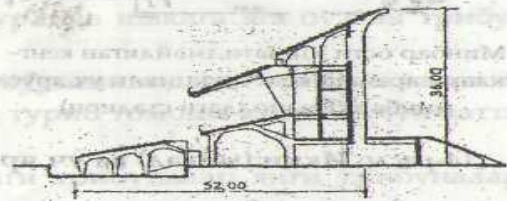
Икки қаватли қурилмалардан фойдаланиш томошабинлар қаторларининг спорт аренага яқинлашиши билан бирга, иккинчи қават биринчи қаватнинг ҳимоя ёпмаси кўринишида хизмат қилади ҳамда икки томонлама ёритилганликни ва шамоллатишни, шунингдек, иккинчи қават остида бир қатор кўшимча хоналарни лойиҳалаш имконини яратади. Бунда трибуналар остидаги хоналар нормал ўлчамларга эга бўлиб, хоналардаги одамлар эвакуатсиясини қулайлаштиради, бир қаватли трибуналар остидаги хоналарнинг нишаб шипларини тўғрлаш учун кетадиган материаллар иқтисод қилинади.

кулайлаштиради, бир қаватли трибуналар остидаги хоналарнинг нишаб шилларини тўғрилаш учун кетадиган материаллар иқтисод қилинади.

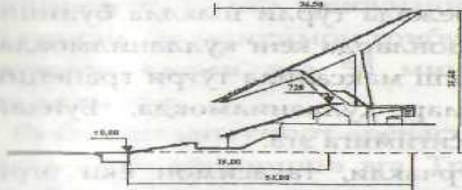
### Спорт ареналаридаги минбарлар турлари



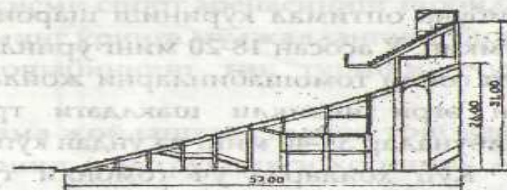
Трибуналар остидаги кенгликдан фойдаланиладиган аралаш конструкцияли бир ярусли минбар



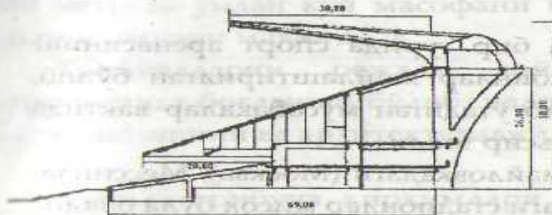
Минбар ости кенгликлари ишлатиладиган икки ярусли трибуна



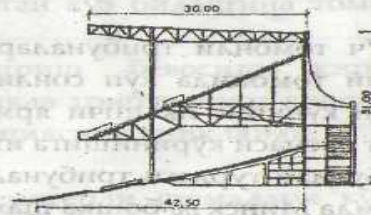
Минбар ости кенглигидан фойдаланиб бўлмайдиган аралаш конструкцияли икки ярусли минбар (Неаполдаги стадион)



Минбар ости кенгликларидан фойдаланиладиган икки ярусли темир бетон трибуна (АҚШ, Дайкадаги стадион)

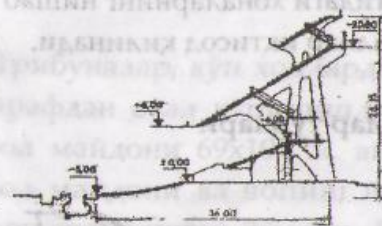


30 метрдан иборат соябонли икки ярусли аралаш конструкцияли минбар (Рио-де-жанеродаги стадион)

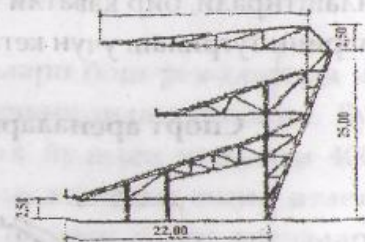


Босғирмали икки ярусли металл трибуна (Кливлендаги стадион)

### 13-расм. Бир ва икки ярусли трибуналарнинг кўриниши



Минбар ости ишлатилмайдиган кенгликлари аралаш конструкцияли уч ярусли минбар (Неаполдаги стадион)



Босғирмали икки ярусли металл трибуна (Роттердамдаги стадион)

### 14-расм. Икки (метал) ва уч ярусли трибуналарни кўриниши

Икки қаватли трибуналар арена тарафидан қаралганда, қаватлар орасидаги қуюқ соялик туфайли бой пластик кўринишига эга бўлади. Спорт аренасининг ғарбий томонида жойлашган тўғри бир томонли трибуна оптимал кўриниш шароитида режада турли шаклда бўлиши мумкин. У асосан 18-20 мингўринли стадионларда кенг қўлланилмоқда. Кўп сонли томошабинларни жойлаштириш мақсадида тўғри трапеция ёки эгри чизикли

шаклдаги трибуналар қўлланилмоқда. Бундай трибуналар 35-40 минг ва ўндан кўп ўрин сифимига эга.

Кўп ҳолларда уч томонли тўғри бурчакли, тақасимон ёки эгри чизиқли (овал шаклига яқинлашувчи) спорт аренасининг ён томонидан бўлинган трибуналар кенг тарқалмоқда.

Дюссельдорф (Германия), Ванкувер (Канада), Пасандене (Роуз-Боуль, Калифорния) шаҳарларидаги стадионлар бунга мисол бўла олади.

Уч томонли трибуналарнинг яна бир турида спорт аренасининг ғарбий томонида кўп сонли томошабинлар жойлаштирилган бўлиб, асосан куннинг иккинчи ярмида бўлиб ўтадиган мусобақалар вақтида спорт аренаси кўринишига ижобий таъсир этади.

Бундай турдаги трибуналарга Измайловкадаги (Москва), Мессиндаги ҳамда Минск ва бошқа шаҳарларидаги стадионлар мисол бўла олади.

Замонавий 100 минг ва ундан кўп ўринли стадионларда икки-уч қаватли, ёпиқ кўринишли трибуналар қўлланилмоқда. Бундай турдаги трибуналарнинг режадаги шакллари турлича: тўғри, ён томонлари қаварик, овал, доиравий ва бошқалар.

#### XX асрнинг универсал иншоотлари.

Универсал спорт иншоотлари спортнинг тараққий этиши натижасида ва йил давомида спорт турлари (гимнастика, енгил ва оғир атлетика, бокс, спорт ўйинлари, велопоёғалар, хоккей, конькида фигурали учиш ва бошқалар) бўйича ўқув-машқларини ва намоёиш ишларини олиб борилиши талаблари асосида пайдо бўлди ва кенг тарқалди. Универсал спорт заллари ўзгарувчан спорт аренасига, 10-15 минг томошабинга мўлжалланган трибунага, шунингдек, машғулот заллари вақуидагича тартибдаги томошабин ва спортчиларга хизмат кўрсатувчи хоналарга эга: кириш (томошабинлар учун) хоналарикалуарлар, буфет, киоск ва томошабинлар учун ҳожатхоналар; спортчилар учун хоналар-вестибюль гардероби билан, кийим

алмаштириш, душ ва ҳожатхоналари, кўрсатмалар бериш хоналари, массаж, тиббиёт қисми, ҳакамлар, дам олиш хоналари, буфетлар, услубиёт хоналари ва бошқалар; маъмурий-хўжалик-раҳбарият, хўжалик бўлими, кассалар, муҳофаза хонаси, ўқув бўлими, почта ва

бошқалар; ёрдамчи қўшимча хоналар-совитиш мосламалари учун, иситиш, шамоллатиш, трансформатор подстанцияси, устахоналар ва бошқалар; Бу бинонинг архитектуравий-режавий ва фазовий комбюзацияси асосида ҳажмий ўлчамлари содда ва ташқи кўринишдан аниқ ифодаланган тўғри тўртбурчак шаклдаги иншоот этади.

Бинодан ўлчамлари 30x61 м бўлган спорт аренаси 15000 ўринли трибуна, ўқув - машғулот спорт зали ва спортчиларга ҳамда томошабинларга хизмат кўрсатувчи хоналар жойлашпаи.

Спорт аренасидан турли мақсадларда фойдаланилади. Унда хоккей ўйинлари, гимнастика ва бокс бўйича мусобақалар, ўқув машғулотлар ёки сунъий муз устида фигурали учиш намоёишлари ўтказилади. Бокс мусобақаларида томошабинлар учун йиғма ўриндиклар ўрнатилиши билан томошабин сифими 17500 кишига этади.

Зал спортчилар ва томошабинлар учун барча турдаги замонавий жиҳозлар билан таъминланади. Трибуналарнинг тўлиши ва эвакуацияси биринчи қаватда зални ўраб турувчи вестибюль, иккинчи қаватда кулуарлар ёрдамида амалга оширилади. Трибуналарда суюнчиқли, ёндорсиз ўриндиклар ўрнатилган. Ўриндикнинг бир томошабин учун эни 40 см кўндаланг ўтиш йўлаклари орасидаги ўринлар сони 35-50 гача томошагоҳ қаторлари чуқурлиги 75 см. Йўлаклар орасидаги секцияларда 800 дан 1150 гача томошабин жойлашади. Эни 1,5 м бўлган эвакуация люкларига (ҳар 650 кишига) эвакуацияси ўтиш йўлагининг 1 погон метри тўғри келади. Залнинг баландлиги 18 метр, қурилиш кубатураси 248000 м<sup>3</sup>. Бино конструкцияси каркас, 6x6 м конструктив сеткали, йиғма темир-бетондан ташкил топган. Залнинг ёпма оралиғи 78 м бўлиб, металл фермалар асосида бажарилган.

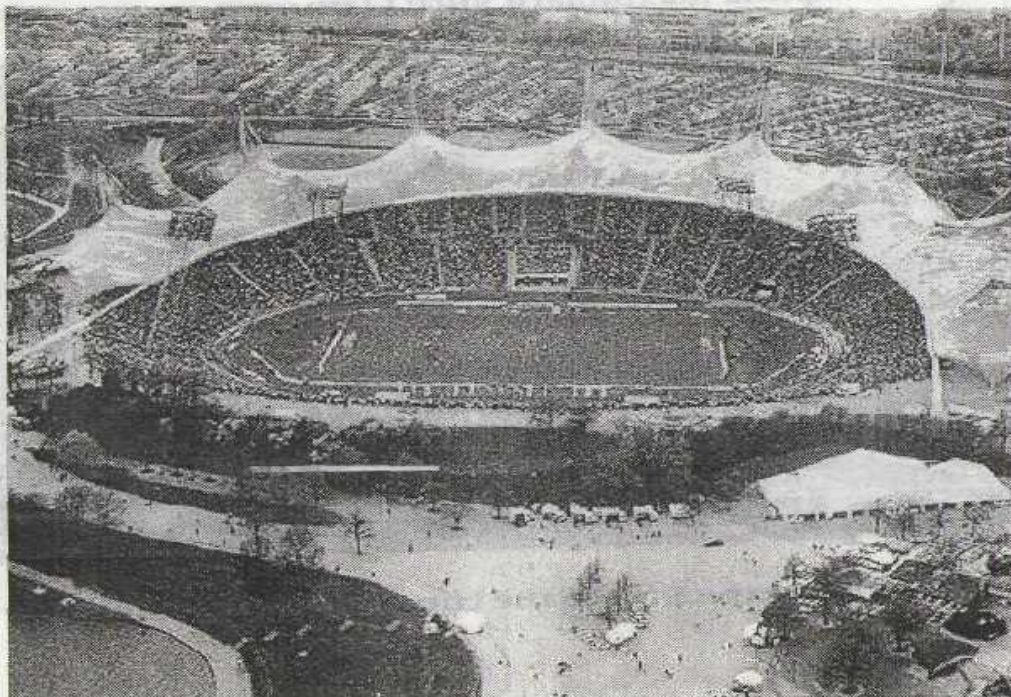
Мадриддаги спорт ўйинлари залининг шакли тўғри тўртбурчакли, асосий кириш фасаднинг олд қисмида жойлашган.

Аввалги схемалардан фарқли ўлароқ залнинг асосий қисми бу ерда олдинга туртиб чиққан ва қўшимча хоналар ясойлашган икки қисм билан бирикади. Томошабинлар уч қаватли театр кўринишида трибуналарда жойлашадилар. Зал ёпмасининг ўзига хослигини айтиб ўтиш жоиз, бунда ойнабанд икки қўшма қобик кўринишидаги ёйма бўйлама йўналиши бўйича ўзаро боғланган.

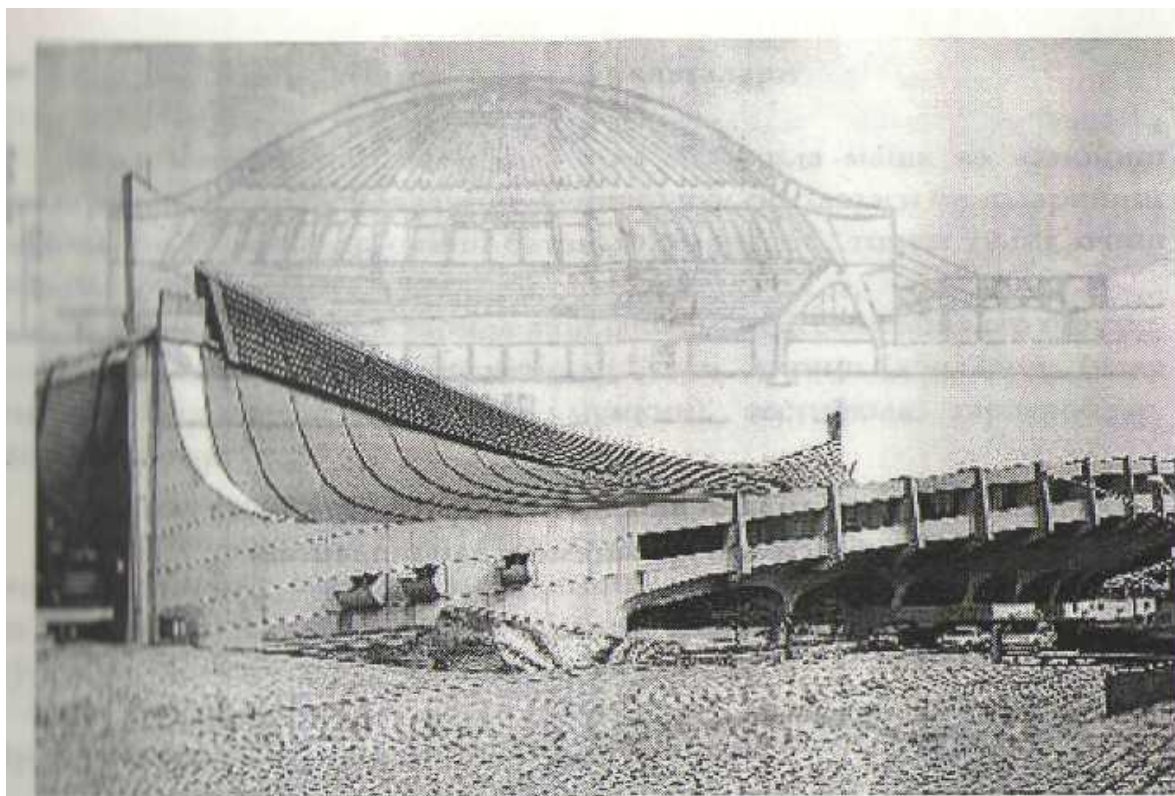
Қуйида бир нечта унниверсал спорт залларини кўриниши берилган (17-25-расмлар).



19-расм. Москвадаги «Локомотив» футбол стадиони.



20-расм. Москвадаги 1972 йилда қурилган Олимпия стадиони

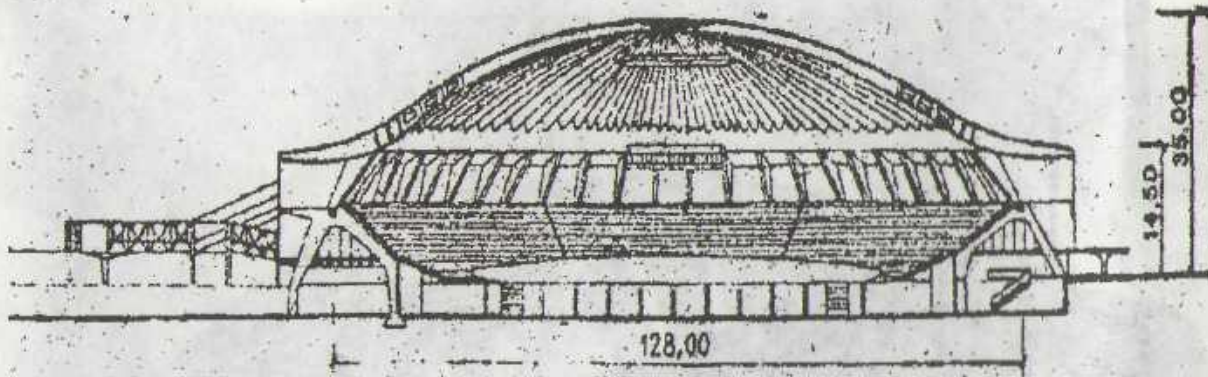


21-расм. Токиодаги 1964 йилда қурилган Олимпия спорт комплексининг кўриниши.

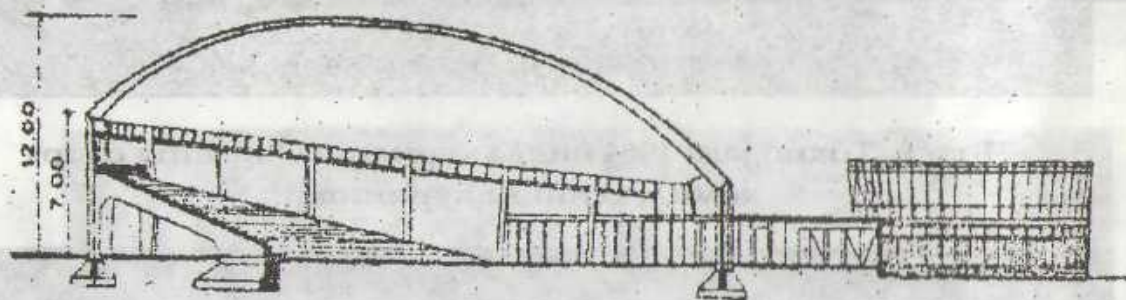


22-расм. Қайта таъмирланган Уэмбли стадиони

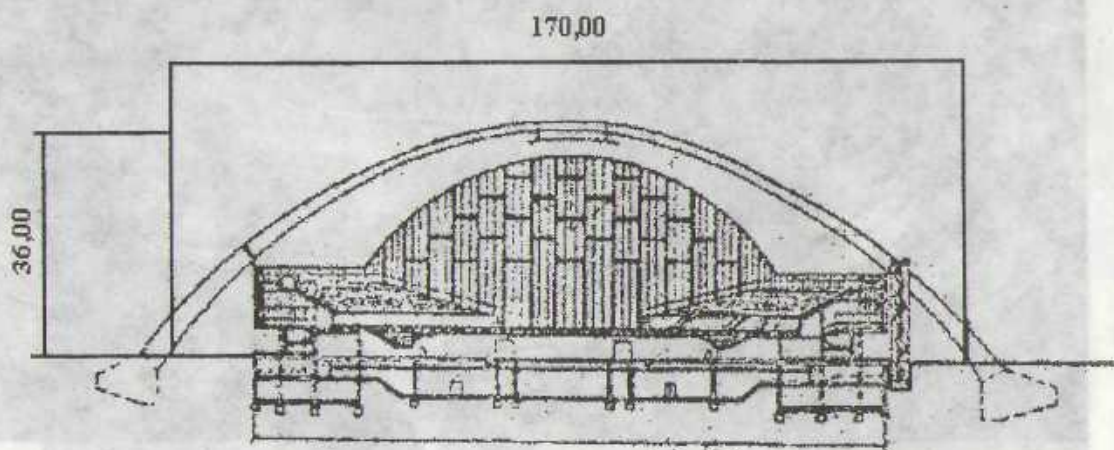




23-расм. Венадаги айлана шаклдаги спорт зали, конструкцияси гумбазсимон армацементдан ишланган.



24-расм. Мацуядаги (Япония) айлана шаклдаги спорт зал.



25-расм. Венадаги кагта спорт зал лойиҳаси

Республикамиздаги спорт сув ҳавзаларини лойиҳалаш ва қуриш амалиётида ўқув-машғулотлари ва мусобақалар ўтказишга мўлжалланган сув ҳавзалари кенг тарқалган. Бу турдаги биноларнинг кириш қисми қисқа ён томонда жойлашган. Тошкент шаҳри Собир Раҳимов туманидаги талабалар шаҳарчасидаги "Сув спорт саройи" 2007 йилда ишга туширилди (26-расм).



Кириш қисмининг бундай лойиҳаланиши залнинг бўйлама узунлиги бўйича хизмат кўрсатувчи хоналарни ратсионал жойлаштириш имконини бериб, аёллар ва эркекларнинг икки алоҳида йўналишда ҳаракатланишига эришилади. Бу композицион усул албатта шаҳар қурилиши талабларига ва қўшимча хоналарни жойлаштириш шартларига боғлиқ ҳолда фронтал ёки бошқа қурилмаларни инкор этмайди.

Қурилиш харажатларини камайтириш мақсадида спорт сув ҳавзаларини алоҳида биноларда ёки бошқа бинолар (ҳаммомлар, олий ўқув юртлари, мактаблар ва бошқалар) ичкарасида жойлаштириш мумкин.

Катта универсал 50x20 м ҳовуз, сакраш қурилмаси ва трамплини ҳамда 1000 ўринли трибунаси бўлган сув ҳавзасининг иқтисодий кўрсаткичлари қуйидагича; қайта қуриш майдони тахминан - 3000 м<sup>2</sup>, бино ҳажми - 40000 м<sup>3</sup> атрофида, кичик сув ҳавзасининг ҳовузи билан қурилиш майдони - 25x12 м ва тахминан 1000 м<sup>2</sup> бино ҳажми эса 15000 м<sup>3</sup> атрофида.

Сув ҳавзаси залининг ёпмасида асосан турли йиғма балка ёки аркали темир-конструкциялар қўлланилади; шунингдек, пластик темир-бетон қопламалар ва эгри чизиқли, юпқа йиғма армоцемент конструкцияларидан ҳам фойдаланилади. Замонавий шароитларда сунъий материаллар конструкциялардан фойдаланиш имкониятларини инобатга олиш тавсия этилади.

Сув ҳавзасининг залида жойлашган сузиш, сув ўйинлари учун мўлжалланган ҳовуз ва томошабинлар учун трибуналар бино асосий композициясининг ядроси ҳисобланади. Зални лойиҳалашда сув спорти қондаларига асосан турли технологик талаблар қўйилади.

Ҳовуз турли мосламалар билан жиҳозланади: старт тумбалари, трамплинлар, турли баландликлардан сакраш қурилмалари, сувга тушиш зинапоаялари сузиш йўлкасини кўрсатувчи чўкмайдиган чегара мосламалари, турли белгилар ва бошқалар. Спорт сув ҳавзалари мақсадли белгиланишига қараб ҳовузлар бир неча турларга бўлинади: ўзининг ўлчамлари билан ажралиб турувчи, ҳовузнинг жиҳозланиши ва мосланиш соҳасига кўра, ҳамда унинг конструктив хусусиятлари асосида.

5-жаовал

Сув хавзалари ўлчамлари					
Ховузларнинг ички ўлчамлари	Сув хавзаси турлари		Сузиш йўлкалари ва сони	Чуқурлик, м.	
	Ўқув-машқ	Спорт машқ		Саёз жойда	Баланддан сакраш мосламаси остидаги чуқурлик
20x10	Ўқув	-	4	1,1	1,8
25x10	Кичик	-	4	1,1	3,5-4,5
25x12,5		-	5	1,1	3,5-4,5
25x15		-	6	1,1	3,5-4,5
50x10	Катта	Катта	4	1,1	3,5
50x12,5			5	1,1	4,5 - 3,5
50x15			6	1,1	4,5 - 3,5
50x20			8	1,8 - 2	5-4,5

6

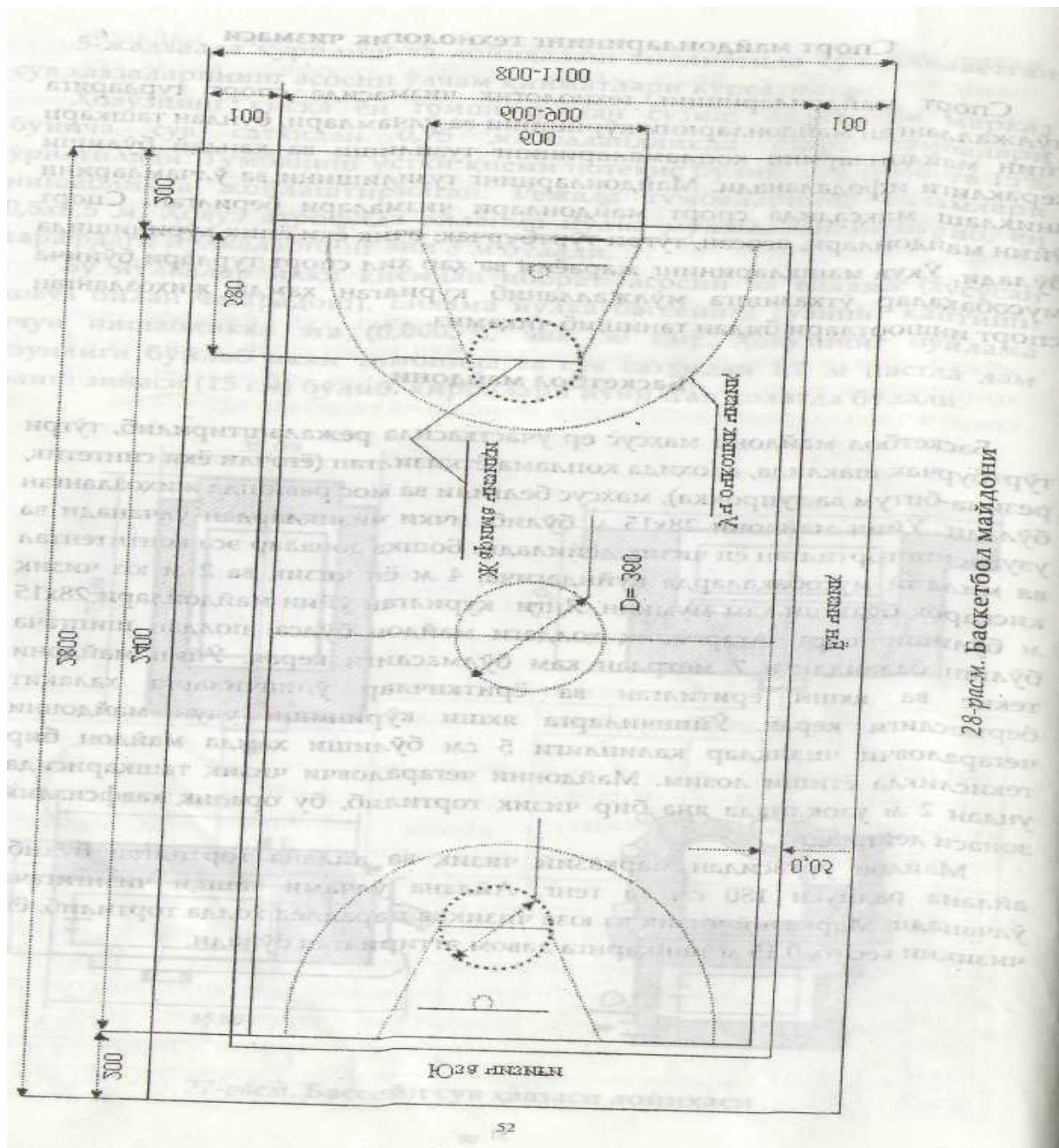
### Спорт майдонларининг технологик чизмалари.

Спорт майдонларининг технологик чизмасида спорт турларига мўлжалланган майдонларини кўриниши ва ўлчамлари, бундан ташқари ўйин майдонларини қопламаларининг тузилиши ва қандай бўлиши кераклиги ифодаланади. Майдонларнинг тузилшини ва ўлчамларини аниқлаш мақсадида спорт майдонлари чизмалари берилган. Спорт майдонлари, асосан, тўғри тўрт бурчак, очиқ ёки ёпиқ кўринишида бўлади. Ўқув машқларининг жараёни ва ҳар хил спорт турлари бўйича мусобақалар ўтказишга мўлжалланиб қурилган ҳамда жиҳозланган спорт иншоотлари билан танишиб чиқамиз.

### Баскетбол майдони.

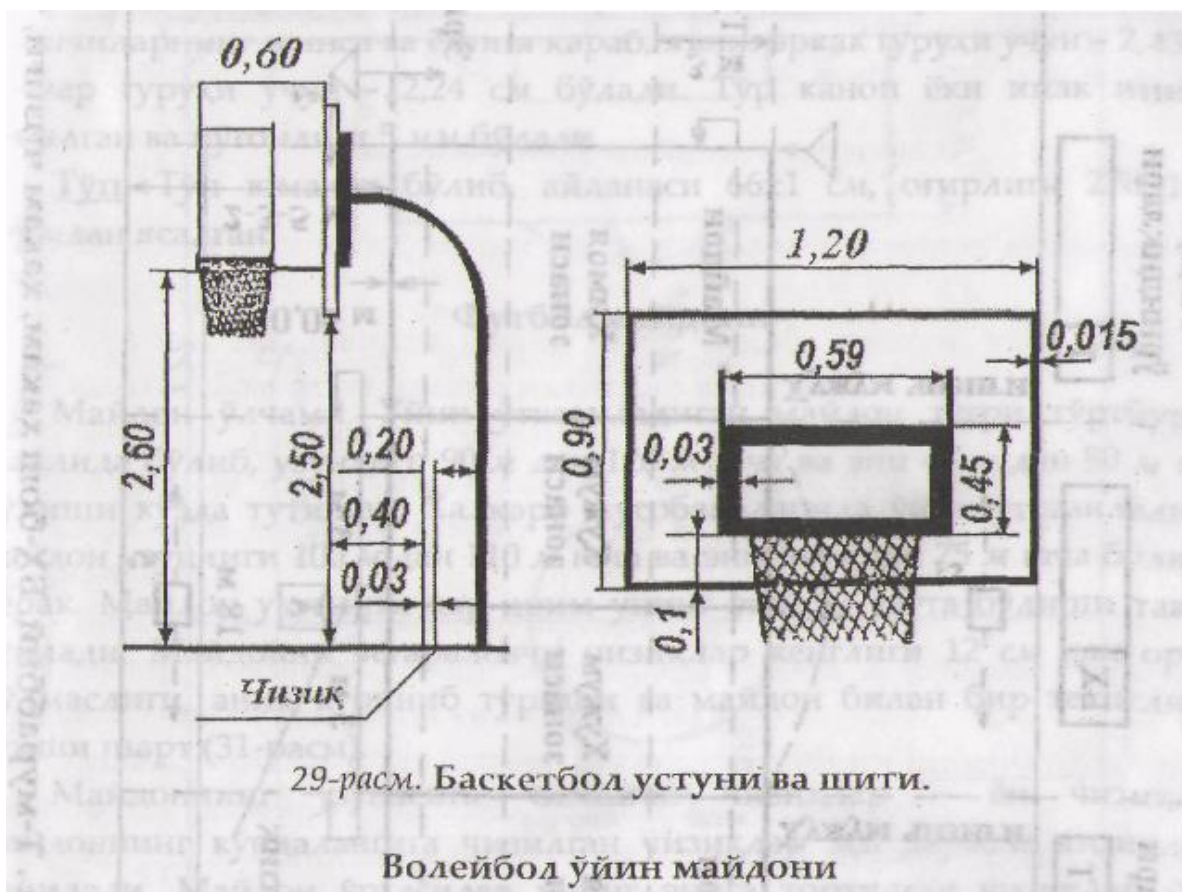
Баскетбол майдони махсус ер участкасида режалаштирилиб, тўғри тўрт бурчак шаклида, алоҳида қоплама ётқизилган (ёғочли ёки синтетик, резина битум ва тупроққа), махсус белгили ва мос равишда жиҳозланган бўлади. Ўйин майдони 28x15 м бўлиб, ички чизиқлардан ўлчанади ва узунасига тортилган ён чизиқ дейилади. Бошқа зоналар эса континентал ва миллий мусобақаларда қуйидагича: 4 м ён чизиқ ва 2 м юз чизиқ қисқроқ бўлиши ҳам мумкин. Янги қурилган ўйин майдонлари 28x15 м бўлиши шарт. Агар ёпиқ ҳолдаги майдон бўлса, полдан шипгача бўлган баландлиги 7 метрдан кам бўлмаслиги керак. Ўйин майдони текс ва яхши ёритилган ва ёриткичлар ўйинчиларга халақит бермаслиги керак. Ўйинчиларга яхши кўриниши учун майдонни чегараловчи чизиқлар қалинлиги 5 см бўлиши ҳамда майдон бир текисликда ётиши лозим. Майдонни чегараловчи чизиқ ташқарисида ундан 2 м узоқликда яна бир чизиқ тортилиб, бу оралик хавфсизлик зонаси дейилади.

Майдон ўртасидан марказий чизиқ ва айлана тортидган бўлиб, айлана радиуси 180 см га тенг. Айлана ўлчами ташқи чизигача ўлчанади. Марказий чизиқ ва юза чизиққа параллел ҳолда тортилиб, ён чизиқни кесиб, 0,15 м ташқарига давом эттирилган бўлади.



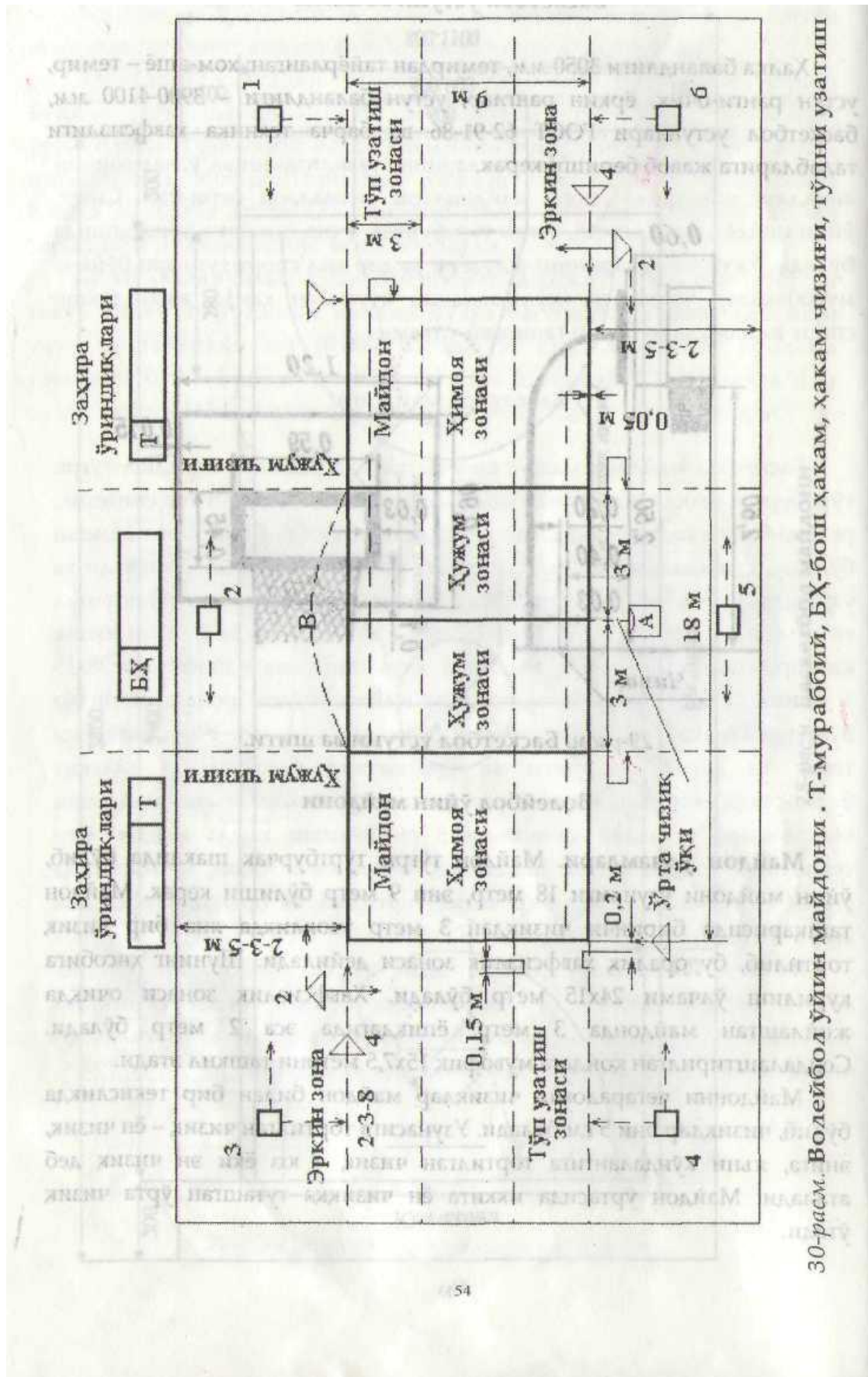
### Баскетбол устуну ва шити

Ҳалқа баландлиги 3050 мм, темирдан тайёрланган: хом-ашё - темир устун ранги-очик, ёркин ранглар, устун баландлиги - 3900-4100 мм Баскетбол устунлари ГОСТ 62-91-86 ва барча техника хавфсизлик талабларига жавоб бериши керак.



Майдон ўлчамлари. Майдон тўғри тўртбурчак шаклида бўлиб ўйин майдони узунлиги 18 метр, эни 9 метр бўлиши керак. Майдон ташқарисидан биринчи чизикдан 3 метр узоқликда яна бир чизиқ тортилади, бу оралиқ хавфсизлик зонаси дейилади. Шунинг ҳисобига қурилиш ўлчами 24x15 метр бўлади. Хавфсизлик зонаси очикда жойлашган майдонда 3 метр, ёпиқда эса 2 метр бўлади. Соддалаштирилган қоидага мувофиқ 15x7,5 метрни ташкил этади.

Майдонни чегараловчи чизиклар майдон билан бир текисликда бўлиб, чизиклар эни 5 см бўлади. Узунасига тортилган чизик - ён чизик энига, яъни кўндалангига тортилган чизик, - юз ёки эн чизик деб аталади. Майдон ўртасида иккита ён чизикқа туташган ўрта чизик ўтади.



30-расм. Волейбол ўйин майдони . Т-мураббий, БХ-бош хакам, хакам чизиги, түпни узатиш

У майдонни иккига бўлиб туради. Хар бир майдончадаўрта чизикдан 3 метр узоқликда ўрта чизикқа параллел яна бир чизик ўтиб, бу оралиқ-хужум зонаси деб аталади. Хужум зонаси чизигидан орқа юз. чизикқача 6 метр оралиқ - ҳимоя зонаси деб аталади.

Волейбол майдони куйидаги жиҳозлар билан таминланади.

Тўр. Ўрта чизик устида майдонга кўндаланг тортилади, узунлиги 9,5 метр, эни 1 метр катакчаларининг ўлчами 10x10 см бўлади. Баландлиги уйинчиларнинг жинси ва ёшига қараб, яъни: Эркак гуруҳи учун - 2,43 см; аёллар гуруҳи учун - .2,24 см бўлади. Тўр каноп ёки ипак ипидан тўқилган ва йўғонлиги 5 мм бўлади.

Тўп. Тўп юмалоқ бўлиб, айланаси 66+1 см, оғирлиги 270±10 г, чармдан ясалган.

# «БАЛИҚ СКЕЛЕТИ» СХЕМАСИ

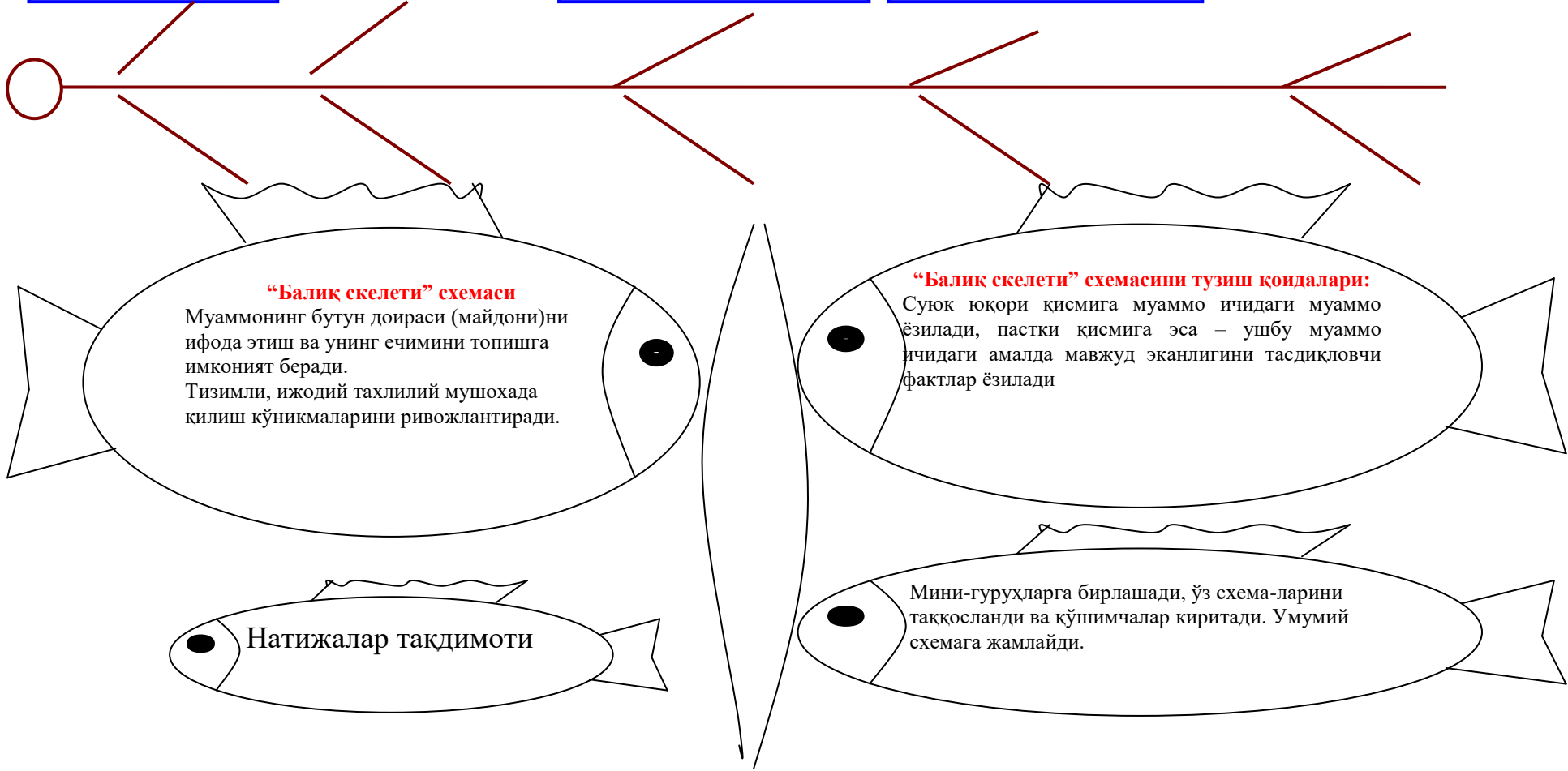
1. Баскетбол ўйин майдони волейбол ўйин майдони.

2. Футбол ўйин майдони, қўл тўпи ўйин майдони.

3. Катта теннис ўйин майдони ўлчамлари.

4. Енгил атлетика учун очик спорт иншооти.

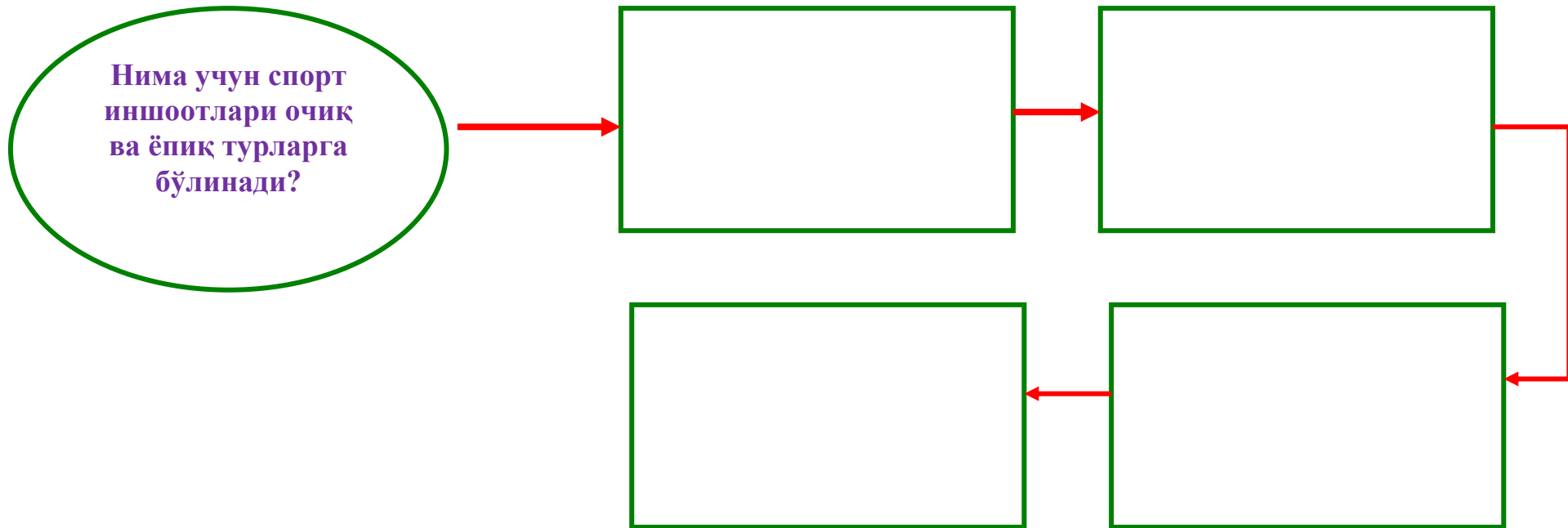
5. Гимнастик шаҳарчаси, сузиш сув ҳавзаси (очик ва ёпик) ўлчамлари фанининг ўрни.





## “НИМА УЧУН” ОРГАНАЙЗЕРИ

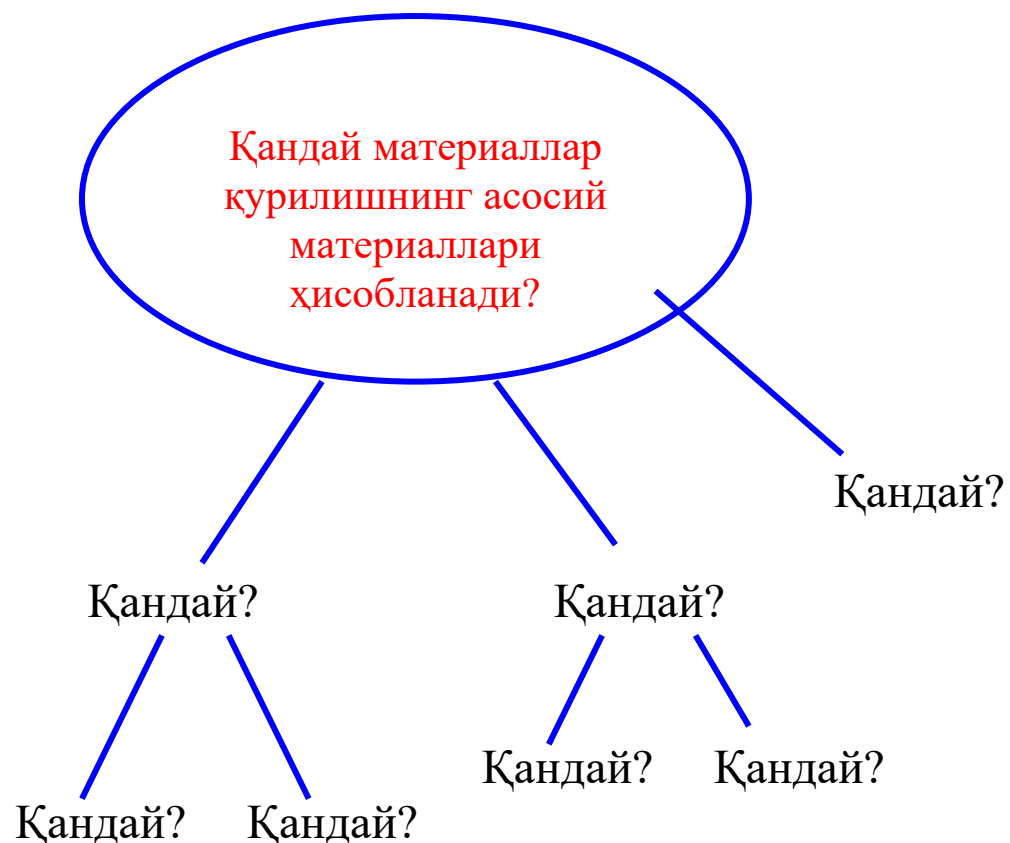
“Тўғри қўйилган савол  
муаммонинг ярмини очиб беради”



### “Нима учун” чизмасини тузиш қоидалари.

1. Айланма ёки тўртбурчак шаклларида фойдаланишни ўзингиз танлайсиз.
2. Чизманинг Кўриниши – мулоҳазалар занжирини тўғри чизиқлими тўғри чизиқли эмасми ўзимиз танлаймиз.
3. Йўналиш кўрсаткичлари сизнинг қидирувларингизни дастлабки ҳолатдан изланишгача бўлган йўналишингизни белгилайди.
4. Саволни аниқ тузинг.

Қуйидан юқорига босқичма-босқич бўйсунувчи “Қандай?” диаграммаси



Агарда сиз ўзингизга тўғри саволлар берсангиз ва унинг ривожланиш йўналишини намоён бўлишида ишончли сақласангиз диаграмма, сиз ҳар қандай муаммони амалий жиҳатдан топишингизни кафолатлайди.

## ИВ. Мустақил таълим

№	Мустақил таълим мавзулари	Дарс соатлари ҳажми
<b>ИИИ-семестр</b>		
<b>1-МОДУЛ. Спорт иншоотлари ҳақида тушунча</b>		
1	Баскетбол оъин майдон оълчамлари.	2
2	Волейбол оъин майдон оълчамлари.	2
3	Футбол оъин майдон оълчамлари.	2
4	Қоъл тоъпи оъин майдон оълчамлари.	2
5	Теннис оъин майдон оълчамлари.	2
6	Енгил атлетика учун очик спорт иншооти.	2
7	Гимнастик шаҳарчасини куриш усуллари.	2
8	Сузиш сув ҳавзаси (очик ва ёпик).	2
9	Футбол майдонининг чим қопламаси.	2
10	Бадминтон майдони.	2
11	Гимнастика жиҳозлари ва анжомлари.	2
12	Бадий гимнастика.	2
13	Енгил атлетика сектори. Ёнгил атлетика анжом ва жиҳозлари.	2
14	Сузиш сув ҳавзаси.	2
15	Сузиш сув ҳавзасининг анжомлари ва жиҳозлари.	2
16	Сув полоси майдони, анжомлари ва жиҳозлари.	2
17	Кураш ва бокс учун майдончалар.	2
18	Спорт иншоотлари фаолиятини режалаштириш.	2
19	Даромад ва ҳаражат сметаси.	2
Жами:		38

Мустақил таълим мавзуси талабалар мустақил оърганадиган маъруза ва амалий мавзуларидан иборат боълади. Мустақил таълим талабаларнинг назарий билимларини мустаҳкамлашга, мавзуларни тушуниш қобилиятини максимал даражада ривожланишига, умумий дунё қарашини кенгайтиришга ёрдам беради.

Мустақил таълим жараёнида талаба мустақил ишларни оъқитувчи коърсатмасига биноан бажарадилар (реферат тайёрлаш, конспектлар тайёрлаш, мавзу юзасидан буклетлар, альбомлар тайёрлаш, макетлар чизиш ва уларни тайёрлаш, интернет материалларини мустақил тайёрлаб келиш).

Мустақил ишлаш учун «СПОРТ ИНШООТЛАРИ» номли ўқув қўланмани 27-74 бетларидаги мавзу ўқув материаллари мазмунини ўрганиб келиш ва «СПОРТ ИНШООТЛАРИ» чизмаларини чизиш.

## В. Г Л О С С А Р И Й

**Автомобил клуб** – спортчиларни техник оёқитишни, ҳаваскор автомобил ҳайдовчилар тайёрлашни таъминлайдиган ҳамда автомобилларни сақлаш ва таъмирлаш автопаркига ега боёлган бино ёки бинолар комплекси.

**Алпинистлар лагери** – алпинистларни оёқитишни, овқатланишини, тунаб қолишини таъминлайдиган ва тоғ бағирларида жойлашган иншоотлар.

**Ён чизиқлар** – майдончани ёки майдонни чегаралайдиган боёллама чизиқлар.

**Велостансия** – веломашиналарни туриши, сақланиши ва таъмирланиши, шунингдек спортчиларга хизмат коёрсатиш учун жиёозланган бинолари боёлган иморат

**Велотрек** – велосипедда пойгада оётказиш учун ёйсимон бурилишлари боёлган берк ёёлка коёринишидаги иншоот.

**Ёрдамчи бинолар ва иншоотлар** – бу шуёулланувчиларга хизмат коёрсатиш ва асосий спорт иншоотларидан фойдаланишни таъминлаш учун моёлжалланган иншоотлар.

**Гимнасиялар** – Қадимги Гретсияда спорт машёулотлари учун моёлжалланган ва муқаддас оёрмонларда дарахтлар билан оёралган паст текисликлар.

**Гимнастика зали** – майдони юзаси 125м<sup>2</sup> дан кам боёлмаган гимнастика боёлйича машёулотлар оётказиш ҳамда мусобақа норма ва қоидаларида белгиланган жиёоз ва қурилмалар оёрнатилган, мос оёлчамларга ега боёлган ва ёрдамчи бинолар билан таъминланган махсус спорт иншооти.

**Ешкак ешиш стансияси ёки базаси** – бу ешкак ешиш боёлйича машёулотлар оётказишни ва қайиқларнинг сақланишини таъминлайдиган, қирёқда шуёулланувчиларга хизмат коёрсатиш учун бинога ега боёлган табиий сув ҳавзасида жойлашган иншоотлар комплекси.

**Спорт саройи** – ҳар хил спорт турлари боёлйича мусобақалар оётказиш учун мослашувчан аренали ва коёл сонли томошабинлар иштирокида оммавий тадбирлар оётказиш учун моёлжалланган ҳамда спортчилар ва томошабинларга хизмат коёрсатиш учун махсус жиёоз ва ёрдамчи биноларга ега боёлган махсус қурилган бино.

**Намойиш етиш учун иншоотлар** – томошабинларни жалб етиш орқали мусобақалар оётказишга моёлжалланган иншоотлар.

**“Саломатлик ёёлкаси”** – оддий тренажер қурилмалар ва тоёсиқлар

**Бокс учун зал** – бокс боёлйича машёулотларни оётказиш учун мусобақа норма ва қоидалари боёлйича жиёозланган ҳамда керакли ёрдамчи бинолар билан таъминланган махсус бино.

**Қураш учун зал** – кураш боёлйича машёулотлар оётказиш учун ҳамда мусобақа норма ва қоидаларида белгиланган жиёозларга ва оёлчамларга ега боёлган ва керакли ёрдамчи бинолар билан таъминланган махсус бино.

**Оғир атлетика учун зал** – оғир атлетика боъйича машғулотлар оътказиш учун ҳамда мусобақа норма ва қоидаларида белгиланган жиҳозларга ва оълчамларга ега боълган ва керакли ёрдамчи бинолар билан таъминланган махсус бино.

**Қиличбозлик учун зал** – қиличбозлик боъйича машғулотлар оътказиш учун ҳамда мусобақа норма ва қоидаларида белгиланган жиҳозларга ва оълчамларга ега боълган ва керакли ёрдамчи бинолар билан таъминланган махсус бино.

**Қишки стадион** – чанғида трамплиндан сакраш, тезкор тушиш ва слалом ва бошқалар боъйича машғулотлар ва мусобақалар оътказишни таъминлайдиган тоғли жойда жойлашган иншоотлар комплекси.

**Дарвоза майдони чизиғи** – дарвоза олди юзасини чегараловчи чизиқ.

**Орқа чизиқлар** – майдончани чегараловчи коъндаланг чизиқлар.

**Чанғи стансияси** – чанғиларни сақлаш, бериш, қабул қилиш ва чанғи спорти билан шуғулланувчиларга хизмат коърсатиш учун бино ёки комплекс.

**Чанғи трамплини** – чанғида сакраш учун махсус иншоотлар. Амалда оъқув (сакраш узунлиги 10 метрдан 20 метргача) ва спорт (сакраш узунлиги 20 метрдан катта) трамплинлари оъзаро фарқланади.

**Раёнлараро спорт иншоотлари** – аҳоли яшайдиган уйлар раёнлари гуруҳига хизмат коърсатувчи иншоотлар

**Микрораён спорт иншоотлари** – микрораён, аҳоли яшайдиган уйлар гуруҳи ёки алоҳида уй аҳолисига хизмат коърсатувчи иншоотлар

**Мототрек** – мототсиклда пойга машғулотлари ва мусобақалари оътказиш учун бурилишлари ёйсимон берк айлана ёълка коъринишидаги иншоот.

**Жарима зарба бериш соҳаси** - бу баскетбол майдончасидаги оъйин майдончаси томон кенгайтирилган ва 1,8 метр радиусли маркази жарима чизиғи оъртасида жойлашган ярим айлана билан чегараланган соҳа.

**Умумшаҳар спорт иншоотлари** – шаҳарнинг барча аҳолисига хизмат коърсатувчи иншоотлар

**Ҳажмли спорт иншоотлари** - ёпиқ спорт иншоотлар.

**Асосий иншоотлар** – бу спорт иншоотларининг оъқув-тренировка ишларини, соғломлаштириш тадбирларини ва мусобақаларни оътказиш учун моължалланган асосий (бош) қисми.

**Алоҳида иншоотлар** – айрим спорт турлари боъйича машғулотлар оътказиш учун моължалланган иншоотлар.

**Очиқ спорт иншоотлар** – бу оъқув-тренировка машғулотларини ва мусобақаларни бинодан ташқарида – очиқ ҳавода оътказиладиган иншоотлар .

**Палестрлар** – кийиниш, чоъмилиш, машғулот заллари учун бинолар билан туташган баланд иморатлар билан оъралган тоъғри бурчакли майдончалар. Булардан енг муҳими ва асосийси – Қадимги Гретсиядаги гимнастика заллари- **ейфебийлардир**.

**Спорт иншоотлари паспорти** – спорт иншоотларининг характери ва ҳолатини аниқлайдиган ҳужжат.

**Ясси спорт иншоотлари** – очиқ спорт иншоотлар.

**Спорт оъинлари ва машғулоти учун майдонча** - бу сунъий ёки табиий қатлам билан қопланган ҳамда спорт турлари боъйича оъинлар ва машғулотлар учун моължалланган ва мусобақа қоидаларига мос ҳолда жиҳозланган текис ер майдони (участкаси). Бундай майдончалар волейбол, баскетбол, теннис, гимнастика ва бошқалар учун боълиши мумкин.

**Спорт оъинлари учун майдон** - бу спорт оъинлари учун моължалланган чим ёки махсус тупроқли аралашма билан қопланган текис ер майдони (участкаси). Бундай майдонлар футбол, регби, чим устида хоккей, қоъл тоъпи ва бошқа оъинлар учун режалаштирилиш мумкин. Майдон оълчамлари мусобақа қоидалари билан аниқланади.

**Хавфсизлик ёълкаси (соҳаси)** – майдонча периметри боъйлаб ётқизилган ёълка боълиб унинг чегараси ичкарасида халақит қилувчи ташқи буюмлар, оъриндиқлар ва шу сингарилар боълмаслиги керак.

**Спорт иншоотлари лойиҳаси** – бу тархлардан (чизмалардан), ҳисоблаш-изоҳлаш ёзувларидан ва сметадан иборат боълган техник ҳужжатлар.

**Туман спорт иншоотлари** – аҳоли яшайдиган ёки ишлаб чиқариш билан бирга аҳоли яшайдиган раён аҳолигисига хизмат коърсатувчи иншоотлар.

**Томошабинлар учун иншоотлар** – бу (стационар ёки шароитга қараб оъзгртирилувчи) трибуналар, оъриндиқлар, стуллар, асосий иншоотлар (спорт ядроси, майдонлар, оъин майдончалари, заллар, сув ҳавзаси ва бошқалар) ва хизмат коърсатиш учун бинолар (павилонлар, фойе, буфетлар, кафе, сув айланиш тизимлари) ёнида жойлашган туриш учун жойлар.

**Қутқариш стансияси** – алпинистлар ва сайёҳлар ёъналишларида жойлашган ҳамда тоғдаги гуруҳлар устидан ва тоғда фалокатга учраган алпинистларга ва сайёҳларга ёрдам коърсатилишини назорат учун моължалланган махсус бино.

**Спорт иншоотлари** - бу махсус қурилган ва мос равишда жиҳозланган ҳамда ҳар хил спорт турлари боъйича оъқув-тренировка жараёнлари ва спорт мусобақалари оътказилишини таъминлайдиган ёпиқ ёки очик турдаги иншоотлар.

**Спорт ядроси** – бу оъз таркибида спорт оъинлари учун майдон ёки майдончалари, майдонни оъраб турган айланма югуриш ёълкаси, шунингдек югуриш ёълкасининг ички чисмида ҳам, унинг периметри ташқарисида ҳам жойлаштирилган ирғитиш ва сакраш жойлари боълган очик иншоотлар комплекси. Коъп ҳолларда, спорт ядроси марказида футбол майдони жойлашган боълади.

**Спорт зали** – майдони юзаси 300 м<sup>2</sup> дан кам боълмаган ҳамда спорт оъинлари боъйича машғулотлар оътказиш учун моължалланган, теннис, баскетбол ва волейбол оъинлари учун мусобақа оътказиш нормалари ва қоидаларига коъра жиҳозлар билан жиҳозланган, махсус оълчамларга ега боълган ва ёрдамчи бинолар билан таъминланган махсус бино.

**Спорт манежи** – енгил атлетика ва спорт оъинлари боъйича машғулотлар оътказишни таъминлайдиган ҳамда мазкур спорт турларидан мусобақа нормалари ва қоидаларида белгиланган жиҳозлар ва оълчамларга ега

боълган, шунингдек шуғулланувчилар учун ёрдамчи иншоотларга ега боълган махсус бино.

**Оърта (марказий) чизик** – майдон ёки майдончани тенг иккига боъладиган чизик.

# **ВИ. ИЛОВАЛАР**

## **1 Ишчи фан дастури**

## **2 Тестлар**

ЎЗБЕКИСТОН РЕСПУБЛИКАСИ  
ОЛИЙ ВА ОЪРТА МАХСУС ТАЪЛИМ ВАЗИРЛИГИ

НИЗОМИЙ НОМИДАГИ  
ТОШКЕНТ ДАВЛАТ ПЕДАГОГИКА УНИВЕРСИТЕТИ

**“ТАСДИҚЛАНДИ”**

Ўқув ишлари боъйича  
проректор

\_\_\_\_\_ Д.У.Ергашев

2019-йил “ \_\_\_\_\_ ” \_\_\_\_\_

**СПОРТ ИНШООТЛАРИ ФАНИНИНГ  
ИШЧИ ЎЎҚУВ ДАСТУРИ**

2 курс учун

Билим соҳаси: 100000 – Гуманитар  
Таълим соҳаси: 110000 – Педагогика  
Бакалавриат ёъналиши: 5112000 – Жисмоний маданият

Машғлот тури	Ажратилган соат	Семестр
		ИИИ
Маъруза	6	6
Амалий	26	26
Семинар	6	6
Мустақил таълим	38	38
Курс иши	-	-
Жами аудитория соатлари	38	38



## ТОШКЕНТ – 2019

Фаннинг ишчи оқув фан дастури, Олий ва оорта махсус таълим вазирлигининг 2019-йил \_\_\_\_\_даги \_\_\_\_\_-сонли буйруғи билан тасдиқланган “Спорт иншоотлари” фани боъйича оқув фан дастури асосида тайёрланган.

**Тузувчи:**

Латипов Р.И. - Низомий номидаги ТДПУ Жисмоний маданият кафедраси дотсенти

Хабибуллаев С. - Низомий номидаги ТДПУ Жисмоний маданият кафедраси  
оқитувчиси

**Такризчилар:**

К.Д.Рахимқулов - Ўзбекистон Давлат жаҳон тиллари университети “Жисмоний маданият ва спорт” кафедраси дотсенти.

Т.Ачилов Чирчик давлат педагогика институтининг “Жисмоний маданият” кафедраси мудири дотсент

ТДПУ Бошланғич таълим ва жисмоний маданият факултет декани:

2017 йил “\_\_\_\_\_” \_\_\_\_\_ А.Акрамов

Фаннинг ишчи оёқув дастури Низомий номидаги ТДПУ кенгашининг 2019-йил \_\_\_\_\_ даги \_\_\_\_ - сонли баёни билан тасдиқланган.

## 1. Оёқув фани оёқитилиши боёйича услубий коёрсатмалар

Мазкур ишчи дастур бакалавриат ёъналиши: 5112000-жисмоний маданият таълим ёъналиши талабалари учун моёлжалланган боёлиб, жисмоний тарбия дарсларида спорт оёйинларининг ривожланиш тарихи ҳақида маълумот бериш, талабаларни спорт оёйинларини ташкил қилиш, спорт оёйинлари техникаси ва тактикаси билан таништириш, уларни спорт оёйинлари ва мусобақалар оётказиш, ҳакамлик қилишга оид амалий коёникма ва малакалар билан қуроллантиришдан иборат.

Спорт иншоотлари фанининг қадимги дунё оорта аср ва янги давр спорт иншоотлари ҳақида маълумот. Спорт иншоотларининг котигориялари, таснифи, спорт иншоотлари технологиялари чизмаси, лойиҳалаш ва қуришда асосий ташкилий хоналар, шаҳар ва қишлоқлардаги спорт иншоотлари тармоқларини режалаштиришни қамрайди.

### Фанни оёқитишдан мақсад:

- талабаларда спорт иншоотлари фани боёйича керакли назарий билимни егаллаш ва амалда уларни қоёллай билиш маҳоратини оёрганиш;
- спорт иншоотларидан фойдаланиш ва уни ривожлантириш муаммоларини ҳал етишни билиш, ижодий фаолият тажрибасини шакллантириш.

### Фаннинг вазифаси:

- мақсадга еришиш қуйидаги вазифаларни ҳал етишни коёзда тутати;
- спорт педагогикаси фаолияти учун енг мақбул шароитни яратиш, уни топиш, тушунтириш;
- жисмоний тарбия машғулотлари оётказиладиган жойдан унумли фойдаланиш ва мақсадга мувофиқ ҳолатда ишлатиш.

“Спорт иншоотлари” оёқув фанини оёзлаштириш жараёнида амалга ошириладиган масалалар доирасида бакалавр:

- қадимги дунё оорта аср ва янги давр спорт иншоотлари ҳақида маълумот;
- спорт иншоотларининг котигориялари;
- спорт иншоотларининг таснифи;
- спорт иншоотлари технологиялари чизмаси ва лойиҳалаш;
- шаҳар ва қишлоқлардаги спорт иншоотлари тармоқларини режалаштириш;
- спорт оёйинлари майдонлари ва гимнастик шаҳарчаларни

оълчамлари билан таништириш усулларини **билиш керак.**

**Коъникма**-талабалар спорт иншоотлари фанидан спорт оъйинлари майдонлари ва гимнастик шаҳарчаларни коъриш, уларни талаб даражасида чизмаларини чизиш ва расмларга олиш, **коъникмаларига ега боълиши керак.**

**Малака**-спорт иншоотлари фани оъкув материаллари мазмуни ҳар хил жиҳозлар, қурилмалардан фойдаланиш уларни тайёрлаш қоидалари ва усуллари, ҳаракат ва машқларга мустақил жой тайёрлаш, спорт иншоотларининг атроф-муҳитга таъсирини тоъғри ҳисобга олишни коъра билиш **малакаларига ега боълиши керак.**

Спорт иншоотлари фани ихтисослик фанлар блокининг танлов фани ҳисобланиб ИИИ-семестрда оъқитилади. Дастурни амалга ошириш оъкув режасида режалаштирилган педагогик маҳорат, педагогик технологиялар, ёш физиологияси ва гигиена, психология, спорт психология, болалар тиббиёт назорати ва даволаш гимнастикаси, анатомия, одам физиологияси, жисмоний тарбия гигиенаси, жисмоний маданият назарияси ва методикаси каби фанлардан етарли билим ва коъникмаларга ега боълишлик талаб етади.

## 2. Маъруза машғулоти

		1-жадвал
№	Маъруза машғулоти мавзулари	Дарс соатлари ҳажми
<b>ИИИ-семестр</b>		
<b>1-МОДУЛ. Спорт иншоотлари ҳақида тушунча.</b>		
1	Қадимги дунё, оърта аср ва янги давр спорт иншоотлари ҳақида қисқача тарихий маълумот. Спорт иншоотлари таснифи. Спорт иншоотларини шакли ва оълчамлари, уларни шаклланиши ҳамда технология чизмаси.	2
<b>2-МОДУЛ. Шаҳар ва қишлоқларда спорт иншоотлари</b>		
2	Шаҳар ва қишлоқларда спорт иншоотлари тармоқлари ва режалаштириш.	2
3	Спорт соғломлаштириш оромгоҳлари ва спорт иншоотлари. Спорт иншоотларидан фойдаланишни ташкил этиш ва спорт майдонлари конструкцияси ва материаллари.	2
<b>Жами</b>		<b>6 соа</b>

Маъруза машғулоти мултимедиа қурилмалари билан жиҳозланган аудиторияда тақдимотлар асосида ташкил этилиб, гуруҳлар оқими учун оътилади. Машғулоти жойлари ва жиҳозланиши, гимнастика машғулотида шкастланишни олдини олиш, мактабда машғулоти

мазмуни, гимнастика машғулотларини оьргатиш методикаси каби мавзуларни ёритишда маъруза, муаммоли, анжуман маърузалар ҳамда суҳбат, тушунтириш, мунозара, кичик гуруҳларда ишлаш, интерфаол методлардан фойдаланилади.

### 3. Семинар машғулотлари

		2-жадвал
№	Семинар машғулот мавзулари	Дарс соатлари ҳажми
<b>ИИИ-семестр</b>		
<b>1-МОДУЛ. Спорт иншоотлари ҳақида тушунча.</b>		
1	Қадимги дунё, оьрта аср ва янги давр спорт иншоотлари ҳақида қисқача тарихий маълумот. Спорт иншоотлари таснифи. Спорт иншоотларини шакли ва оьлчамлари, уларни шаклланиши ҳамда технология чизмаси.	2
<b>2-МОДУЛ. Шаҳар ва қишлоқларда спорт иншоотлари</b>		
2	Шаҳар ва қишлоқларда спорт иншоотлари тармоқлари ва режалаштириш.	2
3	Спорт соғломлаштириш оромгоҳлари ва спорт иншоотлари. Спорт иншоотларидан фойдаланишни ташкил етиш ва спорт майдонлари конструкцияси ва материаллари.	2
<b>Жами</b>		<b>6 соа</b>

Семинар машғулотлари мултимедиа қурилмалари билан жиҳозланган аудиторияда тақдимотлар асосида ташкил етилиб, гуруҳ талабалари маъруза машғулотларида оьтилган мавзулар боьйича тайёрланадилар. Машғулот жойлари ва жиҳозланиши, гимнастика машғулотларида шкастланишни олдини олиш, мактабда машғулотлар мазмуни, гимнастика машғулотларини оьргатиш методикаси мавзуларидан олинган билимлар асосида талабалар билимлари мустаҳкамлаш асосида уларнинг фаолияти баҳоланади.

### 4. Амалий машғулотлар

		3-жадвал
№	Амалий машғулотлар мавзулари	Дарс соатлари ҳажми
<b>ИИИ-семестр</b>		
<b>1-МОДУЛ. Спорт иншоотлари ҳақида тушунча</b>		
1	Спорт иншоотларини шакли ва оьлчамлари, уларни шаклланиши ҳамда технология чизмаси.	2
2	Спорт соғломлаштириш оромгоҳлари ва спорт	2

	иншоотлари.	
3	Баскетбол, волейбол оъйин майдон оълчамлари.	2
4	Футбол, қоъл тоъпи оъйин майдон оълчамлари.	2
5	Теннис оъйин майдон оълчамлари.	2
6	Енгил атлетика учун очик спорт иншооти.	2
7	Бадий гимнастика. Гимнастика жиҳозлари ва анжомлари.	2
8	Гимнастик шаҳарчасини куриш усуллари.	2
9	Сузиш сув ҳавзаси (очик ва ёпик).	2
10	Сузиш сув хавзасининг анжомлари ва жиҳозлари. Сув полоси майдони, анжомлари ва жиҳозлари.	2
11	Бадминтон майдони.	2
12	Кураш ва бокс учун майдончалар.	2
13	Енгил атлетика сектори. Ёнгил атлетика анжом ва жиҳозлари.	2
<b>Жами</b>		<b>26 соат</b>

Амалий машғулотлар жараёнида талабаларга спорт иншоотлари курилиши ва жойлашишига асосий талаблар: саф майдони, енгил атлетика машғулотлари учун спорт секторлари, футбол майдони гимнастик шаҳарча, ягона тоъсиқлар ёълаги, лабиринт ёълаги, волейбол майдони, баскетбол майдони, қоъл тоъпи майдони, стол тенниси ва очик сув ҳавзаси ҳақида мавзулар асосида ташкил етилиб, талабаларни амалиётда ҳар бир боълимни қонун-қоидаси асосида ташкил етиш борасида коъникма ва малакалари такомиллаштирилади.

### 5. Мустақил таълим

		4-жадвал
№	Мустақил таълим мавзулари	Дарс соатлари ҳажми
<b>ИИИ-семестр</b>		
<b>1-МОДУЛ. Спорт иншоотлари ҳақида тушунча</b>		
1	Баскетбол оъйин майдон оълчамлари.	2
2	Волейбол оъйин майдон оълчамлари.	2
3	Футбол оъйин майдон оълчамлари.	2
4	Қоъл тоъпи оъйин майдон оълчамлари.	2
5	Теннис оъйин майдон оълчамлари.	2
6	Енгил атлетика учун очик спорт иншооти.	2
7	Гимнастик шаҳарчасини куриш усуллари.	2
8	Сузиш сув ҳавзаси (очик ва ёпик).	2
9	Футбол майдонининг чим қоппамаси.	2
10	Бадминтон майдони.	2
11	Гимнастика жиҳозлари ва анжомлари.	2
12	Бадий гимнастика.	2
13	Енгил атлетика сектори. Ёнгил атлетика анжом ва жиҳозлари.	2

14	Сузиш сув хавзаси.	2
15	Сузиш сув хавзасининг анжомлари ва жиҳозлари.	2
16	Сув полоси майдони, анжомлари ва жиҳозлари.	2
17	Кураш ва бокс учун майдончалар.	2
18	Спорт иншоотлари фаолиятини режалаштириш.	2
19	Даромад ва ҳаражат сметаси.	2
Жами:		38

Мустақил таълим мавзуси талабалар мустақил оъғанадиган маъруза ва амалий мавзуларидан иборат боълади. Мустақил таълим талабаларнинг назарий билимларини мустаҳкамлашга, мавзуларни тушуниш қобилиятини максимал даражада ривожланишига, умумий дунё қарашини кенгайтиришга ёрдам беради.

Мустақил таълим жараёнида талаба мустақил ишларни оъқитувчи коърсатмасига биноан бажарадилар (реферат тайёрлаш, конспектлар тайёрлаш, мавзу юзасидан буклетлар, альбомлар тайёрлаш, макетлар чизиш ва уларни тайёрлаш, интернет материалларини мустақил тайёрлаб келиш).

**Фан боъйича курс иши.** Ушбу фан боъйича курс иши режалаштирилмаган.

## **6. Оралиқ назорат саволлари**

1. Қадимги дунё, оърта аср ва янги давр спорт иншоотлари ҳақида қисқача тарихий маълумот.
2. Спорт иншоотлари таснифи.
3. Спорт иншоотларини шакли ва оълчамлари, уларни шаклланиши ҳамда технология чизмаси.
4. Шаҳар ва қишлоқларда спорт иншоотлари тармоқлари ва режалаштириш.
5. Спорт соғломлаштириш оромгоҳлари ва спорт иншоотлари.
6. Спорт иншоотларидан фойдаланишни ташкил етиш ва спорт майдонлари конструксияси ва материаллари.
7. Спорт иншоотлари ҳақида тушунча.
8. Спорт иншоотлари коъп қиррали маданий соғломлаштирувчи спорт мажмуаси сифатида.
9. Қадимги дунё спорт иншоотлари ҳақида.
10. Оърта аср спорт иншоотлари ҳақида.
11. Янги давр спорт иншоотлари ҳақида.
12. Спорт иншоотларининг шакли ва оълчамлари.
13. Спорт оъйин майдонларининг асосий ва киритилиши мумкин боълган оълчамлари.
14. Спорт майдонларининг ориентатсияси.
15. Стадион трибуналари.
16. XX асрнинг универсал иншоотлари.
17. Спорт майдонларининг технологик чизмалари.

18. Шаҳар жойларида спорт иншоотлари тармоқлари ва режалаштириш.
19. Қишлоқ шароитларида спорт иншоотлари тармоқлари ва режалаштириш.
20. Спорт соғломлаштириш оромгоҳлари иншоотлар ва объектларнинг роўйхати ва қўлланилиши.
21. Спорт иншоотларининг қурилишига ва жойлашишига қўйиладиган асосий талаблар.
22. Саф майдони, енгил атлетика машғулотлари учун спорт секторлари, футбол майдони, гимнастик шаҳарча, ягона тоъсиқлар ёълаги.
23. Спорт иншоотларидан фойдаланишни ташкил етиш.
24. Спорт майдонлари конструкциялаш.
25. Спорт иншоотлари учун ишлатиладиган қурилиш материаллари.
26. Баскетбол ва волейбол оъйин майдони.
27. Футбол ва қоъл тоъпи оъйин майдони.
28. Теннис оъйин майдони оълчамлари.
29. Ёенгил атлетика учун очик спорт иншооти.
30. Гимнастик шаҳарчаси, сузиш сув ҳавзаси (очик ва ёпик) оълчамлари.

## **7. Якуний назорат саволлари**

1. Баскетбол оъйин майдон оълчамлари.
2. Волейбол оъйин майдон оълчамлари.
3. Футбол оъйин майдон оълчамлари.
4. Қоъл тоъпи оъйин майдон оълчамлари.
5. Теннис оъйин майдон оълчамлари.
6. Енгил атлетика учун очик спорт иншооти.
7. Гимнастик шаҳарчасини қуриш усуллари.
8. Сузиш сув ҳавзаси (очик ва ёпик).
9. Футбол майдонининг чим қопламаси.
10. Бадминтон майдони.
11. Гимнастика жиҳозлари ва анжомлари.
12. Бадий гимнастика.
13. Енгил атлетика сектори. Ёенгил атлетика анжом ва жиҳозлари.
14. Сузиш сув ҳавзаси.
15. Сузиш сув ҳавзасининг анжомлари ва жиҳозлари.
16. Сув полоси майдони, анжомлари ва жиҳозлари.
17. Кураш ва бокс учун майдончалар.
18. Спорт иншоотлари фаолиятини режалаштириш.
19. Даромад ва ҳаражат сметаси.
20. XX асрнинг универсал иншоотлари.
21. Спорт майдонларининг технологик чизмалари.
22. Шаҳар жойларида спорт иншоотлари тармоқлари ва режалаштириш.
23. Қишлоқ шароитларида спорт иншоотлари тармоқлари ва режалаштириш.
24. Спорт соғломлаштириш оромгоҳлари иншоотлар ва объектларнинг роўйхати ва қўлланилиши.

25. Спорт иншоотларининг қурилишига ва жойлашишига қўйиладиган асосий талаблар.
26. Саф майдони, енгил атлетика машғулотлари учун спорт секторлари, футбол майдони, гимнастик шаҳарча, ягона тоъсиқлар ёълаги.
27. Спорт иншоотларидан фойдаланишни ташкил етиш.
28. Спорт майдонлари конструкиялаш.
29. Спорт иншоотлари учун ишлатиладиган қурилиш материаллари.
30. Баскетбол ва волейбол оъйин майдони.
31. Футбол ва қоъл тоъпи оъйин майдони.
32. Теннис оъйин майдони оълчамлари.
33. Йенгил атлетика учун очик спорт иншооти.
34. Гимнастик шаҳарчаси, сузиш сув ҳавзаси (очик ва ёпиқ) оълчамлари.

### **8. Фан боъйича талабалар билимини баҳолаш ва назорат қилиш мезонлари**

Оъзбекистон Республикаси Олий ва оърта махсус таълим вазирининг 2018 йил 9 августдаги 19-2018 сонли буйруғи билан тасдиқланган, Оъзбекистон Республикаси Адлия вазирлигидан 2018 йил 26 сентябрдаги 3069-сон билан роъйхатдан оътказилган “Олий таълим муассасаларида талабалар билимини назорат қилиш ва баҳолаш тизими тоъғрисидаги” низомга мувофиқ ишлаб чиқилган.

<b>Баҳолаш усуллари</b>	<b>Экспресс тестлар, ёзма ишлар, оғзаки соъров, презентатсиялар ва бошқалар</b>
<b>Баҳолаш мезонлари</b>	<p><b>“5” баҳо (аъло)</b> учун талабанинг билим даражаси куйидагиларга жавоб бериши лозим:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Қадимги дунё оърта аср ва янги давр спорт иншоотлари ҳақида маълумотга ега боълиши шарт;</li> <li>- спорт иншоотларининг категорияларини билиши керак;</li> <li>- спорт иншоотларининг таснифини билиши керак;</li> <li>- спорт иншоотлари технологиялари чизмаси ва лойихалашни билиши лозим;</li> <li>- шаҳар ва қишлоқлардаги спорт иншоотлари тармоқларини режалаштиришни билиши керак;</li> <li>- спорт иншоотларининг котигориялари</li> <li>- спорт иншоотларининг таснифи</li> <li>- спорт иншоотлари технологиялари чизмаси ва лойихалаш</li> <li>- шаҳар ва қишлоқлардаги спорт иншоотлари тармоқларини режалаштириш</li> <li>- спорт оъйинлари майдонлари ва гимнастик шаҳарчаларни оълчамлари билан таништириш усулларини <b>билиш керак</b>;</li> </ul> <p>Коъникма–талабалар спорт иншоотлари фанидан спорт оъйинлари майдонлари ва гимнастик шаҳарчаларни коъриш</p>



,уларни талаб даражасида чизмаларини чизиш ва расмларга олиш, **коъникмаларига ега боълиши керак;**

Малака-спорт иншоотлари фани оъкув материаллари мазмуни ҳар хил жиҳозлар, курилмалардан фойдаланиш уларни тайёрлаш қоидалари ва усуллари, ҳаракат ва машқларга мустақил жой тайёрлаш, спорт иншоотларининг атроф-муҳитга таъсирини тоъғри ҳисобга олишни коъра билиш **малакаларига ега боълиши керак;**

**“4” баҳо (яхши)** учун талабанинг билим даражаси куйидагиларга жавоб бериши лозим:

- қадимги дунё оърта аср ва янги давр спорт иншоотлари ҳақида маълумотга ега боълиши шарт;

- спорт иншоотларининг категорияларини билиши керак;

- спорт иншоотларининг таснифини билиши керак;

- спорт иншоотлари технологиялари чизмаси ва лойиҳалашни билиши лозим;

- шаҳар ва қишлоқлардаги спорт иншоотлари тармоқларини режалаштиришни билиши керак;

- спорт оъйинлари майдонлари ва гимнастик шаҳарчаларни оълчамлари билан таништириш усулларини **билиш керак;**

Коъникма–талабалар спорт иншоотлари фанидан спорт оъйинлари майдонлари ва гимнастик шаҳарчаларни коъриш, уларни талаб даражасида чизмаларини чизиш ва расмларга олиш, **коъникмаларига ега боълиши керак;**

Малака–спорт иншоотлари фани оъкув материаллари мазмуни ҳар хил жиҳозлар, курилмалардан фойдаланиш уларни тайёрлаш қоидалари ва усуллари, ҳаракат ва машқларга мустақил жой тайёрлаш, спорт иншоотларининг атроф-муҳитга таъсирини тоъғри ҳисобга олишни коъра билиш **малакаларига ега боълиши керак;**

**“3” баҳо (қаниқарли)** учун талабанинг билим даражаси куйидагиларга жавоб бериши лозим:

- қадимги дунё оърта аср ва янги давр спорт иншоотлари ҳақида маълумотга ега боълиши шарт;

- спорт иншоотларининг категорияларини билиши керак;

- спорт иншоотларининг таснифини билиши керак;

- спорт иншоотлари технологиялари чизмаси ва лойиҳалашни билиши лозим;

- спорт оъйинлари майдонлари ва гимнастик шаҳарчаларни оълчамлари билан таништириш усулларини **билиш керак;**

Коъникма–талабалар спорт иншоотлари фанидан спорт оъйинлари майдонлари ва гимнастик шаҳарчаларни коъриш, уларни талаб даражасида чизмаларини чизиш ва расмларга олиш, **коъникмаларига ега боълиши керак;**

	<p><b>“2” баҳо (қаниқарсиз) учун талабанинг билим даражаси қуйидагиларга жавоб бериши лозим:</b>  Белгиланган талабларни умуман бажара олмаса, аниқ тасаввурга ега бўлмаслик, билмаслик.</p>
--	--

Баҳолаш турлари	Баҳолаш	Оўтказиш вақти
Жорий назорат	5	Семестр давомида
Оралиқ назорат маъруза оёқитувчиси томонидан қабул қилинади. Сессия оралиқ назорат ёзма шаклда маъруза машғулотида оётилган мавзулар юзасидан вариантлар асосидаги саволларга жавоб ёзиш орқали оўтказилади.	<p>Оёзбекистон Республикаси Адлия вазирлигидан 2018 йил 26 сентябрдаги 3069-сон билан роёйхатдан оўтказилган “Олий таълим муассасаларида талабалар билимини назорат қилиш ва баҳолаш тизими тоёғрисидаги” низомга мувофиқ</p>	
Яқуний назорат	5	
Ёзма. Яқуний назорат шакли факултет кенгаши билан келишиб, ректор буйруғи билан тасдиқланади.	5	Семестр давомида
<b>ЖАМИ</b>	5	

## 7. Асосий ва қоёшимча оёқув адабиётлар ҳамда ахборот манбалари

### Асосий адабиётлар

№	Муаллиф	Адабиёт номи	Адабиёт тури	Нашр йили	Адабиётнинг АРМ	Адабиётнинг	Адабиётнинг

					даги шифри	АРМ даги инвен тар рақам и	АРМ даги сони
1	Л.Р. Айрапет янс	Волейбо л назария си ва услугия ти	Дарслик	Тошке нт ОъзДЖ ТИ 2012й	74.267.А 98	У- 7329	1
2	О.Т. Пасулов	Баскетб ол	Дарслик	Тошке нт 1998 й	75.586.Р. 25	92270 7	1
3	Ф.Хобж аев., Б.Б. Нигмано в., К.Д. Рахимку лов	Спорт ва харакат ли оъйинла р ва оъқити ш методик аси (Спорт оъйинла р)	Оъқув қоълланма	Тошке нт 2008 йил	74.267Х9 8	92454 8	1
4	Ш.Павл ов ва бошқала р	Гандбол	Дарслик	Тошке нт 2005 й	75.576 П13	92454 9	1
5	Р.Акром ов нинг тахрири остида	Футбол	Дарслик	Тошке нт 2006 й	75.578Ф9 8	92455 0	1
6	А.Н. Нормуро дов	Енгил атлетика	Оъқувқоълл анма	Тошкен т 2002й	75.711 Н833	92456 0	1
7	И.Ниёзо в	Енгил атлетика	Оъқув қоълланма	Фарғон а 2005 й	75.711Н6 0	92456 1	1
8	Р.	Йенгил	Оъқув	Тошке	75.711Қ-	У-	5

	Қудрато в	атлетик а	қоълланма	нт 2012 йил	36	7351	
9	И.И. Моргуно ва	Гимнаст ика ва уни оитиш методик аси	Оъқув қоълланма	Ташкен т, 2011 й	75.6 М84	У- 7450	10

### Қоъшимча адабиётлар

1. Рахимқулов К., Г.Хоърозов Спорт иншоотлари. Оъқув қоълланма. Тошкент, 2014
2. Саломов Р.С. Спорт машғулотнинг назарий асослари –Тошкент., Оъзбекистон Давлат жисмоний тарбия институти, 2005

### Интернет сайтлари

12. [www.tdpu.uz](http://www.tdpu.uz)
13. [www.педагог.уз](http://www.педагог.уз)
14. [www.зиёнет.уз](http://www.зиёнет.уз)

### ТЕСТ

1. Оърта махсус, касб-хунар таълим муассасаларида спорт иншоотларини ташкиллаштириш, такомиллаштириш ва таъмирлаш учун ким жавобгар ҳисобланади?  
А) Хоъжалик ишлари боъйича директор муовини;

**Б) Директор;**

В) ЁЧБТ оёқитувчиси;

Г) Жисмоний тарбия оёқитувчиси.

**2. Хизмат коёрсатиш ва ёрдамчи хоналар гуруҳларга қандай боёлинади?**

А) Техник маёмурий хизмат хонаси, ҳакамлар хонаси, томошабинлар ва қатнашувчилар учун ахборот хонаси;

**Б) Хоёжалик, техник маёмурий хизмат хонаси, шуёулланувчилар учун хона, ҳакамлар ва томошабинлар учун ахборот хонаси;**

В) Тиббий хона, омборхона, устахона, гараж, томошабинлар ва ҳакамлар учун ахборот хонаси;

Г) Омборхона, техник хона, маёмурий хизмат хонаси ва шуёулланувчилар учун хона.

**3. 1000 аҳоли учун очик спорт иншоотларининг талаб меёёрлари (м квадрат):**

А) 150; Б) 30; В) 55; Г) 45.

**4 Жисмоний тарбия ва спорт билан шуёулланишни хоёловчи шахсларни қайси формула ёрдамида аниқлаш мумкин?**

А)  $L=K+E+M-K_0$ ; Б)  $C=E-K-(Г-О_0)/Б$ ; В)  $E=A+B+(C-Д)/E$ ; Г)  $E=A+B/2C$ .

**5. Техник иқтисодий масалаларни ечиш ҳисобини олишда нимани ҳисобга олиш керак?**

А) Унинг тайёрлаш усули, заводда тайёрлашни молиялаштириш ва унга чидамлилиги;

Б) Қурилиш материаллари харажати, меҳнат харажати, тайёрлаш усули, заводда йиғиб тайёрланиши, уларнинг оловга чидамлилиги;

В) Меҳнат харажати, қурилиш материаллари харажати;

Г) Йиғиб тайёрланиш босқичи, уларнинг оловга чидамлилиги, меҳнат харажати.

**6. Спорт иншоотлари биноти қурилишини лойиҳалаштиришда нималар коёрсатилиши керак?**

А) Қурилишни молиявий лойиҳалаштиришда иқтисодий коёрсаткичи, келиш ёёллари, қурилиш жойлари, қурилиш роёйхати ва оётказиш қобилияти;

Б) Қурилиш жойлари, шуёулланувчиларнинг сони ва даражаси, қурилиш учун майдонларнинг тахминий ҳисоби, қурилишни лойиҳалаштиришни иқтисодий коёрсаткичи;

В) Келиш ёёллари, қурилиш ва уларни сиғдириш қобилияти роёйхати, қурилиш учун майдоннинг тахминий ҳисоби, лойиҳалаштириш қийматини иқтисодий коёрсаткичи;

Г) Шуёулланувчиларнинг сони ва даражаси, иншоотларнинг роёйхати ва оётказиш қобилияти, қурилиш учун майдоннинг тахминий ҳисоби.

**7. Ишчи чизмаларда нималар коёрсатилади?**

А) Фондментлар режаси, томларнинг режаси, девор, ностандарт режалар, таёминлаш тармоғи режаси, оёқув жиҳозларини жойлаштириш режаси;

Б) Ҳожатхоналарни жойлаштириш режаси, хизмат коёрсатувчи ходимларнинг

хонаси, томашабинлар жойлашиши учун жой режалари, томлар ва деворлар режаси;

В) Ностандарт қисмлар чизмаси, таъминлаш тармоғи режаси, ёрдамчи хоналарнинг жойлашиш режаси, фундаментлар режаси;

Г) Қаватлар режаси, майдоннинг бош режаси, хожатхона, ҳаммом ва ходимларнинг хизмат коърсатиш хоналари режаси.

**8. Турник устунининг қалинлиги қанча?**

А) 5-6; Б) 9-10; В) 7-8; Г) 15-20.

**9. Брусларнинг таянч устуни қалинлиги қанча?**

А) 10-12; Б) 3-4; В) 7-8; Г) 5-6.

**10. Оёқларни тираб оътириш учун оъриндиқларнинг баландлиги қанча?(см)**

А) 60-70; Б) 20-30; В) 50-60; Г) 35-45.

**11. Оддий гимнастика шаҳарчаларини қуришда турник ва оъриндиқларнинг оралиқ масофаси қанча?**

А) 250 см га яқин боълмаслиги керак;

Б) 200 см га яқин боълмаслиги керак;

В) 300 см га яқин боълмаслиги керак;

Г) 150 см га яқин боълмаслиги керак.

**12. Оърта махсус таълим муассасаларида қандай типдаги заллар лойиҳалаштирилади? (м)**

А) 14x20x6; 16x24x7; 9x16x6; 18x26x6 м;

Б) 16x22x7; 18x26x8; 10x20x6; 20x36x9 м;

В) 9x18x6; 18x24x6; 18x30x7; 18x36x8 м;

Г) 12x24x6; 22x40x9; 24x46x10; 20x38x7 м.

**13. Асфалтли, тахтали ва сақичли майдонларни белгилаш учун нимадан фойдаланилади?**

А) Оҳакли, клей, ёғли краска, семент;

Б) Клей, ёғли краска, емал краска, сунъий краска;

В) Оҳак, сунъий краска, клей, ёғли краска;

Г) Семент, емалли краска, сунъий краска.

**14. Тоъғри енгил атлетика ёълакчасининг узунлиги қанча?**

А) 100 м; Б) 120 м; В) 150м; Г) 130м.

**15. Қоъл тоъпи учун моължалланган майдоннинг оълчами қанча?**

А) 24x12 м; Б) 36x18 м; В) 40x20 м; Г) 38x19 м.

**16. Баскетбол шитининг оълчами?**

А) 2x1,4м; Б) 1,6x1,2м; В) 2,2x1,6м; Г) 1,8x1,1м.

**17. Бокс майдонининг оълчами қанча?**

А) 20x23м; Б) 18x21м; В) 15x18; Г) 22x25.

**18. Халқаро талаб боъйича футбол майдонининг оълчами қанча?**

А) 62x90м; Б) 90x120 м; В) 70x106м; Г) 75x110.

**19. Футбол дарвозаларининг оълчами қанча?**

А) 6,8x1,9м; Б) 7x2м; В) 7,32x2,44м; Г) 7,5x2,5м.

**20. Сузиш бассейни оълчами коъпинча қандай тартибда қурилади?**

А) 18x30м; Б) 25x35м; В) 22x38м; Г) 25x50м.

**21. Спорт иншоотларини умумий текшириш бир йилда неча маротаба оътказилади?**

А) 2; Б) 3; В) 4; Г) 5.

**22. Снарядларнинг юқори даражада ишлатилишида уларни текшириш оралик муддати қанча?**

А) 5-6 ойда бир марта; Б) 1-2 ойда бир марта; В) 3 ойда 2 марта; Г) 1 ойда уч марта.

**23. Спорт иншооти паспорти нима?**

А) Спорт иншоотлари моддий техник таъминоти учун белгиланган миқдорни олиш ҳуқуқини беради, спорт иншоотларига тоифалар белгилаш ҳуқуқини беради:

Б) Бино ва иншоотларнинг техник ҳолатини белгилайди, улар фойдали майдонларни белгилайди, асосий ва ёрдамчи қурилма ва хоналарни белгилайди, давлат банки ва қурилиш банкларда ҳисоб рақамини очиш ҳуқуқини беради;

В) Қурилиш иншоотлари фойдаланиш, молиялаштириш ва хоъжалик фаолиятини белгилайди, спорт иншоотлари ишлаб чиқариш қувватини белгилайди, спорт иншоотларига тоифа белгилаш ҳуқуқини белгилайди;

Г) Юридик ҳужжатлар ҳисобланади, ишлаб чиқариш қувватини белгилайди, бино ва иншоотини ва уларнинг фойдали майдонларини техник ҳолатини белгилайди.

**24. Сополдан материаллар тайёрлаш жараёни оъз ичига нималарни олади?**

А) Лой қазиб олиш, ҳар хил моддаларни қоъшиш, буюмни пишириш ва уларни омборхонада сақлаш;

Б) Иш аралашмасини тайёрлаш, шакллантириш, қуритиш ва уларни омборхонада сақлаш;

В) Лой қазиб олиш, иш аралашмасини тайёрлаш, шакллантириш, қури тиш, буюмларни куйдириш;

Г) Иш аралашмасини тайёрлаш, қуритиш, уларни омборхорнада сақлаш, керакли ҳароратни ушлаб туриш.

**25. Спорт ядроси қандай боълиши керак?**

А) Қоъчатлар оътказилган, сувни яхши оътказувчи грунт билан, юза қисми имкон қадар текис боълиши, оъйин майдончалари боълиши;

Б) Дренаж тизими оърнатилган, екилган жойлар боълиши, спорт ядроси бурчакларида буфетлар қурилган боълиши, ёғин ва оқава сувларининг чиқиш тизими;

В) Полларнинг юза қисми имкон қадар текис боълиши, оъйин майдончалари боълиши, гул оътказилган жойлар боълиши, ёритиш мос ламалари, спорт ядроси бурчакларида буфетлар қурилган боълиши, сувни яхши оътка зувчи грунт;

Г) Сувни яхши оътказувчи грунтли дренаж тизими оърнатилган боълиши, ёғин ва оқава сувларини чиқиб кетишини таъминлаш тизими, полнинг юза қисми текис боълиш.

**26. Кечки вақтда оът-оъланларни қисқартириш оралик вақти қандай?**

А) 2-3 кун; Б) 7-10 кун; В) 4-5 кун; Г) 5-6 кун.

**27. Оът-оъланларни қисқартиришда баландлиги қанча боълиши керак?**

- А) 6 см дан паст боълмаслиги керак; Б) 5 см дан паст боълмаслиги керак;
- В) 4 см дан паст боълмаслиги керак;
- Г) 7 см дан паст боълмаслиги керак.

**28. 960 оъқувчига моължалланган снаряд хонасининг оълчами қанча?**

- А) 10 м кв; Б) 20 м кв; В) 25 м кв; Г) 30 м кв.

**29. 720 оъқувчига моължалланган енгил атлетика ва оъйин учун иншоот майдонининг оълчами қанча?**

- А) 2000 м кв; Б) 2500 м кв; В) 2950 м кв; Г) 3500 м кв.

**30. Асосий спорт иншоотлари таркибий элементлари?**

- А) Майдонча, майдон, машғулот учун алоҳида жойлар, оъқув жараёнини ташкиллаштириш учун қурилма ва мосламалар, ҳар хил бинолар;
- Б) Машғулот учун алоҳида жойлар, майдонлар, секторлар, қурилмалар;
- В) Майдончалар, майдонлар, секторлар, спорт зали, машғулот учун алоҳида жойлар;
- Г) Ҳар хил бинолар, майдончалар, майдонлар, секторлар, хоъжалик бинолари.

**31. 1000 кишилик аҳоли учун спорт залига (м<sup>2</sup>) боълган меъёрий ехтиёж?**

- А) 200 м<sup>2</sup>; Б) 150 м<sup>2</sup>; В) 100 м<sup>2</sup>; Г) 250 м<sup>2</sup>.

**32. Спорт билан шуғулланишни хоъловчиларни ҳисобга олиш учун қандай маълумотлардан фойдаланилади?**

- А) Ҳисоб жараёнидаги шуғулланувчилар сони аҳолини умумий сонининг мувофи қлиги, қатнашувчилар ҳақидаги маълумот;
- Б) Аҳолини қизиқиши ҳақидаги маълумотлар таҳлили, спорт билан шуғулланишни хоъловчилар сони, маълум одамлар ичидан жамланганлар ҳажми;
- В) Аҳолининг умумий сонининг мувофи қлиги, спорт билан шуғулланишни хоъловчилар сони, маълум одамлар ичидан танланганлар ҳажми, аҳолининг қизиқиши ҳақидаги маълумот таҳлили, қатнашувчилар ҳақидаги маълумот, ҳисоб жараёнидаги шуғулланувчилар сони;
- Г) Маълум одамлар ичидан танланганлар ҳажми, ҳисобга олиш жараёнидаги шуғулланувчилар сони, қатнашувчилар ҳақидаги маълумот. Аҳолининг қизиқиши ҳақидаги маълумот таҳлили.

**33. Лойихалаштириш услублари?**

- А) Гуруҳлаб, индивидуал, экспериментал;
- Б) Конструктив, гуруҳлаб, индивидуал;
- В) Типик, конструктив, индивидуал, коъп марталик;
- Г) Конструктив, типик, экспериментал, индивидуал.

**34. Спорт иншооти лойихаси деб нимага айтилади?**

- А) Лимитлар, чизмалар, лойихалаштириладиган бино, сметалар;
- Б) Чизмалар, лойихалаштириладиган бино, ҳисоб-тушунтириш ёзуви;
- В) Сметалар, лойихалаштириладиган бино, машғулот объектлари ескизи ва



моделлари;

Г) Чизмалар, ҳисоб-тушунтириш ёзуви, сметалар.

**35. Техник лойиҳа чизмаларида нима акс еттирилади?**

А) Пойдевор режаси, майдон режаси, ностандарт деталлар ва қисмлар чизмаси, тоъсиқлар ва том режаси;

Б) Шамоллатиш, сув таъминоти ва телефон тармоқлари режаси, қаватлар ва балконлар режаси;

В) Қаватлар режаси, қирқимлар ва фасад, майдон режаси;

Г) Майдон режаси, иситиш тармоғи режаси, пойдеворлар режаси, тоъсиқлар ва том режаси.

**36. Оърта-махсус таълим муассасаларида оъқув базаси қанча миқдордаги жойдан лойиҳалаштиради?**

А) 480-720-960-1440-1920 оъқувчидан;

Б) 360-440-520-680-860-1200 оъқувчидан;

В) 400-600-800-1200-1600 оъқувчидан;

Г) 500-800-1400-1800-1200 оъқувчидан.

**37. Сув оътадиган майдончаларда чизиқлар нима билан юргизилади?**

А) Опилка, боър, оҳак, елимли боъёқ;

Б) Боър, ёғли боъёқ, емал боъёқ, оҳакли боъёқ;

В) Оҳакли, елимли, ёғли боъёқлар;

Г) Оҳак, боър, емал боъёқ, елимли боъёқ.

**38. Югуриш ёълақлари типлари?**

А) Қумли, керамик, кокс кули, тупроқли;

Б) Қумли, керамик, кокс пирит кули, кокс кули;

В) Пирит кули, тупроқли кул, керамик қумли;

Г) Қумли, кокс кулли, пирит кулли, кокс пирит кулли, керамик.

**39. Волейбол майдончаси асосий оълчамлари?**

А) 20-10 м; Б) 18-9 м; В) 22-11 м; Г) 24-12 м.

**40. Теннис столи асосий оълчамлари?**

А) 2-13 м; Б) 274-152 м; В) 25-14 м; Г) 22-12 м.

**41. Кураш майдони оълчамлари?**

А) 14-18 м; Б) 16-20 м; В) 20-24 м; Г) 18-22 м.

**42. Оғир атлетика мости асосий оълчамлари?**

А) 4-4 м; Б) 3-4 м; В) 3-2 м; Г) 4-5 м.

**43. Футбол майдонига қоъйиладиган дернинг оълчамлари?**

А) 15-20-10 см; Б) 25-35-7 см; В) 30-40-8 см; Г) 20-30-9 см.

**44. Сузиш бассейнарининг ени қанча боълади?**

А) 20-16-11-6 м; Б) 23-18-13-8 м; В) 24-19-14-9 м; Г) 25-21-16-11 м.

**45. Спорт иншоотларини таъмирлаш турлари?**

А) Ҳар кунги, жорий; Б) Оралиқ, капитал, ҳар ҳафталик; В) Ойлик, йиллик капитал; Г) капитал жорий.

**46. Спорт анжомлари ва инвентарларига мавсумдан соънги хизмат коърсатишга нима киради?**

А) Анжомларни қисман қисмларга ажратиш, тозалаш мойлаш;

Б) Анжомларни тоълиқ қисмларга ажратиш, детал ва қисмларини

алмаштириш, тозалаш ва мойлаш, узоқ сақлашга тайёрлаш;

В) Деталларни тозалаш ва мойлаш, детал ва қисмларини алмаштириш;

Г) Детал ва қисмларини алмаштириш.

**47. Спорт иншоотлари соҳасида статистик ҳисобга олишга нималар киради?**

А) СИ ни қайта роъйхат қилиш тури синфи , гуруҳи ва қувватига коъра группалаш СИ тармоқларининг туман, шаҳар, вилоят ва республикада жойлашуви;

Б) СИ ҳисоби ва қайта текшириш, туман, шаҳар, вилоятларда жойлашуви спорт турлари боъйича тақсимлаш;

В) Спорт иншоотларининг туман, вилоят марказларида тақсимланиши СИ ни қайта роъйхат қилиш;

Г) Спорт иншоотларини спорт тури ва қувватига коъра гуруҳлаш санитария ҳолатини қайд қилиш СИ юкланганлиги графиги СИ ни ҳисоб ва қайта роъйхат қилиш.

**48. Қурилиш материаллари тайёрланиш усулига коъра қандай ажратилади?**

А) Органик хомашёга кимёвий ишлов бериш орқали, кислотага чидамли, товуш ютувчи, фақат механик ишлов берилган, куйдириш ва пишириш орқали олинган;

Б) Куйдириш ва пишириш орқали олинган, еритиш орқали, кислотага чидамли, товуш ютувчи;

В) Табiiй, фақат механик ишлов берилган, куйдириш ва пишириш орқали, хомашёга кимёвий ишлов бериш орқали, еритиш орқали, органик бириктирувчи материалларга технологик ишлов бериш орқали;

Г) Органик хомашёга кимёвий ишлов бериш орқали, оътга чидамли, кислотага чидамли, товуш ютувчи, фақат механик ишлов берилган, еритиш орқали.

**49. Спорт ядросининг қурилишида қоъйиладиган талаблар?**

А) Томошабинлар учун жой, куёш ва ёмғирдан ҳимоя соябони, 8 та югуриш ёълакчаси, спорт ядроси радиоалоқаланган боълиши, сакраш ва улоқтириш жойи футбол майдонидан 3 метр ораликда боълиши керак;

Б) Ядро улоқтириш жойи фақат шимолий секторда жойлашган боълиши керак, 6 та югуриш ёълакчаси, синтетик қоплама гилам ёпилган боълиши керак;

В) Томошабин учун жой, ядро улоқтириш жойи шимолий секторда жойлашган боълиши керак, найза отиш жойи жанубий томонда, сакраш жойи ва улоқтириш жойи футбол майдонидан 3 метр узоқликда жойлашган, баландликка сакраш фақат шимолий томонда;

Г) Ҳамма сакраш ирғитиш жойлари футбол майдончасининг чизигидан 3 метр масофада жойлашган боълиши керак, спорт ядроси радиоалоқаланган боълиши, 8 та югуриш ёълакчаси синтетик қоплама билан ёпилган боълиши керак, томошабин жойи боълиши керак.

**50. Футбол майдонининг хоъллаш чуқурлигини аниқланг?**

А) 5-6 см; Б) 10-15 см; В) 7-8 см; Г) 8-9 см.

**51. Оътни куздаги калталаш интервали?**

А) 5-6 кун; Б) 6-7 кун; В) 7-8 кун; Г) 8-12 кун;

**52. Волейбол таянчининг баландлиги?**

А) 2,5 м; Б) 2,4 м; В) 2,3 м; Г) 2,2 м.

**53. Ядро спортининг оълчови оърта махсус таълим муассасалари 1440 ёки 1920 оъқувчига.**

А) 6000 м2; Б) 7000 м2; В) 8000 м2; Г) 9600 м2.

**54. «СИ » нимани оъргатади?**

А) ХС ва СИ таркиби ва таснифи, (оърта махсус таълим муассасаларида) ЁЧҚБТ машфулотларини оътказиш учун зарур;

Б) ХС ва СИ курилиши ва ишлатилишига, услубий нусхалар ишлаб чиқиш, ЁЧҚБТ боъйича СИ курилиши технологик моделлар режаси, проектлаштириш боъйича асосий талаблар ва пилотениялар;

В) ОъМТМ ХС ва СИ таркиби ва таснифи. 10 ҳарбий Амалий спорт турлари боъйича спорт иншоотларига асосий талаблар;

Г) ОъМТМ ХС ва СИ таркиби ҳамда (таснифи, режалаштиришининг асосий талаблари, курилиши ва ишлатиш, моделлар ва технологик режалар ҳарбий амалий спорт турлари боъйича ХС ва СИ асосий талаблар нусхаларини ишланмаси;

**55. Спорт иншоотлари таркибига нималар киради?**

А) Томошабинлар учун жой;

Б) Томошабинлар учун жой, майдон, дала;

В) Асосий иншоотлар, майдон, дала, томошабинлар учун жой;

Г) Ёрдамчи хоналар ва иншоотлар, асосий иншоотлар, майдон, дала.

**56. 1000 киши учун ёпиқ иншоотларга меъёрий талаблар?**

А) 0,15 га; Б) 0,30 га; В) 0,45 га; Г) 0,62 га.

**57. СИ курилишининг режалаштириш асоси нимада?**

А) Тумандаги оърганувчиларнинг ёш даражаси машфулотларни ташкиллаш жойлари ва базасини давомат ҳисоботида;

Б) Машфулот ташкиллаш жойларида ва базасида давомат ҳисоби. Анкетирования, аҳолининг соъровномаси, жисмоний ва спорт фаолиятини таҳлили;

В) Анкетирования, туманнинг ривожланиш режаси ва хужжатлари ҳисобини оърганиш, машфулот ташкиллаш жойларида ва базасида давомат ҳисоби, тумандаги оърганувчиларнинг ёш даражаси;

Г) Аҳолининг соъровномаси ва уларнинг жисмоний ва спорт фаолияти таҳлили, машфулотларни ташкиллаш жойларда ва базасида давомат ҳисоби, об-ҳаво шароити, анкетирования.

**58. Спорт иншоотлари типовой проекти муҳимлигига қайси омиллар таъсир қилади?**

А) Янги технология, янги конструктив ва естетик архитектурали услубларни қоъллаш, янги материалларнинг пайдо боълиши, янги курилиш усулларида оърганиш, замонавий педагогик талаблар, услубий имкониятларни кенгайтириш, оъқув жараёнида янги формаларни ташкил қилиш;

- Б) Оўқув материалнинг янги формаларини ташкиллаш, услубий имкониятларни кенгайтириш, замонавий педагогик талаблар, қурилишнинг янги усуллари, молиялашнинг янги форма ва усуллари, янги материаллар;  
В) Услубий имкониятларни кенгайтириш, янги конструктив ва эстетик архитектура усуллари қўллаш;  
Г) Замонавий педагогик талаб, технологияларни янгилаш, қурилишнинг янги усуллари оъзлаштириш, молиялаш ва режалаштиришнинг янги формалари.

**59. Спорт иншоотлари қурилиши қандай усуллар билан бажарилади?**

- А) Якка, пудрат;  
Б) Пудрат, хоўжалик ёки комбинатсиявий усул;  
В) Типовой, комбинатсиявий ва якка усул билан;  
Г) Якка, жамоа хоўжалик, комбинатсиявий ва жамоа услуби.

**60. Оўтиргичнинг (скамейка) олдинги қисмидан оёқ учун таянчлар қанча масофага оърнатилади?**

- А) 45-50 см; Б) 70-75 см; В) 50-55 см; Г) 55-60 см;

**61. Майдонларни оълчаш ва қуриш учун қандай жиҳозлар боълиши зарур?**

- А) 50 мм ли поълатли оълчам лента, темир штир, екер, ватерпас;  
Б) 30-60м ли узунликдаги поълат сим, 10-120м узунликдаги шнур, ватерпас, штангенсиркул, арқонли учбурчак;  
В) 50 м узунликдаги поълат оълчаш лентаси. 30-60 м ли поълат сим, темир штир,  
Г) 100-120 м ли инжер, арқонли учбурчак.

**62. Қандай югуриш ёълаклари мавжуд?**

- А) Тоъғри бурчакли, қутили, тоъғри; Б) Тоъғри, якка ҳолда; В) Якка ҳолда, тоъғри бурчакли, қутили; Г) Полисентрли, тоъғри, тоъғри бурчакли.

**63. Баскетбол оъйини учун спорт майдонининг асосий оълчами?**

- А) 20x12м; Б) 22x14; В) 26x16; Г) 26x14.

**64. Теннис оъйини спорт майдонининг асосий оълчами?**

- А) 40-20 м; Б) 38-18 м; В) 36-16 м; Г) 34-14 м.

**65. Қоъл тоъпи оъйини учун дарвоза оълчами?**

- А) 1,8-2,6 м; Б) 2,2-3,2 м; В) 2-2,8 м; Г) 2-2 м.

**66. Оғирлик билан машқлар учун майдон оълчами?**

- А) 14-18м; Б) 16-20 м; В) 18-22 м; Г) 20-24 м.

**67. Янгидан қопланган футбол майдонини қачон қайта фойдаланишга топшириш мумкин?**

- А) 1 йилдан кейин; Б) 1,5-2 йилдан кейин; В) 2-2,5 йилдан кейин; Г) 6 ойдан кейин;

**68. Чоъмилиш ваннасининг минимал чуқурлиги оълчами?**

- А) 1 м дан кам боълмаган; Б) 1,2 м дан кам боълмаган; В) 1,4 м дан кам боълмаган; Г) 1,8 м дан кам боълмаган.

**69. Спорт иншоотлари жорий иш режаси неча йилга тузилади?**

- А) 5 йилга; Б) 3 йилга; В) 1 йилга; Г) 2 йилга.

**70. Даврий назорат ва спорт инвентарлари ва жиҳозлари хизмати**

**нималарни оъз ичига олади?**

- А) Ювиш, мойлаш, регулировка қилиш;
- Б) Қисман сочиш ва йиғиш, боъяш, ювиш;
- В) Боъяш ва пардозлаш, регулировка, ювиш ва йиғиш;
- Г) Ювиш, мойлаш, регулировка қилиш, қисман сочиш ва йиғиш, алоҳида қисмларни алмаштириш.

**71. Спорт иншоотларига қандай ҳисобот турлари қабул қилинади?**

- А) Мавсумий, статистик, йиллик;
- Б) Оператив, ҳисобчи, статистик;
- В) Мавсумаро, йиллик;
- Г) Статистик, мавсумий, йиллик, оператив.

**72. Қоълланилишига қараб қурилиш материаллари қандан боълинади?**

- А) Конструксион, умумий қоълланилиши, махсус мосланиши, иссиқ ажратувчан, акустик, оқлаш, гидроизолатсион ва тунука герметиклаш;
- Б) Акустик, герметик мосламали, умумий ва махсус мосланиши, теплоизолатсион, табиий, оддий, мураккаб;
- В) Конструксион, теплоизолатсион, оқлаш, герметик, оддий, мураккаб, экологик, акустик;
- Г) Умумий мосланиши, махсус мосланиши, герметик гидроизолатсион ва тунука, табиий емирилишга қарши, экологик, акустик, оддий, мураккаб.

**73. Қандай югуриш ёълақлари синтетик қоплама билан қурилади?:**

- А) Тартанли, асфалт резинали, резина битумли;
- Б) Рекортанли, асфалт резинали, резинапириттовали;
- В) Арменов, асфалт резинали, резина битумли, асфалт гаревали;
- Г) Арманли, тартанли, рекортановали.

**74. Оъйин майдонларининг қурилиши қандай боълиши керак?**

- А) Текис, қалин, егилувчан, сув оътказмайдиган;
- Б) Сув оътказмайдиган, атмосферага чидамли, текис, қалин;
- В) Атмосферага чидамли, егилувчан, текис, қалин, сув оътказмайдиган;
- Г) Атмосферага чидамли, оъз ичида намликни ушлаб тура оладиган, коптокни яхши қайтаришни таъминлайдиган, текис, қалин, егилувчан.

**75. Футбол майдонларида ёъ фаслида оът-оъланларни қисқартириш вақти оралиғи қанча?**

- А) 8-10 кун; Б) 6-7 кун; В) 3-4 кун; Г) 5-6 кун.

**76. Бегона оътлар билан курашиш нималарни оъз ичига олади?**

- А) Тозалаш, ерни қайта чопиш, екиш, ягана қилиш;
- Б) Тозалаш, екиш, ягана қилиш, оъғитлаш, полиетилен билан майдонни ёпиш;
- В) Ёрни қайта, чопиш, ягана қилиш, оъғитлаш, майдонни полиетилен билан ёпиш;
- Г) Екиш, ягана қилиш, оъғитлаш.

**77. 480, 720 ва 960 оъқувчига моължалланган ОъМнинг спорт майдонлари оълчами?**

- А) 4900м кв;

- Б) 3600м кв;
- В) 2400м кв;
- Г) 5500м кв.

**78. Спорт иншоотлари жорий иш режаси неча йилга тузилади?**

- А) 5 йилга;
- Б) 3 йилга;
- В) 1 йилга;
- Г) 2 йилга.

**79. Тоъсиқлар майдонидаги лабиринтнинг баландлиги қанча?**

- А) 1,5м;
- Б) 2м;
- В) 1м;
- Г) 1,1м.

**80. Оёқларни тираб оётириш учун оёриндиқларнинг баландлиги қанча?(см)**

- А) 60-70;
- Б) 20-30;
- В) 50-60;
- Г) 35-45.

**81. Турник устунининг қалинлиги қанча?**

- А) 5-6;
- Б) 9-10;
- В) 7-8;
- Г) 15-20.

**82. Қоъл тоъпи учун моължалланган майдоннинг оълчами қанча?**

- А) 24x12 м;
- Б) 36x18 м;
- В) 40x20 м;
- Г) 38x19 м.

**83. Оът-оъланларни қисқартиришда баландлиги қанча боълиши керак?**

- А) 6см дан паст боълмаслиги керак;
- Б) 5см дан паст боълмаслиги керак;
- В) 4см дан паст боълмаслиги керак;
- Г) 2см дан паст боълмаслиги керак.

**84. Лойихалаштириш услублари?**

- А) Гурухлаб, индивидуал, експериментал;
- Б) Конструктив, гурухлаб, индивидуал;
- В) Конструктив, типик, експериментал, индивидуал;
- Г) Коъп марталиқ, индивидуал, експериментал, типик, гурухлаб.

**85. Отиш майдони ёритилганлиги қанча боълиши керак?**

- А) 5-6 лукс;
- Б) 7-8 лукс;
- В) 9-10 лукс;
- Г) 15-20 лукс.

**86. Волейбол майдончаси асосий оьлчамлари?**

- А) 20-10 м;
- Б) 18-9 м;
- В) 22-11 м;
- Г) 24-12м;

**87. Спорт иншоотларини таъмирлаш турлари?**

- А) Оралик, капитал ҳар ҳафталик;
- Б) Ойлик, йиллик капитал.
- В) Йиллик, ҳафталик.
- Г) Капитал жорий.

**88. 480, 720 ва 960 оьқувчига моъжалланган ОьМнинг спорт майдонлари оьлчами?**

- А) 4900м кв;
- Б) 3600м кв;
- В) 2400м кв;
- Г) 5500м кв.

**89. Спорт иншоотлари жорий иш режаси неча йилга тузилади?**

- А) 5 йилга;
- Б) 3 йилга;
- В) 1 йилга;
- Г) 2 йилга.

**90. Теннис оьйини спорт майдонининг асосий оьлчами?**

- А) 40-20 м;
- Б) 38-18 м;
- В) 36-16 м;
- Г) 34-14 м.

**91. Қоъл тоъпи оьйини учун дарвоза оьлчами?**

- А) 1,8-2,6м;
- Б) 2,2-3,2м;
- В) 2-2,8;
- Г) 2-3 м;

**92. Оғирлик билан машқлар учун майдон оьлчами?**

- А) 14-18 м;
- Б) 16-20 м;
- В) 18-22 м;
- Г) 20-24 м.

**93. Спорт иншоотлари таркибига нималар киради?**

- А) Томошабинлар учун жой;
- Б) Томошабинлар учун жой, майдон, дала;
- В) Асосий иншоотлар, майдон, дала, томошабинлар учун жой;
- Г) Ёрдамчи хоналар ва иншоотлар, асосий иншоотлар, майдон, дала;

**94. 1000 киши учун ёпиқ иншоотларга меъёрий талаблар?**

- А) 0,15 га;
- Б) 0,30 га;

В) 0,45 га;

Г) 0,62 га.

**95. Футбол майдонини ҳоъллаш чуқурлигини аниқланг?**

А) 5-6 см;

Б) 10-15 см;

В) 7-8 см;

Г) 8-9 см.

**96. Оътни куздаги калталаш интервали?**

А) 5-6 кун;

Б) 6-7 кун;

В) 7-8 кун;

Г) 8-12 кун.

**97. Волейбол таянчининг баландлиги.**

А) 2,5 м;

Б) 2,4 м;

В) 2,3 м;

Г) 2,2 м.

**98. Теннис столи асосий оълчамлари?**

А) 2-13 м;

Б) 274-152 м;

В) 25-14 м;

Г) 22-12 м;

**99. Кураш майдони оълчамлари?**

А) 14-18 м;

Б) 16-20 м;

В) 20-24 м;

Г) 18-22 м.

**100. Оғир атлетика мости асосий оълчамлари?**

А) 4-4 м;

Б) 3-4 м;

В) 3-2 м;

Г) 4-5 м.

### **Фойдаланилган адабиётлар**

1. Рахимқулов К., Г.Хоърозов Спорт иншоотлари. Оъкув қоълланма. Тошкент, 2014

2. Саломов Р.С. Спорт машғулотнинг назарий асослари –Тошкент., Оъзбекистон Давлат жисмоний тарбия институти, 2005





Туризм 2-курс.docx