

ЎЗБЕКИСТОН ДАВЛАТ ЖИСМОНИЙ ТАРБИЯ ИНСТИТУТИ
ИНФОРМАТИКА ВА ИНФОРМАЦИОН ТЕХНОЛОГИЯЛАР КАФЕДРАСИ

М.С.Ходжаев

СПОРТ ИНШООТЛАРИ
ФАННИНГ ЎҚУВ –УСЛУБИЙ
МАЖМУАСИ

ТОШКЕНТ – 2015

Мундарижа

Мундарижа	2
Ўқув дастури.....	4
Ишчи ўқув дастури.....	14
Фаннинг календар режаси	18
Спорт иншоотлари	19
Спорт иншоотлари фанидан назорат саволлари	21
<i>Рейтинг баҳолаш низоми</i>	26
<i>Спорт иншоотлари фанидан рейтинг баҳолаш тизими</i>	30
Тестлар	31
Маъруза №1	60
Маъруза машғулотининг ўқитиш технологияси	60
Маъруза машғулотининг технологик харитаси	61
Маъруза_1: Фанга кириш. Спорт иншоотларининг давр талаблари. Спорт иншоотлари таснифи.	62
Назорат саволлари	72
Мустақил ўрганиш учун мавзулар.....	72
Адабиётлар	73
Маъруза учун тақдимотлар	74
Маъруза №2	80
Маъруза машғулотининг ўқитиш технологияси	80
Маъруза машғулотининг технологик харитаси	81
Маъруза_2: Қадимги дунё, Ўрта аср ва янги давр спорт иншоотлари ҳақида қисқача тарихий маълумот. Мустақил Ўзбекистондаги Янги спорт иншоотлари ҳақида маълумот.	82
Назорат саволлари	94
Адабиётлар	95
Маъруза учун тақдимотлар	97
Маъруза №3	107
Маъруза машғулотининг ўқитиш технологияси	107
Маърузанинг технологик харитаси	108
Маъруза_3. Спорт иншоотлари назарияси. Спорт иншоотларини шакли ва ўлчамлари. Спорт иншоотларининг шаклланиши.	110
Адабиётлар	123
Маъруза учун тақдимотлар	124
Маъруза №4	134
Маъруза машғулотининг ўқитиш технологияси	134
Маъруза машғулотининг технологик харитаси	135
Маъруза_4. Спорт иншоотларини лойиҳалаш ва қуришда асосий ташкилий ҳолатлар. Ўйин майдонлари (баскетбол, волейбол, футбол, қўл тўпи, теннис, бадминтон).....	136
Назорат саволлари	151
Адабиётлар	151
Маъруза учун тақдимотлар	152
Маъруза №5	163
Маъруза машғулотининг ўқитиш технологияси	163
Маърузанинг технологик харитаси.	164
Маъруза_5. Спорт иншоотлари фалятини режалаштириш. Спорт иншоотларининг классификацияси ва тоифаланиши. Спорт майдонлари конструкцияси ва материаллари.	165
Маъруза учун тақдимотлар	174
Маъруза №6	181
Маъруза машғулотининг ўқитиш технологияси	181
Маърузанинг технологик харитаси	181

Маъруза_6. Шаҳар ва қишлоқларда спорт иншоотлари тармоқлари. Қишлоқларда спорт иншоотларини режалаштириш	183
Маъруза учун тақдиротлар	193
Спорт иншоотлари фанидан амалий машғулот ишланмалари	197
Амалий машғулот № 1. Фанга кириш	198
Амалий машғулот № 2. Баскетбол ва волейбол ўйин майдонлари.	200
Амалий машғулот № 3. Футбол ва қўл тўпи майдонлари.....	202
Амалий машғулот № 4. Чим устида хоккей учун майдон.....	207
Амалий машғулот № 5. Теннис ва бадминтон майдони	209
Амалий машғулот № 6. Очиқ турдаги спорт иншоотлари. Спорт ядроси	210
Назорат учун саволлар:	211
Амалий машғулот № 7. Очиқ турдаги спорт иншоотлари. Спорт мажмуалари ва алоҳида қурилган иншоотлар.	212
Амалий машғулот № 8. Сузиш учун сув ҳавзаси.....	213
Назорат учун саволлар:	215
Амалий машғулот № 9. Сувга сакраш учун сув ҳавзаси.	216
Назорат учун саволлар:	218
Амалий машғулот № 10. Кураш ва бокс спорт турлари учун майдонлар	220
Назорат учун саволлар:	223
Амалий машғулот № 11. Қишги спорт турлари учун спорт иншоотлари. Муз устида хоккей.	224
Назорат учун саволлар:	226
Амалий машғулот № 12. Ўқув юртлари учун спорт майдончалари.	227
Мактаб спорт зали.	229
Назорат учун саволлар:	230
Амалий машғулот № 13. Мактаб ёшигача бўлган болалар спорт иншоотлари	231
Амалий машғулот № 14. Ёпиқ турдаги спорт иншоотлари.	232
ГЛОССАРИЙ.....	240
АДАБИЁТЛАР.....	245
Интернет саҳифалари бўйича қисқача йўлланма	246

**ЎЗБЕКИСТОН РЕСПУБЛИКАСИ МАДАНИЯТ ВА СПОРТ ИШЛАРИ
ВАЗИРЛИГИ**

ЎЗБЕКИСТОН ДАВЛАТ ЖИСМОНИЙ ТАРБИЯ ИНСТИТУТИ

Информатика ва ахборот технологиялари кафедраси

Ўқув дастури

Фан: СПОРТ ИНШООТЛАРИ

Тошкент – 2015

ЎЗБЕКИСТОН РЕСПУБЛИКАСИ
ОЛИЙ ВА ЎРТА МАХСУС ТАЪЛИМ ВАЗИРЛИГИ

Рўйхатга олинди

БД-5810200.3-01

«23» 08 2008 йил

Ўзбекистон Республикаси Олий ва
ўрта махсус таълим
вазирлигининг 2008 йил «23»
08 даги «263» -сонли
буйруғи билан тасдиқланган

«СПОРТ ИНШООТЛАРИ» фанининг

ЎҚУВ ДАСТУРИ

Билим соҳаси:	100 000 – Таълим; 800 000 – Хизматлар
Таълим соҳаси:	140 000 – Ўқитувчилар тайёрлаш ва педагогика фани; 810 000 – Хизмат кўрсатиш соҳаси
Таълим йўналиши:	5140900 – Касб таълими, Спорт фаолияти (фаолият турлари бўйича) 5810200 – Спорт фаолияти (фаолият турлари бўйича)

Тошкент – 2008

Фаннинг ўқув дастури Олий ва ўрта махсус, касб-хунар таълими ўқув-услугий бирлашмалари фаолиятини мувофиқлаштирувчи кенгашнинг 2008 йил «20» 08 даги «4» -сонли мажлис баёни билан маъқулланган.

Фаннинг ўқув дастури Ўзбекистон Давлат жисмоний тарбия институтида ишлаб чиқилди.

Тузувчилар:

Ходжаев М.С.-“Информатика ва информацион технологиялар” кафедраси мудири, ф-м.ф.н.

Такризчилар:

Шаджалилов Ш. – техника фанлари номзоди, доцент, «ЎзЛИТТИ” ЁАЖнинг илмий ишлар бўйича директор ўринбосари

Частоедов А.Ю. – геолого-минерология фанлар номзоди, Пойдеворлар ва ер ости иншоотлари илмий-тадқиқот лойиҳа –технология институтининг бўлим бошлиғи

Фаннинг ўқув дастури Ўзбекистон Давлат жисмоний тарбия институти Илмий-методик кенгашида тавсия қилинган (2008 йил «24» 06 даги «6» -сонли баённома).

Кириш

Ушбу дастур жисмоний тарбиянинг ва спорт машғулотларини ташкил этиш ва ўтказишда моддий техникавий асос ҳисобланади. Спорт иншоотлари фанида спорт иншоотларини лойиҳалаштириш, спорт иншоотларидан фойдаланиш, спорт иншоотларининг меъёрий талаблари ўрганилади.

Ўқув фанининг мақсади ва вазифалари

Фанни ўқитишдан мақсад — талабалар спорт амалиётида кенг қўлланиладиган спорт иншоотларини ўрганиш, спорт иншоотлари ҳақида керакли билимни эгаллаш ва амалда уларни қўллай билиш маҳоратини ўрганиш; спорт иншоотларидан фойдаланиш ва уни ривожлантириш муаммоларини ҳал этишга мос билим, кўникма ва малакани шакллантиришдир.

Фаннинг вазифаси спорт иншоотларига оид ижодий фаолият тажрибасини шакллантириш; ҳар хил жиҳозларни, қурилмалардан фойдаланиш, уларни тайёрлаш қоидалари ва усуллари, машғулотлардан ўтказиш учун мустақил жой тайёрлаш спорт иншоотларининг атроф – муҳитга таъсирини тўғри ҳисобга олишни ўргатишдан иборат.

Фан бўйича талабаларнинг билимга, кўникма ва малакасига қўйиладиган талаблар

“Спорт иншооти” ўқув фанини ўзлаштириш жараёнида амалга ошириладиган масалалар доирасида бакалавр:

-спорт амалиёти спортчиларнинг спорт иншоотлари ҳақида керакли билимни эгаллаш ва амалда қўллай билиш маҳоратини ўрганишни **билиши керак**;

- ҳар хил жиҳозларни, қурилмалардан фойдаланиш, уларни тайёрлаш қоидалари ва усуллари, машғулотлардан ўтказиш учун мустақил жой тайёрлаш спорт иншоотларининг атроф – муҳитга таъсирини тўғри ҳисобга олишни билиш ва тадбиқ этиш **кўникмаларига эга бўлиши керак**.

-“оддий ”ва “мураккаб” ҳаракат жой модели. “Оддий ”ва “мураккаб” ҳаракат жой модели ва тизими. Ҳаракат ва таъсир этиш муҳити ҳамда воситаси. Ҳаракат ва таъсир этиш жойининг пайдо бўлиш қонуниятлари. Ҳаракат таъсироти жойини қуриш принципи. Иморат ва иншоотларини ҳажм – режалаштириш қарорлари . Ҳажм – режалаштириш қарорлари модели. Иморат ва иншоотларини қурилиш қисмлари ва функционал элементлари . Ҳажм – режалаштириш қарорларига спорт – педагогика , санитария – гигиена техник ва иқтисодий талабларнинг йўналишларни ривожлантириш **малакаларига эга бўлиши керак**.

Фаннинг ўқув режадаги бошқа фанлар билан ўзаро боғлиқлиги ва услубий жиҳатдан узвий кетма-кетлиги

Спорт иншооти фани асосий ихтисослик фани ҳисобланади. Дастурни амалга ошириш ўқув режасида режалаштирилган жисмоний тарбия тарихи, жисмоний тарбия назарияси ва услубияти, физиология, психология, фалсафа, маънавият ва маърифат асослари, танланган спорт тури назарияси ва услубиёти фанларидан етарли билим ҳамда кўникмаларга эга бўлишлик талаб этилади.

Фаннинг жисмоний тарбия ва спортдаги ўрни

Жисмоний тарбия ва спортда жисмоний машғулотларни тўғри тақсимлашда зарур бўладиган билим ва кўникмаларни шакллантириш демакдир. Спорт иншооти фанини ўрганиш жараёнида бўлажак ўқитувчи–устозлар спорт иншоотининг функционал технология чизмаси, ўқув – машқ, спорт – намойиш, жисмоний тарбия – соғломлаштириш иншоотлари функционал чизмасининг пайдо бўлиши ва таъсири, спорт иншоотларини таърифловчи кўрсаткичлар: функционал, эстетик, техник, иқтисодий иншоотларнинг асосий фойдаланиш сифати ва таянч машғулотларни асослашда профессионал–педагогик малакаларни эгаллаб олишлари зарур бўлади.

Фанни ўқитишда замонавий ахборот ва педагогик технологиялар

Талабаларнинг спорт иншооти фанини ўзлаштиришлари учун ўқитишнинг илғор ва замонавий усулларида фойдаланиш, янги информацион-педагогик технологияларни тадбиқ қилиш муҳим аҳамиятга эгадир. Фанни ўзлаштиришда дарслик, ўқув ва услубий қўлланмалар, маъруза матнлари, тарқатма материаллар, электрон материаллар ва виртуал стендлар фойдаланилади. Маъруза ва амалий дарсларида мос равишдаги илғор педагогик технологиялардан фойдаланилади.

АСОСИЙ ҚИСМ

Спорт иншоотлари тарихи

Қадимги дунё, ўрта аср ва янги давр спорт иншоотлари ҳақида қисқача тарихий маълумот. Спорт иншоотлари таснифи.

Спорт иншоотлари кўрсаткичларини қуйиш. Тасниф усуллари. Асосий йўналиши ва муаммолари.

Спорт иншоотлари назарияси

Спорт иншоотларининг шакли ва ўлчамларини ташкил этиш

“Оддий ”ва “мураккаб” ҳаракат жой модели. “Оддий ”ва “мураккаб” ҳаракат жой модели ва тизими. Ҳаракат ва таъсир этиш мухити ҳамда воситаси. Ҳаракат ва таъсир этиш жойининг пайдо бўлиш қонуниятлари. Ҳаракат таъсироти жойини қуриш принципи .

Иморат ва иншоотларини ҳажм – режалаштириш қарорлари . Ҳажм – режалаштириш қарорлари модели. Иморат ва иншоотларини қурилиш қисмлари ва функционал элементлари . Ҳажм – режалаштириш қарорларига спорт – педагогика , санитария – гигиена техник ва иқтисодий талалбларнинг таъсири.

Спорт иншоотининг функционал технология чизмаси. Ўқув – машқ , спорт – намоиш , жисмоний тарбия – соғломлаштириш иншоотлари функционал чизмасининг пайдо бўлиши ва таъсири.

Спорт иншоотларини таърифловчи кўрсаткичлар : функционал , эстетик, техник, иқтисодий. Иншоотларнинг асосий фойдаланиш сифати.

Спорт иншоотларини лойиҳалаш ва қуришда асосий ташкилий ҳолатлар

Лойиҳалашдаги асосий ҳолатлар. Мақсади, вазифалари, лойиҳалаш ишлари иштирокчилари. Хужжатлаштири. Лойиҳа – хисоб – китоб хужжатлари . Спорт иншоотлари лойиҳасининг асосий кўрсаткичлари . Лойиҳа ишларини қабул қилиш тартиби . Спорт иншоотлари қуришда асосий ҳолатлар. Мақсади, вазифалари, қурилиш қатнашчилари. Қуриш ишлари шакли ва усули. Қурилиш технологияси. Қурилиш материаллари. Табиий ва сунъий материалларининг таърифи ва таснифи. Спорт қурилишида ишлатиш соҳаси. Машғулот ўтказиладиган жойнинг махсус қопламаси конструктураси. Муз , чим, ёғоч , каттиқ , каттиқ бўлмаган қопламалар конструктураси. Техник – иқтисодий ва фойдаланиш кўрсаткичлари. Хизмат кўрсатиш ва сақлаш хусусиятлари.

Спорт иншоотлари фаолиятини режалаштириш

Хўжалик фаолияти асослари . Режалаштириш турлари . Хисоб , режа, техник–иқтисодий ва фойдаланиш кўрсаткичлари. Кириш ва чиқимлар. Фойдаланиш таннари.

Спорт иншоотларидан фойдаланишни ташкил этиш

Функционал фаолияти . Хизмат кўрсатиш фаолияти.

Спорт иншоотлари паспорти. Спорт иншооти ҳуқуқи ва вазифалари. Фаолият турлари: спортда пуллик хизмат кўрсатиш, ташвиқот, хўжалик ва ҳисоб - китоб фаолияти . Фаолият кўрсаткичлари ва мезони.

Спорт комплекслари , марказлари : бўлим, бригада , марказий қисм, умумтуман.

Шаҳар ва қишлоқларда спорт иншоотлари тармоқлари. Қишлоқларда спорт иншоотларини режалаштириш

Аҳолига жисмоний тарбия тизимида хизмат кўрсатишнинг замонавий концепцияси ва ташкил этиш принципи . Иншоотнинг шаҳар аҳолисига хизмат кўрсатиш тармоқлари. Шаҳарни режалаштириш модели. Жисмоний тарбия ва спорт комплекслари ҳамда марказлари : турар жойларда, дам олиш уйларида , туман ва шаҳарда.

Иншоотнинг қишлоқ аҳолиси учун хизмат кўрсатиш тармоқлари. Қишлоқ туманларини режалаштириш модели. Жисмоний тарбия ва спорт комплекслари, марказлари: бўлим , марказий қисм , умумтуман.

Амалий машғулотларини ташкил этиш бўйича кўрсатма ва тавсиялар

Амалий машғулотларда талабалар спорт иншоотлари архитектураси ва уларнинг жойлашиши, ўлчамлари ва жиҳозларини таҳлил қилишни ўрганадилар.

Амалий машғулотларнинг тахминий тавсия этиладиган мавзулари:

1. Фанга кириш. Спорт иншоотлари таснифи
2. Баскетбол учун спорт иншоотлари
3. Волейбол учун спорт иншоотлари
4. Қўл тўпи учун майдон ориентацияси, ўлчамлари
5. Футбол майдони ориентацияси, ўлчамлари
6. Теннис майдони ориентацияси, ўлчамлари
7. Бадминтон майдони ориентацияси, ўлчамлари
8. Чим устида хоккей майдони
9. Енгил атлетика учун очиқ спорт иншооти (спорт ядроси)
10. Қишқи спорт турлари учун иншоот
11. Сузиш сув ҳавзаси
12. Кураш турлари учун спорт иншоотлари
13. Бокс учун спорт иншоотлари
14. Олий ўқув юртлири спорт иншооти

15. Мактаб ва ўрта махсус таълим муассалари учун спорт иншоотлари
16. Танлаб олинган спорт тури учун спорт иншооти
17. Муз устида хоккей майдони
18. Спорт асбоб ускуналарини жойлаштириш схемаси

Амалий машғулотларини ташкил этиш бўйича кафедра профессор-ўқитувчилари томонидан кўрсатма ва тавсиялар ишлаб чиқилади. Унда талабалар асосий маъруза мавзулари бўйича олган билим ва кўникмаларини амалий масалалар, қиёслар орқали янада бойитадилар. Шунингдек, дарслик ва ўқув қўлланмалар асосида талабалар билимларини мустаҳкамлашга эришиш, тарқатма материаллардан фойдаланиш, илмий мақолалар ва тезисларни чоп этиш орқали талабалар билимини ошириш, масалалар ечиш, мавзулар бўйича тақдимотлар ва кўргазмали куруллар тайёрлаш, қонун ва меъёрий ҳужжатлардан фойдалана билиш ва бошқалар тавсия этилади.

Мустақил ишни ташкил этишнинг шакли ва мазмуни

Мустақил таълимни ташкил этишнинг шакли бўлиб, қуйидагилар ҳисобланади: спорт иншоотларига доир майдон ўлчамларини ва тузилишини ўрганиш, майдон схемасини чизиш, чизма спорт иншоотларига оид тарихий маълумотларни ўрганиш, уларни слайдлар кўринишида белгилаш, кўрсатмали курулларда акс эттириш ва бошқалар.

Мустақил иш бажариладиган мавзулар бўйича саволномалар, тестларни тузиш, саволларга фойдаланишга тавсия этилган адабиётлардан фойдаланган ҳолда ёзма тарзда жавоб бериш, меъёрий ҳужжатлардан фойдаланиш, ҳар бир мавзу бўйича муаммоли масалаларни ҳал қилиш йўллари баён қилиш, тавсиялар бериш ва бошқалар.

Мустақил ишларни ташкил этишнинг мазмуни: талабалар мустақил ишлари мавзулари келгусида бажариладиган курс ишлари ва битирув малакавий ишлари мавзулари билан узвийликда бажарилади. Мустақил ишлар учун мўлжалланган мавзулар:

1. Аҳолига жисмоний тарбия тизимида хизмат кўрсатишнинг замонавий концепцияси. Асосий тушунча ва ҳолат . Ташкил этиш принципи ва функционал йўналиши .
2. Жисмоний тарбия ва спорт комплекслари ҳамда марказлари: турар жойларда , дам олиш уйларида , туман ва шаҳарда.
3. Иншоотнинг қишлоқ аҳолиси учун хизмат кўрсатиш тармоқлари . Қишлоқ туманларини режалаштириш модели. Жисмоний тарбия ва спорт комплекслари , марказлари : бўлим, марказий қисм, умумтуман.
4. “Спорт иншоотлари” фанининг илмий ва умумий асослари схемасини тузиш.
5. Спорт иншоотларининг таснифлари ва хусусиятлари.
6. Спорт иншоотларнинг лойиҳалашнинг асосий таълаблари ва мезонлари.
7. Футбол майдонинг тузилиш.

8. Волебол майдончасининг тузилиши.
9. Сузиш комплексининг алоҳида ҳусусиятлари
10. Буладиган олимпия ўйинларига замонавий спорт иншоотлари.

Дастурнинг информацион-услубий таъминоти

Мазкур фанни ўқитиш жараёнида таълимнинг замонавий (хусусан, интерфаол) методлари, педагогик ва ахборот-коммуникация (медиа-таълим, амалий дастур пакетлари, презентацион, электрон-дидактик) технологиялари қўлланилиши назарда тутилган.

1.Махсус мосламалар: Спорт иншоот жойларини режалаштириш элементлари. Таснифи ва терминологияси.

2.Қўлланмалар: Спорт иншоот жойларини ташкил этган текисликдаги ва ҳажмдаги режалаштириш элементлари.

3.Кўргазмалий қуроллар, спорт иншоотлари чизмалари ва расмлар.

Фойдаланиладиган асосий дарсликлар ва ўқув қўлланмалар рўйхати

Асосий:

1. Ўзбекистон Республикасининг «Жисмоний тарбия ва спорт тўғрисида»ги қонуни, 1992 й.
2. Ўзбекистон Республикаси «Таълим тўғрисида»ги қонуни, 1997 й.
3. «Кадрлар тайёрлаш Миллий дастури» 1997 й.
4. Министерство по делам культуры и спорта Республики Узбекистан, Центр сертификации и компьютеризации «Сборник нормативно-правовых документов сферы физической культуры и спорта, Ташкент 2006.
5. М.М.Султанова, Н.В.Янченко. Спорт иншоотлари назарияси, шакли ва ўлчамлари. Тошкент. 1994 й.
6. Ю.А.Гагин. Спортивные сооружения. Учебник для ИФК. М., ФиС, 1976 г.
7. А.В.Николаенко. Спортивные сооружения: Учебное пособие для студентов факультетов физического воспитания пед. институтов. М., «Просвещение», 1976 г.
8. К.И.Нурмухамедов. Б.М.Филатов. Ценообразование на спортивных сооружениях в условиях перехода к рыночной экономике. Метод.реком. Ташкент, 1992г.
9. Табель основного спортивного, хозяйственного оборудования и инвентаря. Москва, 1973г.

Қўшимча

1. А. Галли и др. Сельский спортивный комплекс. Москва, Фис, 1972г.
2. В.И.Корбут и др. Оказание услуг по физической культуре и спорту населению на спортивных сооружениях в условиях рынка из опыта РСТО «Пахтакор», «Буревестник», гребная база УзГосИФК. Учебно-метод. Пособие. Ташкент. 1992 г.

ЎЗБЕКИСТОН РЕСПУБЛИКАСИ МАДАНИЯТ ВА СПОРТ ИШЛАРИ ВАЗИРЛИГИ

ЎЗБЕКИСТОН ДАВЛАТ ЖИСМОНИЙ ТАРБИЯ ИНСТИТУТИ

ИНФОРМАТИКА ВА АХБОРОТ ТЕХНОЛОГИЯЛАРИ КАФЕДРАСИ

Тасдиқлайман

Ўқув ишлари бўйича проректор
ИУК раиси

« ____ » _____ 2013 й.
(Баённома № ____)

Таълим йўналишлари:

5610500 Спорт фаолияти (фаолият турлари бўйича)
5210200 Психология (спорт)

Ишчи ўқув дастури

Фан: СПОРТ ИНШООТЛАРИ

Босқич	III
Семестр	6
Маъруза	12
Амалий машғулот	30
Мустақил иш	34
Жами	76

Таълим йўналиши:

5111000 Касб таълими. Спорт фаолияти (фаолият турлари бўйича)

Ишчи ўқув дастури

Фан: СПОРТ ИНШООТЛАРИ

Босқич	III
Семестр	6
Маъруза	12
Амалий машғулот	30
Мустақил иш	12
Жами	54

Тошкент – 2013

Ишчи ўқув дастури ЎзОЎМТВ томонидан 2008 йил 23 августда тасдиқланган намунавий ўқув дастури ва ўқув режага асосан ишлаб чиқилган.

Тузувчилар:

Мусаев Б.Б	–	«Информатика ва ахборот технологиялари» кафедраси мудири в.б. п.ф.н.
Частоедова А.Ю.	–	«Информатика ва ахборот технологиялари» кафедраси катта ўқитувчиси

Такризчилар:

Маткаримов С.	–	«Тошкент архитектура ва қурилиш институти», доценти, м.ф.н.
Умаров Д.Х.	–	ЎзДЖТИ, КСТФ декани, п.ф.н., доцент

Фаннинг ишчи ўқув дастури «Информатика ва ахборот технологиялари» кафедрасининг 2013 йил «___» _____ даги 1– сонли мажлисида кўриб чиқилган ва тасдиқланган ҳамда «Футбол» факультетининг илмий Кенгашига тақдим этилган.

Кафедра мудири в.б. _____

Мусаев Б.Б.

Фаннинг ишчи ўқув дастури «Футбол» факультети Илмий-услубий Кенгашининг 2013 йил «___» _____ даги 1– сонли мажлисида тасдиқланди.

«Футбол» факультети илмий-услубий кенгаши
раиси

Абидов Ш.У.

Кириш

Спорт иншоотлари жисмоний тарбиянинг моддий техникавий асосини ташкил этади ҳамда махсус қурилган иморатлар ва иншоотлар сифатида тушунилади. У ҳамма спорт турларидан жисмоний тарбия машғулоти ўтказишга мўлжалланган.

Спорт иншоотларида машғулоти ўтказиладиган жойлар асосий, бош қисми ташкил этади.

«Спорт иншоотлари» фани спорт педагогикаси циклидаги фанларнинг бир бўлаги ҳисобланади. Бу босқичда илм ўрганиш учун спорт гигиенаси, биомеханика, педагогика, жисмоний тарбия назарияси ва усулиятидан маълум даражада билимларга эга бўлиш лозим. Танланган мутахассислик бўйича талабалар келажакда ўз малакасини ошириш учун, ўз навбатида спорт иншоотларидан фойдаланиш, уларнинг қурилиш бўйича меъёрий талабларни билишлари лозим.

Спорт иншооти фанини ўқитиш мазмуни.

Жисмоний тарбия мазмуни бу фanning асосий функциясини ҳамда бўлажак мутахассисга ўзи танланган спорт туридан спорт иншоотларинидан фойдаланиш ва уларнинг ривожланишини ижтимоий тажрибаларини аниқлаб беради.

1.1. Фanning мақсади

- спорт иншоотлари ҳақида керакли назарий билимларни ва уларни амалда қўллай билиш малака ва қўникмаларини эгаллаш ;
- спорт иншоотларидан фойдаланиш ва уни ривожлантириш муаммоларини ҳал этишни билиш ва уни ҳал этишга тайёр туришни ўз ичига олган ижодий фаолият тажрибасини шакллантириш;
- юқори меҳнат маданиятини тарбиялаш, жамоат меҳнати натижасида бунёд этилган бойликларга тўғри муносабатда бўлиш;

1.2. «Спорт иншоотлари» фanning вазифалари спорт педагогика фаолияти учун энг мақбул шароит яратиш, уни топиш, тушунтириш; жисмоний тарбия машғулоти ўтказиладиган жойдан унумли фойдаланиш; мақсадга мувофиқ ҳолатда ишлатиш.

Спорт иншоотлари бўйича билим, малака ва қўникмага қўйиладиган талаблар:

Ҳаракат фаолиятини мақсадга мувофиқ йўналтириш учун назарий билимлар тизимини машғулоти ўтказиладиган жойга тўғри йўналтириш спорт иншоотларини тўғри тушуниш.

- кишиларнинг ҳаракат фаолиятини ўтадиган жойлар шарт-шароитини яхшилаш;
- жамият меҳнати билан бунёд этилган моддий ва қимматбаҳо бойлик бўлиши спорт иншоотларини меъморий шакл сифатида асраш;

- соғломлаштириш, жисмоний тарбия ва спортга хизмат қиладиган ижтимоий ташкилотни жисмоний тарбия тизимининг таркибий қисми деб билиш;

Спорт иншоотлари фани бўлажак мутахассисларга тренер ва ўқитувчи бўлишида ижтимоий тажриба беради. Ўқув материали мазмуни ҳар хил жиҳозлар, қурилмалардан фойдаланиш, уларни тайёрлаш қоидалари ва усуллари, ҳаракат ва машқларга мустақил жой тайёрлаш, спорт иншоотларининг атроф-муҳитга таъсирини тўғри ҳисобга олишни ўргатади.

«Спорт иншоотлари» - бир илмий-ўқув фани бўлиб, бошқа фанлар билан ўзаро таъсир этиши натижасида жисмоний тарбия мутахассисларига малака ошириш, ўсиш учун керакли шарт-шароит яратади.

Мазкур фанни ўзлаштириш учун керакли бўлган фанлар:

- Меъморчилик;
- Қурилиш;
- Чизмачилик;
- Гигиена.

**Спорт иншоотлари фанидан мавзулар режаси
Ўқув соатларининг тақсимланиши**

№	Мавзулар номи	Маъруза	Амалий машғулот
1.	Фанга кириш. Спорт иншоотларининг давр талаблари. Спорт иншоотлари таснифи	2	2
2.	Қадимги дунё, ўрта аср ва янги давр спорт иншоотлари ҳақида қисқача тарихий маълумот. Мустақил Ўзбекистондаги Янги спорт иншоотлари ҳақида маълумот.	2	-
3.	Спорт иншоотлари назарияси. Спорт иншоотларини шакли ва ўлчамлари. Спорт иншоотларининг шаклланиши. Спорт иншоотларининг классификацияси ва тоифаланиши.	2	-
4.	Спорт иншоотларини лойиҳалаш ва қуришда асосий ташкилий ҳолатлар. Ўйин майдонлари (баскетбол, волейбол, футбол, кўл тўпи, теннис, бадминтон, чим устида хоккей)	2	8
5.	Спорт иншоотларидан фойдаланишни ташкил этиш. Спорт майдонлари конструкцияси ва материаллари	2	-
6.	Шаҳар ва қишлоқларда спорт иншоотлари тармоқлари. Қишлоқларда спорт иншоотларини режалаштириш	2	-
7.	Енгил атлетика учун очиқ спорт иншооти (спорт ядроси)	-	2
8.	Сув спорт турлари учун спорт иншоотлари	-	4
9.	Бокс ва кураш спорт турлари учун спорт иншоотлари	-	2
10.	Қишки спорт турлари учун спорт иншоотлари	-	2
11.	Ўқув юртлари спорт иншоотлари. Болалар спорт иншоотлари	-	4
12.	Оралиқ назорат	-	4
13.	Якуний назорат	-	2
	ЖАМИ	12	30

II. ЎҚУВ МАТЕРИАЛЛАРНИНГ МАЗМУНИ

2.1. Маъруза машғулотларининг мазмуни

2.1.1. Фанга кириш. Спорт иншоотларининг давр талаблари. Спорт иншоотлари таснифи (2 соат)

Спорт иншоотлари – илмий ва ўқув фани. Ўқув режасидаги бошқа фанлари билан ўзаро боғлиқлиги. Ўқиш, ўрганиш усуллари. Таснифи, систематикаси ва терминологияси. Тасниф тизими, мақсад ва вазифалари. Фойдаланиш гуруҳлари ва тоифалари. Спорт иншоотлари кўрсаткичларини қўйиш, тасниф усуллари. Асосий йўналиши ва муаммолари.

2.1.2. Қадимги дунё, ўрта аср ва янги давр спорт иншоотлари ҳақида қисқача тарихий маълумот. Мустақил Ўзбекистондаги Янги спорт иншоотлари ҳақида маълумот (2 соат)

Спорт иншоотларининг вужудга келиши. Қадимги Дунё, ўрта аср ва янги давр спорт иншоотлари билан танишиш. Одамнинг диний-назарий, гигиена ва ҳарбий фаолияти. Янги давр Олимпия қурилишлари, босқичлари ва сабоқлари. Мустақил Ўзбекистон давридаги спорт иншоотлари қурилишида уч босқич, хулоса ва сабоқлар. Жисмоний тарбия моддий-техника базасининг ҳозирги аҳволи. Спорт қурилишини қайта қуришдаги муаммолар, мақсади ва вазифалари. Спорт иншоотларининг илмий техника ривожига жамиятни иқтисодий боғланганлиги.

2.1.3. Спорт иншоотлари назарияси. Спорт иншоотларини шакли ва ўлчамлари. Спорт иншоотларининг шаклланиши. Спорт иншоотларининг классификацияси ва тоифаланиши (2 соат)

«Оддий» ва «мураккаб» ҳаракат учун жой модели. «Оддий» ва «мураккаб» ҳаракат модели ва тизими. Ҳаракат ва таъсир этиш муҳити ҳамда воситаси. Ҳаракат жойининг таянч юзаси ва жиҳозлаш воситаси. Ҳаракат таърифи. Ҳаракат жойини қуриш принципи.

Иморат ва иншоотларини ҳажм-режалаштириш қарорлари. Ҳажмини режалаштириш қарорлари модели. Иморат ва иншоотларининг қурилиш қисмлари ва функционал элементлари.

Спорт иншоотларининг функционал-технология чизмаси. Ўқув-машқ, спорт-намоиш, жисмоний тарбия-соғломлаштириш иншоотлари функционал чизмасининг пайдо бўлиши ва тасвири.

2.1.4. Спорт иншоотларини лойиҳалаш ва қуришда асосий ташкилий ҳолатлар. Ўйин майдонлари (баскетбол, волейбол, бадминтон, футбол, қўл тўпи, теннис, спорт ядроси) (2 соат)

Лойиҳалашдаги асосий ҳолатлар. Мақсади, вазифалари, лойиҳалаш ишлари иштирокчилари. Хужжатлаштириш. Лойиҳа-ҳисоб-китоб хужжатлари (смета). Спорт иншоотлари лойиҳасининг асосий кўрсаткичлари. Лойиҳа ишларини қабул қилиш таркиби. Спорт иншоотлари қуришда асосий ҳолатлар. Ўйин майдонлари бу махсус қурилган спорт иншоотлари. Ўйин майдонларининг шакли ва ўлчамлари. Асбоб-ускуналари ва қопламалари тўғрисида маълумот.

2.1.5. Спорт иншоотларидан фойдаланишни ташкил этиш. Спорт майдонлари конструкцияси ва материаллари (2 соат)

Функционал фаолияти. Сиёсий, ижтимоий, иқтисодий, хўжалик функциялари. Фаолият хусусиятлари. Фаолиятини ташкил этиш асослари. Умумий ҳолат. Спорт иншоотлари паспорти. Спорт иншооти ҳуқуқи ва вазифалари. Фаолият турлари: спортда пуллик хизмат кўрсатиш, ташвиқот, хўжалик ва ҳисоб-китоб фаолияти. Фаолият кўрсаткичлари ва мезони. Тиббий ва сунъий материалларни таърифи ва таснифи. Спорт қурилишида ишлатиш соҳаси.

2.1.6. Шаҳар ва қишлоқларда спорт иншоотлари тармоқлари. Қишлоқларда спорт иншоотларини режалаштириш (2 соат)

Аҳолига жисмоний тарбия тизимида хизмат кўрсатишнинг замонавий концепцияси. Асосий тушунча ва ҳолат. Ташкил этиш принципи ва функционал йўналиши. Иншоотнинг шаҳар аҳолисига хизмат кўрсатиш тармоқлари. Шаҳарни режалаштириш модели. Ташкил этиш принцип ива хизмат кўрсатиш марказининг жойлашиши. Жисмоний тарбия ва спорт комплекслари ҳамда марказлари: турар жойларида, дам олиш уйларида, туман ва шаҳарда.

2.2. Амалий машғулотларнинг мазмуни

1-мавзу	Фанга кириш.
2-мавзу	Баскетбол ва волейбол майдони.
3-мавзу	Футбол ва қўл тўпи майдони.
4-мавзу	Чим устида хоккей майдони
5-мавзу	Теннис ва бадминтон майдони.
6-мавзу	Енгил атлетика учун очик спорт иншооти (спорт ядроси).
7-мавзу	Оралик назорат. Очик алоҳида ва комплекс иншоотлар.
8-мавзу	Сувда сузиш учун спорт ҳавзаси (бассейн).
9-мавзу	Сувга сакраш учун спорт ҳавзаси (бассейн).
10-мавзу	Бокс ва кураш спорт турлари учун спорт иншоотлари.
11-мавзу	Қишки спорт турлари учун спорт иншоотлари
12-мавзу	Ўқув муассасалари спорт иншоотлари.
13-мавзу	Болалар спорти иншоотлари
14-мавзу	Оралик назорат. Ёпиқ алоҳида ва комплекс иншоотлар.
15-мавзу	Якуний назорат

Спорт иншоотлари фанидан назорат саволлари

1. Махсус қурилган ва мос ҳолда жиҳозланган ҳамда ўқув- тренировка жараёнини ва спорт мусобақаларини ўтказилишини таъминлайдиган очик ёки ёпиқ спорт иншоотлари қандай номланади ?
2. Аҳоли яшайдиган уйлар гуруҳи районларига хизмат кўрсатиш учун мўлжалланган жисмоний тарбия - соғломлаштириш иншоотлари қандай номланади ?
3. Аҳоли яшаш пунктини режалаштириш структурасига кўра спорт иншоотлари қандай бўлинади ?
4. Шуғулланувчиларнинг ёши ва жисмоний имкониятларига боғлиқ ҳолда спорт иншоотлари қандай гуруҳларга бўлинади ?
5. Жисмоний тарбия - соғломлаштириш комплекси нималардан ташкил топган бўлади?
6. Режалаштириш структурасига кўра спорт иншоотлари қандай бўлинади?
7. Биринчи замонавий олимпия стадиони аренасида нима жойлаштирилган?
8. Тош асрига мансуб бўлган ва жисмоний машқлар учун мўлжалланган биринчи оддий иморатлар қайси давлатлар ҳудудида топилган?
9. Европада оммавий спорт иншоотлари қурилиши қачон бошланган ?
10. Осиёда оммавий спорт иншоотлари қурилиши қачон бошланган ?
11. Қайси дарнинг қадимий стадионлари давлатнинг жамоатчилик ҳаёти маркази ролини ўйнаганлар ?
12. Қадимги грек стадионларида бирданига неча кишини югуриши учун йўлкачалар белгиланган ?
13. Томошабинлар учун стационар (доимий) мармар трибуналар қайси даврдан бошлаб ўрнатилган ?
14. Амфитеатр сингари иншоот қайси асрда пайдо бўлган ?
15. Кўп сонли термлар қайси вақтда қурилган ?
16. Қадимги Афина стадиони нечанчи йилда тикланган ?
17. Эрамизнинг биринчи стадиони қачон ва қаерда қурилган ?
18. Копток билан ўйинлар нечанчи асрда пайдо бўлган ?
19. Антик стадионлар қайси уч даврга тааллуқли ?
20. Трибуналарга эга бўлган биринчи стадион қаерда жойлашган?
21. Аҳоли яшайдиган районга хизмат кўрсатиш учун мўлжалланган жисмоний тарбия – спорт иншооти қандай номланади ?
22. Микрорайон спорт иншоотининг хизмат кўрсатиш радиусини айтинг.
23. Микрорайон спорт иншооти учун шуғулланувчиларнинг яёв юриб келиш вақти бўйича имкониятлари қандай ?
24. Район спорт иншооти учун шуғулланувчиларнинг яёв юриб келиш вақти бўйича имкониятлари қандай ?
25. Районлараро спорт иншооти учун шуғулланувчиларнинг яёв юриб келиш вақти бўйича имкониятлари қандай ?
26. Шаҳарнинг барча аҳолисига қандай спорт иншооти хизмат кўрсатади?
27. Микрорайон, аҳоли яшайдиган уйлар гуруҳи, алоҳида уй аҳолисига хизмат кўрсатиш учун мўлжалланган жисмоний тарбия - спорт иншооти қандай номланади ?
28. Умумшаҳар спорт иншооти учун шуғулланувчиларнинг яёв юриб келиш вақти бўйича имкониятлари қандай ?
29. Ўқув – тренировка жараёни учун мўлжалланган спорт иншооти қандай номланади ?
30. Қандай иншоотлар ўқув – спорт иншоотларига киради ?
31. Томошабинларни жалб қилиш орқали мусобақа ўтказишга мўлжалланган спорт иншооти қандай номланади ?
32. Дам олиш базаларида, хиёбонларда, боғларда жойлашган спорт иншоотлари қайси турдаги иншоотларга киритилади?

33. Ҳар бир алоҳида спорт иншооти неча (қанча) структуравий элементлардан ташкил топган бўлади ?
34. Ҳар бир спорт иншоотига қандай структуравий элементлар киради?
35. Иншоотларнинг қайси структуравий элементи бўлмаслиги ҳам мумкин?
36. Ёрдамчи иншоотларга қайсилари киради?
37. Қайси иншоотлар томошабинлар учун мўлжалланган ?
38. Ўқув – тренировка машғулоти ва мусобақалар бинодан ташқарида, очиқ ҳавода ўтказиладиган иншоот қандай номланади?
39. Стадионнинг тоифаси (категорияси) қандай мезонлар бўйича аниқланади?
40. Ўқув – спорт базасининг тоифаси (категорияси) қандай мезонлар бўйича аниқланади?
41. Спорт турлари бўйича майдонлар, футбол, камондан ўқ ойтиш учун майдонлар қайси турдаги спорт иншоотларига киради?
42. Спорт саройлари, кўп залли бинолар, сув ҳавзалари комплекслари қайси турдаги спорт иншоотларига киради?
43. Битта ҳудудда жойлашган спорт аренасига, майдончаларга, спорт турлари бўйича майдонларга, алоҳида ёпиқ спорт иншоотларига эга бўлган иншоотлар комплекси қандай номланади?
44. Спорт заллари ва манежлар қайси турдаги иншоотларга киради ?
45. Қайси спорт заллари универсал ҳисобланади?
46. Майдони юзаси 1000-1200 м² гача бўлган ва жисмоний машқлар ёки бир ёки бир неча спорт турлари бўйича мусобақалар ўтказиладиган бино қандай номланади ?
47. Қандай спорт заллари бўлиши мумкин ?
48. Алоҳида ёпиқ спорт иншоотларига қандай иншоотлар киради?
49. Очиқ иншоотлар комплекси қандай иншоотлар киради?
50. Алоҳида очиқ спорт иншоотларига қандай иншоотлар киради?
51. Мактаб ўқувчилари учун мўлжалланган майдончада қандай жиҳозлар бўлиши керак ?
52. Қандай спорт иншоотлари ёпиқ ҳисобланади?
53. Қандай иншоотлар ясси спорт иншоотларига киради?
54. Бошланғич синф ўқувчилари учун майдончада қандай жиҳозлар бўлиши керак ?
55. Ўрта ёшдаги мактаб ўқувчилари учун майдончада қандай жиҳозлар бўлиши керак ?
56. Ўйин майдончалари кўча ва бинолардан қандай масофа узоқликда жойлашиши керак ?
57. Ўйин майдончалари учун тўрсимон тўсиқ баландлигини айтинг.
58. Волейбол ўйини учун майдонча хавфсизлик йўлкасининг ўлчамларини айтинг.
59. Волейбол ўйини учун майдонча ўлчамлари.
60. 13 - 14 ёшли қизлар учун волейбол тўри юқори чегарасининг баландлиги.
61. 13 - 14 ёшли ўғил болалар учун волейбол тўри юқори чегарасининг баландлиги.
62. 16 ёшдан катта қизлар учун волейбол тўри юқори чегарасининг баландлиги.
63. 16 ёшдан катта ўсмирлар ва эрақлар учун волейбол тўри юқори чегарасининг баландлиги.
64. 15 - 16 ёшли қизлар учун волейбол тўри юқори чегарасининг баландлиги.
65. Баскетбол майдонча ўлчамлари
66. Баскетбол щити ўлчамлари
67. Теннис майдончасининг қабул қилиш қобиляти
68. Бадминтон ўйини учун тўрнинг баландлиги
69. Бадминтон ўйини учун майдонча ўлчамлари
70. Майдоннинг ўйин текислиги сиртига қандай қатлам ётқизилади?
71. Футбол дарвозасининг ўлчамлари
72. Кўл тўпи ўйини учун майдонча ўлчамлари
73. Кўл тўпи ўйини учун майдонча хавфсизлик соҳаси
74. Кўл тўпи ўйини учун майдонча дарвозаси ўлчамлари
75. Намунавий спорт ядроси таркибидаги футбол майдони ўлчамлари

76. Намунавий спорт ядроси таркибидаги югуриш йўлкаси узунлиги.
77. Баландликка сакраш учун ўрани (кутини) нима билан тўлдириш тавсия этилади?
78. Спорт ядроси атрофидаги хавфсизлик соҳаси ўлчамлари
79. Намунавий спорт ядросида нечта енгил атлетика секторлари назарда тутилади?
80. Айланма югуриш йўлкасининг бурилиш радиуси
81. Узунликка сакраш учун ўрани (кутини) нима билан тўлдирилади?
82. Ўйин майдонларига ётқизиладиган қатламнинг қалинлиги
83. Югуриш йўлкаларига ётқизиладиган қатламнинг қалинлиги
84. Спорт ядросида нечта тўғри югуриш йўлкалари бўлади ?
85. Футбол майдонининг қабул қилиш имкониятлари
86. Намунавий спорт ядроси таркибидаги югуриш йўлкаси тўғри қисмининг узунлиги
87. Ўқув юртлари учун соддалаштирилган спорт ядроси таркибига кирадиган югуриш йўлкасининг узунлиги
88. Стадион ҳудуди қандай соҳаларга (зоналарга) бўлинади?
89. Стадионнинг спорт соҳасига нималар киради ?
90. Узунликка сакраш ва учсакраш учун югуриб келиш йўлкасининг узунлиги
91. Кураш учун залнинг ўлчамлари
92. Бокс учун залнинг ўлчамлари
93. Бокс ринги ўлчамлари
94. Қиличбозлик учун майдонча ўлчамлари
95. Оғир атлетика учун кўприкнинг ўлчамлари
96. Сув ҳавзаси (бассейн) турларини санаб ўтинг.
97. Сувга сакраш ҳавзаси (бассейн) чуқурлиги.
98. Муз устида хоккей ўйини учун майдоннинг ўлчамлари.
99. Муз устида хоккей ўйини учун майдонни чегаралайдиган бортларнинг баландлигини айтинг.
100. Хоккей майдонида дарвоза чизиклари қандай рангда бўлиши керак?

3. Мустақил ишни ташкил этишнинг шакли ва мазмуни

Талабаларнинг маъруза ва амалий машғулотга тайёрланиб келиши ва ўтилган материалларни мустақил ўзлаштиришлари учун кафедра ўқитувчилари томонидан маъруза матнлари ишлаб чиқарилган. Ҳар бир талабага ушбу материаллардан фойдаланиш тавсия этилади.

Талабаларнинг фанни мустақил тарзда қандай ўзлаштирилганлиги жорий, оралик ва якуний баҳолашларда ўз аксини топади. Шу сабабли рейтинг тизимида мустақил ишларга 10 балл ажратилган бўлиб, улар ЖБ, ОБ ва ЯБлар таркибига киритилган.

Мустақил иш учун “спорт иншоотлари” фан бўйича 36 соат ажратилган. Фаннинг маъруза ва амалий машғулоти талабанинг мунтазам равишда мустақил ишлашни талаб қилади, ҳамда фан учун мустақил иш соатлари 36 соатни ташкил қилганлиги сабабли, берилган мавзулар бўйича реферат тайёрланиб ҳимоя қилиниши шарт.

Амалий машғулотларига талабалар мустақил ҳолда асосий дарслик, маъруза материалларида белгиланган қўлланмалардан фойдаланиб, тайргарлик кўришлари лозим.

Қолдирилган дарсларни топшириш учун талаба дарс материаллини тайёрлаб келиши ва ўқитувчининг оғзаки суҳбатидан ўтиши зарур. Қолдирилган ОБ ва ЯБлар белгиланган тартиб бўйича топширилади.

3.1. Талабалар мустақил таълимнинг мазмуни ва ҳажми

Мустақил таёргарлик мавзулари	Бажарилиш муддатлари	Ҳажми (соатда)
Фанга кириш. Спорт иншоотларининг муаммолари. Спорт иншоотларининг умумий характеристикаси	1-ҳафта	2
Қадимги дунё, ўрта аср ва янги давр спорт иншоотлари ҳақида қисқача тарихий маълумот. Ўзбекистоннинг мустақиллик давридаги янги спорт иншоотлари ҳақида маълумот.	2-3-ҳафталар	6
Спорт иншоотлари назарияси маълусмотлари. Спорт иншоотларини шакли ва ўлчамлари. Спорт иншоотларининг шаклланиши. Спорт иншоотларининг классификацияси ва тоифаланиши	4-5-ҳафталар	4
Спорт иншоотларини лойиҳалаш ва қуришда асосий ташкилий ҳолатлар. Ўйин майдонлари (баскетбол, волейбол, футбол, кўл тўпи, теннис, бадминтон, чим устида хоккей).	6-7- 8-ҳафталар	10
Спорт иншоотларидан фойдаланишни ташкил этиш. Спорт майдонлари конструкцияси ва материаллари.	9-ҳафта	2
Шаҳар ва қишлоқларда спорт иншоотлари тармоқлари. Қишлоқларда спорт иншоотларини режалаштириш.	10-11-ҳафта	4
Танланган спорт тури бўйича спорт иншоотлари	11-12-ҳафта	4
Имконияти чекланганлар учун спорт иншоотлари	12-13-ҳафта	4
ЖАМИ:		36

4.1. Рейтинг-назорат

1 ЖН -20 балл		1 ОН-15 балл		2 ЖН-20 балл		2 ОН-15 балл		ЯН
Мавзу	балл		балл	Мавзу	балл		балл	0-30 бал
№ 1 – 2 мавзулар	5	Баҳо “5”	14-15	№ 8 –9 мавзулар	5	Баҳо “5”	14-15	
№ 3 –4 мавзу	5	Баҳо “4”	11-13	№ 10- мавзу	5	Баҳо “4”	11-13	
№ 5 –мавзу	5	Баҳо “3”	8-10	№ 11 мавзу	5	Баҳо “3”	8-10	
№ 6 мавзу	5	Баҳо “2”	0-7	№ 12-13 мавзулар	5	Баҳо “2”	0-7	
Всего	20		15		20		15	30

Талабалар ўзлаштиришини бир неча амалий машғулотлар доирасида комплекс баҳолаш мақсадида фаннинг ишчи ўқув режасига мувофиқ 8 та модулга ажратилди. Модулар мавзулар мазмуни асосида тузилган. Талаба модулга киритилган мавзулар бўйича ўзлаштириши ва топшириқларни бажариш сифати, тўплаган баллар миқдори 3 балл, 4 балл, 5 балл билан баҳоланади. Тўпланадиган баллар миқдори ЖНга ажратилган 40 балл, ОНга ажратиладиган 30 балл ва ЯНга ажратиладиган 30 балл доирасида бўлиб, талабанинг билимини ҳолисона баҳолаш ва уларни кўникма ҳамда малакаси сифатини оширишга хизмат қилади. Модуларга ажратилган баллар кафедра мажлис қарори билан маъқулланган.

Фанлардан баҳонинг баллдаги чегаралари:

Жами максимал балл – 100

55 - 70 гача “3” баҳо

71 - 85 гача “4” баҳо

86 - 100 гача “5” баҳо

4.2. ЖБ ни баҳолаш мезонлари

Талабанинг рейтинг бали унинг назариётидан топширган оралиқ назорати, амалий машғулотларини бажарган ва тайёрлаган мустақил ишлари бўйича белгиланади.

Амалий машғулотларини бажарган ва тайёрлаган мустақил ишларни топширишни баҳолашда қуйидаги омиллар ҳисобга олинади.

Баҳолаш қўрсаткичи	Баҳолаш мезонлари	Рейтинг бали
Аъло, 86-100	Маъруза ва амалий машғулот мавзусининг назарий асослари бўйича ҳар томонлама чуқур ва мукаммал билимга эга. Амалий ишларни ижодий ва илмий ёндошган ҳолда назарий билимлар асосида тушунтира олади. Олган натижаларни мустақил таҳлил қила олади. Мустақил иш тўлиқ расмийлаштирилган.	86-100
Яхши, 71-85	Маъруза, амалий машғулот мавзусининг назарий асослари бўйича билимга эга. Маъруза, амалий машғулотларини ўқитувчи ёрдамида тушинади. Мустақил иш яхши расмийлаштирилган.	71-85
Қониқарли 55-70	Маъруза, амалий машғулот мавзусининг назарий асослари бўйича билимга эга. Маъруза, амалий машғулотларини ўқитувчи ёрдамида тушинади. Мустақил иш яхши расмийлаштирилган.	55-70
Қониқарсиз 0-54	Маъруза, амалий машғулот мавзусининг назарий асослари бўйича билим тўлиқ эмас. Амалий машғулотни ўқитувчи ёрдамида тушинади. Мустақил ишни расмийлаштиришда камчиликлари мавжуд.	0-54

4.3. ОБ ни баҳолаш мезонлари

ОБ маъруза машғулоти материали бўйича ўтказилади. Семестр давомида 2 та ОБ ўтказилади. ОБ ёзма иш ёки тест синовлари кўринишида ўтказилиши мумкин. ОБ 15 баллдан белгиланган.

ЯБ назорат бўйича баҳолаш мезонлари

ЯБ да талабанинг билим, кўникма ва малакалари спорт иншооти фанининг умумий мазмуни доирасида баҳоланади.

Спорт иншооти фани бўйича ЯБ талабанинг семестр давомидаги ўзлаштириш кўрсаткичини оғзаки усулида ўтказилади. Якуний баҳолашга 30 балл тақсимланади. ЯБ семестр якунида ўтказилади.

АДАБИЁТЛАР

Асосий адабиётлар

1. Ўзбекистон Республикасининг «Жисмоний тарбия ва спорт тўғрисида»ги Қонуни, 1992 й.
2. Ўзбекистон Республикаси «Таълим тўғрисида»ги Қонуни, 1997 й.
3. «Кадрлар тайёрлаш Миллий дастури» 1997 й.
4. Султанова М.М., Янченко Н.В. Спорт иншоотлари назарияси, шакли ва ўлчамлари. Тошкент. 1994 й.
5. Ю.А.Гагин. Спортивные сооружения. Учебник для ИФК. М., ФиС, 1976 г.
6. З.А.В.Николаенко. Спортивные сооружения: Учебное пособие для студентов факультетов физического воспитания пед.институтов. М., «Просвещение», 1976 г.

Қўшимча адабиётлар

1. А. Галли и др. Сельский спортивный комплекс. Москва, Фис, 1972г.
2. В.И.Корбут и др. Оказание услуг по физической культуре и спорту населению на спортивных сооружениях в условиях рынка из опыта РСТО «Пахтакор», «Буревестник», гребная база УзГосИФК. Учебно-метод. пособие. Ташкент. 1992 г.
3. Ю.М.Белов. «Олимпийские стадионы: их роль и значение как системообразующих факторов Олимпийского движения и феномена урбанизма XX века». // Теория и практика физической культуры, М., №7, 2001г.
4. Б.Л.Воронов, Е.В.Кузьмичев. «Формирование семи физкультурно-спортивных сооружений с учетом атмосферной экологии». // Теория и практика физической культуры, М., №3, 2002г.
5. М.П.Волков. «Комплексное многофункции - ональное устройство для обучения и тренировки тяжелоатлетов и пауэрфлитов». // Теория и практика физической культуры, М., №6, 2002г.
6. М.Н.Золотов. «Формирование адекватной спросу населения сети физкультурно-спортивных сооружений на основе маркетинговых исследований». // Теория и практика физической культуры, М., №3, 2003г.
7. Т.Г.Бутова, А.А.Казаков, В.Н.Черных. «Исследование предпочтений населения в занятиях физической культурой и спортом в условиях формирующегося рынка услуг». // Теория и практика физической культуры, М., №3, 2006г.
8. С.А.Полиевский, А.Н.Шафранская «Инфраструктура и материальная база физической культуры и спорта: перспективы инновационного развития». // Теория и практика физической культуры, М., №7, 2006г.
9. П.В.Нестеров. «Антиохийские агоны — одна из форм античной традиции олимпизма». // Теория и практика физической культуры, М., №2, 2007г.

**ЎЗБЕКИСТОН РЕСПУБЛИКАСИ МАДАНИЯТ ВА СПОРТ ИШЛАРИ
ВАЗИРЛИГИ**

ЎЗБЕКИСТОН ДАВЛАТ ЖИСМОНИЙ ТАРБИЯ ИНСТИТУТИ

Информатика ва ахборот технологиялари кафедраси

Спорт иншоотлари фанидан рейтинг баҳолаш тизими

**ЎЗБЕКИСТОН РЕСПУБЛИКАСИ МАДАНИЯТ ВА СПОРТ ИШЛАРИ
ВАЗИРЛИГИ**

ЎЗБЕКИСТОН ДАВЛАТ ЖИСМОНИЙ ТАРБИЯ ИНСТИТУТИ

Информатика ва ахборот технологиялари кафедраси

Тестлар

Тошкент – 2013

Тестлар

1. Ёпиқ ва очик турдаги махсус қурилган ва мос равишда жиҳозланган ҳамда ўқув-тренировка жараёнларини ва спорт мусабакалари ўтказилишини таъминлайдиган – бу ...
 - А) томоша учун иншоотлар
 - Б) спорт иншоотлари
 - В) махсус иншоотлар
 - Г) ўқув иншоотлари.
2. Алоҳида очик иншоотларга қуйидагилар киради
 - А) спорт турлари бўйича майдончалар, футбол учун майдонлар, енгил атлетика йўлчалари
 - Б) спорт турлари бўйича майдончалар, спорт заллари, ўқ отиш жойи
 - В) сув ҳавзаси, стадионлар, ўқ отиш тирлари
 - Г) спорт турлари бўйича майдончалар, спорт заллари, сув ҳавзалари
3. Жисмоний тарбия учун мўлжалланган биринчи энг оддий (примитив) бинолар тош асрига мансуб бўлган қайси давлат ҳудудларида топилган ?
 - А) Австралия, Ғарбий Европа, Ҳиндистон
 - Б) Хитой, Ҳиндистон, Шарқий Осиё
 - В) Ҳиндистон, Миср, Ўрта Осиё
 - Г) Австралия, Хитой, Ҳиндистон/
4. Жисмоний машқларнинг айрим турлари эраизмнинг қайси асрида ривожлана бошлаган ?
 - А) X-XI асрларда
 - Б) II-XIX асрларда
 - В) XV-XVI асрларда
 - Г) XX асрда.
5. Микрорайон, одамлар яшайдиган уйлар гуруҳи ёки алоҳида уйга хизмат кўрсатиш учун мўлжалланган жисмоний тарбия - спорт иншоотлари – бу ...
 - А) микрорайон спорт иншоотларидир
 - Б) район спорт иншоотларидир
 - В) районлараро спорт иншоотларидир
 - Г) шаҳар спорт иншоотларидир.
6. Ўқув – тренировка жараёнига мўлжалланган спорт иншоотлари – бу ...
 - А) фаол дам олиш учун иншоотлар
 - Б) намоёиш этиш учун иншоотлар
 - В) ўқув - спорт иншоотлар

Г) ҳамма жавоблар тўғри.

7. Волейбол майдончаси ўлчамлари
А) 15×10 метр
Б) 18×9 метр
В) 20×10 метр
Г) 15×9 метр.
8. Волейбол майдончаси учун хавфсизлик соҳаси ўлчами
А) 1 м
Б) 2 м
В) 3 м
Г) 4 м
9. Намунавий спорт ядроси таркибига кирган футбол майдони ўлчамлари
А) 104×69 метр
Б) 105×70 метр
В) 110×65 метр
Г) 104×70 метр.
10. Намунавий спорт ядроси таркибига кирган югуриш йўлкаси узунлиги
А) 100 м
Б) 200 м
В) 400 м
Г) 500 м
11. Майдон текислигига ётқизилган қоплама ?
А) газон
Б) **гаревое**
В) резина - битумли
Г) бетон.
12. Баландликка сакраш учун ўрани нима билан тўлдириш тавсия этилади?
А) қипиқлар
Б) поролон
В) қум
Г) тўғри жавоб йўқ.
13. Спорт заллари ва манежлари ... га киради.
А) алоҳида очик спорт иншоотларига
Б) очик спорт иншоотлар комплексига
В) алоҳида ёпиқ спорт иншоотларига
Г) ёпиқ спорт иншоотлар комплексига

14. Теннис майдончасининг қабул қилиш имкониятлари
А) 2-4 киши
Б) 3-6 киши
В) 5-8 киши
Г) 10-12 киши.
15. Мактабгача тарбия муассасаларига мўлжалланган майдончада қандай жиҳозлар бўлиши керак?
А) арғимчоқлар, кумли ўралар, велосипед йўлкалари
Б) волейбол, баскетбол, бадминтон ўйини учун майдончалар
В) тренажер қурилмалар, ўйин майдончалари
Г) арғимчоқлар, волейбол майдончаси, тренажер қурилмалар.
16. Спорт ядроси атрофидаги ҳафсизлик соҳаси ўлчамлари
А) 1-3 м
Б) 5 м
В) 3-5 м
Г) 2 м.
17. Намунавий спорт ядроси нечта енгил атлетика секторлари бўлишни назарда тутди?
А) 1
Б) 2
В) 3
Г) 4
18. Ўйин майдончалари кўча ва уйлардан қандай масофада жойлашган бўлиши керак ?
А) 10-12 м
Б) 13-15 м
В) 17-18 м
Г) 18-20 м.
19. 13- 14 ёшли қизлар учун волейбол турининг юқори чегарасини баландлиги бўлиши керак.
А) 243 см
Б) 224 см
В) 210 см
Г) 200 см.
20. Баскетбол майдонча ўлчамлари
А) 18^x9 м

- Б) $26^x 14$ м
- В) $40^x 20$ м
- Г) $104^x 69$ м.

21. Аҳоли яшайдиган районга хизмат кўрсатиш учун мўлжалланган жисмоний тарбия - спорт иншоотлари – бу ...

- А) микрорайон спорт иншоотлари
- Б) район спорт иншоотлари
- В) районлараро спорт иншоотлари
- Г) шаҳар спорт иншоотлари.

22. Томошабинларни жалб қилиш билан мусобақалар ўтказишга режалаштирилган спорт иншоотлари – бу ...

- А) ўқув - тренировка иншоотлари
- Б) намоёиш этиш иншоотлари
- В) фаол дам олиш учун иншоотлар
- Г) очик иншоотлар комплекси.

23. Бизнинг эрадаги биринчи олимпия стадиони қачон ва қерда қурилган ?

- А) 1896 йил Афинада
- Б) 1900 йил Парижда
- В) 1908 йил Лондонда
- Г) 1905 йил Венада.

24. Копток билан ўйин қайси асрда пайдо бўлган?

- А) XV-XVI асрларда
- Б) X-XI асрларда
- В) XIX асрда
- Г) XX асрда.

25. Алоҳида ёпиқ иншоотларга ... қиради.

- а) спорт турлари бўйича майдончалар, спорт заллари, стадионлар
- б) спорт заллари, сув ҳавзалари, манежлар
- в) сув ҳавзалари, ўқ отиш жойлари, тоғ чанғи трассалари
- г) спорт турлари бўйича майдончалар, спорт заллари, сув ҳавзалари.

26. Шуғулланувчиларнинг ёшига ва жисмоний имкониятларига боғлиқ ҳолда спорт иншоотлари қуйидаги гуруҳларга бўлинади:

- А) мактаб ёшигача бўлган болалар учун жисмоний машғулот ва ўйин майдончалари; мактаб ўқувчилари ва ёшлар учун соғломлаштириш ва спорт иншоотлари; саломатлик ва даволаш жисмоний тарбияси учун соғломлаштириш ва спорт иншоотлари.

- Б) ҳовлиларда мураккаб бўлмаган жиҳозлар билан жиҳозланган иншоотлар; мактаб спорт иншоотлари; мактабгача ёшдаги болалар учун спорт майдончалари
- В) ўйин майдонлари; ҳовлилардаги майдончалар; мактаб ўқувчилари ва ёшлар учун соғломлаштириш ва спорт иншоотлари
- Г) мактабгача ёшдаги болалар учун жисмоний машғулотлар ва ўйин майдончалари; ҳовлиларда мураккаб бўлмаган жиҳозлар билан жиҳозланган иншоотлар; ўйин майдонлари.
27. Жисмоний тарбия-соғломлаштириш комплекс представляет собой
- спорт турлари бўйича очиқ ўйин майдончалари
 - намунавий спорт ядроси, югуриш йўлчалари ва ўйин майдони
 - тренажер қурилмалари бўлган турли узунликдаги масофалар
 - ўйин майдончалари ва югуриш йўлчалари.
28. Антик стадионларни қуйидаги уч даврнинг қайси бирига киритилади ?
- қадимги миср, қадимги юнон, қадимги рим
 - эллин, қадимги юнон, қадимги рим
 - эллин, эллинистик, қадимги рим
 - қадимги миср, эллин, эллинистик.
29. Биринчи трибунали стадион қаерда жойлашган эди ?
- Олимпда
 - Дельфда
 - Пиреяда
 - Римда.
30. Режалаштирилган структураси бўйича спорт иншоотлари қуйидагиларга бўлинади:
- ўйин майдончалари; ўйин майдонлари; махсус жиҳозлар тўплами билан жиҳозланган майдончалар комплекси
 - спорт комплекслар; соғломлаштириш жисмоний тарбияси гуруҳлари машғулотлари учун майдончалар; аҳоли яшаш ҳовлиларида жойлашган майдончалар
 - “саломатлик йўлчалари”, мактабгача ёшдаги болалар учун жисмоний машғулот майдончалари; мактаб майдончалари
 - ўйин майдончалари; спорт комплекслар; «саломатлик йўлчалари».
31. Очиқ иншоотлар комплексига ... киради .
- спорт турлари бўйича майдончалар, спорт заллари, стадионлар
 - сув ҳавзалари, спорт ядролари, спорт саройлари
 - стадионлар, спорт ядролари, майдончалар комплекси
 - спорт турлари бўйича майдончалар, сув ҳавзалари, стадионлар.

32. Ҳозирги замон биринчи олимпия стадиони аренасида нима жойлаштирилган ?

- А) гимнастика бўйича сектор, енгил атлетика сектори, футбол майдони
- Б) футбол майдони, велотрек, сув ҳавзаси
- В) югурише йўлкаи, сув ҳавзаси, футбольное поле
- Г) сектор по гимнастике, футбольное поле, югурише йўлкаи

33. Аҳоли яшайдиган районлар гуруҳига хизмат қилиш учун мўлжалланган жисмоний тарбия - соғломлаштириш иншоотлари – бу ...

- А) умумшаҳар спорт иншоотлари
- Б) районлараро спорт иншоотлари
- В) район спорт иншоотлари
- Г) микрорайон спорт иншоотлари.

34. Ўқув - спорт иншоотларига ... қиради.

- А) ўқув юртлари спорт базалари, ўқув – тренировка марказлари
- Б) стадионлар, ўқув – тренировка марказлари
- В) спорт саройлари, дам олиш базалари
- Г) спорт базалари, стадионлар.

35. 13-14 ёшли ўғил болалар учун волейбол тўрининг юқори чегараси баландлиги

- А) 200 см
- Б) 210 см
- В) 220см
- Г) 230 см.

36. Қўл тўпи учун майдонча ўлчамлари

- А) 40^x20 м
- Б) 20^x10 м
- В) 24^x15 м
- Г) 104^x69 м.

37. Бошланғич синф ўқувчилари учун майдончада қандай жиҳозлар ўрнатилган бўлиши керак ?

- А) чирмашиб чиқиш учун вертикал зинапоялар, кумли ўра, сунъий тоғлар
- Б) арғимчоқлар, лабиринт, чайқалувчи устун
- В) тўсинлар, штанга, арғимчоқлар
- Г) чирмашиб чиқиш учун вертикал зинапоя, арғимчоқлар, тўсинлар.

38. Ўрта синф ўқувчилари ёшидаги болалар учун майдончалар қандай жиҳозлар билан жиҳозланган ?

- А) қўш тўсин, 32 кг оғирликдаги штанга, девор-тренажер

- Б) 24 кг оғирликдаги штанга, тўсин, ходалар
- В) арғимчоқлар, ходалар, 16 кг оғирликдаги штанга
- Г) кўш тўсин, 24 кг штанга, арғимчоқлар.

39. Спорт ядроси таркибида нечта тўғри югуриш йўлкалари бўлади ?

- А) 5
- Б) 8
- В) 10
- Г) 12.

40. Ўйин майдончалари тўсиқлари учун тўрсимон деворнинг баландлиги

- А) 1 м
- Б) 2 м
- В) 3 м
- Г) 4 м.

41. Аҳоли яшайдиган жойнинг режалаштирилган тузилишига кўра спорт иншоотлари ... бўлинади.

- А) микрорайон, район, районлараро, умумшаҳар спорт иншоотларига
- Б) ўқув-спорт, намоёиш этиш ва фаол дам олиш учун спорт иншоотларига
- В) очик, алоҳида, ёпиқ спорт иншоотларига ва спорт иншоотлари комплексига
- Г) микрорайон, ўқув-спорт, очик спорт иншоотларига

42. Ўқув-тренировка машғулотлари ва мусобақалар бинодан ташқарида, очик ҳавода ўтказиладиган иншоотлар

- А) очик
- Б) ёпиқ
- В) ҳажмли
- Г) ясси.

43. Спорт турлари бўйича майдончалар, футбол ва камондан отиш учун майдонлар киради.

- А) ёпиқ иншоотлар комплексига
- Б) алоҳида очик иншоотларга
- В) алоҳида ёпиқ иншоотларга
- Г) очик иншоотлар комплексига.

44. Футбол майдонининг қабул қилиш имкониятлари (қобилияти)

- А) 10 киши
- Б) 16 киши
- В) 22 киши
- Г) 30 киши

45. 15 ёшдан катта бўлган қизлар учун волейбол тўрининг юқори чегараси баландлиги

- А) 210 см
- Б) 220 см.
- В) 224 см
- Г) 230 см

46. Намунавий спорт ядро таркибидаги югуриш йўлкаси тўғри қисмининг узунлиги

- А) 86 м.
- Б) 100 м
- В) 106 м
- Г) 110 м

47. Спорт саройлари, кўпзалли бинолар (корпуслар), сув ҳавзаси комплекслари ... киради .

- А) алоҳида очик иншоотларга
- Б) алоҳида ёпиқ иншоотларга
- В) ёпиқ иншоотлар комплексига
- Г) очик иншоотлар комплексига.

48. Шаҳарнинг ҳамма аҳолисига хизмат кўрсатадиган спорт иншоотлари ... ҳисобланади.

- А) районлараро иншоотлар
- Б) район иншоотлар
- В) умумшаҳар иншоотлар
- Г) микрорайон иншоотлар

49. Ўқув юртлари учун енгиллаштирилган спорт ядроси таркибига кирадиган югуриш йўлкаси узунлиги

- А) 400 м
- Б) 330 м
- В) 300 м
- Г) 350 м

50. Европада спорт иншоотларини оммавий қурилиши қачон бошланган ?

- А) X-XI асрларда
- Б) XI-XIV асрларда
- В) XV-XVI асрларда
- Г) XIX асрда.

51. Қайси иншоотларни ясси иншоотларга киритилади ?

- А) спорт заллари, спорт заллари, сув ҳавзалари
 - Б) спорт майдонлари ва майдончалари, енгил атлетика йўлкалари
 - В) манежлар, чанғи трассалари, югуриш масофалари
 - Г) спорт заллари, спорт майдонлари, манежлар
52. Ҳар бир алоҳида спорт иншооти нечта структуравий элементлардан ташкил топган бўлади?
- А) 1
 - Б) 2
 - В) 3
 - Г) 4
53. Ҳар бир спорт иншоотига қайси структуравий элементлар киради ?
- А) асосий, ёрдамчи ва томошабинлар учун иншоотлар
 - Б) ҳажмли, ясси ва очиқ иншоотлар
 - В) ёпиқ, ўқув ва ёрдамчи иншоотлар
 - Г) хизмат кўрсатувчи, асосий ва ҳажмли иншоотлар
54. Спорт иншоотлари структурасидаги (таркибидаги) қайси элемент бўлмаслиги мумкин?
- А) асосий
 - Б) ёрдамчи
 - В) томошабинлар учун
 - Г) ҳеч қандай
55. Қайси иншоотлар ёрдамчи иншоотларга киради ?
- А) майдончалар, сув ҳавзалари, кийиниш хоналари
 - Б) томошабинлар учун жойлар, трибуналар, фойе
 - В) гардероблар (кийим иладиган жойлар), ювиниш (душ) хоналари, тиббий кабинетлар
 - Г) бундай иншоотлар йўқ
56. Қайси иншоотлар томошабинлар учун мўлжалланган ?
- А) кийиниш хоналари, ювиниш (душ) хоналари, ҳожатхоналар
 - Б) майдончалар, трасслар, сув ҳавзалари
 - В) трибуналар, вестибюллар (бинога киришдаги бўш жой), буфетлар
 - Г) тўғри жавоб йўқ.
57. Ўз таркибида битта ҳудудда жойлашган спорт аренаси, майдончалар, спорт турлари бўйича майдонлар, иншоотлар алоҳида ёпиқ спорт иншоотлари комплекси – бу ...
- А) спорт майдончаси
 - Б) стадион

- В) спорт зал
- Г) сув ҳавзаси.

58. Бадминтон ўйини учун майдонча ўлчамлари

- А) 13.4×6.1 м
- Б) 14×8 м
- В) 18×9 м
- Г) 40×20 м.

59. Баскетбол шитининг ўлчамлари

- А) 1.8×1.05 м
- Б) 2×1 м
- В) 1.5×1 м
- Г) 2.5×1.5 м.

60. Қўл тўпи учун дарвоза ўлчамлари

- А) 2.5×3 м
- Б) 2×3 м
- В) 2×3.5 м
- Г) 2.5×3.5 м.

61. Кураш учун зал ўлчамлари

- А) 18×22 м
- Б) 24×18 м
- В) 14×18 м
- Г) 26×20 м.

62. Бокс учун зал ўлчамлари

- А) 18×22 м
- Б) 24×20 м
- В) 14×18 м
- Г) 20×23 м.

63. Узунликка сакраш ва учсакраш учун югуриб келиш йўлка узунлиги

- А) 20 м
- Б) 30 м
- В) 45 м
- Г) 50 м.

64. Муз устида хоккей учун майдон ўлчамлари

- А) 60×30 м
- Б) 61×30 м
- В) 60×31 м

Г) 61^{x31} м.

65. Қайси спорт заллари универсал ҳисобланади ?

- А) ёпик
- Б) бир нечта спорт турлари учун жиҳозланган
- В) ҳажмли
- Г) тўғри жавоб йўқ.

66. Бир ёки бир нечта спорт турлари бўйича жисмоний машқ амалий машғулотлар ёки мусобақалар ўтказиладиган ҳамда майдони юзаси 1000-1200 м² бўлган бино – бу ...

- А) спорт зали
- Б) манеж
- В) спорт корпуси (биноси)
- Г) ёпик стадион.

67. Спорт заллари ... бўлиши мумкин.

- А) очик ва ёпик
- Б) ҳажмли ва ясси
- В) универсал ва ихтисослашган
- Г) очик ва ҳажмли.

68. Микрорайон спорт иншоотларини хизмат кўрсатиш радиуси

- А) 10-100 м
- Б) 20-200 м
- В) 50-500 м
- Г) 100-1000 м.

69. Микрорайон спорт иншоотларининг яёв юриш вақти бўйича имконияти

- А) 5-7 мин
- Б) 10-15 мин
- В) 20 мин
- Г) 40 мин.

70. Район спорт иншоотларининг яёв юриш вақти бўйича имконияти

- А) 5-7 мин
- Б) 10-15 мин
- В) 20 мин
- Г) 40 мин.

71. Районлараро спорт иншоотларининг яёв юриш вақти бўйича имконияти

- А) яёв 5-7 мин
- Б) яёв 20 мин

- В) транспортда 20 мин
- Г) транспортда 30 мин.

72. Стадион ҳудуди қандай соҳаларга (зоналарга) бўлинади ?
- А) спорт, ўқув-спорт, маъмурий-хўжалик, дам олиш соҳаси
 - б) томошабинлар учун, спорт, ёрдамчи, майдончалар соҳаси.
 - в) кириш, енгил атлетика, ўқув-спорт, асосий
 - г) соҳаларга бўлинмайди.
73. Стадион спорт соҳаси таркибига нималар киради?
- А) асосий арена, спорт майдончалари, омборхона ҳудудлари
 - Б) спорт майдонлари, майдончалари, заллари, болалар учун майдончалар
 - В) асосий арена, майдонлар, трибунлар
 - Г) болалар учун майдончалар, умумий жисмоний тайёргарлик учун соҳалар, чўмилиш жойлари (пляжлар), трибуналар.
74. Умумшаҳар спорт иншоотлар яёв юриш вақти бўйича имконияти
- А) яёв 5-7 мин
 - Б) яёв 20 мин
 - В) транспортда 20 мин
 - Г) транспортда 30 мин.
75. Сув ҳавзаси турларини айтинг
- А) чўмилиш, ўқув, спорт
 - Б) томошабинлар учун, ҳажмли, чўмилиш
 - В) очиқ, ўқув, ёрдамчи
 - Г) комплекс, ясси, ёрдамчи.
76. 16 ёшдан катта ўсмирлар ва эркаклар учун волейбол тўрининг баландлиги
- А) 210 см
 - Б) 220 см
 - В) 224 см
 - Г) 243 см.
77. 15-16 ёшли ўсмирлар учун волейбол тўрининг баландлиги
- А) 210 см
 - Б) 220 см
 - В) 235 см
 - Г) 243 см.
78. Бадминтон ўйини учун тўрнинг баландлиги
- А) 1.45 м

- Б) 1.5 м
- В) 1.55 м
- Г) 1.6 м.

79. Қўл тўпи ўйини учун майдонча хавфсизлик соҳаси

- А) 1 м
- Б) 1.5 м
- В) 2 м
- Г) 2.5 м.

80. Айланма югуриш йўлкаси бурилишларининг радиуси

- А) 33 м
- Б) 35 м
- В) 36 м
- Г) 38 м.

81. Узунликка сакраш учун ўра нима билан тўлдирилади?

- А) кум
- Б) поролон
- В) қипиқ
- Г) тўғри жавоб йўқ.

82. Ўйин майдончалари қатлами қалинлиги

- А) 5 см
- Б) 6 см
- В) 7см
- Г) 8 см.

83. Югуриш йўлкалари қатлами қалинлиги

- А) 4-6 см
- б) 6-8 см
- в) 8-10 см
- г) 10-12 см.

84. Қайси даврдаги қадимги стадионлар Давлат ҳаётида жамоатчилик марказлари ролини ўйнаганлар ?

- А) эллин
- Б) эллинистик
- В) қадимги рим
- Г) ҳеч қандай

85. Қадимги юнон стадионларида бир вақтни ўзида югуриш учун нечта йўлка белгиланган ?

- A) 10
- Б) 15
- В) 20
- Г) 25.

86. Қайси даврда томошабинлар учун стационар мармар трибуналар ўрнатила бошлаган ?

- A) эллин дарида
- Б) эллинистк даврда
- В) қадимги римда
- Г) қадимги юнонда.

87. Амфитеатр сингари спорт иншоотлари қайси асрда пайдо бўлган?

- A) эрамиздан олдинги I асргача.
- Б) эрамиздан олдинги II асрда
- в) эрамизнинг I асрида
- г) эрамизнинг II асрида.

88. Кўп сонли термлар қайси вақтларда қурилган ?

- A) эрамиздан олдинги I-III асрларда.
- Б) эрамиздан олдинги II-IV асрларда.
- В) эрамизнинг I-III асрларида.
- Г) эрамизнинг II-IV асрларида.

89. Қадимги Афина стадиони нечанчи йилда қайта тикланган ?

- A) 1896 йилда.
- Б) 1900 й.
- В) 1912 й.
- Г) 1915 й.

90. Дам олиш базаларида, боғларда, хиёбонларда жойлашган спорт иншоотлари ... га киради.

- A) намоёиш этиш учун иншоотлар
- Б) ўқув-тренировка иншоотлари
- В) фаол дам олиш учун иншоотлар
- Г) тўғри жавоб йўқ.

91. Ёпиқ спорт иншоотлари – бу ...

A) ўқув-тренировка машғулотлари ёпиқ залларда, сув ҳавзаларида ва шу сингариларда ўтказиладиган иншоотлар

- Б) ўқув-тренировка машғулотлари очик ҳавода ўтказиладиган иншоотлар
- В) махсус мақсадларга мўлжалланган иншоотлар
- Г) тўғри жавоб йўқ.

92. Стадионнинг тоифаси қандай мезонларга кўра аниқланади ?
А) трибуналардаги ўринлар сони ва очиқ спорт майдончалари сонига кўра
Б) ёпиқ ва очиқ турдаги спорт иншоотлари мавжудлигига кўра
В) алоҳида иншоотлар сонига кўра
Г) алоҳида спорт заллар сонига кўра.
93. Ўқув-спорт базаларининг тоифалари қандай мезонлар бўйича аниқланади ?
А) трибуналардаги ўринлар сони ва очиқ спорт майдончалари сонига кўра
Б) ёпиқ ва очиқ турдаги спорт иншоотлари мавжудлигига ва спортчилар учун истиқомат қилиш бинолари сонига кўра
В) алоҳида иншоотлар сони бўйича
Г) алоҳида спорт заллар сони бўйича.
94. Бокс учун ринг ўлчамлари
А) 4×4 м
Б) 5×5 м
В) 6×6 м
Г) 7×7 м.
95. Қиличбозлик учун майдонча ўлчамлари
А) 18×22 м
Б) 24×20 м
В) 14×18 м
Г) 26×20 м.
96. Ў а для Оғир атлетикачилар учун махсус кўприк ўлчамлари
А) 4×4 м
Б) 5×5 м
В) 6×6 м
Г) 7×7 м.
97. Футбол дарозаси ўлчамлари
А) 7.32×2.44 м
Б) 7.5×2.44 м
В) 3.32×2.5 м
Г) 6.72×3.54 м.
98. Муз устида хоккей учун майдонни чегаралайдиган бортларнинг баландлиги
А) 115-119 см
Б) 115-122 см
В) 110-120 см

Г) 115-125 см.

99. Хоккей майдончаси дарвоза чизиғи қандай рангда бўлади?

А) қизил

Б) кўк

В) қора

Г) рангини аҳамияти йўқ.

100. Сакраш сув ҳавзасининг чуқурлиги

А) 2.85- 3.5 м

Б) 3.5-7 м

В) 4.85 -6 м

Г) 1.5-4 м

Фан бўйича якуний назорат вариантлари.

ЎзДЖТИ Футбол, Яккакураш СТ, Кўпкураш СТ, Спорт ўйинлари, Гимнастика ва спорт психологияси факультетлари. Таълим йўналишлари: 5111000 Спорт фаолияти (фаолият турлари бўйича) 5610500 Касб таълими. Спорт фаолияти (фаолият турлари бўйича) 5210200 – Психология (спорт) «Информатика ва ахборот технологиялари» кафедраси		
«Спорт иншоотлари» фани бўйича якуний назорат топшириқлари. 2012-2013 ўқув йили; 2-босқич, 6-семестр. Максимал балллар: семестр учун – 100 б., ЯН учун – 30 б., Саралаш баллари: семестр учун – 55 б., ЯН учун – 16,5 б..	«ТАСДИҚЛАЙМАН» Каф.мудир.. Кафедрани 2013 йил баённомаси №	
Вариант № 1		
1	Спорт иншоотлари фани максоди ва вазифалари.	10 б.
2	XXVIII Олимпия ўйинлари хақида маълумот	10 б.
3	Муз устида хоккей –Чим устида хоккей майдонлари ўлчам ва жиҳозлари	10 б.
Ишлаб чиқди:		Жуманова С.Г

ЎзДЖТИ Футбол, Яккакураш СТ, Кўпкураш СТ, Спорт ўйинлари, Гимнастика ва спорт психологияси факультетлари. Таълим йўналишлари: 5111000 Спорт фаолияти (фаолият турлари бўйича) 5610500 Касб таълими. Спорт фаолияти (фаолият турлари бўйича) 5210200 – Психология (спорт) «Информатика ва ахборот технологиялари» кафедраси		
«Спорт иншоотлари» фани бўйича якуний назорат топшириқлари. 2012-2013 ўқув йили; 2-босқич, 6-семестр. Максимал балллар: семестр учун – 100 б., ЯН учун – 30 б., Саралаш баллари: семестр учун – 55 б., ЯН учун – 16,5 б..	«ТАСДИҚЛАЙМАН» Каф.мудир.. Кафедрани 2013 йил баённомаси №	
Вариант № 2		
1	Кадимги Дунё спорт иншоотлари хақида тарихий маълумот	10 б.
2	XXIX – Олимпия ўйинлари хақида маълумот	10 б.
3	Енгил атлетика – узунликка сакраш ва уч хатлаб сакраш учун жой	10 б.
Ишлаб чиқди:		Жуманова С.Г

ЎзДЖТИ Футбол, Яккакураш СТ, Кўпкураш СТ, Спорт ўйинлари, Гимнастика ва спорт психологияси факультетлари. Таълим йўналишлари: 5111000 Спорт фаолияти (фаолият турлари бўйича) 5610500 Касб таълими. Спорт фаолияти (фаолият турлари бўйича) 5210200 – Психология (спорт) «Информатика ва ахборот технологиялари» кафедраси		
«Спорт иншоотлари» фани бўйича якуний назорат топшириқлари. 2012-2013 ўқув йили; 2-босқич, 6-семестр. Максимал балллар: семестр учун – 100 б., ЯН учун – 30 б., Саралаш баллари: семестр учун – 55 б., ЯН учун – 16,5 б..		«ТАСДИҚЛАЙМАН» Каф.мудир... Кафедрани 2013 йил баённомаси №
Вариант № 3		
1	Урта Аср спорт иншоотлари хақида маълумот	10 б.
2	XXX – Олимпияда ўинлари хақида маълумот	10 б.
3	Сувга сакраш хавзаси ва сувда сузиш хавзаси	10 б.
Ишлаб чиқди:		Жуманова С.Г

ЎзДЖТИ Футбол, Яккакураш СТ, Кўпкураш СТ, Спорт ўйинлари, Гимнастика ва спорт психологияси факультетлари. Таълим йўналишлари: 5111000 Спорт фаолияти (фаолият турлари бўйича) 5610500 Касб таълими. Спорт фаолияти (фаолият турлари бўйича) 5210200 – Психология (спорт) «Информатика ва ахборот технологиялари» кафедраси		
«Спорт иншоотлари» фани бўйича якуний назорат топшириқлари. 2012-2013 ўқув йили; 2-босқич, 6-семестр. Максимал балллар: семестр учун – 100 б., ЯН учун – 30 б., Саралаш баллари: семестр учун – 55 б., ЯН учун – 16,5 б..		«ТАСДИҚЛАЙМАН» Каф.мудир... Кафедрани 2013 йил баённомаси №
Вариант № 4		
1	Хозирги замон спорт иншоотлари хақида маълумот .	10 б.
2	Спорт иншоотларни лойхалашда ва куришда асосий ташкилий ҳолатлар	10 б.
3	Енгил атлетика – спорт ядроси хақида маълумот	10 б.
Ишлаб чиқди:		Жуманова С.Г

ЎзДЖТИ Футбол, Яккакураш СТ, Кўпкураш СТ, Спорт ўйинлари, Гимнастика ва спорт психологияси факультетлари. Таълим йўналишлари: 5111000 Спорт фаолияти (фаолият турлари бўйича) 5610500 Касб таълими. Спорт фаолияти (фаолият турлари бўйича) 5210200 – Психология (спорт) «Информатика ва ахборот технологиялари» кафедраси		
«Спорт иншоотлари» фани бўйича якуний назорат топшириқлари. 2012-2013 ўқув йили; 2-босқич, 6-семестр. Максимал балллар: семестр учун – 100 б., ЯН учун – 30 б., Саралаш баллари: семестр учун – 55 б., ЯН учун – 16,5 б..		«ТАСДИҚЛАЙМАН» Каф.мудирлари..... .. Кафедрани 2013 йил баённомаси №
Вариант № 5		
1	Спорт иншоотлари фанининг аҳамияти ва назарияси	10 б.
2	Спорт иншоотлари фаолиятини режалаштириш	10 б.
3	Енгил атлетика югуриш йўлкаси ва секторлари	10 б.
Ишлаб чиқди:		Жуманова С.Г

ЎзДЖТИ Футбол, Яккакураш СТ, Кўпкураш СТ, Спорт ўйинлари, Гимнастика ва спорт психологияси факультетлари. Таълим йўналишлари: 5111000 Спорт фаолияти (фаолият турлари бўйича) 5610500 Касб таълими. Спорт фаолияти (фаолият турлари бўйича) 5210200 – Психология (спорт) «Информатика ва ахборот технологиялари» кафедраси		
«Спорт иншоотлари» фани бўйича якуний назорат топшириқлари. 2012-2013 ўқув йили; 2-босқич, 6-семестр. Максимал балллар: семестр учун – 100 б., ЯН учун – 30 б., Саралаш баллари: семестр учун – 55 б., ЯН учун – 16,5 б..		«ТАСДИҚЛАЙМАН» Каф.мудирлари..... ... Кафедрани 2013 йил баённомаси №
Вариант № 6		
1	Спорт иншоотлари тарихи	10 б.
2	Шаҳар ва қишлоқ спорт иншоотлари	10 б.
3	Енгил атлетика ва иргитиш учун жой	10 б.
Ишлаб чиқди:		Жуманова С.Г

ЎзДЖТИ Футбол, Яккакураш СТ, Кўпкураш СТ, Спорт ўйинлари, Гимнастика ва спорт психологияси факультетлари. Таълим йўналишлари: 5111000 Спорт фаолияти (фаолият турлари бўйича) 5610500 Касб таълими. Спорт фаолияти (фаолият турлари бўйича) 5210200 – Психология (спорт) «Информатика ва ахборот технологиялари» кафедраси		
«Спорт иншоотлари» фани бўйича якуний назорат топшириқлари. 2012-2013 ўқув йили; 2-босқич, 6-семестр. Максимал балллар: семестр учун – 100 б., ЯН учун – 30 б., Саралаш баллари: семестр учун – 55 б., ЯН учун – 16,5 б..		«ТАСДИҚЛАЙМАН» Каф.мудир.. Кафедрани 2013 йил баённомаси №
Вариант № 7		
1	Спорт иншоотлари максоди ва вазифалари	10 б.
2	Стадион қуримидаги қонун ва меъёрий қоидалари	10 б.
3	Болалар учун ўйин майдончалари ва мактаб спорт заллари	10 б.
Ишлаб чиқди:		Жуманова С.Г

ЎзДЖТИ Футбол, Яккакураш СТ, Кўпкураш СТ, Спорт ўйинлари, Гимнастика ва спорт психологияси факультетлари. Таълим йўналишлари: 5111000 Спорт фаолияти (фаолият турлари бўйича) 5610500 Касб таълими. Спорт фаолияти (фаолият турлари бўйича) 5210200 – Психология (спорт) «Информатика ва ахборот технологиялари» кафедраси		
«Спорт иншоотлари» фани бўйича якуний назорат топшириқлари. 2012-2013 ўқув йили; 2-босқич, 6-семестр. Максимал балллар: семестр учун – 100 б., ЯН учун – 30 б., Саралаш баллари: семестр учун – 55 б., ЯН учун – 16,5 б..		«ТАСДИҚЛАЙМАН» Каф.мудир.. Кафедрани 2013 йил баённомаси №
Вариант № 8		
1	Спорт иншоотлари Ориентацияси ва конструкцияси	10 б.
2	Спорт иншоотлари таркибий қисми ҳақида маълумот	10 б.
3	Балантликка ва лангар чоп билан сакраш учун жойлар	10 б.
Ишлаб чиқди:		Жуманова С.Г

ЎзДЖТИ Футбол, Яккакураш СТ, Кўпкураш СТ, Спорт ўйинлари, Гимнастика ва спорт психологияси факультетлари. Таълим йўналишлари: 5111000 Спорт фаолияти (фаолият турлари бўйича) 5610500 Касб таълими. Спорт фаолияти (фаолият турлари бўйича) 5210200 – Психология (спорт) «Информатика ва ахборот технологиялари» кафедраси		
«Спорт иншоотлари» фани бўйича якуний назорат топшириқлари. 2012-2013 ўқув йили; 2-босқич, 6-семестр. Максимал балллар: семестр учун – 100 б., ЯН учун – 30 б., Саралаш баллари: семестр учун – 55 б., ЯН учун – 16,5 б..		«ТАСДИҚЛАЙМАН» Каф.мудир.. Кафедрани 2013 йил баённомаси №
Вариант № 9		
1	Кадимги Рим даври ва Амортиеатрлар	10 б.
2	Даромад ва харажат сметаси	10 б.
3	Футбол майдонига чимли копламали ва кўп тўп	10 б.
Ишлаб чиқди:		Жуманова С.Г

ЎзДЖТИ Футбол, Яккакураш СТ, Кўпкураш СТ, Спорт ўйинлари, Гимнастика ва спорт психологияси факультетлари. Таълим йўналишлари: 5111000 Спорт фаолияти (фаолият турлари бўйича) 5610500 Касб таълими. Спорт фаолияти (фаолият турлари бўйича) 5210200 – Психология (спорт) «Информатика ва ахборот технологиялари» кафедраси		
«Спорт иншоотлари» фани бўйича якуний назорат топшириқлари. 2012-2013 ўқув йили; 2-босқич, 6-семестр. Максимал балллар: семестр учун – 100 б., ЯН учун – 30 б., Саралаш баллари: семестр учун – 55 б., ЯН учун – 16,5 б..		«ТАСДИҚЛАЙМАН» Каф.мудир.. Кафедрани 2013 йил баённомаси №
Вариант № 10		
1	Кадимги стадионлар хақида тарихий маълумот	10 б.
2	Спорт иншоотларини лойиҳалаш ва қурушда асосий ташкилий ҳолатлар	10 б.
3	Мактаб учун спорт залари ва болалар уйин майдончалари	10 б.
Ишлаб чиқди:		Жуманова С.Г

ЎзДЖТИ Футбол, Яккакураш СТ, Кўпкураш СТ, Спорт ўйинлари, Гимнастика ва спорт психологияси факультетлари. Таълим йўналишлари: 5111000 Спорт фаолияти (фаолият турлари бўйича) 5610500 Касб таълими. Спорт фаолияти (фаолият турлари бўйича) 5210200 – Психология (спорт) «Информатика ва ахборот технологиялари» кафедраси	
«Спорт иншоотлари» фани бўйича якуний назорат топшириқлари. 2012-2013 ўқув йили; 2-босқич, 6-семестр. Максимал балллар: семестр учун – 100 б., ЯН учун – 30 б., Саралаш баллари: семестр учун – 55 б., ЯН учун – 16,5 б..	«ТАСДИҚЛАЙМАН» Каф.мудир... Кафедрани 2013 йил баённомаси № ...
Вариант № 11	
1. Спорт иншоотлари таснифи ва тоифаланиши	10 б
2. Спорт иншоотларнинг шакли ва ўлчамлари	10 б
3. Футбол майдони ва конструкцияси ва кол топи майдони	10 б
Ишлаб чиқди: Жуманова С.Г	

ЎзДЖТИ Футбол, Яккакураш СТ, Кўпкураш СТ, Спорт ўйинлари, Гимнастика ва спорт психологияси факультетлари. Таълим йўналишлари: 5111000 Спорт фаолияти (фаолият турлари бўйича) 5610500 Касб таълими. Спорт фаолияти (фаолият турлари бўйича) 5210200 – Психология (спорт) «Информатика ва ахборот технологиялари» кафедраси	
«Спорт иншоотлари» фани бўйича якуний назорат топшириқлари. 2012-2013 ўқув йили; 2-босқич, 6-семестр. Максимал балллар: семестр учун – 100 б., ЯН учун – 30 б., Саралаш баллари: семестр учун – 55 б., ЯН учун – 16,5 б..	«ТАСДИҚЛАЙМАН» Каф.мудир... Кафедрани 2013 йил баённомаси № ...
Вариант № 12	
1. Хозирги замон спорт иншоотлари	10 б
2. Спорт майдонларини технологик чизмаси	10 б
3. Енгил атлетика манежлари ва секторлари	10 б
Ишлаб чиқди: Жуманова С.Г	

ЎзДЖТИ Футбол, Яккакураш СТ, Кўпкураш СТ, Спорт ўйинлари, Гимнастика ва спорт психологияси факультетлари. Таълим йўналишлари: 5111000 Спорт фаолияти (фаолият турлари бўйича) 5610500 Касб таълими. Спорт фаолияти (фаолият турлари бўйича) 5210200 – Психология (спорт) «Информатика ва ахборот технологиялари» кафедраси	
«Спорт иншоотлари» фани бўйича якуний назорат топшириқлари. 2012-2013 ўқув йили; 2-босқич, 6-семестр. Максимал балллар: семестр учун – 100 б., ЯН учун – 30 б., Саралаш баллари: семестр учун – 55 б., ЯН учун – 16,5 б..	«ТАСДИҚЛАЙМАН» Каф.мудир... Кафедрани 2013 йил баённомаси № ...
Вариант № 13	
1. Маъмурий режалаштирилган ва хажмли кифоли спорт иншоотлари	10 б
2. ХХ асрнинг универсал спорт иншоотлари	10 б
3. Спорт ядроси ва ирғитиш учун жой	10 б
Ишлаб чиқди: Жуманова С.Г	

ЎзДЖТИ Футбол, Яккакураш СТ, Кўпкураш СТ, Спорт ўйинлари, Гимнастика ва спорт психологияси факультетлари. Таълим йўналишлари: 5111000 Спорт фаолияти (фаолият турлари бўйича) 5610500 Касб таълими. Спорт фаолияти (фаолият турлари бўйича) 5210200 – Психология (спорт) «Информатика ва ахборот технологиялари» кафедраси	
«Спорт иншоотлари» фани бўйича якуний назорат топшириқлари. 2012-2013 ўқув йили; 2-босқич, 6-семестр. Максимал балллар: семестр учун – 100 б., ЯН учун – 30 б., Саралаш баллари: семестр учун – 55 б., ЯН учун – 16,5 б..	«ТАСДИҚЛАЙМАН» Каф.мудир... Кафедрани 2013 йил баённомаси № ..
Вариант № 14	
1 Шаҳар типи режасига мувофиқ ва фойдаланиш ҳолатига қара қўрилган спорт иншоотлари ҳақида	10 б.
2 Стадион трибуналари ҳақида	10 б.
3 Балатликка ва лангар чоп билан сакраш жойлари	10 б.
Ишлаб чиқди: Жуманова С.Г	

ЎзДЖТИ Футбол, Яккакураш СТ, Кўпкураш СТ, Спорт ўйинлари, Гимнастика ва спорт психологияси факультетлари. Таълим йўналишлари: 5111000 Спорт фаолияти (фаолият турлари бўйича) 5610500 Касб таълими. Спорт фаолияти (фаолият турлари бўйича) 5210200 – Психология (спорт) «Информатика ва ахборот технологиялари» кафедраси		
«Спорт иншоотлари» фани бўйича якуний назорат топшириқлари. 2012-2013 ўқув йили; 2-босқич, 6-семестр. Максимал балллар: семестр учун – 100 б., ЯН учун – 30 б., Саралаш баллари: семестр учун – 55 б., ЯН учун – 16,5 б..	«ТАСДИҚЛАЙМАН» Каф.мудирлари..... .. Кафедрани 2013 йил баённомаси №	
Вариант № 15		
1	Республикамизда ҳозирги халқаро стандарт микёсдаги спорт иншоотлари	10 б.
2	Майдонларнинг қопламаларининг конструкцияси	10 б.
3	Узунликка сакраш ва уч хатлаб сакраш учун жой	10 б.
Ишлаб чиқди:		Жуманова С.Г

ЎзДЖТИ Футбол, Яккакураш СТ, Кўпкураш СТ, Спорт ўйинлари, Гимнастика ва спорт психологияси факультетлари. Таълим йўналишлари: 5111000 Спорт фаолияти (фаолият турлари бўйича) 5610500 Касб таълими. Спорт фаолияти (фаолият турлари бўйича) 5210200 – Психология (спорт) «Информатика ва ахборот технологиялари» кафедраси		
«Спорт иншоотлари» фани бўйича якуний назорат топшириқлари. 2012-2013 ўқув йили; 2-босқич, 6-семестр. Максимал балллар: семестр учун – 100 б., ЯН учун – 30 б., Саралаш баллари: семестр учун – 55 б., ЯН учун – 16,5 б..	«ТАСДИҚЛАЙМАН» Каф.мудирлари..... .. Кафедрани 2013 йил баённомаси №	
Вариант № 16		
1	Кенглиги ва ишлатилиши ҳисобга олинган ҳолда қурилган спорт иншоотлари	10 б.
2	XXI аср спорт иншоотлари Бунёдкор стадиони	10 б.
3	Теннис ва бадминтон майдонлари ўлчамлари, жиҳозлари ва конструкцияси	10 б.
Ишлаб чиқди:		Жуманова С.Г

ЎзДЖТИ Футбол, Яккакураш СТ, Кўпкураш СТ, Спорт ўйинлари, Гимнастика ва спорт психологияси факультетлари. Таълим йўналишлари: 5111000 Спорт фаолияти (фаолият турлари бўйича) 5610500 Касб таълими. Спорт фаолияти (фаолият турлари бўйича) 5210200 – Психология (спорт) «Информатика ва ахборот технологиялари» кафедраси		
«Спорт иншоотлари» фани бўйича якуний назорат топшириқлари. 2012-2013 ўқув йили; 2-босқич, 6-семестр. Максимал балллар: семестр учун – 100 б., ЯН учун – 30 б., Саралаш баллари: семестр учун – 55 б., ЯН учун – 16,5 б..	«ТАСДИҚЛАЙМАН» Каф.мудирлари..... ... Кафедрани 2013 йил баённомаси №	
Вариант № 17		
1	Тоифага кирмайдиган спорт иншоотлари	10 б.
2	Бир ва икки ярусли трибуналар	10 б.
3	Баландликка ва лангар чоп билан сакраш учун жой	10 б.
Ишлаб чиқди:		Жуманова С.Г

ЎзДЖТИ Футбол, Яккакураш СТ, Кўпкураш СТ, Спорт ўйинлари, Гимнастика ва спорт психологияси факультетлари. Таълим йўналишлари: 5111000 Спорт фаолияти (фаолият турлари бўйича) 5610500 Касб таълими. Спорт фаолияти (фаолият турлари бўйича) 5210200 – Психология (спорт) «Информатика ва ахборот технологиялари» кафедраси		
«Спорт иншоотлари» фани бўйича якуний назорат топшириқлари. 2012-2013 ўқув йили; 2-босқич, 6-семестр. Максимал балллар: семестр учун – 100 б., ЯН учун – 30 б., Саралаш баллари: семестр учун – 55 б., ЯН учун – 16,5 б..	«ТАСДИҚЛАЙМАН» Каф.мудирлари..... ... Кафедрани 2013 йил баённомаси №	
Вариант № 18		
1	Кадимги Рим давридаги стадионлар	10 б.
2	Икки ва уч ярусли трибуналар	10 б.
3	Енгил атлетика ва секторлари	10 б.
Ишлаб чиқди:		Жуманова С.Г

ЎзДЖТИ Футбол, Яккакураш СТ, Кўпкураш СТ, Спорт ўйинлари, Гимнастика ва спорт психологияси факультетлари. Таълим йўналишлари: 5111000 Спорт фаолияти (фаолият турлари бўйича) 5610500 Касб таълими. Спорт фаолияти (фаолият турлари бўйича) 5210200 – Психология (спорт) «Информатика ва ахборот технологиялари» кафедраси		
«Спорт иншоотлари» фани бўйича якуний назорат топшириқлари. 2012-2013 ўқув йили; 2-босқич, 6-семестр. Максимал балллар: семестр учун – 100 б., ЯН учун – 30 б., Саралаш баллари: семестр учун – 55 б., ЯН учун – 16,5 б..	«ТАСДИҚЛАЙМАН» Каф.мудир... Кафедрани 2013 йил баённомаси №	
Вариант № 19		
1	Бир типла спорт иншоотлари	10 б.
2	Олимпияда ўйинлари тарихи	10 б.
3	Кураш , бокс майдони ўлчамлари ва жихозлари	10 б.
Ишлаб чиқди:		Жуманова С.Г

ЎзДЖТИ Футбол, Яккакураш СТ, Кўпкураш СТ, Спорт ўйинлари, Гимнастика ва спорт психологияси факультетлари. Таълим йўналишлари: 5111000 Спорт фаолияти (фаолият турлари бўйича) 5610500 Касб таълими. Спорт фаолияти (фаолият турлари бўйича) 5210200 – Психология (спорт) «Информатика ва ахборот технологиялари» кафедраси		
«Спорт иншоотлари» фани бўйича якуний назорат топшириқлари. 2012-2013 ўқув йили; 2-босқич, 6-семестр. Максимал балллар: семестр учун – 100 б., ЯН учун – 30 б., Саралаш баллари: семестр учун – 55 б., ЯН учун – 16,5 б..	«ТАСДИҚЛАЙМАН» Каф.мудир... Кафедрани 2013 йил баённомаси №	
Вариант № 20		
1	Ўзбекистондаги спорт комплекслари теннис корти ҳақида маълумот	10 б.
2	Болалар ўйин майдончаси ва мактаб учун спорт залари	10 б.
3	Муз ва чим устида хоккей майдонлари ҳақида маълумот	10 б.
Ишлаб чиқди:		Жуманова С.Г

ЎзДЖТИ Футбол, Яккакураш СТ, Кўпкураш СТ, Спорт ўйинлари, Гимнастика ва спорт психологияси факультетлари. Таълим йўналишлари: 5111000 Спорт фаолияти (фаолият турлари бўйича) 5610500 Касб таълими. Спорт фаолияти (фаолият турлари бўйича) 5210200 – Психология (спорт) «Информатика ва ахборот технологиялари» кафедраси		
«Спорт иншоотлари» фани бўйича якуний назорат топшириқлари. 2012-2013 ўқув йили; 2-босқич, 6-семестр. Максимал балллар: семестр учун – 100 б., ЯН учун – 30 б., Саралаш баллари: семестр учун – 55 б., ЯН учун – 16,5 б..		«ТАСДИҚЛАЙМАН» Каф.мудир... Кафедрани 2013 йил баённомаси №
Вариант № 21		
1	Кадимги Рим даври хақида маълумот	10 б.
2	Спорт ўйин майдонларининг асосий ва киритилиш мункун болган ўлчамлар	10 б.
3	Волебол ва батскетбол ўйин майдони олчамлари ва жихозлари	10 б.
Ишлаб чиқди:		Жуманова С.Г

ЎзДЖТИ Футбол, Яккакураш СТ, Кўпкураш СТ, Спорт ўйинлари, Гимнастика ва спорт психологияси факультетлари. Таълим йўналишлари: 5111000 Спорт фаолияти (фаолият турлари бўйича) 5610500 Касб таълими. Спорт фаолияти (фаолият турлари бўйича) 5210200 – Психология (спорт) «Информатика ва ахборот технологиялари» кафедраси		
«Спорт иншоотлари» фани бўйича якуний назорат топшириқлари. 2012-2013 ўқув йили; 2-босқич, 6-семестр. Максимал балллар: семестр учун – 100 б., ЯН учун – 30 б., Саралаш баллари: семестр учун – 55 б., ЯН учун – 16,5 б..		«ТАСДИҚЛАЙМАН» Каф.мудир... Кафедрани 2013 йил баённомаси №
Вариант № 22		
1	Спорт иншоотлари фани хақида тарихий маълумот	10 б.
2	Сув шимувчан ва сув шинмайдиган копламалар	10 б.
3	Тенис ва бадминтон майдон ўлчамлари ва жихозлари	10 б.
Ишлаб чиқди:		Жуманова С.Г

ЎзДЖТИ Футбол, Яккакураш СТ, Кўпкураш СТ, Спорт ўйинлари, Гимнастика ва спорт психологияси факультетлари. Таълим йўналишлари: 5111000 Спорт фаолияти (фаолият турлари бўйича) 5610500 Касб таълими. Спорт фаолияти (фаолият турлари бўйича) 5210200 – Психология (спорт) «Информатика ва ахборот технологиялари» кафедраси		
«Спорт иншоотлари» фани бўйича якуний назорат топшириқлари. 2012-2013 ўқув йили; 2-босқич, 6-семестр. Максимал балллар: семестр учун – 100 б., ЯН учун – 30 б., Саралаш баллари: семестр учун – 55 б., ЯН учун – 16,5 б..	«ТАСДИҚЛАЙМАН» Каф.мудир... Кафедрани 2013 йил баённомаси №	
Вариант № 23		
1	Кадимги стадионлар хақида маълумот	10 б.
2	Стадион категориялари хақида маълумот	10 б.
3	Сувда сузиш хавзаси ва сувга сакраш хавзаси	10 б.
Ишлаб чиқди:		Жуманова С.Г

ЎзДЖТИ Футбол, Яккакураш СТ, Кўпкураш СТ, Спорт ўйинлари, Гимнастика ва спорт психологияси факультетлари. Таълим йўналишлари: 5111000 Спорт фаолияти (фаолият турлари бўйича) 5610500 Касб таълими. Спорт фаолияти (фаолият турлари бўйича) 5210200 – Психология (спорт) «Информатика ва ахборот технологиялари» кафедраси		
«Спорт иншоотлари» фани бўйича якуний назорат топшириқлари. 2012-2013 ўқув йили; 2-босқич, 6-семестр. Максимал балллар: семестр учун – 100 б., ЯН учун – 30 б., Саралаш баллари: семестр учун – 55 б., ЯН учун – 16,5 б..	«ТАСДИҚЛАЙМАН» Каф.мудир... Кафедрани 2013 йил баённомаси №	
Вариант № 24		
1	Спорт иншоотлари фани ва мақсади ва вазифалари	10 б.
2	Спорт иншоотлари фаолатини режалаштириш	10 б.
3	Муз устида хоккей майдони ва Чим устида хоккей майдони хақида маълумот	10 б.
Ишлаб чиқди:		Жуманова С.Г

Маъруза №1

Маъруза машғулотининг ўқитиш технологияси

1-мавзу	Фанга кириш. Спорт иншоотларининг давр талаблари. Спорт иншоотлари таснифи.
----------------	---

Вақти- 2 соат	Талабалар сони:
Ўқув машғулотнинг шакли	Кириш, визуал маъруза
Маъруза машғулотнинг режаси	1. Спорт иншоотлари илмий ва ўқув фани 2. Спорт иншоотлари ҳақида тушунча. 3. Спорт иншоотларини фаолиятини режалаштириш тўғрисида умумий маълумот 4. Спорт иншоотлари таснифи ва тоифаланиши
Ўқув машғулотининг мақсади: Спорт иншоотлари фанининг предмети ва билиш усуллари, ривожланиш тарихи, бошқа фанлар билан алоқаси тўғрисида билимларни ҳамда тўлиқ тасаввурни шакллантириш.	
Педагогик вазифалар: Спорт иншоотлари фани билан таништириш ва фаннинг предметини тушунтириш; Спорт иншоотлари ҳақида маълумот; Спорт иншоотларининг таснифи ва тоифаланиши ҳақида маълумот	Ўқув фаолиятининг натижалари: Талаба: -спорт иншоотлари фанининг предматини изохлайди; -спорт иншоотлари фанининг мазмунини изохлайди ва бу фанга асос солган олимларни айтиб беради; -спорт иншоотлари ҳақида тушунчаларини айтади; -спорт иншоотларининг турларига изох беради; -спорт иншоотлари фанининг бошқа фанлар билан ўзаро алоқасини ва уни фанлар ичида тутган ўрнини тавсифлайди;
Ўқитиш услуби ва техникаси	Визуал маъруза, блиц-сўров, баён қилиш, кластер, “ха-йўқ” техникаси
Ўқитиш воситалари	Маъруза матни, проектор, тарқатма материаллар, график органайзерлар.
Ўқитиш шакли	Жамоа, гуруҳ ва жуфтликда ишлаш.
Ўқитиш шарт -шароити	Проектор, компьютер билан жихозланган аудитория

Маъруза машғулотининг технологик харитаси

Босқичлар вақти	Фаолият мазмуни	
	Ўқитувчи	талаба
1-босқич Кириш (10 минут)	1.1 Мавзу, унинг мақсади, ўқув машғулотларидан кутилаётган натижалар маълум қилинади.	1.1 Эшитади, ёзиб олади.
2-босқич Асосий (60минут)	2.1 Талабалар эътиборини жалб этиш ва билим даражаларини аниқлаш учун тезкор савол жавоб ўтказади. -спорт иншоотлари фанига доир қандай атамаларни биласиз? -спорт иншоотлари фани нимани ўрганади? 2.2 Ўқитувчи визуал материаллардан фойдаланган ҳолда маърузани баён этишда давом этади. 2.3 Спорт иншоотларини такдимот қилади а) Спорт иншоотлари нимани ўрганади? Б) Унинг асосий тушунчаси нима? В) Бошқа фанлар билан қандай боғлиқлиги ва аҳамияти нимада? Қаби саволлар орқали “Спорт иншоотлари фанининг предметини тушунтириб беради. 2.4 Талабаларга мавзунинг асосий тушунчаларига эътибор қилишни ва ёзиб олишларини таъкидлайди.	2.1. Эшитади. Навбат билан бир-бир такрорламай атамаларни айтади. Ўйлайди жавоб беради. Жавоб беради ва тўғри жавобни эшитади. 2.2. Схема ва жадваллар мазмунини муҳокама қилади. Саволлар бериб, асосий жойларини ёзиб олади. 2.3. Эслаб қолади, ёзади. Ҳар бир саволга жавоб беришга ҳаракат қилади. Таърифни ёзиб олди, мисоллар келтиради.
3-босқич Якуний (10 минут)	Мавзуга якун ясайди ва талабалар эътиборини асосий масалага қаратади. Фаол иштирок этган талабаларни рағбатлантиради. Мустақил иш учун вазифа: “Ўзбекистондаги спорт иншоотлари” сўзига кластер тузишни вазифа қилиб беради, баҳолайди.	3.1. Эшитади, аниқлаштиради. 3.2. Топшириқни ёзиб олади.

Маъруза_1: Фанга кириш. Спорт иншоотларининг давр талаблари. Спорт иншоотлари таснифи.

Маъруза режаси:

1. Спорт иншоотлари илмий ва ўқув фани
2. Спорт иншоотлари ҳақида тушунча.
3. Спорт иншоотларини фаолиятини режалаштириш тўғрисида умумий маълумот
4. Спорт иншоотлари таснифи ва тоифаланиши

Спорт иншоотлари илмий ва ўқув фани

Ўзбекистонда халқаро спорт тадбирлари (мусобақалари) Мустақилликка қадар қарийб ўтказилмаган бўлса, сўнгги йилларда республикамиз энг йирик халқаро мусобақаларни юксак ташкилий даражада ўтказишга қодир бўлган мамлакат сифатида шуҳрат қозонди. 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.

«Спорт иншоотлари» фани спорт педагогикаси босқичида унинг бир бўлаги ҳисобланади. Бу босқичда илм ўрганиш учун спорт гигиенаси, биомеханика, педагогика, жисмоний тарбия назарияси ва усулиятидан маълум даражада билимларга эга бўлиш лозим. Танланган мутахассислик бўйича талабалар келажакда ўз малакасини ошириш учун, ўз навбатида, спорт иншоотларидан фойдаланиш, қурилишдаги меъёрий қоидаларни билишлари лозим.

Жисмоний тарбия мазмуни бу фаннинг асосий ўрнини аниқлаб беради ва бўлажак мутахассисга ўзи танлаган спорт туридан спорт иншоотларини ижтимоий тажрибаларини ва ривожланишини ўргатади.

«Спорт иншоотлари» фанининг мақсади:

- спорт иншоотлари ҳақида керакли назарий билимларни эгаллаш ва амалда уларни қўллай билиш маҳоратини ўрганиш;
- спорт иншоотларидан фойдаланиш ва уни ривожлантириш муаммоларини ҳал этишни билиш, ҳал этишга тайёр туриш, ижодий фаолият тажрибасини шакллантириш;
- юқори меҳнат маданиятини тарбиялаш, жамоат меҳнати натижасида бунёд этилган бойликларга тўғри муносабатда бўлиш.

«Спорт иншоотлари» фанининг вазифалари:

- спорт педагогикаси фаолияти учун энг мақбул шароит яратиш, уни топиш, тушунтириш;

- жисмоний тарбия машғулоти ўтказиладиган жойдан унумли ва мақсадга мувофиқ ҳолатда фойдаланиш.

Ҳаракат фаолиятини мақсадга мувофиқ йўналтириш учун назарий билимлар тизимини машғулоти ўтказиладиган жойга тўғри мувофиқлаштириш;

- спорт иншоотларини тўғри тушуниш;

- кишиларнинг ҳаракат фаолиятини ўтадиган жойлар шарт-шароитини яхшилаш;

- жамият меҳнати билан бунёд этилган моддий ва қимматбаҳо бойлик бўлиши спорт иншоотларини меъморий шакл сифатида асраш;

- соғломлаштириш, жисмоний тарбия ва спортга хизмат қиладиган ижтимоий ташкилотни жисмоний тарбия тизимининг таркибий қисми деб билиш;

Спорт иншоотлари фани бўлажак мутахассисларга мураббий ва ўқитувчи бўлишида ижтимоий тажриба беради. Ўқув материали мазмуни ҳар хил жиҳозлар, қурилмалардан фойдаланиш, уларни тайёрлаш қоидалари ва усуллари, ҳаракат ва машқларга мустақил жой тайёрлаш, спорт иншоотларининг атроф-муҳитга таъсирини тўғри ҳисобга олишни ўргатади.

«Спорт иншоотлари» – илмий-ўқув фани бўлиб, бошқа фанлар билан ўзаро таъсир этиши натижасида жисмоний тарбия мутахассисларига малака ошириш, ўсиш учун керакли шарт-шароит яратади.

Спорт иншоотлари ҳақида тушунча

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

Ҳозирги кунда спортни ривожлантиришга Республикамизда 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 спорт-соғлиқни мустаҳкамловчи, аҳолини иш қobiliятини оширувчи, меҳнат унумдорлигини кўтарувчи, ишлаб чиқариш кучини ривожлантиришда асосий манбадир. Ҳозирги вақтда жисмоний тарбия ҳаракатлари, миллий спорт ўйинларига алоҳида эътибор берилмоқда. Янги қуриладиган спорт иншоотларига фан ва техниканинг юқори босқичдаги техник воситалари ишлатилмоқда. Янги қурилган иншоотлардан тўғри, самарали фойдаланиш учун жисмоний тарбия ва спорт муаммоларини яхши билладиган ёш мутахассисларга эҳтиёж кўпаймоқда.

Спорт иншоотларини қуришда спорт талаблари эътиборга олинади. Бу албатта, спорт иншоотининг, энг аввало, ўқув жараёнига мослиги ҳамда махсус

вентиляция, иситиш, ёритиш тизимлари, машғулот жараёнида ишлатиладиган жиҳозлар билан таъминланган бўлиши керак. Спорт иншоотининг кўриниши яққол функционал, конструктив, меъморий тарафдан бир-бири билан уйғунлашганлиги талабга мувофиқ бўлиши керак.

Спорт объектларини қуришда рационал фойдаланиш қоидаларини ва иншоотлар эксплуатациясини эътиборга олиш зарур. Буларнинг ҳаммасини спорт инструкторлари, мураббийлар, жисмоний тарбия ўқитувчилари, янги спорт қурилиши бошликлари билиши шарт. Шунинг учун жисмоний тарбия институтида “Спорт иншоотлари” фанига алоҳида эътибор берилган.

Шу фаннинг асосий мақсадибиринчидан:

1. Спорт иншооти объектларини қуришда қўйилган меъёр ва талаблар мослигини ўрганиш;
2. Спорт иншоотларидан фойдаланишда зарур бўлган билим ва амалий тажрибаларни эгаллаш;
3. Моддий ва молиявий тарафдан кўп чиқимли бўлмаган оддий спорт иншоотлари қурилишини амалда билиш;
4. Спорт иншоотларини ташкил қилиш, лойиҳалаш, қуриш, молиялаштириш ва фойдаланиш асосларини билиш.

Спорт иншоотларини фаолиятини режалаштириш тўғрисида умумий маълумот

Спорт иншоотларини фаолиятини режалаштириш жисмоний тарбия ва спортнинг материал-техник базасини ривожлантиришга, спорт иншоотларини фаолиятини тўғри ишлатишга ва мақсадга мувофиқ спорт майдонлари, ҳовузларни, спорт залларни юкланмасини уюштиришга пул маблағларидан, асбоб ускуналарида, спорт инвентардан ҳисобли фойдаланишга кенг имконият яратади. Режалаштириш спорт иншоотларни кам ҳаражатли эксплуатация қилишга ёрдам беради. Жисмоний тарбия ва спорт системасига мувофиқ спорт иншоотларини ривожлантириш ва лойиҳалаш Республикамиздаги вилоят ва туманларда тасдиқланади. Жорий режалаштириш ҳар бир иншоотларига тегишли. Ҳар бир спорт иншоотнинг фаолиятини қонун, буйруқ ва инструкцияга кўра жисмоний тарбия ва маданият ишлари вазирлиги режалаштиради. Спорт иншоотлар фаолияти ишлатилишига махсус функциясига ва аҳамиятига жамиятга тутган ўрнига кўра туман шаҳар ёки республика миқёсида тасдиқланади. Режаларда бажариладиган ишлар ҳажми, бажарилиш вақти, иш кучи, материаллар инвентарлар билан таъминланиши ва шу йилларга жавобгар шахслар равон кўрсатилиши лозим.

Ҳар бир спорт иншоотларнинг бўлажак ва айниқса жорий режалари биринчидан жисмоний тарбия жамоасининг ўқув спорт ишлари кейинчалик

эса туман, шаҳар, вилоят ва республика жамоалари билан зич боғланиб ва келишилган ҳолда олиб борилиши лозим.

Спорт иншоотлари асосан машғулоти ўтказадиган жой. Ундан ташқари спорт иншоотларда катта мусобақалар, қитъа миқёсида ва жаҳон миқёсида чемпионатлар ва яна ўз фаолиятида сиёсий, ижтимоий, иқтисодий аҳамиятга эга. Спорт иншоотларнинг фаолиятини асосан давлат орқали бошқарилади ва ишлаб чиқилган режасини жисмоний тарбия ва маданият вазирлиги рўёбга чиқаради.

Ҳар бир спорт иншооти ўз олдига бир неча мақсад юклайди.

1. Кенг оммани соғлигини яхшилаш аввалам бор ўсиб келаётган ёш авлоднинг соғлигини назарда тутиб «Соғлом авлод» дастурлари ишлаб чиқилди ва рўёбга чиқарилаётибди.

2. Жисмоний тарбияни ва спортни спорт иншоотларида ташвиқот қилиш.

3. Спорт иншоотларида тибий назоратни ташкил этиш.

4. Мусобақаларни ўтказишда жиддий тайёргарлик ўтказиш ва мусобақаларни ташкил этиш.

5. Фаолият турлари: спортда пуллик хизмат кўрсатиш масалалари.

6. Спорт иншоотларида керакли ускуналар билан тўлдириш ва уларни сақлаш.

Спорт иншоотлари таснифи ва тоифаланиши

Дунё спорт қурилиши амалиётида спорт иншоотларининг ягона таснифи йўқ. Бир қатор мамлакатларда спорт иншоотларини таснифи ва тоифаларга бўлишнинг ўз услублари ишлаб чиқилган.

1996 йил 26 мартда спорт иншоотларини аниқ белгилаш учун қисқача тавсифномали таснифи киритилиб тасдиқланди. Бу ягона таснифлаш ёрдамида спорт иншоотларини табақалаш, ҳисоботи ва паспортизацияси бажарилади. Бу синфлаш асосида спорт қурилмалари қуйидагиларга бўлинади:

1) меъморий-режалаштирилган ва ҳажмли-конструктив тузилишли;

2) ҳажмли-режалаштирилган тузилишли;

3) кенглиги ҳисобга олинган ҳолда қурилган;

4) ишлатилиш ҳолатига қараб қурилган;

5) шаҳар типи режасига қараб қурилган;

6) фойдаланиш ҳолати ва ўзига хослиги.

Меъморий-режалаштирилган қиёфали спорт иншоотлари:

а) ҳажмли (кенглиги);

б) текисликдаги иншоотларга бўлинади.

Ҳажмлиларига ҳамма ёпиқ спорт иншоотлари: спорт заллари, спорт саройлари, ёпиқ сув ҳавзалари ва манежлар киради.

Текисликдагиларга спорт майдонлари ва майдончалар, енгил атлетика ва конки отиш йўлкалари, чанғи ва тоғ чанғиси трассалари, кросс узунлиги киради.

Ҳажмли-режалаштирилган қиёфали спорт иншоотларига:

а) ёпик;

б) очик спорт иншоотлари киради.

Ёпик иншоотлар – бу ўқув машқланиш жараёни ва мусобақалари ўтказиладиган ёпик заллар, манежлар, бассейнлар, спорт саройларидир.

Очик спорт иншоотларига юқоридаги айтилган жараёнлар очик ҳавода, бинодан ташқарида ўтказиладиган иншоотлар киради.

Кенглиги ҳисобга олинган ҳолда қурилган иншоотлар:

а) алоҳида иншоотлар;

б) комплекс иншоотлар.

Алоҳида иншоотлар спортнинг бир тури учун мўлжалланган иншоотлардир (махсуслаштирилган заллар, битта ҳовузли сув ҳавзаси, майдон ва майдончалар, енгил атлетика ва конкида югуриш йўлкалари, велотреklar).

Комплекс спорт иншоотлари бир ҳудудида ёки бир бинода жойлашган бир неча алоҳида ва ҳар хил спорт турларига мўлжалланган спорт иншоотларидир (стадионлар, спорт саройлари, бир неча ҳовузли сув ҳавзалари, комплекс майдонлар, кўп залли спорт корпуслари ва бошқалар).

Шаҳар типи режасига мувофиқ қурилган иншоотлар аҳоли яшаш таркибига қараб режалаштирилади:

1) микротуман (кичик туман аҳолисини, яшаш уйлари ва алоҳида уйлари) аҳолисига хизмат кўрсатувчи;

2) туман (яшайдиган аҳолисига ёки туман ишлаб чиқариш корхоналари) аҳолисига хизмат қилувчи;

3) туманлараро хизмат қилувчи;

4) умумшаҳар (шаҳарни ёки посёлкани ҳамма аҳолисини) ҳудудига хизмат қилувчи спорт иншоотлари.

Фойдаланиш ҳолати ва махсус белгиланишига кўра қурилган спорт иншоотлари қуйидагилар:

а) ўқув-спорт, яъни фақат ўқув-машғулот жараёни учун мўлжалланган;

б) намоёниш этиш учун, яъни мусобақаларни томошабин иштирокида ўтказишга мўлжалланган;

в) аҳолининг фаол дам олиши учун мўлжалланган (буларга сайлгоҳлар, тоғлардаги дам олиш базалари кириб, уларда аҳоли билан жисмоний тарбия-соғломлаштириш ишлари олиб борилади);

г) махсуслаштирилган спорт иншоотлари (булар даволаш-соғломлаштириш ва болалар билан спорт машғулотлари ўтказиш учун мўлжалланган иншоотлардир).

Ҳар бир спорт иншооти таркибан 3 бўлинмадан тузилган. Муҳим қисми асосий иншоот бўлиб, бу – жисмоний тарбия ва спорт амалий машғулотлари учун мўлжалланган иншоотдир. Масалан, баскетбол учун ўйин майдони,

хоккей учун музли текислик, сузиш учун сув ҳавзаси, спорт ядроси ва бошқалар.

Қолган иккита бўлим – ёрдамчи ва томошабин учун иншоотлардир. Агар спорт иншооти фақат ўқув машғулоти учун мўлжалланган бўлса, у ерда томошабин учун махсус жиҳозлар бўлмаслиги керак.

Ёрдамчи спорт иншооти – шуғулланувчи ва мусобақа қатнашчиларига хизмат қилади. Бу иншоотларга гардероб, ечиниш-кийиниш хонаси, душ, уқалаш хонаси, услубчилар хонаси, мураббийлар хонаси, тиббиёт ходимлари хонаси, ҳакамлар хонаси, спортчилар учун ювиниш хоналари ва бошқалар қиради.

Ёрдамчи иншоотлар таркибига яна асосий спорт иншоотининг ишлатилишини таъминловчи хоналар: маъмурий, хўжалик (жиҳозлар сақланадиган ҳужраҳона) ва техник муҳандиси хизматчи хоналари, сув иситиш ва электр таъминоти, ахборот ва ҳисоботга олиш, радио ва телевидение, телефон алоқалари, сувни тозалаш-дезинфекция, музлатиш ва бошқалар қиради.

Томошабин учун иншоот – бунга трибуналар (ўрнатилган ёки қўзғатилиши мумкин бўлган), скамейкалар, стуллар, асосий иншоот олдида туриш учун жойлар (спорт ядроси, бассейн, майдон) ва хизмат кўрсатиш хоналари (павильонлар, фойе, буфетлар, қаҳвахона, тиббий хизмат хонаси ва бошқалар) қиради.

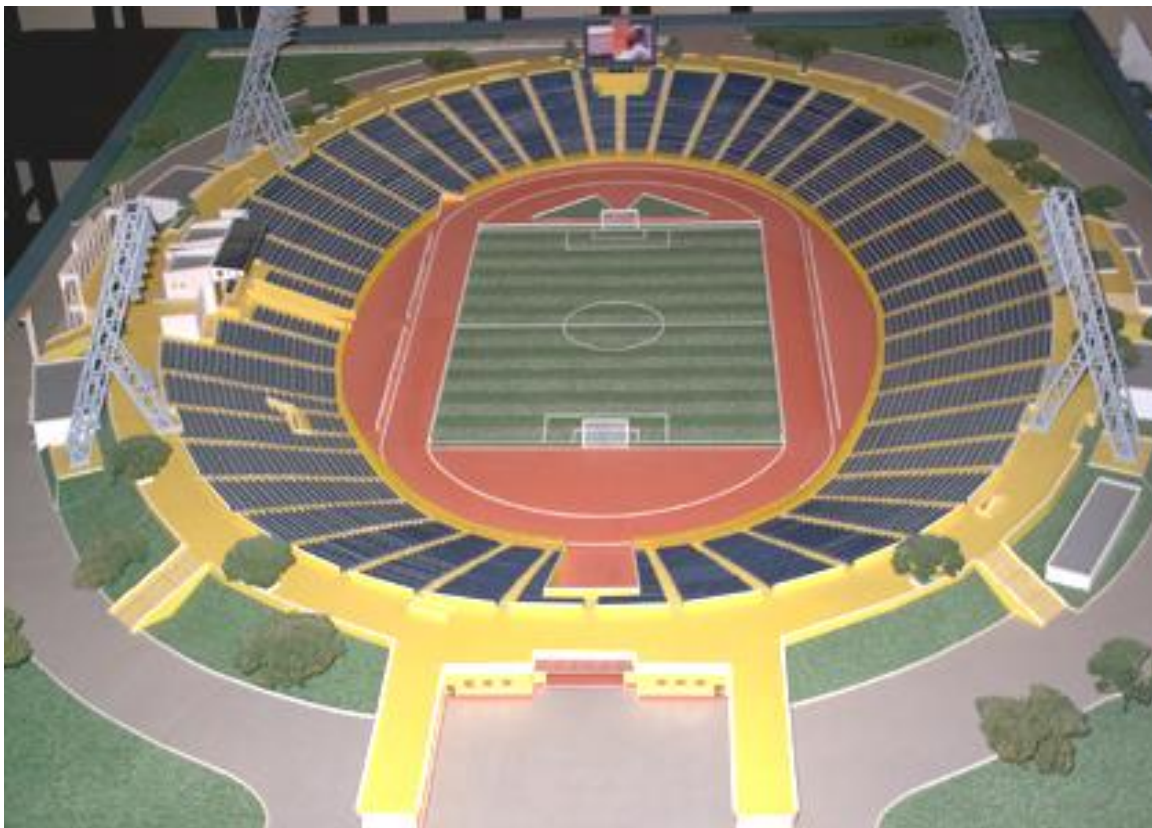
Бир типли спорт иншоотлари ўзининг катталиги билан табақаларга бўлинади. Спорт иншоотларининг олтита табақаси белгиланиб, улар қуйидаги кўрсаткичлар билан аниқланади:

1. трибунадаги жойларнинг сони ва очиқ спорт майдонларининг сони (стадионлар);
2. ҳовузларнинг кенглиги ва сони;
3. трибуналардаги ўтириш жойларининг сони, сунъий равишда музлатилган муз жойларининг сони (спорт саройлари);
4. очиқ ва ёпиқ типдаги спорт иншоотлари сони ва спортчилар учун яшаш хонасининг сони (ўқув-спорт базалари);
5. чанғилар сони (чанғи базаларида);
6. масофали механизация билан таъминланган жиҳозланган тирларнинг мавжудлиги (ўқ отиш жойи);
7. айлана шаклидаги ошиш учун деворлар ва зовурлар (траншеялар) сони (ўқ отиш-овчилик деворлари);
8. катта кемалар сони (эшкак эшиш базалари, яхтклублар ва сув-мотор базалари);
9. алоҳида иншоотлар сони (комплекс майдонларда);
10. трамплин катталиги, ҳисобланган сакраш узунлиги (чанғи трамплинларида);
11. алоҳида спорт залларининг таркибий сони.



1-расм. Рио-де-Жанейро. Маракана стадиони

Тоифаларга (категорияга) кирмайдиган спорт иншоотлари ҳам бор. Булар қаторига Жанубий Америкадаги энг йирик футбол стадионлардан бири – Маракана стадиони, 1950 йилда қурилган. Архитекторлар П.П.Б. Бастус, А.А. Диас Карнейру ва бошқалар томонидан лойиҳалаштирилган (1-расм). Москвадаги йирик спорт комплекси Марказий стадион, Олмаота яқинидаги юқори тоғ чўққисида жойлашган музлик Медео стадиони, Москвадаги сув спорти Саройи, Киев, Санк-Петербург, Минск ва бошқа шаҳарлардаги Спорт саройлари киради. Ўзбекистонда Тошкентдаги Пахтакор стадиони шулар жумласидан (2-расм).



2-расм. Тошкент шаҳридаги “Пахтакор” стадиони макети

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

Республикаимизда ҳозирда 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, Жиззах, 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 «Пахлавон», Жиззах шаҳридаги олимпия заҳиралари коллежи спорт мажмуалари ва бошқалар шулар жумласидандир. 2000 йилга келиб мамлакатимизда спорт иншоотлар сони 7407 тага етди ёки 1992 йилдагига нисбатан 19 фоизга кўпайди. Уларни бунёд этишда, айниқса, мураккаб спорт иншоотлари – стадионлар, сузиш ҳавзалари, спорт залларига алоҳида эътибор бериляпти. 2003 йилда 1991

йилга нисбатан стадионлар сони 120 тага ёки 64 фоизга, спорт заллари 1307 тага ёки 29 фоизга, сузиш хавзалари 162 тага ёки 142 фоизга ошди. Бундан ташқари, футбол майдонлари сони 1140 тага ёки 20 фоизга, теннис кортлари эса, 475 тага ёки қарийб 3 баробарга кўпайди. Асосийси, янгидан барпо этилган ёки реконструкция йўли билан қайта тикланган барча спорт соғломлаштириш масканлари замонавий лойиҳалар, шарқона услуб ва юқори самарадорлик асосида ташкил этилаётгани, барча спорт турлари бўйича техник малакаларни эгаллаш имконини берувчи воситалар билан жиҳозланаётгани таҳсинга лойиқдир.

Спорт иншоотлари республикамизнинг энг узоқ бурчакларида ҳам бор. Лекин энг кўпи ва йириклари ватанимиз пойтахти Тошкентдадир. Тошкентдаги марказий “Пахтакор” стадиони 1956 йили қурилиб 55000 томошабинни сиғдиради. Унда енгил атлетика мусобақалари ўтказиш учун жой, катта майдон (футбол майдони), кичик майдон мавжуд, бокс ва қиличбозлик заллари ҳам бор. Футбол майдони чим қоплама билан қопланган.

Стадионда стандарт талабларига жавоб берадиган ҳамма ёрдамчи иншоотлар ҳам мавжуд.

“Меҳнат резервлари” спорт комплексида югуриш йўлаклари ва енгил атлетика секторлари бор, стадионга 18000 томошабин сиғади. Стадионда мусобақа ўтказиш учун синтетик қопламали жойлар мавжуд. Волейбол ва баскетбол мусобақалари ўтказилади. Комплексида намоёниш заллари, бокс, эркин ва классик кураш учун ҳам заллар мавжуд. Оғир атлетика учун 2 та зал бор. Иккита сузиш хавзаси бўлиб, унда биттаси ёпиқ 25 метрли йўлакчали, иккинчиси 50 метрли очикда жойлашган бўлиб, сув иситиш тармоғи билан боғланган. Бу ерда яна ўқ отиш мусобақалари ўтказса бўладиган ихтиёрий катталикдаги ўқ отиш жойи бўлиб, замонавий тиббийтикланиш маркази мавжуд. Комплексида юз ўринли меҳмонхона ҳам бор.

Яна бир асосий спорт комплексларидан бири “Юнусобод” теннис корти бўлиб, у территория жиҳатидан ўртача комплекс ҳисобланади. У ўқув – шуғулланиш, спорт томошалари ва аҳолига ҳар хил маиший хизмат кўрсатиш шаҳобчаларидан иборатдир. Унинг умумий майдони 3 гектарга тенг. Спорт комплекси ўз ўзини мустақил қоплаш ҳисобидаги бирлашма бўлиб, у 1994 йил 28 майда фойдаланишга топширилган. Иншоотда очик ва ёпиқ спорт объектлари бўлиб, бинодан ташқарида жойлашган 8 та очик, бинода жойлашган 2 та ёпиқ кортдан иборат. Комплексида гимнастика атлетикасига ва шейпингга мўлжалланган заллар мавжуд.



3-расм. Юнус-Обод спорт комплекси

Спорт комплекс режасига киритилган 120 ўринли ошхона, магазин, гўзаллик салони бўлиб, бунда 50 хилга яқин маиший хизмат кўрсатиш шаҳобчалари бор. Комплексда “Сауна”, уқалаш, сув муолажалари, стоматология, овоз ёзиш хоналари ва автомашиналар турар жойлари бор. Марказий бинода шаҳар меҳмонлари учун меҳмонхона ишлаб турибди. Комплексинг диққатга сазовор томони – бу теннис кортларидир. Унда 4 та халқаро стандартга жавоб берадиган корт бўлиб, 40 x 20 метр ўлчамга эгадир. Қолган 4 таси шуғулланиш учун мўлжалланган. Марказий корт 3000 томошабин сиғдириш имкониятига эга. Бино ичидаги кортлар 132 томошабин сиғдириш имкониятига эга. Комплексда барча ёрдамчи спорт иншоотлари мавжуд (3-расм).



4-расм. Юнус-Обод теннис иншооти олди томондан кўриниши

Назорат саволлари

1. Спорт иншооти деб нимага айтилади ?
2. Шуғулланувчиларнинг ёшига ва жисмоний имкониятларига қараб спорт иншоотлари қандай гуруҳларга бўлиш мумкин ?
3. Тренировка структураси бўйича спорт иншоотлари қандай гуруҳларга бўлинади ?
4. Асосий иншоот (ёрдамчи, томошабинлар учун иншоот) нимадан ташкил топган ?
5. Алоҳида (комплекс) иншоот қандай мақсадлар учун мўлжалланган?

Мустақил ўрганиш учун мавзулар

1. Ўзбекистоннинг замонавий спорт иншоотлари
2. Тошкент шаҳри замонавий спорт иншоотлари
3. Ҳаракатланиш имкониятлари чекланган инсонлар учун спорт иншоотлари
4. Болалар спортини ривожлантиришда спорт иншоотларининг роли
5. Оммавий жисмоний тарбияни ривожлантиришда спорт иншоотларининг роли
6. Оммавий жисмоний тарбия машғулотлари учун энг оддий спорт иншоотлари

Адабиётлар

1. Указ Президента Республики Узбекистан УП № 3154 “О создании Фонда развития детского спорта Узбекистана”.
2. “Здоровое поколение – основа развития Узбекистана”. Речь Президента Республик Узбекистан на IX сессии Олий Мажлиса от 24 июня 2002 г.
3. Гагин Ю.А. Спортивные сооружения. М., 1976.
4. Каталог спортивного инвентаря и оборудования для оснащения детских спортивных сооружений. Т., Узбекистан, 2006.
5. Коненко И., Малахов Г. М. Спортивные сооружения. Краткий справочник. Профиздат. 1960.
6. Легкая атлетика и правила соревнования, М., ФиС, 1984.
7. Мирзакулов Ш.А., Азизов Н., Нуршин Ж.М. Миллий кураш мусобақаларини ўтказиш қоидалари. Т., 1993.
8. Николеенко А.В. Спортивные сооружения. Справочник для факультета физкультуры пединститута. М., Просвещение, 1976.
9. Паликарпов А. Спортивные сооружения. М., ФиС, 1972.
10. М.С.Ходжаев, А.А.Толаметов, А.М.Нурмухамедов, Ж.Х.Умаров. Спорт иншоотлари. / Ўқув қўлланма. Тошкент. 2007 й. 96 б.

Маъруза учун тақдимотлар
Тақдимот № 1. Фаннинг мақсади ва вазифалари.

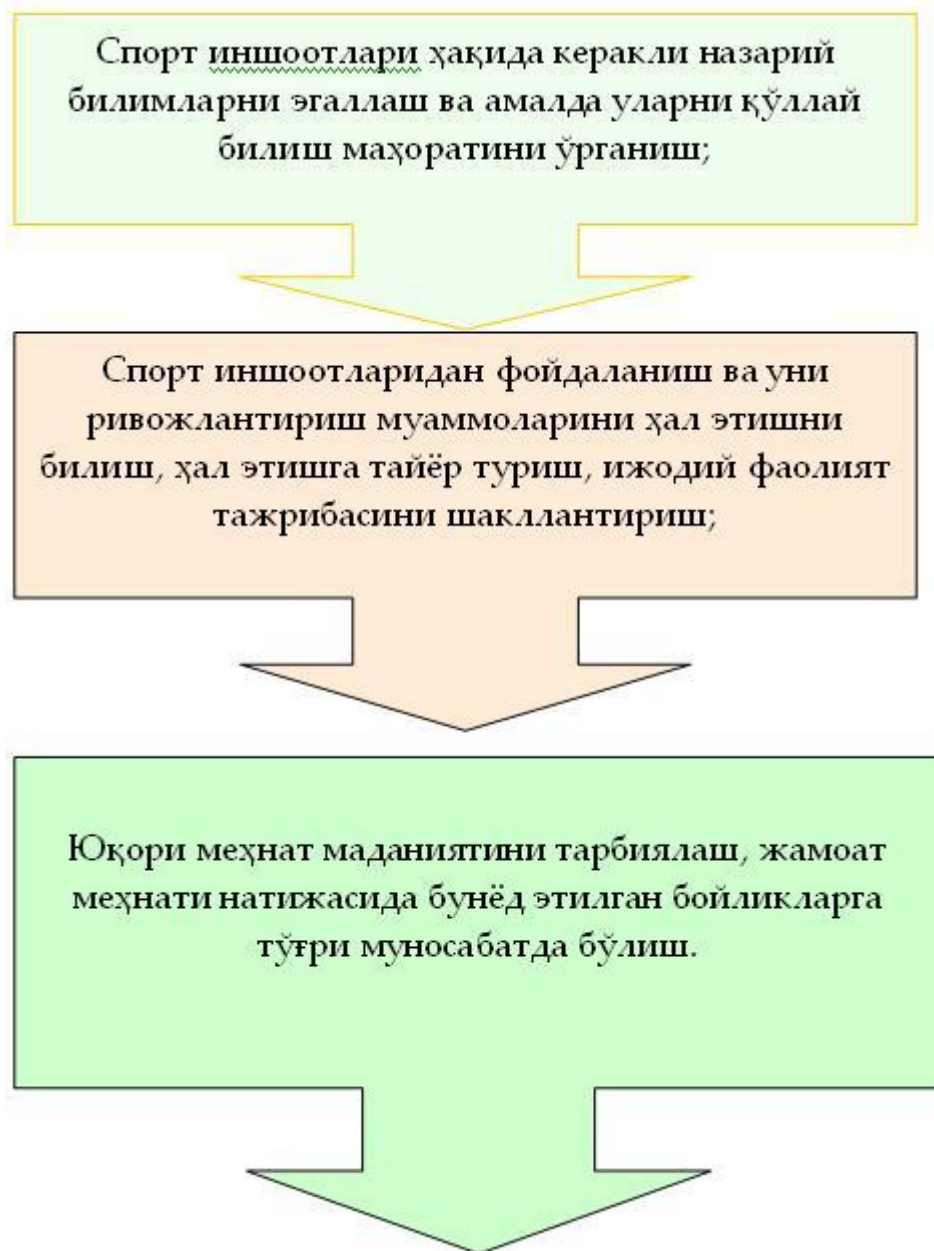
Спорт иншоотлари – спорт турлари бўйича ўқув-тренировка жараёнини ва спорт мусобақаларини ўтказилишини таъминлайдиган махсус қурилган ва мос қурилмалар билан жиҳозланган очик ёки ёпиқ турдаги иншоотлардир.

Мустақилликка эришиш туфайли Республикамызда таълим тизимига ҳамда янги мактаб, коллеж ва олий ўқув юртлари қурилишига алоҳида эътибор қаратилмоқда.

Ўзбекистон Республикаси спорт базаларининг кенгайиши янги спорт иншоотлари қуриш ҳисобига ҳам, ишлаб турган спорт комплекслари ва стадионларни қайта таъмирлаш ва ободонлаштириш ҳисобига ҳам амалга оширилмоқда.

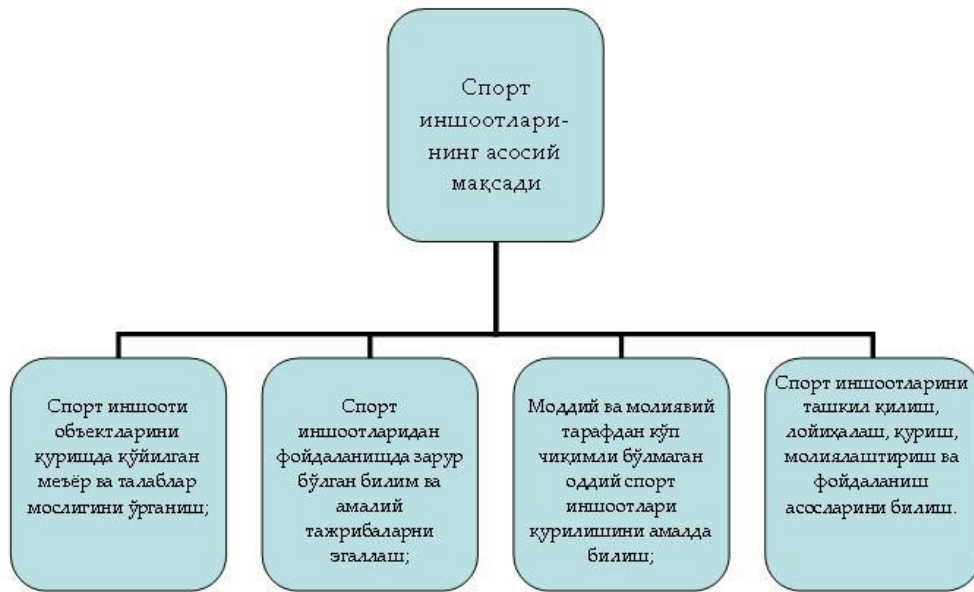
Илмий ва статистик тадқиқотлар спорт билан шуғулланмайдиган шахсларга нисбатан фаол ва мунтазам равишда спорт билан шуғулланувчилар тез чарчаш билан 1,5 марта камроқ изтироб чекадилар, овқат ҳазм қилиш органлари касалликлари билан 2 марта кам, гипертоник касалликлар билан 2,5 марта кам, сурункали тонзиллит билан 3,5 марта кам, грипп билан 2 марта кам оғрийдилар. Бунинг натижаси сифатида спорт билан фаол шуғулланувчилар соғ-саломатлик ҳолати (хасталик) бўйича ишга келмаслиги 2,3 марта кам содир бўлади.

Такдимот № 2. Спорт иншоотлари фанининг мақсади.



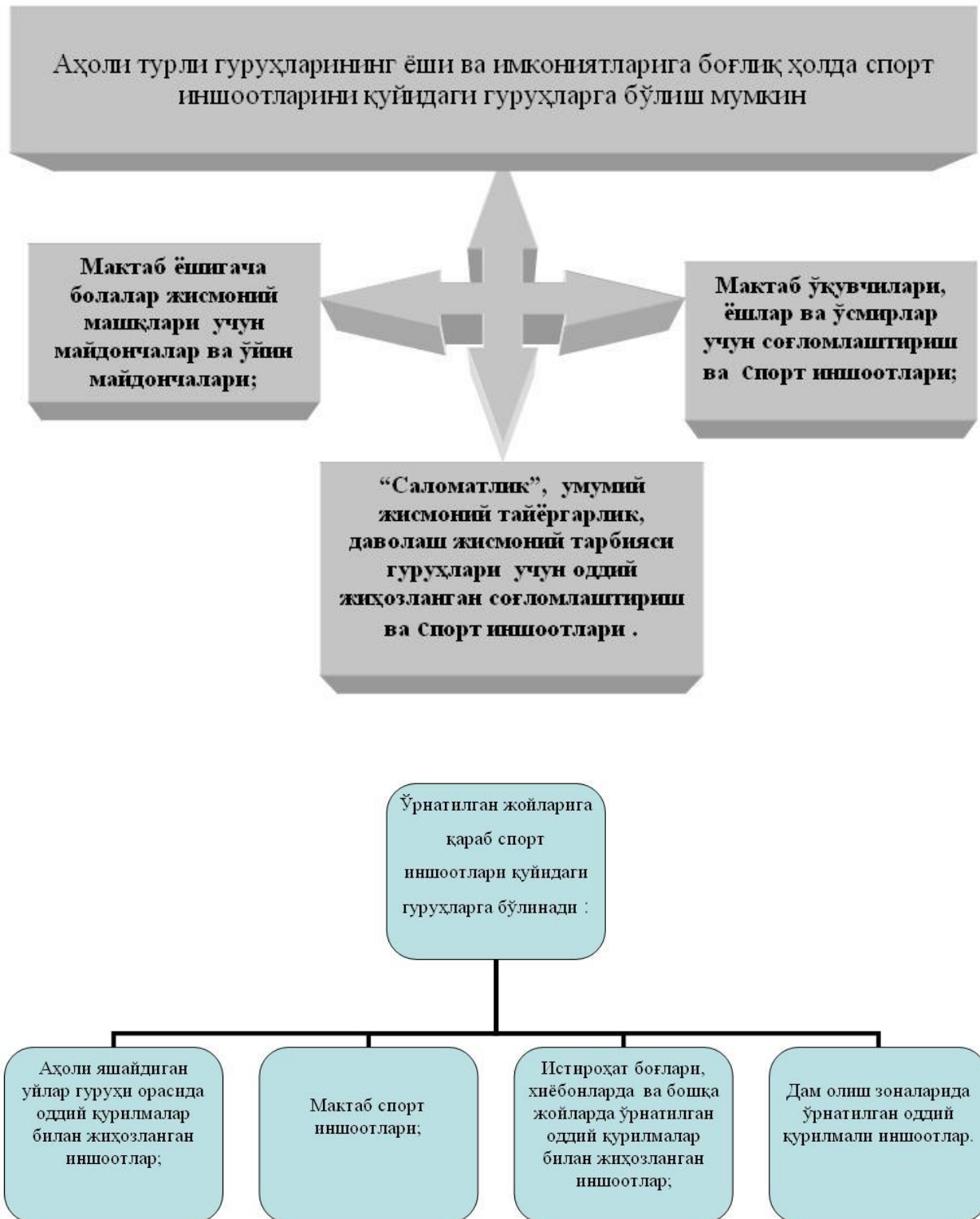
Тақдимот № 3

Спорт иншоотлари ҳақида тушунча

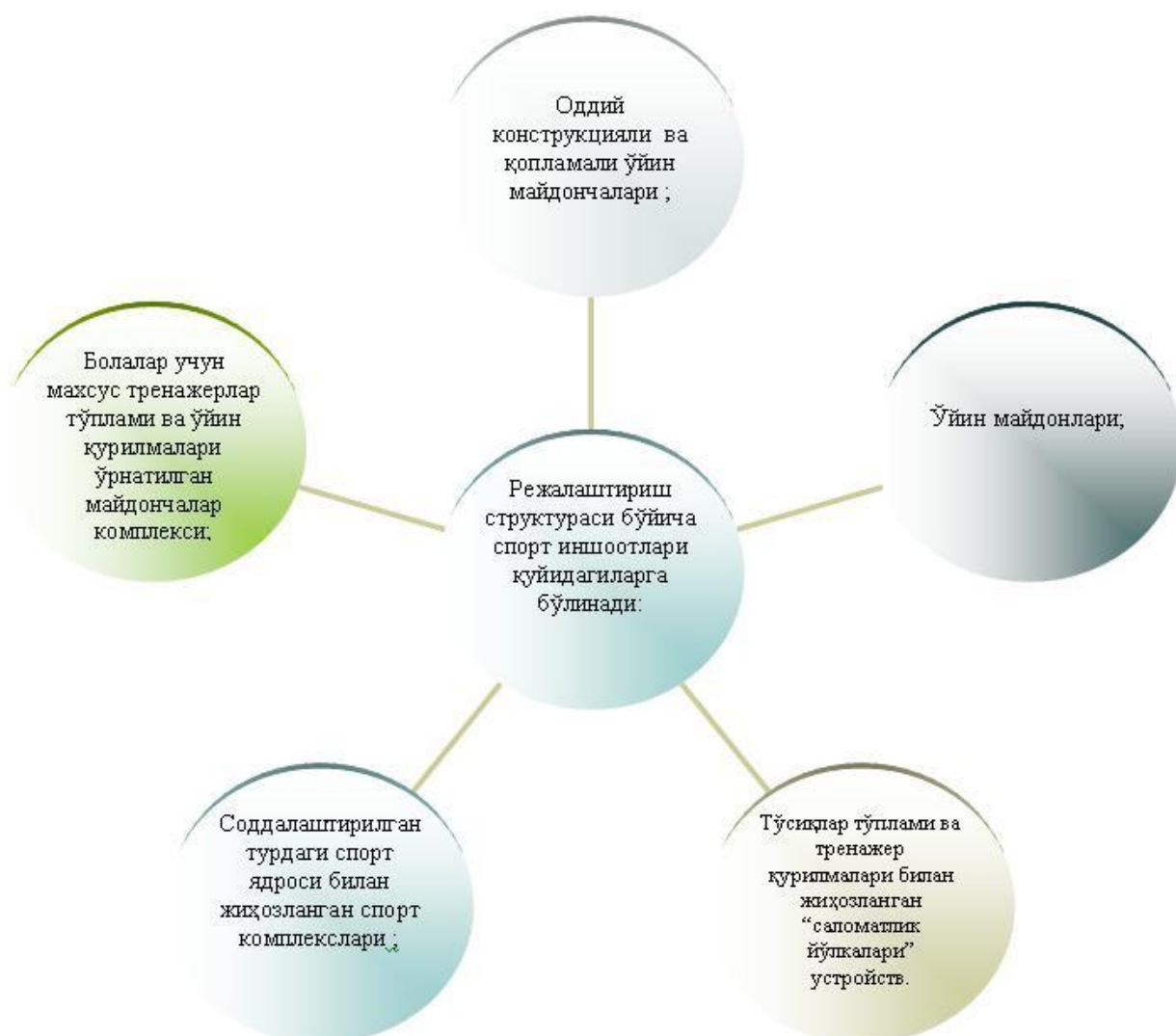


Тақдимот № 4 Спорт иншоотларининг вазифалари

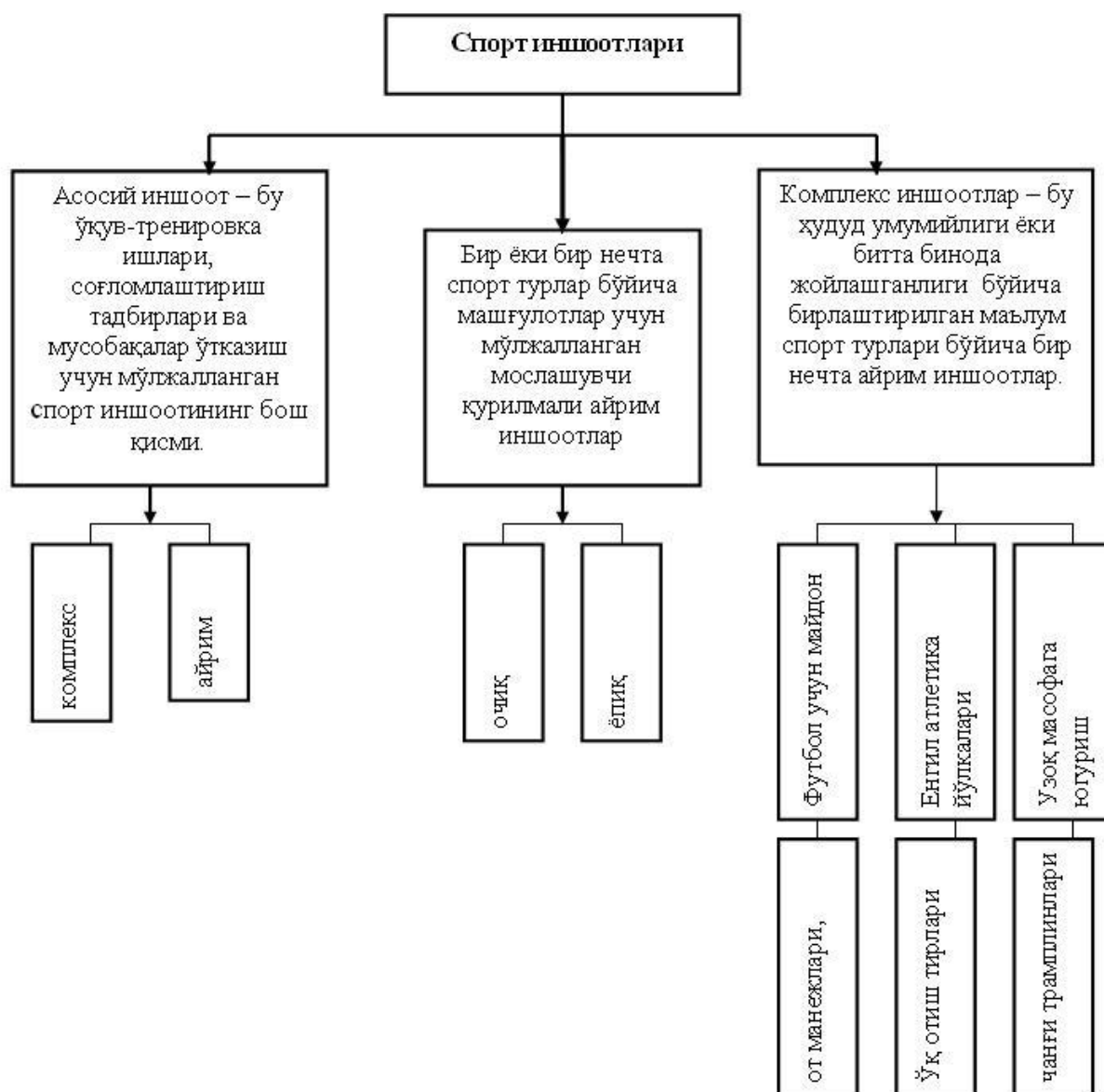
Тақдирот № 5. Спорт иншоотлари гуруҳи



Тақдимот № 6. Режалаштириш структураси бўйича спорт иншоотлари



Тақдимот № 7. Спорт иншоотларнинг синфланиши



Маъруза №2

Маъруза машғулотининг ўқитиш технологияси

№2 маб3у

Қадимги дунё, Ўрта аср ва янги давр спорт иншоотлари
ҳақида қисқача тарихий маълумот. Мустақил Ўзбекистондаги
Янги спорт иншоотлари ҳақида маълумот.

Ўқув
машғулоти
шакли

Таништирув маърузаси

Режа

1. Қадимги дунё спорт иншоотлари
2. Ўрта асрлар спорт иншоотлари
3. Янги ва энг янги давр спорт иншоотлари

Ўқув машғулоти мақсади: инсоният тарихида спорт иншоотларини ривожлантиши тўғрисида яхлит тасаввурни шакллантириш

Ўқитувчи вазифалари:

Ўқув фаолияти натижаси:

- | | |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • Спорт иншоотларини вужудга келиш тарихи билан таништириш. • Қадимги дунёда спорт иншоотларини ривожланиш даврларини қисқача тавсифлаш • Ўрта асрларда жисмоний тарбияни ва, унга мослашган ҳолда, спорт иншоотларининг ривожланиш даражасини пасайиш сабабини тушунтириш • Янги даврда спорт иншоотларининг ривожланиш эволюциясини ҳамда янги ва энг янги даврда олимпия иншоотларини ривожланишини тавсифлаш | <p>Талаба қуйидагиларни билиши керак:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Спорт иншоотларини пайдо бўлиш тарихи • Қадимги дунё асрларида спорт иншоотларини ривожланиш даврларини санаб бериш • «Палестр», «амфитеатр», «терма» тушунчаларига таъриф бериш • Антик дунёнинг уч даврига тааллуқли бўлган стадионларни айтиб ўтиш • янги ва энг янги даврда олимпия иншоотларини ривожланиш эволюциясини тавсифлаш |
|---|--|

Ўқитиш воситалари:

Ўқитиш шакли

Ўқитиш шарт-шароитлари

Ўқув қўланмалари, слайдлар

Фронтал ишлаш

Талабалар гуруҳи билан ўқитишнинг
техник воситаларидан фойдаланиб
машғулот ўтказиш учун аудитория

Маъруза машғулотининг технологик харитаси

Босқич, вақт	Фаолият	
	Ўқитувчи	талабалар
1 босқич. Kirish (10 дақиқа)	1.1. Мавзуни, мақсадни, ўқув машғулотдан кутилаётган натижани, режа ва уни ўтказиш хусусиятларини эълон қилади.	Эшитадилар, қайд этиб борадилар
2 босқич. Билимларни мустаҳкамлаш (55 дақиқа)	2.1. «Спорт иншоотлари» тушунчасига таъриф беришни, жисмоний тарбия ва спорт соҳасида спорт иншоотларининг муаммоларини ва аҳамиятини тавсифлашни таклиф этади. Тезкор – сўров амалга оширади	2.1 Спорт иншоотлари тушунчасига таъриф берадилар. 2.2 Жисмоний тарбия ва спорт соҳасидаги спорт иншоотларини қисқача тасифлайди 2.3. Спорт иншоотлари муаммоларига нисбатан ўз тасаввур ва фикрларини баён қилади
3 босқич Якуний (15 дақиқа)	3.1. Бажарилган ишларга якун ясайди, талабаларга баҳо қўяди 3.2. Мустақил ишлаш учун топшириқ беради: таклиф этилган мавзулардан бири бўйича маъруза тайёрлайди	3.1 Тинглайдилар, топшириқни ёзиболадилар.

Маъруза _2: Қадимги дунё, Ўрта аср ва янги давр спорт иншоотлари ҳақида қисқача тарихий маълумот. Мустақил Ўзбекистондаги Янги спорт иншоотлари ҳақида маълумот.

Маъруза режаси:

1. Қадимги дунё спорт иншоотлари ҳақида қисқача тарихий маълумот
2. Ўрта аср спорт иншоотлари ҳақида қисқача тарихий маълумот
3. Янги давр спорт иншоотлари ҳақида қисқача тарихий маълумот

Қадимги дунё спорт иншоотлари ҳақида қисқача тарихий маълумот

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 одамлар жисмоний тарбияни аҳамиятини яхши тушунишган.

Жисмоний тарбия ва спорт соғлиқни мустахкамловчи меҳнаткашларнинг иш қобилиятини 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 жангчиларни ҳарбий-жисмоний тайёрлаш учун қўллаганлар. Гомернинг «Илиада» ва «Одиссея» поэмаларида оммавий югуриш, кураш, муштлашиш, диск улоқтириш, камондан ўқ отиш, аравада пойгалашиш (эр. олдинги XII-IX аср) батафсил ёритиб берилган.

Юнон стадионининг аренаси тўғри тўртбурчакли шаклда бўлиб, узунлиги 200 м бўлган.

Олимпиядаги қадимий стадионда томошабинлар табиий Кронос тоғининг табиий жанубий қиялигидан жой олиб, стадион аренаси эса тоғ ёнбағридаги кенгликда бўлган.. Арена атрофларида тупроқдан тепаликлар барпо этилиб, уларда ҳам томошабинлар жойлашганлар. Бу трибуналар тахминан 40000 кишилик сифимга эга бўлган.

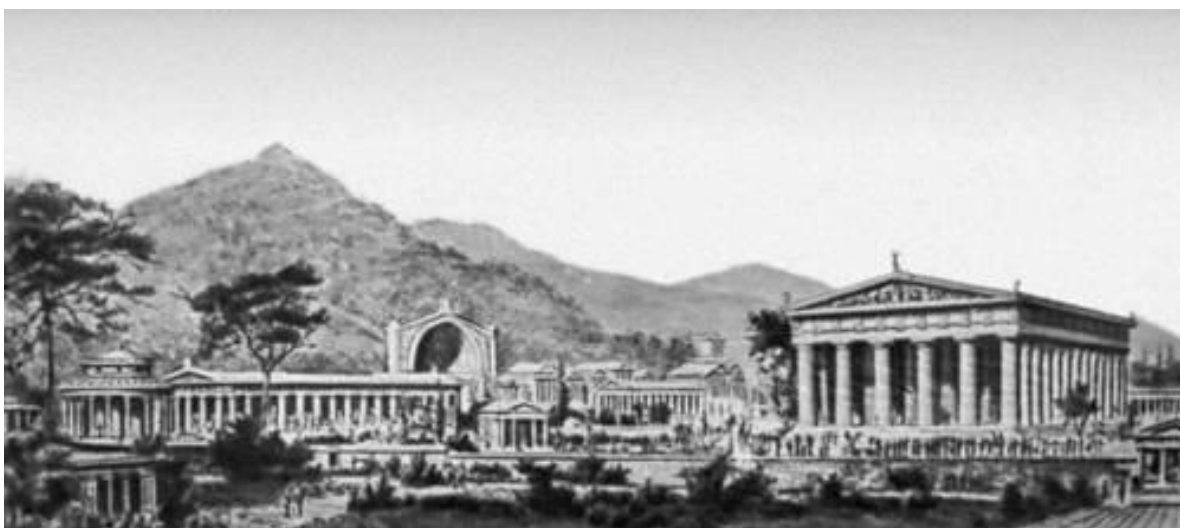
Кейинчалик Дельф (эрамизгача V асрнинг иккинчи ярмида), Афина (эрамизгача IV асрнинг иккинчи ярмида), Эпидавр (эрамизгача IV асрнинг биринчи ярмида) ва бошқа шаҳарларда ҳам бундай стадионлар бунёд этилди.

Олимпиада ўйинлари – қадимий Грек жисмоний маданияти ривожланишини аҳамиятли тарафи хисобланади. Ўйинлар ҳар 4 йилда

мунтазам равишда **Олимпия** шаҳрида (1-расм) ўтказилган маълумотларга кўра бу байрамнинг бошланиши эр. аввалги 776 йил бошларига тўғри келади.

Эрамиздан аввалги VII асрда Олимпия шаҳрида жойлашган Гера обидасида Олимпия машғаласи ёқилган ва бронзадан ясалган Ифит диски сақланган. Дискда олимпия ўйинларининг қонун ва қоидалари ёзилган эди.

Умумгрек олимпиада ўйинлари қарорида Грециянинг кўпгина шаҳарларида кичик миқёсидаги, лекин давлат ҳаётидаги ижтимоий-сиёсий тарафдан катта аҳамиятга эга бўлган ўйинлар ўтказилиб турилган. Грециянинг бир қатор шаҳарларида ва районларида қазилмалар натижасида ўйинлар учун мўлжалланган кўпгина иншоотлар ва стадион қолдиқлари топилган.



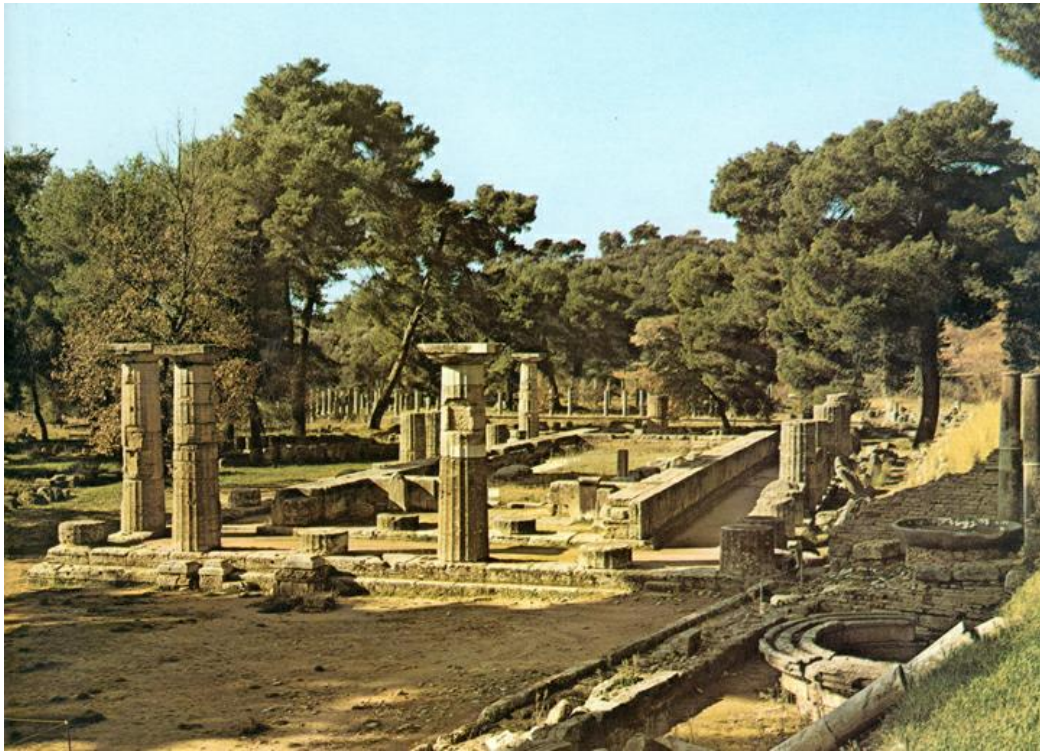
1-расм. Грециядаги қадимий Олимпия шаҳрининг кўриниши

Қадимий стадионлар уч даврга бўлинган:

1. Элленик
2. Элленистик
3. Қадимий Рим давридаги стадионлар

Элленик давр. Мустақил давлатлар ҳисобланган қадимий Греция шаҳарлари фан, маданият ва спорт соҳаларида бошқа давлатлар билан доим рақобатлашганлар. Яхши кўшничилик ва дўстлик мусобақалари руҳи, қадимий Грецияда жисмоний маданият ва спорт ривожига катта таъсир кўрсатади. Греция стадионлари меъморий шакллари, кенглиги ва ландшафнинг гармоник мослиги билан ажралиб туради. Элленик давр стадионлари давлат ижтимоий ҳаётида етакчи рол ўйнаган. Бу даврдаги стадионлар ўриндиқсиз қурилган.

Элленистик давр. Элленистик даврдаги стадионлар оммавий ҳаётда катта аҳамиятга эга бўлган. Ундан ташқари улар шаҳар аҳолиси учун томоша кўрсатадиган иншоотга айланади. Стадион трибуналари унча кўп бўлмаса ҳам фақат шаҳар аҳолисига мўлжалланган эди. Масалан: 1000000 аҳоли яшайдиган Милет шаҳридаги стадион шу шаҳар ичига қурилган.



2-расм. Эрамиздан аввалги 7 асрдаги Гера номидаги обида (узунлиги 50 метр, эни 18,7 метр).



3-расм. Олимпия машъаласини ёқиш тантанаси. Греция, Олимпия

Қадимий Рим даври. Кўпгина стадионлар ва спорт иншоотлар Рим империясининг шаклланаётган вақтига тўғри келади (эрамизнинг боши). Бу вақтда эллиник даври стадионларининг кўпгинаси қайта қурилди. Эрамизнинг иккинчи асрида Афина ва Делфадаги стадионларни қайта қуришга тўғри келди. Мусобақа қатнашувчилари сонининг ортиши туфайли стадионлар

майдони кенгайтирилди ва томошабинлар учун мармар трибуналар-ўриндиклар ўрнатилди. Қадимги Рим давридаги стадионларнинг трибуналари кўришга қулай бўлишини таъминлаш учун ярим ой шаклида қурилган. Бу даврдаги стадионлар меъморчилик томонидан тўла-туғалланган объектларга айланади. Эрамиздан олдинги биринчи асрда Қадимги Рим иншооти бўлмиш амфитеатр шакллана бошлади. Амфитеатр ўз навбатида замонавий спорт ареналарининг қурилишида муҳим аҳамиятга эга бўлди.

Амфитеатр (юнончадан Amphitheatron – икки томонлама томоша) оммавий томошалар: театр спектакллари кўрсатиладиган Қадимги Рим монументал биноси ҳисобланади. Амфитеатр – ўртасидаги майдони эллипс шаклида қурилган ва томошабинлар учун мўлжалланган спорт аренаси қатор-қатор ўриндиклари пастдан юқорига зина шаклида кўтарилиб борган. Бу амфитеатрлар Помпей шаҳрида милоддан аввалги 70-йилларда қурилган бўлиб ўз ичига 15000 томошабинни олган.

Бутун дунёга машҳур бўлган Римдаги Коллизей милоддан олдинги 125 йилда қурилган бўлиб 50000 томошабинларга мўлжалланган. Коллизей аввал уч ярусдан иборат бўлиб, тўртинчи яруси эрамизни иккинчи асрида тўла битказилган. Аввал Коллизейда ҳайвонлар, кейинчалик эса гладиаторлар жанги бўлиб ўтган. Бу ерда трибуна остида жуда кўп сонли хоналар бўлган. Ундан ташқари арена остида ҳайвонлар учун қафаслар ва бошқа хоналар жойлашган. Коллизейдан 1 км узоқликда куллар қишлоғи жойлашган бўлиб, у стадион аренасигача ер ости йўли билан туташган. Коллизей устига брезент қоплама тортилган бўлиб, у ёпиқ стадионга айлантирилган деб тахмин қилинади (4-расм).

Коллизейга ўхшаган стадионлар Римнинг ҳар бир йирик шаҳарларида бўлган. Аравада пойгага мўлжалланган гипподром деб номланган йирик Циркус Максимус иншооти алоҳида аҳамиятга эгадир. Бу иншоот ўз трибунасига 250000 ча томошабинни сиғдирган.

Қадимги Римда терм (ҳаммом) иншоотига катта эътибор берилган. Бу сузиш, чўмилиш учун мўлжалланган йирик сув ҳавзаси бўлиб, эрамизнинг I асри ва II асри оралиғида қурилган. Энг йирик ва машҳур Диоклентана ва Каракалла терми тахминан 120000 м² майдонда жойлашган бўлиб, узунлиги 337 метр, эни 338 метрни, деворларининг калинлиги 6 метрни ташкил қилган. Бу термларга бир вақтнинг ўзида 3000 одам сиғиб, улар чўмилиш, парланиш, уқалаш, душ, ванна қабул қилиш, сув ҳавзасида (совуқ, илиқ, иссиқ) сузиш каби муолажаларни олиш мумкин бўлган.



а) Олди томондан қўриниши



б) ички томондан қўриниши

4-расм. Римдаги Коллизей харобалари

Рим термлари ўзининг ажойиб безак ва ускуналари билан ажралиб туради. Бино деворларни безаш учун қимматбаҳо мармар ишлатилган. Рим яна сув қувурлари ва иситкичлар билан жиҳозланган. Қадимий Рим шаҳри сув қувурлари ва иситкичлар билан ҳам машҳур бўлган.

Римда эрамизнинг IV асридан бошлаб христиан дини давлат томонидан қўллаб-қувватланган ҳолда кириб келди. Уч минг аҳолини йиғувчи Рим томошаларига қарши черков фаол кураш олиб борди. Аста-секин миллий маданиятнинг пасайиши бошланди, шу билан бирга жисмоний тарбия ҳам

пасайди. Одам танасининг маданияти ва ҳар томонлама ривожланишини инкор этувчи христиан динининг тарқалиши қадимги оламга мансуб кўпгина йирик спорт иншоотларининг қонунсиз емирилишига сабаб бўлди. Айримлари эса черковга айлантирилган.

Ўрта аср спорт иншоотлари ҳақида қисқача тарихий маълумот

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-XI асрларда секин аста спорт ўйинлари ва машқлар ривожлана бошлади. Бунга XI асрда 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 асрда жисмоний машқларнинг ўргатилишидан асосий мақсад-рицарларни урушга, жангга тайёрлаш эди.

Ривожланган феодал жамиятда (X-XI асрларда) синфий кураш таъсири остида халқ жисмоний маданияти (шаҳарликлар ва деҳқонлар) ва устун турувчи синф жисмоний маданияти (феодаллар, рицарлар) шаклланади. XV-XVI асрларда тўп ўйинлари пайдо бўлди. Ўйинлар учун майдонча ва жойлар, шаҳарликлар учун сайиргоҳларда, зиёлиларга хиёбонларда ҳар-хил томоша шаҳобчалари қурилди. Буларга: Римдаги Вилла Монтално (XVI) сузиш ҳавзасини, Флоренциядаги Боболи боғи амфитеатрини (XVII) мисол қилиш мумкин. Европанинг баъзи мамлакатларида найзабозлар ва тўп ўйинлари учун заллар, камонда ўқ отиш учун майдон ва майдончалар қурилиши олиб борилди. Ўрта Осиёда ҳам спорт ўйинлари ривожланган. Бу ўйинларга чавандозлик, камондан отиш, кураш, кўпқари, қиличбозлик ва бошқалар спорт турларини мисол қилиш мумкин.

Ўрта асрнинг охири – бу феодал тузумининг емирилиб, буржуазия маданиятининг туғилиши давридир.

Янги давр спорт иншоотлари ҳақида қисқача тарихий маълумот

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 сув спорт турлари учун ҳам иншоотлар қурилган. Олимпия спорт иншоотларини ўрганишда, уларга қўйилган асосий технологик талабларни тушуниб, давр ўтган сайин турли мамлакатлардаги спорт иншоотларининг қурилиши ривожланиб ўсганини тушунамиз.

Қуйида янги давр Олимпия иншоотларига қисқача маълумот берамиз.

I Олимпиада ўйинлари (1896 й.) Грециянинг Афина шаҳрида бўлди. Олимпиада бошланишигача қадимги Афина стадиони қайта шаклланган. Бироқ стадионда футбол майдони бўлмаган. Асосан стадион ареналарида гимнастика, енгил атлетика мусобақалари (100, 400, 800 ва 1500 м га югуриш, 110 м га тўсиқлар оша югуриш, сакраш, диск улоқтириш) ўтказилган.

II Олимпиада ўйинлари (1900 й.) Франциянинг Париждаги Булон ўрмонида бўлди. II Олимпиада очилишига ҳеч қандай махсус спорт иншооти қурилмаган.

Булон ўрмони текислигида фақатгина 313 м узунликка югуриш йўлакчалари белгиланган бўлиб, диск улоқтириш шу ўрмоннинг бошқа майдончасида бажарилган. Ҳозир у эсдалик сифатида темир бетон тўсиқ билан тўсилган.

III Олимпиада ўйинлари Американинг Сент-Луис шаҳрида (1904 й.) бўлди. Сент-Луисда ҳам ҳеч қандай махсус спорт иншооти қурилмаган.

IV Олимпиада ўйинлари (1908 й.) Англиянинг Лондон шаҳрида бўлган. Лондон стадиони бизнинг эрамининг биринчи олимпиада стадиони ҳисобланиб, унинг трибунасига 70000 томошабин сиғган. Стадионда футбол майдони, югуриш йўлакчаси, велотрек, сув ҳавзаси бўлган.



5-расм. Антверпен стадиони, Бельгия

V Олимпиада ўйинлари (1912 й.) Швециянинг Стокгольм шаҳрида бўлган. Стокгольмда жуда қулай стадион қурилиб, то бизнинг кунгача сақланиб қолган. Унда футбол майдони ва югуриш йўлакчаси бўлган. Югуриш йўлаги грунтли ер қоплама бўлиб, старт ва финиш чизиғидан ташқари ҳеч қандай белги бўлмаган. Стадион аренаси чим ўтли қопламадан иборат бўлган. Ядро улоқтириш жойи тупроқли бўлиб, спортчи тушадиган жойи чим ўтли қоплама бўлган. Таёқча билан юқорига сакраб тушадиган чуқурлик кипик билан тўлдирилган. Сакраш учун қўлланиладиган таёқча бамбукдан ясалган.

VI Олимпиада ўйинлари (1916 й.) Германиянинг Берлин шаҳрида бўлиши керак эди. Биринчи империалистик уруш туфайли навбатдаги олимпиада бўлмаган. Аммо немислар Грюневалдега стадион қурганлар. Стадиондаги футбол майдони 120 м х 70 м, югуриш йўлаги 600 метр, мототрек эса 660 метрни ташкил қилган. Стадион жуда ноқулай бўлганлиги сабабли, кейинчалик қайта таъмирланган.

VII Олимпиада ўйинлари (1920 йил) Бельгиянинг Антверпен шаҳрида бўлган. Антверпен стадионининг узун ёй шаклидаги трибуналари ўзига 60000 томошабинни сиғдирган (5-расм). Трибунанинг ғарбий қисмида томошабинни ёмғирдан ҳимоя қилувчи мослама бўлган.

VIII Олимпиада ўйинлари (1924 йил) Франциянинг Париж шаҳрида бўлган. Олимпиада учун “Коломб” стадиони қурилган. Стадионда 450 метрли югуриш йўлаги бўлиб, бу спортчилар учун ноқулай бўлган. Шу сабабли бошқа фойдаланилмаган. “Коломб” стадиони йирик спорт комплекси бўлиб, унда асосий спорт майдони, сузиш ҳавзаси, теннис корти, ҳар хил машқ қилиш ва ёрдамчи спорт иншоотлари бўлган.

IX Олимпиада ўйинлари (1928 йил) Голландиянинг Амстердам шаҳрида бўлган. Амстердам стадионида асосий бош аренадан ташқари футбол майдони ва 7000 ўринли теннис корти, 50мх18 метрли сузиш ҳавзаси ва ҳар хил спорт билан шуғулланиш учун майдончалар бўлган. Асосий спорт майдони ёнида кураш, гимнастика, қиличбозлик ва бокс учун спорт заллари жойлашган. Стадион ҳудудида енгил автомашиналар ва велосипедлар учун туриш жойи ҳам бўлган. Асосий спорт аренаси трибунасига олдинига 40000 томошабин сиғиб, ундан 16000 нафари туриб томоша қилган. Кейинчалик трибунадаги ўтириш жойлари 60000 га етган. Трибуна ости бўшлиғига ёрдамчи спорт иншоотлари жойлаштирилган.

X Олимпиада ўйинлари (1932 йил) Американинг Лос-Анджелес шаҳрида бўлган. X Олимпиада учун жуда йирик 100000 ўринли Лос-Анджелес стадиони қурилган. Унинг аренасида 105х70 метрли футбол майдони, атрофида 400 метр ва 450 метрли югуриш йўлаги бўлиб, асосий майдондан ташқари очик сузиш ҳавзаси ҳам қурилган.

XI Олимпиада ўйинлари (1936 й.) Германиянинг Берлин шаҳрида бўлган. Бу олимпиадада Грневалд стадиони вайронаси ўрнига 100000 ўринли Берлин стадиони қурилган ерда биринчи марта сопол аралашмасидан югуриш йўлаги қурилган, унда Д.Суэнс 100 м ли масофани 10,2 сек югуриб ўтган. Берлин стадиони 90 га (гектар) майдонни эгаллаб, унда асосий спорт майдонидан ташқари очик сузиш ҳавзаси, гимнастика заллари, футбол майдони ва машқ қилиш майдонлари бўлган.

XII Олимпиада ўйинлари (1940 й.) Финляндиянинг Хельсинки шаҳрида бўлиши керак эди, аммо бўлмаган.

XIII Олимпиада ўйинлари (1944 й.) Англиянинг Лондон шаҳрида бўлиши керак эди. Иккинчи жаҳон уруши сабабли олимпиада ўтказилмаган.



6-расм. Римдаги Олимпия стадиони

XIV Олимпиада ўйинлари (1948 й.) Англиянинг Лондон шаҳрида бўлиб ўтди. Олимпиада учун алоҳида стадион қурилмаган, сабаби иккинчи жаҳон уруши мамлакатни иқтисодий қийин аҳволга олиб келган эди

XV Олимпиада ўйинлари (1952 йил) Финляндиянинг Хелсинки шаҳрида бўлган. Хелсинкидаги Олимпиада стадиони 1940 йилдан 1952 йилгача қурилган. Асосий спорт майдонлари трибунасига 60000 томошабин сиғган.

Спорт аренасида 105x70 м ли футбол майдони, 400 м ли сопол қопламали югуриш йўлаги ва яна очиқ сузиш ҳавзаси, катта спорт зали, шуғулланиш майдонлари, енгил атлетика ядролари бўлган.

XVI Олимпиада ўйинлари (1956 й.) Австралиянинг Мелбурн шаҳрида бўлиб ўтган. Олимпиадагача Мелбурн стадиони қайта таъмирланган. Темир бетонли трибуналарнинг сони 100000 ўринга кўпайтирилган. Спорт майдонида уч қаторли 400 м ли югуриш йўлаги бўлиб, унинг устки қопламаси Англиядан келтирилган. Аммо унинг сифати унча юқори бўлмагани сабабли, ўйинлардан сўнг, олиб ташланган.

XVII Олимпиада ўйинлари (1960 й.) Италиянинг Рим шаҳрида бўлган. Олимпиадагача Римнинг ҳар бир районларига ҳар хил спорт иншоотлар, ҳамма спорт турлари учун комплекслар қурилиб битказилган. Асосий спорт майдони трибунасига 80000 томошабин учун ўрин бўлиб, унда 105x70 м футбол майдони, сопол қопламали 400 м ли югуриш йўлаги жойлашган. Рим

спорт иншоотларидан ўзининг меъморчилиги ва фойдаланиш жиҳатдан қулай бўлган “Палаццо делло Спорт” ва “Палацетта” ларда ҳозиргача турли спорт ўйинлари, гимнастика ва бокс муосбақалари ўтказилиб келинади.

XVIII Олимпиада ўйинлари (1964 й.) Япониянинг Токио шаҳрида бўлган. Токиода жуда кўп сонли ўзига хос спорт иншоотлари қурилган. Токио марказида асосий олимпиада шаҳобчалари, асосий стадионлар, Олимпиада боғи жойлашиб, унда ёпиқ спорт майдони, ёпиқ сузиш ҳавзаси, бейсбол ва регби учун стадион бўлган. Иккита ёпиқ универсал майдонли Ўғлар спорт боғи, Олимпия шаҳарчасидан иборат бўлган. Қолган спорт иншоотлари шаҳардан 20 км ташқарига қурилган. Токио стадиони трибунасига 100000 томошабин сиғган.

XIX Олимпиада ўйинлари (1968 й.) Мексикада бўлган. Мексика Олимпиадасида мусобақалар ўтказиш учун 16 та йирик комплекс марказ ва 27 та машқ қилиш учун комплекс тайёрланган.

XX Олимпиада ўйинлари (1972 йил) ФРГ Мюнхен шаҳрида ўтказилган. Мюнхен олимпиадаси шаҳар марказидан атиги 4 км узоқликда ўтказилиб, спорт иншоотлари етакчи техника билан таъминланган эди.

Олимпиада ўйинлари ўтказиладиган территорияни шаҳар ҳиёбонлари ва унча катта бўлмаган канал ўраб турарди. Олимпиада спорт комплекси Мюнхендан бир неча юз метр узоқликда эди. Шунинг учун олимпиада “Олимпиада ўйинларига қисқа йўл” шиори остида ўтказилган.

XXI Олимпиада ўйинлари (1976 йил) Канаданинг Монреал шаҳрида бўлган.

Бу Олимпиада учун бутун бир спорт комплекслари тайёрланиб, унда футбол, ҳар хил спорт ўйинлари ва турлари учун иншоотлар мавжуд бўлган. Енгил атлетика мусобақалари учун, кураш, қиличбозлик, гимнастика заллари, сув ҳавзалари, эшкак эшиш учун спорт комплекслар қурилиб битказилган.

XXII Олимпиада ўйинлари (1980 йил) Москвада ўтказилган. Олимпиада ўтказиш муддати қисқа бўлиб, уй-жой, ишлаб чиқариш корхоналари қурилиши миқдорини пасайтирмасдан 70 та олимпиада шаҳобчаси қурилган ва қайта таъмирланган. Улардан энг йириги: “Олимпийский” спорт комплекси. Крилатский ёпиқ велотреки, Олимпия шаҳарчаси, Останкинодаги телекомплекс, Измайловдаги меҳмонхона комплекси ва бошқалар. Парус спорт бўйича олимпиада мусобақаларини Таллинда ўтказишга юқори даражада тайёрлик кўрилган. Футбол бўйича дастлабки тур ўйинлар Санкт-Петербург, Минск ва Киев шаҳарлардаги стадионларда ўтказилган.

XXIII 1984 йил Лос-Анжелесда –Халқаро Олимпия Кўмитаси XXIII Олимпиада ўйинларини АҚШнинг Лос-Анжелес шаҳрида ўтказишга қарор қилди.

XXIV Олимпиада ўйинлари 1981 йил 30 сентябрда Сеулда ўтказилиши эълон қилинди. Аҳоли сони жиҳатидан жаҳонда олтинчи ўринда турадиган

Жанубий Қурия (42 миллион) пойтахти Сеул мамлакатнинг юраги, давлатнинг сиёсий, молиявий, дипломатик, илмий ва маданий маркази ҳисобланади. Сеулда 1981 йилдан бошлаб жуда кўп янги спорт иншоотлари қурилди. Шу жумладан, чиройли Олимпия стадиони қурилиб ишга топширилди. Бундан ташқари кўп эски стадионлар қайта реконструкция қилинди ва таъмирланди.

1988 йилдаги Олимпияда 159 мамлакатдан 9633 спортчини қабул қилди. Улар орасида Ўзбекистондан ҳам 9 нафар спортчи бор эди. Вакилларимиз спортнинг 9 тури бўйича беллашдилар. Уларнинг деярли барчаси совриндор булишди. Тадбирларда жами 8757 нафар журналист жалб қилинди.

XXV ёзги Олимпиада ўйинлари Испаниянинг энг йирик шаҳарларидан бири Барселонада бўлиб ўтди. Бу шаҳарга 173 мамлакатдан 15,5 мингдан ортиқ вакил ташриф буюрди. Улар орасида Мустақил Давлатлар Ҳамдустлиги мамлакатларининг 654 дан ортиқ вакили бор эди. Бу Олимпиадада Ўзбекистондан 17 спортчи иштирок этди. Улар спортнинг 8 тури бўйича беллашдилар.

Маълумки, жаҳон спортчиларининг маҳорати кун сайин ошмоқда. Ёшлар ўртасида спортга қизиқиш ўсмоқда. Халқаро спорт мусобақалари фақат спортчилар ёки мутахассисларнигина эмас, балки йирик давлатларнинг ҳам шон-шухратини оширмоқда.

XXVI Олимпия ўйинлари 1996 йилда Атланта (АҚШ) шаҳрида бўлиб ўтди. Мусобақалар замонавий олимпиада ҳаракатининг 100 йиллигига бағишланди. Бу ўйинларни ўтказиш учун янги спорт иншоотлари ишга туширилган. Бир неча стадионлар реконструкция қилинди ва таъмирланди.

АҚШнинг Атланта шаҳридаги Олимпия стадионида янги аср олди ўйинлари машғаласи ёндирилди. Ўт олдириш таниқли боксчи Муҳаммад Али (Кассиус Клей)га топширилди.

Олимпия ўйинларида баъзи нохуш ҳолатлар рўй берди. Террорчилар яширган бомбанинг портлаши оқибатида бир киши ҳалок бўлди, 110 киши жароҳатланди.

XXVII Олимпиада Сиднейда бўлиб ўтди ва XX асрнинг сўнгги Олимпиадасидир.

Австралияда Олимпия ўйинлари биринчи марта 1956 йили ёз даври бошида ўтказилган эди. Айнан шу вазият деярли жаҳоннинг ҳамма етакчи жамоаларининг олимпия ўйинлари олди тайёргарлиги жадвалини тубдан ўзгартиришга мажбур қилди. XVI Олимпияда ўйинларига қурилган барча спорт иншоотлари қайтадан реконструкция қилинди ва янги спорт иншоотлари қурилди.

XXVII Олимпия ўйинлари Сиднейда (Австралия) 2000 йилнинг 15 сентябридан 1 октябригача ўтказилди. Бу вақтда об-ҳаво шароитлари ҳам олимпия терма жамоалари учун қулай ва одатий эди.

Олимпия шаҳарчаси 100 гектар майдонни ташкил этган. Янги спорт иншоотлари қурилди, эскилари эса таъмирланди.

XXVIII Олимпия уйинлари 2004 йил Афина

XXIX Олимпия уйинлари 2008 йил Пекин

XXX Ёзги Олимпия уйинлари Буюк Британиянинг Лондон шаҳрида бўлиб ўтди.

“Биз угун Лондон шаҳрида бўлиб ўтган XXX ёзги Олимпия уйинларида Ватанимиз шарафини муносиб ҳимоя қилган спортчиларимизни қутлаш ва тақдирлаш учун тўпландик” – дейди давлатимиз раҳбари. – Дунёда спорт соҳасида ўтказиладиган мусобақалар кўп. Лекин улар орасида Олимпия уйинлари юксак нуфуз ва алоҳида ўринга эга. Шунинг учун Олимпия уйинларида қатнашиш ҳар бир спортчи учун катта шарафдир. Лондон Олимпиясида иштирок этиб, Ўзбекистонимиз шарафини муносиб ҳимоя қилган йигит – қизларимиз, уларнинг устоз, ва мураббийларига, бутун жамоамиз аъзоларига чуқур миннатдорчилик билдириш менга катта мамнуният бағишлайди.

Юртимиздаги миллионлаб спорт мухлислари Олимпияда уйинларида мардона кураш спортчиларимизни нафақат экран орқали кузатиб борди, балки уларга чин қалбдан мадад тилаб турди, десак, айти ҳақиқатни айтган бўламиз.

Лондондаги мусобақаларда спортчиларимиздан 4 нафари совриндор, 14 нафар ўз йўналиши бўйича кучли саккизликка кирганини алоҳида таъкидлаш ўринлидир. Беллашувларда эркин кураш бўйича учинчи бор Олимпиада олтин медалини кўлга киритган Артур Таймазов, бронза медаллар бин тақдирланган дюздочи Ришод Собиров, машҳур боксчимиз Аббос Атоев ва эркин курашчи Сослан Тигиев мурасасиз ва шиддатли курашларда ғолиб чиқиб, юксак матонат ва маҳорат намунасини кўрсатгани барчамизга қувонч ва ғурур бағишлади.

“Тошкент” футбол шаҳарчаси қурилиши.

Мамлакатимизда барча соҳаларда кенг қуламли ислохотлар, улкан микёсдаги бунёдкорлик ишлари, маданият ва спорт иншоотлари, тиббиёт ва таълим муассасалари, савдо марказлари, турар жойлар барпо этиш изчил давом этмокда. Бундай иншоотларни энг улуг ва энг азиз айём-Мустақиллик байрами арафасида фойдаланишга топшириш анъанага айланган. Ана шу

Хайрли анъанага мувофиқ, истиклолимизнинг 21 йиллик байрами олдидан мамлакатимизнинг барча ҳудудларида спорт иншоотлари қуриб битказилди. Энг замонавий талабдар асосида қурилган “Бунёдкор” стадиони диёримиз бўйлаб изчил давом этаётган бунёдкорлик ишларининг амалдаги яна бир ёркин ифодаси бўлди. “Тошкент” футбол шаҳарчаси Марказий Осиёдаги энг катта иншоот бўлиб,

пойтахтимиздаги МирзаУлугбек ва Чилонзор метростанциялари оралигида жойлашган булиб, 36 гектар майдонни эгаллайди ва энг замонавий техника воситалари билан жихозланган.Уз ичига 34 000 томошабинлар учун мулжалланган уриндиклар пастки ва юкориги каватларга бупинган.Шунингдек бу ерда ногиронлар учун мулжалланган аолхида секторлар мавжуд.”Бунёдкор” стадионида спортчилар ва мухлислар учун яратилган шароит ва кулайликлар энг замонавий талабларга жавоб беради.Хусусан,биринчи каватда спортчилар,хакамлар,мураббийлар,футбол маъмурилари учун мулжалланган хоналар,ошхоналар,матбуот анжуманлар зали,фктбол клуби музейи мавжуд.Стадионнинг иккинчи каватида учта ресторан,фитнес маркази барпо этилган. “Бунёдкор” стадионининг мухандислик таминотишгп алоҳида эътибор билан ёндашилган. 7 та машгулот майдончалари,бир неча спорт заллари,ёпик бассейн ҳамда 400 та бола таълим олиши мумкин булган “Болалар” футбол академияси,мехмонхона ва “Бунёдкор” футбол клубининг базасининг уз ичига олади.

11x7,5 метр ўлчамдаги иккита видетабло мухлисларга футбол учрашувини ҳар томонлама кўриш имкониятини беради. Ёритиш ускуналари ФИФА талабларига тўла мос келади. Бу ерга ташриф буюрган мухлисларга маълумотларни тез ва сифатли етказиш имконини берадиган замонавий аудиосистема, рекламаларни намойиш қилиш учун футбол майдони четига видеоброт мосламалари ўрнатилган. Мусобақаларни тўғридан тўғри эфирга узатувчи ва радиотрансляция тизими , шархловчилар хонаси ҳалқаро стандартлар даражасида.

Назорат саволлари

1. Антик стадионлар қайси учта даврларга бўлинади ?
2. Эллин даври стадионлари қандай роль ўйнади? Ушбу даврга тегишли стадионларни айтиб ўтинг.
3. Олимпия стадиони мисолида эллин даври стадионлари тузилишини тавсифланг.
4. Эллинистик, қадимги Рим дарлари стадионларини айтиб беринг.
5. Палестрлар, гимнасиялар, амфитеатрлар, термлар нималардан ташкил топганини айтиб бкринг.
6. Энг янги давр олимпия иншоотларида иншоотлар эволюциясини тавсифланг.

Адабиётлар

1. Указ Президента Республики Узбекистан УП № 3154 “О создании Фонда развития детского спорта Узбекистана”.

2. “Здоровое поколение – основа развития Узбекистана”. Речь Президента Республик Узбекистан на IX сессии Олий Мажлиса от 24 июня 2002 г.
3. Гагин Ю.А. Спортивные сооружения. М., 1976.
4. Каталог спортивного инвентаря и оборудования для оснащения детских спортивных сооружений. Т., Узбекистан, 2006.
5. Коненко И., Малахов Г. М. Спортивные сооружения. Краткий справочник. Профиздат. 1960.
6. Легкая атлетика и правила соревнования, М., ФиС, 1984.
7. Мирзакулов Ш.А., Азизов Н., Нуршин Ж.М. Миллий кураш мусобақаларини ўтказиш қоидалари. Т., 1993.
8. Николеенко А.В. Спортивные сооружения. Справочник для факультета физкультуры пединститута. М., Просвещение, 1976.
9. Паликарпов А. Спортивные сооружения. М., ФиС, 1972.
10. М.С.Ходжаев, А.А.Толаметов, А.М.Нурмухамедов, Ж.Х.Умаров. Спорт иншоотлари. / Ўқув қўлланма. Тошкент. 2007 й. 96 б.

Маъруза учун тақдимотлар Тақдимот № 1.

Жисмоний тарбияни келиб чиқиши ва спорт иншоотлар

Жисмоний меҳнатдан ажратилган жисмоний тарбия, жамоатчилик фаолияти ихтисослашган соҳаси сифатида тахминан 10 – 8 минг йил аввал вужудга келган. Жисмоний машқлар пайдо бўлиши тўғрисида улар меҳнат фаолиятидан ажратилган ҳолдагина гапириш мумкин. Жисмоний маданият машғулотлари бошқа фаолият турларидан, энг аввало, улар бизнинг хусусий шарт-шароитларимизни, яъни ҳаракатланиш малака ва кўникмаларини, жисмоний сифатларни, функционал имкониятлар ва шу синагиларни ривожлантиришга йўналтирилган.

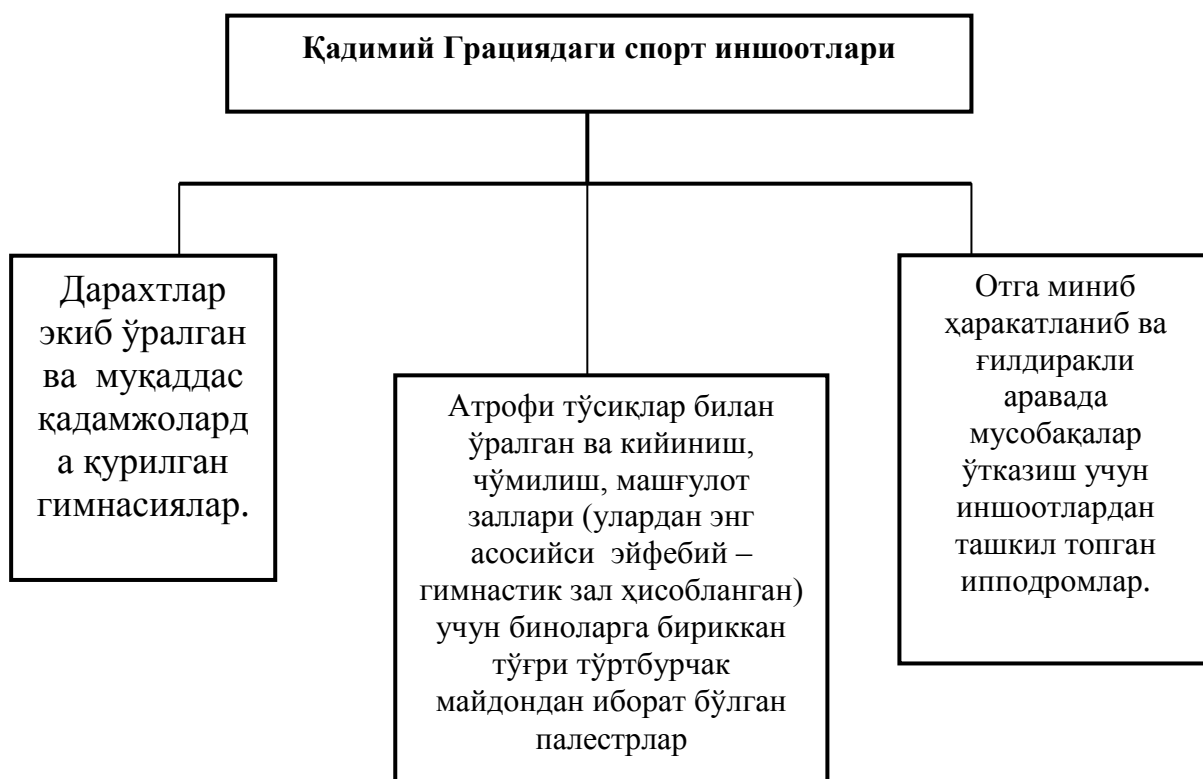


Мазкур ҳолат жисмоний тарбияни пайдо бўлишига сезиларли туртки бўлди. Қадимги дунё одамнинг жисмоний машқлари сеҳрли тантаналар, урф-одат рақслари, бағишловлар ва ўйинлар таркибига кирган. Жисмоний тарбия ва спорт фаолиятининг кўпчилик турлари ўз илдизлари билан меҳнат фаолиятига (копток билан ўйинлар, оғирликни кўтариш, камондан ўқ отиш ва бошқалар), ҳарбий ишга (ўқ отиш, буюмни ирғитиш, яккакураш ва бошқалар), узоқ масофани босиб ўтиш ва катта тўсиқларни енгиб ўтиш заруратига, табиатнинг табиий кучларига (от спорти, эшак эшиш, конькида югуриш спорти қва бошқалар) бориб тақалади. Антик палестрлар ва гимнасиялар, стадионлар, ипподромлар, цирklar замонавий спорт иншоотларининг олдинги авлодлари ҳисобланади. Кўп ҳолларда архитектуранинг буюк ёдгорликлари (Римдаги Колизей ва бошқалар) ҳисобланган қадимгирим улуғвор амфитеатрларида стадион ва циркни бирлаштириш ғояси ўз аксини топган. Қадимги юнон палестрларида фаолият кўрсатган иситилган сувли чўмилиш бинолари қадимгирим термларида ўз риожини топган.

Тақдимот 2 Қадимий спорт иншоотлари



Олимпия ўйинлари қадимги юнонлар ҳаётида жисмоний тарбия ва спортнинг риожланишини характерлайдиган аҳамиятга молик ҳодиса бўлган. Тарихий ҳужжатлар маълумотларига кўра ушбу байрамона мусобақаларни бошланиши эрамиздан олдинги 776 йилга тўғри келишини кўрсатади. Олимпия ўйинлари дастурининг бошланишида фақатгина битта спорт тури – узунлиги «битта босқич»га, (руҳоний оёғи ости узунлигининг 600 таси узунлигига тенг) яъни 176-192м га тенг бўлган масофага югуриш бўйича мусобақа ўтказилган. Югуриш бўйича бундай юнонлар стадион (бир босқичга йўл) деб аташган.

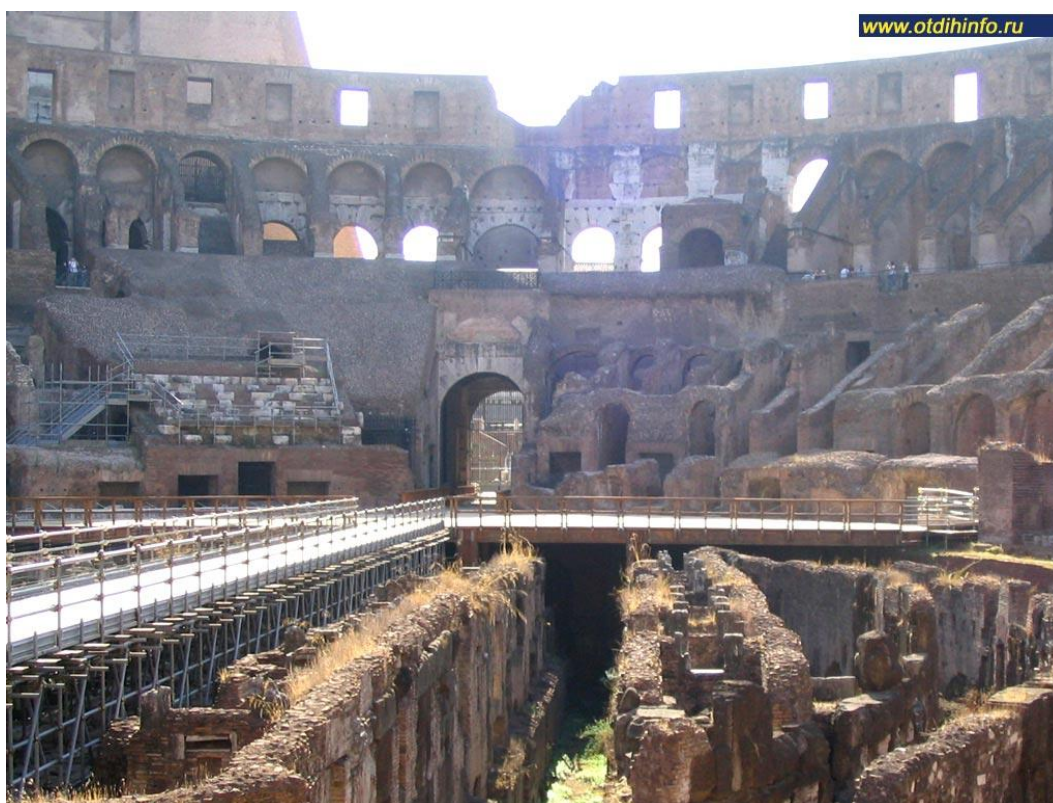
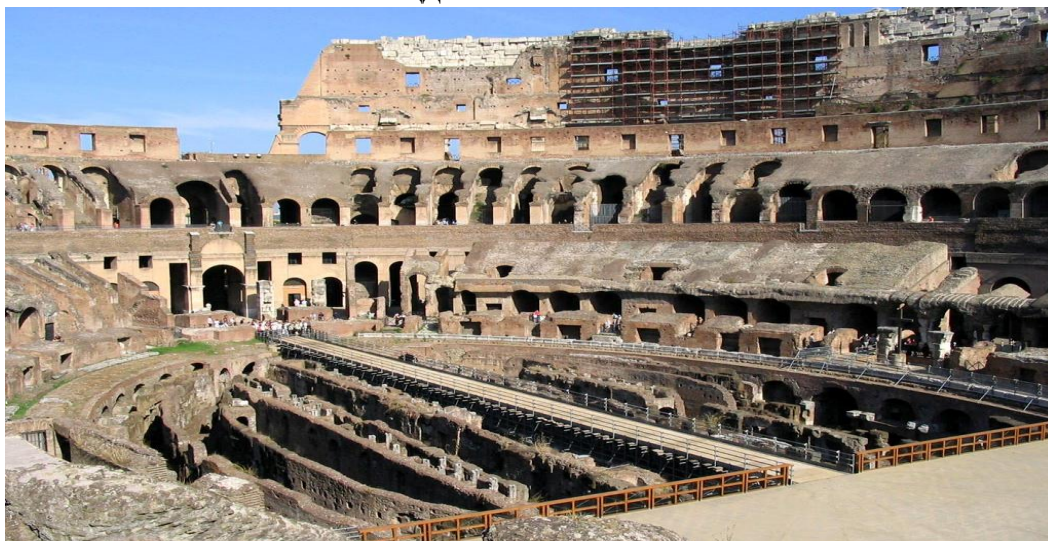


Тақдимот 3 Антик стадион

Антик стадионларни қуйидаги уч даврга: эллин, эллинистик ва қадимий юнон давларига бўладилар. . Эллин даврига Олимпдаги (тахминан э.о. 450 й.), Дельфдаги (э.о. V аср охири), Афинадаги (э.о. 330 й.) стадионларни киритадилар. Эллинистик даврга Милетдаги (э.о. II аср) ва Приендаги (э.о. II асрнинг иккинчи ярми) стадионлари киритилган. Қадимгирим даври стадионларига Пергдаги (эрамизнинг II асри), Аицани (эрамизнинг II асри) ва Римдаги (эрамизнинг 80 йили) стадионлар киради



Тақдимот 4 Колизей



Колизей қадимги рим амфитеатрининг ёрқин намојандаси ҳисобланади. Шунга ўхшаш иншоотлардан Колизей ўз ўлчамлари: ташқи эллипснинг узунлиги – 524 м, катта ўқ узунлиги – 187.77 м, кичик ўқ узунлиги – 155.64 м, ўйин майдонини (аренани) узунлиги – 85.75м, кенглиги – 53.62м, деворининг баландлиги – 48 метрдан 50 метргача эканлиги билан фарқ қилади.

Такдимот 5. Қадимги дунё сув ҳавзалари

Қадимги дунё сув ҳавзалари

Кимдир сузиш ҳавзаси яқингинада – бундан кўпи билан икки юз йил аввал кашф этилган деб ўйлаши мумкин. Масаланинг техник томонига эътибор бизни XVIII – асрдан олдинроқ ўтмишга назар ташлашга мажбур қилади. Ҳақиқатан ҳам, чўмилишнинг қадимий маданияти ўрта асрларнинг деярли минг йили давомида узоқ вақт давом этган ва Европада тахминан йўқолиб кетган, бироқ уни Шарқда яхши сақлаб қолганлар. Бугунги кунда ҳам антик дунёдаги сузиш ҳавзалари инсонлар ҳаётида муҳим роль ўйнаганлиги тўғрисида янги далолатлар очилмоқда.

Александр сузиш ҳавзаси.

Қадимги Юнон тарихчилари қачонлардир македонияликларни кўпол ёввойилар деб ҳисоблаганлар, бироқ бундай топилмалар уларнинг ворисларига э.о. III- ва IV – асрларда қадимги Македониянинг ери шунчалик катта бўлган-ки, археологларнинг 30 йиллик узлуксиз қазилари натижасида мазкур ҳудуднинг 1%дан камроғини қамраб олганлигини XXI-асрда намоиш этиш имкониятини берди. Фақатгина битта саройнинг ўзи 60000 квадрат метрдан каттароқ майдонни эгаллаган. Бу ерда Қадимги дунё сузиш ҳавзаларидан «энг янгиси» топилган. Македониядаги ушбу топилма антик мамлакатларда ва қадимий шаҳарларда фаолият кўрсатган табиий сув ҳавзаларидан катта фарқ қиладиган спорт сузишининг ривожланган маданияти мавжудлиги яна бир марта тасдиқлайди.

Ўрта Ер денгизи сузиш ҳавзалари

Гераклион шаҳри яқинидаги Крит оролида амалга оширилган қазиларида қадимий шаҳар топилган. Қадимий Элладани гуллаб-яшнашидан минг йил аввал бу ерда бой маданият бўлган. Бошқа иморатлар билан бир қаторда ванналар, сузиш ҳавзалари ва ҳаммомлар топилган. Мисрнинг Эль-Кантар шаҳри яқинидаги қазиларида давомида фақатгина сузиш ҳавзаси, ҳаммом ва даволаш маскани, балки спорт залининг ҳам қолдиқлари топилган. Ўлик денгиз қирғоғида Иерихон яқинида (Исроилда) ҳозирги замонгача яҳудий шоҳ Буюк Ирод томонидан эрамиздан ўнлаб йиллар олдин қурилган сузиш ҳавзаларининг қолдиқлари сақланган. Ирод ундан биров жанубдаги Иерихонда, қалъа – шаҳар Масадда янги қалъа деворлари ва гумбазлари, сузиш ҳавзалари ва шаҳарнинг гавҳари – Шимолий сарой қурдирган. Масаддаги Шимолий саройнинг бош зийнати ҳаммомлар бўлган. Бироқ, энг аввало, сув муаммосини ҳал этиш керак эди. Сахро ўртасидаги тоғ – бу сувсиз жой учун энг яхши танлов бўлиши мумкин? Ва бу ерда Римда акведукларни тузилиши тўғрисида тўпланган билимлардан тўлиқ

фойдаланилди.



Бир минг етти юз йил олдин Римда саккиз юзта унчалик катта бўлмаган ва уч мингтагача одам сиғадиган бешта улкан император ҳаммомлари мавжуд бўлган. Рим ҳаммомлари замонавий ҳаммомларга ўхшамаган. Бу фақатгина одамлар ювинадиган ва ванна қабул қиладиган бинолар бўлиб қолмай, балки гимнастик машқлар бажарадиган жой, спорт мусобақалари учун майдончалар, дам олиш, фалсафий музокаралар ва ҳатто илмий машғулотлар жойлари ҳамдир. Каракалладаги термлар – энг катта ва ҳашаматлидир.

Тақдимот 6 Ўрта аср иншоотлари

XV-XVI асрларда копток билан ўйинлар пайдо бўлган. Ўқ отувчилар ва қиличбозларнинг бирлашуви содир бўлди, копток ўйини ва қиличбозлик учун заллар ҳамда камондан ўқ отиш учун майдончалар қурилиши олиб борилди. Қиличбозлик, кураш, отга миниб ҳаракатланиш дворянларни ўқитишда мажбурий бўлиб борди. Кейинчалик эшкак эшиш, елканли спорт сингари спорт турлари вужудга келган. XVII асрдан бошлаб мазкур спорт турлари учун яроқли иморатлар кура бошлаганлар.

XIX-асрнинг ўрталаридан Европада спорт заллари ва майдончалари қурила бошлаган. Бироқ, Европа мамлакатларида спорт иншоотларини оммавий қурилиши фақат XIX асрнинг охиридан бошланган. Бу вақтга келиб турли жойларда спорт жамиятлари, клублар ташкил этила бошлаган, турли мамлакатларнинг спорт алоқалари ривожланган, олимпия ўйинлари яна ўтказила бошлаган. Бу вақтда фақат стадионлар, спорт заллари эмас, балки велотреклар, трамплинлар, қишки ва сув спорти учун иншоотлар қурилган.



Тақдимот 7. Ўзбекистондаги спорт иншоотлари

Ўзбекистон Республикаси Президенти И. Каримовнинг катта эътибори спорт иншоотларининг қурилишида ҳам акс этган. Бундай иншоотлардан энг аҳамиятлиси, сўзсиз, ёшлар учун «Камолот» (олдинги НБУ ёки «Старт») стадиони, Олимпия сузиш ҳавзаси ва «Жар» спорт комплекси ҳисобланади. Тошкентда Президент кубоги учун Халқаро теннис Кубоги мусобақаларини ҳар йили муваффақиятли ўтказилиши республикамиз учун янги спорт турининг оммавийлашишини ортишига хизмат қилмоқда. Шу муносабат билан, Тошкентда, Андижонда, Наманганда, Қаршида ва бошқа вилоят шаҳарларида замонавий теннис комплекслари қурилди. Тошкентда очилган йирик теннис кортлари Амир Тимур кўчаси бўйлаб жойлашган. Улардан кейин 3000 томошабинга мўлжалланган ҳамда ўз архитектураси ва фаолият функциялари бўйича хориж спорт ареналаридан қолишмайдиган универсал ёпиқ теннис стадиони ишга туширилди.



Тошкент шаҳридаги «Юнусобод» спорт – соғломлаштириш комплекси 2300 томошабинларга мўлжалланган марказий очик кортдан, сув спорт турлари бўйича саройдан, универсал спорт залидан, ўз таркибида иккита теннис зали ва ертуладаги атлетик гимнастика, аэробика, стол тенниси, бокс, кураш заллари ҳамда иккита сауна ва массаж кабинетлари жойлашган бинони бирлаштирган икки қаватли бинодан ташкил топган.



1954-56 йилларда Тошкент шаҳри марказида мамлакатимизнинг бош футбол жамоаси «Пахтакор» номи билан бир хил бўлган янги стадион қурилди. 11 август куни Анхор бўйида жойлашган янги комплекс ўз туғилган кунини нишонланди. Ҳашаматли байрамда элликминг ҳозир бўлганлар орасида қурувчилар ва пахтакорлар, спортчилар ва артистлар, раҳбарлар ва мураббийлар бўлганлар. Уларнинг барчаси янги спорт аренасига узоқ йиллар давомида спорт ишқибозларига хизмат қилишини тиладилар. Янги стадионда биринчи футбол ўйини 1956 йил 20 августда бўлиб, 35 минг ишқибозлар бевосита Тошкент ва Тбилиси шаҳарлари футбол жамоалари учрашувини кузатишди.

19 сентябрда эса марказий «Пахтакор» стадиони биринчи халқаро ўйинни қабул қилди. Ўзбекистоннинг энг кучли жамоаси Албания пойтахти Тиран шаҳрининг «Динамо» жамоасини мағлуб этди. 1956 йил октябрда мазкур аренада собиқ иттифоқ терма жамоаси Мельбурн олимпиадасига тайёргарлик кўрган ва Австралияда ўтказилган ўйинлар чемпиони бўлган.



Универсал спорт саройи республикадаги замонавий талабларга жавоб берадиган улкан ёпиқ спорт иншоотларидан бири ҳисобланади.

*Иншоотнинг умумий майдони: 29458кв.м;
Аренанинг умумий майдони: 5304кв.м;
Томошабинлар учун умумий жойлар сони: 3750 мест;
Спорт иншоот тоифаси: 1.*

Маъруза №3

Маъруза машғулотининг ўқитиш технологияси

Мавзу №3 Спорт иншоотлари назарияси. Спорт иншоотларини шакли ва ўлчамлари. Спорт иншоотларининг шаклланиши.

Ўқув
машғулот
шакли
Режа

Маъруза

1. Спорт иншоотлари назарияси. Спорт майдонларининг ориента-ция ва конструкцияси ҳамда ўлчамлари
2. Спорт иншоотларининг шакли ва ўлчамлари
3. Стадионлар трибуналари

Ўқув машғулот мақсади: спорт иншоотлари классификацияси ва тоифалари ҳамда спорт иншоотлари тармоғи тўғрисида билим ва тасаввурни шакллантириш

Ўқитувчи вазифалари:

- Спорт иншоотлари тармоғини шакллантириш тамойилларини тавсифлаш
- Спорт иншоотлари классификацияси ва тоифаларини тавсифлаш
- Спорт иншоотлари устидан санитария назорати қандай штказилишини тушунтириш

Ўқитиш воситалари:

Ўқитиш шакли

Ўқитиш шарт-шароитлари

Ўқув фаолияти натижаси:

Талаба қуйидагиларни билиши керак:

- Спорт иншоотлари тармоғини тавсифлаш
 - Спорт иншоотлари тоифаларини санаб ўтиш
 - Спорт иншоотларининг асосий турларига оид таърифлар
 - Спорт иншоотларнинг классификациясини
- Спорт иншоотлари устидан санитария назорати мазмунини тавсифлаш
- Ўқув дарсликлари, услубий қўлланмалар, слайдлар

Фронтал ишлаш

Ўқитишнинг техник воситаларидан фойдаланиб гуруҳ талабалари билан машғулот ўтказиш учун мўлжалланган аудитория

Маърузанинг технологик харитаси

Фаолият босқичи, вақт	Ўқитувчи	талаба
1-босқич. Ўқув машғулотиغا кириш (5 мин)	1.1. Мавзуни, мақсадини ва режалаштирилган ўқув натижаларини эълон қилади. Ўқув машғулоти тузилиши ва хусусиятлари билан таништиради.	Эшитади, ёзиб боради, савол беради
2-й босқич Билимларни мустаҳкамлаш (20 мин.)	Талабаларнинг билимларини мустаҳкамлаш мақсадида йўналтирувчи саволлар беради : 1. Спорт иншоотлари тизими нималардан ташкил топган ? 2. Спорт иншоотлари қандай классификацияланади? 3. Спорт иншоотларини тоифалаш тартиби нимадан иборат? Саволларга жавоб олиш учун талабаларни жуфт-жуфт бўлиб ишлашини ташкил этади. Блиц-сўров ўтказилади. 2.2. «Спорт иншоотларини классификациялаш ва тоифалаш схемаси»ни (1-илова Слайд №1) экранга чиқаради ва таништиради, мавзунинг мазмун-моҳиятини изоҳлайди. Умумлаштирувчи хулоса ифодаланади (илова 2). 2.3. Экранга ташкилий-манتيкий схемани чиқаради «Фаннинг структураси» (№2 слайд), мазкур фан бўйича мавзулар рўйхати билан таништиради, уларни қисқача характерлайди. Фан бўйича талабалар билимини назорат қилишнинг рейтинг тизими, жорий, оралиқ ва якуний назорат кўрсаткичлари ва мезонлари билан таништиради. Фан бўйича фойдаланиладиган асосий адабиётлар, талабаларга қўйиладиган талабларни изоҳлайди.	2.1. Саволларга жавоб беради. 2.2. Слайднинг мазмунини ўрганади 2.3. Фаннинг роли ва аҳамияти тўғрисида ўз мулоҳазаларини айтади. 2.3. №2 слайд мазмунини ўрганади, рейтинг назорат ва бошқа талабларини ёзиб олади
3- босқич ИнМашғулоти шакли- цион (45 мин.)	3.1. Режа саволлари бўйича маъруза материалларини кетма-кет баён қилади, визуал материаллардан фойдаланади (3 илова). Аниқлаштирувчи саволлар тизимини баён қилади: 1-масала бўйича. Спорт Иншоотлари тизими нималардан иборат ? 2-масала бўйича. Спорт иншоотлари қандай классификацияланади ? 1-масала бўйича. Спорт иншоотларини тоифалаш нимадан иборат ? Мавзунинг муҳим моментларига алоҳида эътибор қаратади, уларни ёзиб олишни таклиф этади.	3.1. Схема ва жадвалларнинг, визуал материалларнинг мазмунини муҳокама қилади, саволлар беради. Асосийларини ёзиб олади.

4 босқич.
Якунловчи
(10 мин.)

Савол беради: «Спорт иншоотлари структурасини тавсифланг». Блиц-сўров ўтказди. Умумий якунловчи хулоса чиқаради (*илова 4*).
4.2. Мустақил иш учун топшириқ : «Спорт иншоотлари классификацияси» мавзусида кластер тузиш.

4.1. Саволга жавоб берадилар.
4.2. Тинглайдилар, ёзиб оладилар.

Маъруза_3. Спорт иншоотлари назарияси. Спорт иншоотларини шакли ва ўлчамлари. Спорт иншоотларининг шаклланиши.

Маъруза режаси:

1. Спорт иншоотлари назарияси. Спорт майдонларининг ориентация ва конструкцияси ҳамда ўлчамлари
2. Спорт иншоотларининг шакли ва ўлчамлари
3. Стадионлар трибуналари

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 қаттароқ 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.

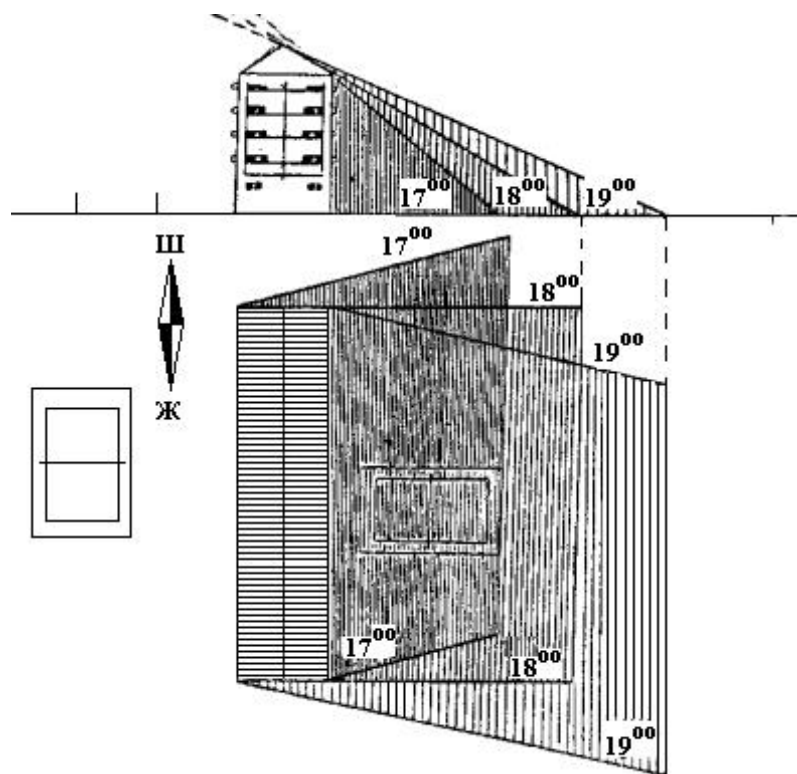
1-жадвал

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 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 типи 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 олиниб, яъни уларнинг бўй ўқи шимолдан жанубга томон тортилган бўлиб, мумкин бўлган оғиши 15° 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.



1-расм. Спорт майдонларини ориентацияси

Юқори қаватли уйлар бўлган туманларда майдонларни уйларнинг шарқ томонига ва экватор чизиғи кўзда тутилиб қурилиши мақсадга мувофиқ бўлади. Шу мақсадда қурилган иншоотларда куёш кеч пайтда ва кундузи ўтадиган ўйинларда ҳам ҳалақит қилмайди. (1-расм).

Волейбол ва теннис майдонлари қурилишида ўрта чизикдан 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. Ернинг рельефини ҳисобга олган ҳолда спорт майдонларини қуришнинг бир неча варианты берилган.

Вариант “б” жуда кўп иш кучи талаб қилади, чунки ер ковлаш ишлари ҳажми катта.

Вариант “в” қулай деб ҳисобланади. Лекин “в” вариантыда волейбол майдони пастликда 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 (2х2 ёки 3х3 метр) иш кўрилади. Қозиқлар ёрдамида режа ипи тортилиб ер текисланади.

2-жадвал

**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	-
		-	0,004
	Сув ўтказмайдиган	0,000	0,000
	Тахта қопламали	0,000	0,000
Баскетбол	Сув ўтказувчан	0,005	-
	Сув ўтказмайдиган	0,000	0,000
	Тахта қопламали	0,000	0,000
Қўл тўпи	Майсазор	0,006	-
		-	0,008
	Сув ўтказувчан	0,005	-
		-	0,006
	Сув ўтказмайдиган	0,000	0,000
	Тахта қопламали	0,000	0,000
Теннис	Майсазор	0,004	-
		-	0,008
	Сув ўтказувчан	0,002	-
		-	0,006
	Сув ўтказмайдиган	0,000	0,000
	Тахтали	0,000	0,000
Стол тенниси	Сув ўтказувчан	0,010	-
		-	0,010
	Сув ўтказмайдиган	0,000	0,000
	Асфальтли	0,000	0,000
	Тахта қопламали	0,000	0,000

Майдонларнинг қопламаларининг конструкцияси қуйидагича 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 кум устидан ётқизилади ва майдончаларнинг конструкциясини соддалаштириш мақсадида пастки қатламларни қалинлиги камайтирилади ёки бир қатламли қилинади. Майдончаларда сув тўпланиб қолмаслиги учун сатҳини нишабли ва майдон атрофи бўйича ариқчалар қовланган бўлади. Сувни яхши ўтказадиган қопламалар сунъий ёки табиий қопламалардан тайёрланади. Махсус қопламалар қоришма таркиби 3-жадвалда кўрсатилган.

3-жадвал

Сув шимувчан махсус қоплама аралашмаларнинг таркиби

Хом ашёлар	А р а л а ш м а г у р у х и						
	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 кум	-	5-10	5	-	-	40-50	10-15
3. Қурилиш чиқиндилари	-	-	-	-	-	-	50-60
4. Куқунсимон лой тупроқ	10-15	-	5	10	-	10-15	-
5. Соғ тупроқ	-	20-25	-	-	-	-	-
6. Ёғли-ўсимлик тупроғи	-	-	-	-	-	40-45	20-30
7. Оҳактош	-	5-10	-	-	-	-	-
8. Янчилган оҳактош	-	-	20	60	-	-	-

Асфальтли, асфальт-резинали ва битум қопламаларнинг тузилиши. Асфальтли қопламалар юқори малакали спортчиларнинг машғулотлари мунтазам равишда ўтказилмайдиган спорт майдонларида муваффақиятли ишлатилади. Асфальт-резинали ва резино-битумли қопламаларнинг таранглик қобилияти уларни машғулот ва мусобақа ўтказиш майдонларида ишлатишга имкон беради. Бу қопламалар техник хавфсизлик қоидаларига қатъий риоя қилиши талаб этувчи иссиқлик усули билан тайёрланади. Асфальт ва резинобитум қоришмаси асфальт заводларида тайёрланади. Совуқ қоришмани ётқизиб, шиббалаш қийин, шу муносабат билан ётқизилаётган асфальт аралашма ҳарорати 120⁰ дан кам бўлмаслиги, резино-битум ва асфальт-резина аралашма ҳарорати эса 140⁰ дан кам бўлмаслиги керак. Қопламаларни шиббалаш тахминан уч тоннача келадиган махсус ғилдирак билан бажарилади. Битум паста асосли арашмали қопламалар 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 тупроқли аралашма сингари ётқизилади.

4-жадвал

Сув шиммайдиган қопламлар учун аралашмаларнинг тахминий таркиби

Қоплама хиллари	Хом ашёлар	Спорт турларидан майдонлар учун қоплама (оғир, %) таркиби		
		Волейбол, бадминтон	Баскетбол, кўл тўпи	Теннис
Асфальтли	0,6 мм ли элакдан ўтказилган 65% дан кам бўлмаган ўртача донали кум қолдиғи БН-II ёки БН-III маркали битум	100	100	100
		8	7	6
Асфальт-резинали	Ўртача донали кум БН-II ёки БН-III маркали битум 0,6 мм ли элакдан ўтказилган 10% дан кам бўлмаган майдаланган оҳактош қолдиғи 1-3 мм ли фракцияли майдаланган резина.	66	70	76
		15	13	11
		22	20	18
		12	10	6
Битум-паста асосли	Оҳактош-битумли паста (8 см ли конус қолдиғи) Битум-50-55% Оҳак-8-12% Сув-33,42%	80	26	22
		66	70	76
	Ўртача донали кум Майдаланган ғишт ёки оҳактош 1-3 мм ли фракцияли резина майдаси Тупроқ бўёғи	10	8	6
		12	10	6
		12	12	12
		12	12	12

Спорт иншоотларининг шакли ва ўлчамлари

Спорт иншоотлари – бу махсус қурилган ва ўз фаолиятида кўпқиррали маданий ва спорт тадбир 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 трибунали 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 антиқ тузилишига нисбатан таркиби ва ўлчамлари жиҳатидан юқори даражада такомиллашди. Бундай стадионлар стандарт ўлчамли радиуси 36 м бўлган ва 400 м масофага югуриш йўлкаси билан ўралган футбол майдонидан (104x69 метр) ҳамда енгил атлетика учун мўлжалланган секторлардан ташкил топган.

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

Ўлчамларига кўра стадионлар қуйидаги категорияларга бўлиниши мумкин:

- трибунаси 1500-3000 ўриндиқли кичик стадионлар.
- трибунаси 2000-10000 ўриндиқли, майдони камида 5-6 гектар бўлган ўртача катталиқдаги стадионлар.
- трибунаси 10000-50000 ўриндиқли, майдони камида 10-15 гектар бўлган катта стадионлар
- трибунаси 50000 дан кўп ўриндиқли, майдони камида 20-25 гектар бўлган Олимпик типдаги стадионлар.

Тахминий спорт иншоотлари тизими, тавсия этиладиган кичик, ўрта ва катта стадионлар лойиҳалаш меъёрларида келтирилган.

Спорт иншооти очик ёки ёпиқ типдаги ўқув-машқланиш жараёни ва ҳар хил спорт турлари бўйича мусобақалар ўтказишга мўлжалланиб қурилган ҳамда жиҳозланган махсус иншоотдир.

Спорт иншоотларнинг тасниф этишда ягона терминологиядан фойдаланилади:

1. очик ҳолдаги алоҳида спорт иншоотлар;
2. очик комплекс спорт иншоотлари;
3. ёпиқ ҳолдаги алоҳида спорт иншоотлари;
4. ёпиқ комплекс спорт иншоотлари.

Очик ҳолдаги алоҳида спорт иншоотларига волейбол, баскетбол, қўл тўпи ва футбол ўйин майдонларини мисол келтириш мумкин (ёпиқ ҳолда бўлиши ҳам мумкин).

Қуйида текис майдонда умумий майдони 9 га, трибунаси 15000 ўриндиқли стадионнинг тахминий баланси келтирилган.

Стадионнинг умумий майдони	100 %
Очик спорт иншоотлари, майдончалар ва майдон	34 %
Катта ўлчамли спорт иншоотлари	12 %
Хизмат кўрсатиш иншоотлари	1 %
Ички йўлакчалар ва тарқатувчи майдончалар	14 %
Кўкаламзорлаштириш	39 %

Майдон танлашда бош режанинг умумий композицияси стадионнинг умумий комплексига таъсир этади.

Стадионлар трибуналари

Трибуналар, кўп холларда, спорт ареналари бош режаларида икки ён тарафдан овал кўринишли ёки овал кўринишида қурилади. Бунда футбол майдони 69х104 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 машғулоти учун қўшимча югуриш йўлкасининг ташқи чегаралари бўйлаб қўшимча майдончалар ташкил этилади.

Трибуналарнинг сифими стадионнинг қайси турга мўжалланганлигига қараб, 2.5 дан 100 минггача ўриндиқ ва туриш ўринларига эга бўлади.

Спортчилар ва томошабинлар учун куйидаги 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;

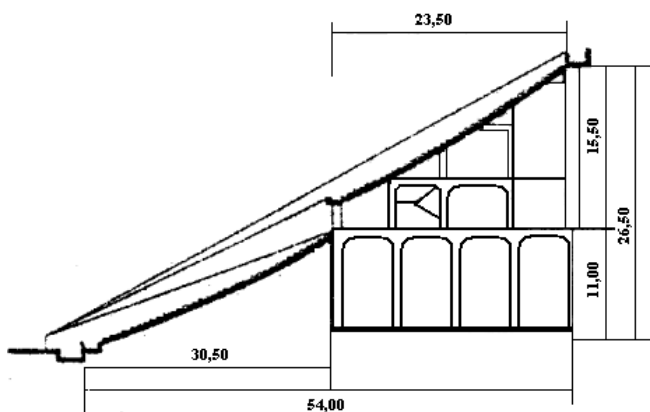
маъмурий — хўжалик хоналари — бошқарув ва муҳофаза, анжомлар ва бошқалар.

Ўтирганда ва турганда тўсиқ 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.

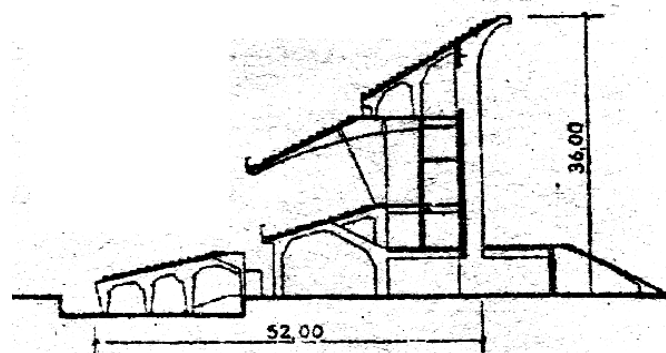
Замонавий стадионларда бир қаватли трибуналарга нисбатан икки қаватли трибуналарни қўллаш одат тусига кирмоқда (2-расм).

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 тўғрилаш учун кетадиган материаллар иктисод қилинади.

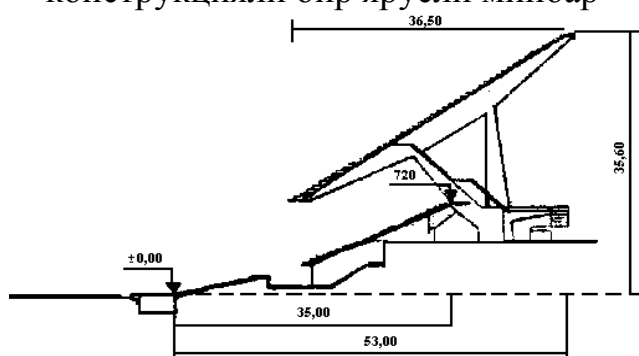
Спорт ареналаридаги минбарлар турлари



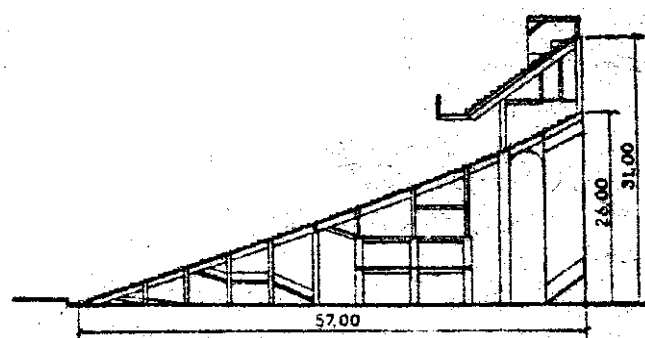
Трибуналар остидаги кенгликдан
фойдаланиладиган аралаш
конструкцияли бир ярусли минбар



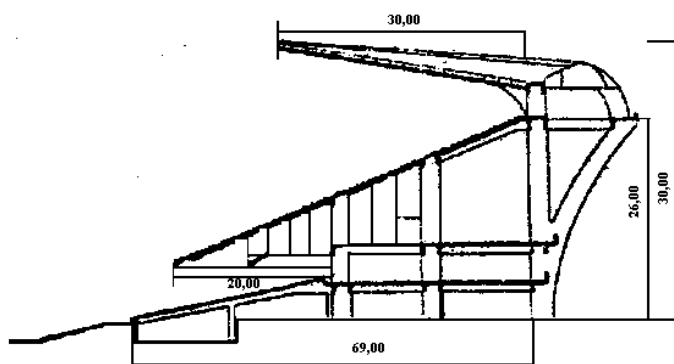
Минбар ости кенгликлари
ишлатиладиган икки ярусли трибуна



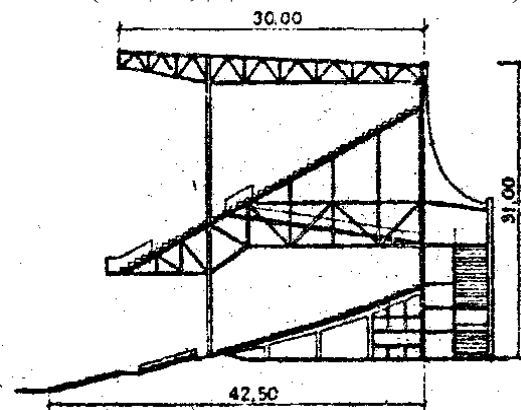
Минбар ости кенглигидан
фойдаланиб бўлмайдиган аралаш
конструкцияли икки ярусли минбар
(Неаполдаги стадион)



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

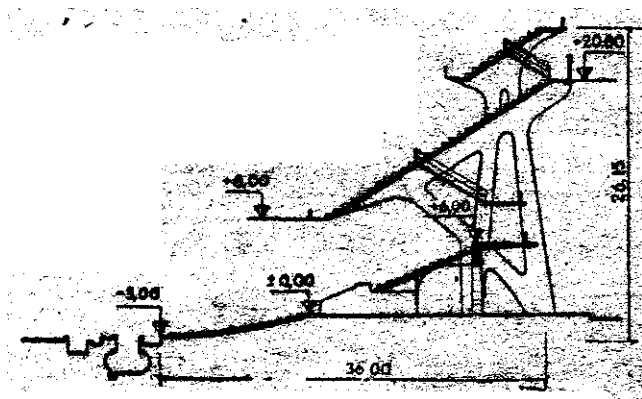


30 метрдан иборат соябонли икки
ярусли аралаш конструкцияли минбар
(Рио-де жанеродаги стадион)

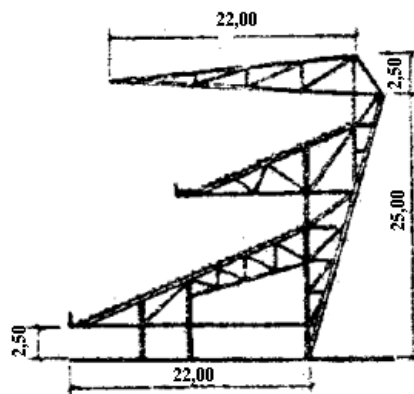


Бостирмали икки ярусли металл
трибуна
(Кливленддаги стадион)

2-расм. Бир ва икки ярусли трибуналарнинг кўриниши



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



Бостирмали икки ярусли металл
трибуна
(Роттердамдаги стадион)

3-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 минг ўринли стадионларда кенг қўлланилмоқда. Кўп сонли томошабинларни жойлаштириш мақсадида тўғри трапеция ёки эгри чизиқли шаклдаги трибуналар қўлланилмоқда. Бундай трибуналар 35-40 минг ва ундан кўп ўрин сифимига эга.

Кўп ҳолларда уч томонли тўғрибурчакли, 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.

Оптимал кўриниш диаграммасида катта ўлчамли трибуналардаги футбол майдонидан энг узок нуқтада (190 метр) турган томошабинлар чиқиб кетишларининг максимал қулайлиги кўрсатилган. Аммо замонавий Олимпия

стадионларида чиқиш узоқлиги 240-250 метрга етиб аренани томоша қилишни фақат қуролланган кўз билан амалга ошириш мумкин. Бундай ўлчамларга режада турлича шаклга эга бўлган трибуналарни киритиш мумкин.

Мехико стадиони каби доира кўринишидаги трибуналарнинг сифими 40-50 минг бўлиб, қўшимча тик туриб томоша қилиш учун катта микдорда жой ажратилган.

Эллипс ва С кўринишли заминдаги трибуналар янги трибуналар бўлиб, Ганноверда лойиҳаланган заминдаги стадионда замонавий ечими акс этди. Бунда эллипс кўринишли стадион қисми ер сиртидан чуқурда жойлаштирилди, ўроқсимон қисми эса (тупроқ) тўкма тепалик кўринишга эга бўлиб, трибунанинг бу қисми спорт аренасининг ғарбида жойлашган. Эллипссимон трибуна 25 минг ўринга мўлжалланган бўлса, ўроқсимон қисми эса 50 минг томошабиннинг тик туриши учун мўлжалланган.

Будапештдаги спорт аренаси бўйлама жойлашган стадион трибунаси тақасимон кўринишга эга. Трибунанинг конструкцияси қоришиқ — темирбетон ва тупроқдан ташкил топган. Бундай шакл оммавий спорт ҳаракатлари кечаётган майдон атрофига кўп сонли томошабинларни (100 минг) жойлаштириш эҳтиёжидан келиб чиққан. Трибунанинг ташқи ўлчамлари кўриш чегарасидан (190 м) ташқарига чиқиб кетган, 240 метр ва ундан кўп масофани қуролланган кўз билангина томоша қилиш имкони мавжуд.

Трибуналарни режада лойиҳалаштириш бевосита қирқим қурилишига боғланган бўлиб, улар биргаликда трибунанинг конструктив тузилишини ва архитектуравий композициясини аниқлайди.

Қуйида трибуна қирқимлари учун характерли схемалари кўриб чиқилади: бир қаватли, заминда, темирбетондан бунёд этилган бир қаватли ёпмали ва ёпмасиз, бир қаватли ва икки қаватли қоришиқ, тупроқли ва темирбетонли — ёпмали ва ёпмасиз, икки қаватли темирбетон ва бир қаватли ҳамда икки қаватли металл конструкция.

Заминдаги трибуналар профилининг бир неча турлари мавжуд:

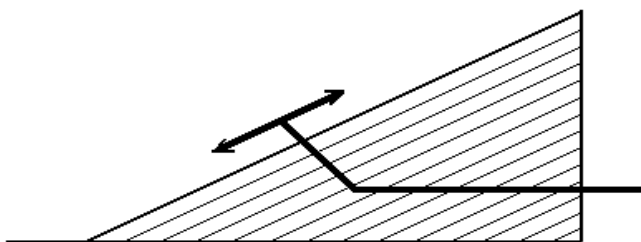
- ер устига тўкма (тупроқ) трибуна, орқа томонида қиялиги билан ёки тўсиқ деворли;

- ер сатҳидан пастда жойлашган трибуна;

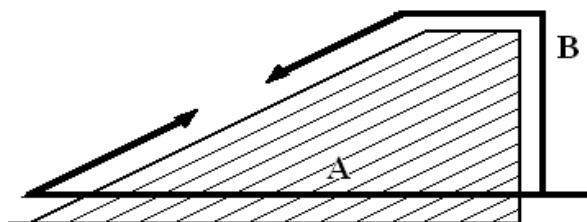
- ер устига қисман тўкма (тупроқ) трибуна, орқа томонида қиялиги билан ёки тўсиқ деворли нисбатан бир қисми ер сатҳидан пастда;

- трибунанинг катта қисми ер сатҳидан пастда, трибунанинг кичик қисми-тўкма (тупроқ) орқа томонида икки қиялиги ёки тўсиқ деворлитеррасалари билан;

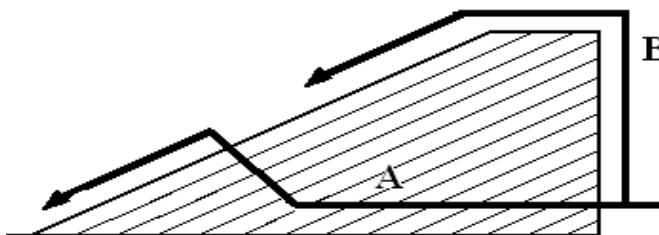
Томошабинлар қаторларини заминдаги трибуналардаги конструктив ечимлар 4-расмда кўрсатилган.



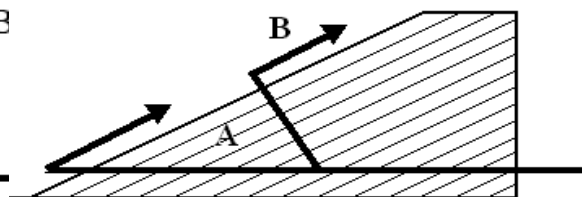
Люк ва зинапоялар орқали
ўтиладиган минбар ости йўлаклар



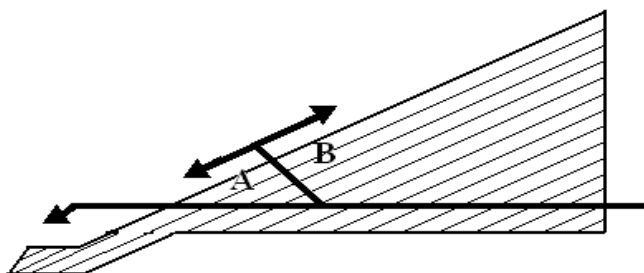
а) Минбар ости йўлаклар
б) Устки зинапоялар ёки пандуслар



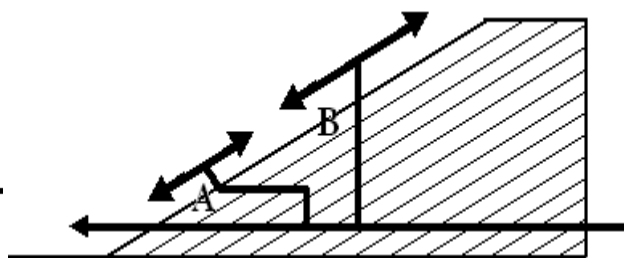
а) Зинапоялар ва люклар орқали
ўтиладиган минбар ости йўллари
б) Ташқи зиналар



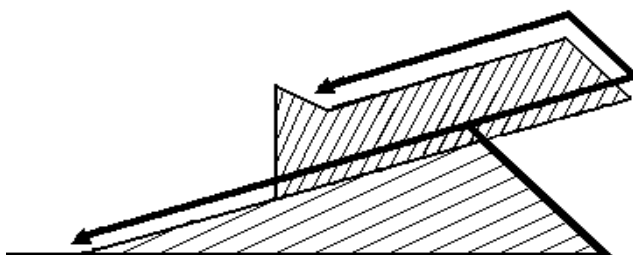
а) Люклар орқали ўтиладиган
зинапоялар орқали ўтиладиган б)
минбар ости



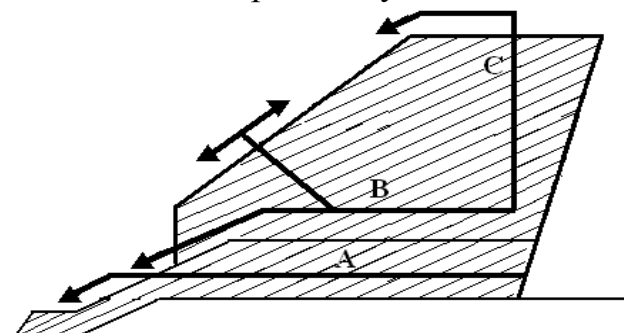
а) Люк орқали ўтиладиган ва
минбар ости йўлак
б) Люк орқали ва зинапоя орқали
ўтиладиган минбар ости йўлаклар



а) Люк орқали ўтиладиган ҳамда
минбар ости йўлак
б) Люк орқали ва зинапоя орқали
минбар ости йўлак

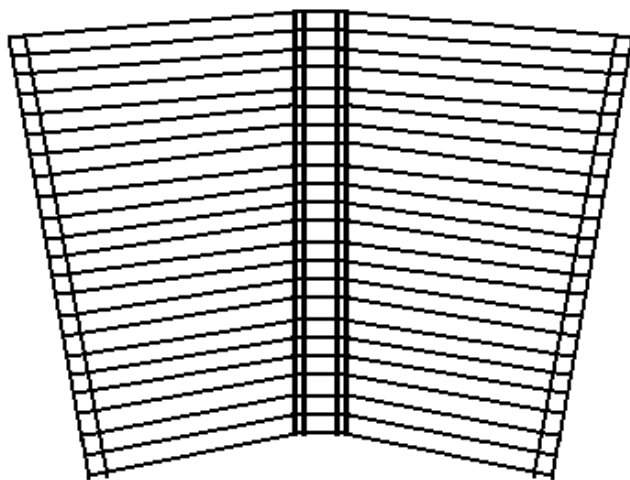


Зинапоялар орқали ўтиладиган
минбар ости йўлаклар

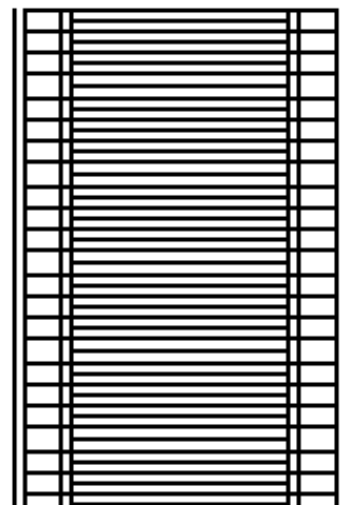


а) Люк орқали ўтиладиган йўлак ва
минбар ости йўлаклар;
б) Зинапоя бўйича ўтиладиган
йўлак; в) Зинапоя орқали
ўтиладиган минбар ости йўлаклар

4-расм. Томошабинлар қаторларини заминдаги трибуналарнинг конструктив ечимлари



Қия қаторларини секциялар бўйича гуруҳларга ажратиш



Тўғри қаторлар устма-уст жойлашган люк орқали ўтиладиган йўллар

5-расм. Юкламалар гуруҳи ва минбар эвакуацияси ўриндиқлар кўриниши

Стадион трибуналарининг такомиллашиш жараёнида уларнинг янги турлари – темир-бетон ва замин қоришиқ трибуналари яратилмоқда. Биринчи марта Лос-Анжлес шаҳридаги Олимпия стадионида бу турдаги трибуналар қурилган (АҚШ, 1932 йил). Бунда трибунанинг пастки қавати заминдаги қияликда, юқори қават эса-темир-бетон қурилмалардан томошабинлар учун 25 қатор ўринлари билан ташкил этилган. Трибуналар остида хизмат кўрсатиш хоналари жойлашган. Худди шундай икки қаватли трибуна Неаполь шаҳридаги стадионда ҳам қўлланилган бўлиб, трибунанинг иккинчи қавати биринчи қавати учун ҳимоя ёпмаси кўринишида хизмат қилади.

Трибуналарнинг тўлиши ва томошабинларнинг эвакуацияси люклар орқали амалга оширилиб, улар қабул қилинган ўтиш жойларига қурилган.

Люклар орқали ўтиш системаси икки ёклама очик ёки бир варакай тарқалиш кўринишида бўлиши мумкин. Бир варакай тарқалиш томошабинларнинг люклар олдида тўпланишини камайтириб, эвакуацияни бир текис ташкил этиш имконини беради. Томошабин ўринларини секцияларга бўлиш ҳар бир секциядаги қатор 50 ўриндан ошмаслиги ва қатор чуқурлиги 75-80 см бўлиши керак. Томошабин ўрини ўлчамлари: ўриндиқ узунлиги бўйича 40-42 см, эни 30-35 см, ўриндиқнинг ўтиш полидан баландлиги 45 см, қатор оралиғидаги ўтиш жойининг эни 45 см.

Люкларнинг эни 1,5 метрдан кам эмас ва 2,5 метрдан кўп бўлмаслиги зарур. Люклар сони ўтказиш хусусиятларидан келиб чиққан ҳолда, яъни 15000 кишидан кўп бўлмаслик шарти билан белгиланади.

Трибуналарни юк кўтаришга ҳисоблашда 1 м^2 га 400 кг босим ҳолида қабул қилиниши зарур.

Трибуна профили тўсиқсиз кўринишни таъминлаб, бунда енгил атлетика югуриш йўлкаси ички тўсиғининг кўриниши олдинда ўтирган томошабин кўзига нисбатан орқада ўтирган томошабиндан камида 15 см пастда бўлиши зарур. Бу ўлчам С катталиги орқали белгиланган. Йўлканинг эгилган трибунага яқинлашган жойларида С катталигини 13 см гача камайтириш мумкин.

Трибунадан оптимал кўринишни ҳисоблаш формуласи мазкур китобнинг иккинчи бобида берилган.

Спорт павильонлари очик спорт майдонларини ва стадион иншоотлари, очик сув ҳавзалари, яхтаклублар, эшкак эшиш станциялари, мерганлик тирлари ва стендларини шунингдек, турли спорт ўйинлари учун майдончаларни йил давомида (волейбол, баскетбол, теннис ва бошқаларни) хизмат кўрсатиши учун мўлжалланади.

Павильонлар мақсадларига кўра хоналари, майдончалари ҳам турличадир. Шу сабабли уларни режалаштиришда композицион усуллар хилма-хил характерга эга.

Содда композициядаги спорт павильони тўғри тўртбурчакли шаклга эга бўлиб, бинонинг фронтал ёки ён тарафидан аёллар ва эркеклар учун умумий кириш қисми мавжуд.

Павильонларни лойиҳалашда вестибюлдан фойдаланаётган ва спорт залига томон ҳаракатланаётган спортчилар оқимининг бўлинишини инобатга олган ҳолда улар учун қулай ҳаракатланиш графигини таъминлаш керак.

Кичик ва ўртача катталиқдаги стадионда барча очик спорт майдони ва майдончаларига хизмат кўрсатишни қулайлаштириш мақсадида спорт павильонининг марказда жойлашиши мақсадга мувофиқ.

Кичик спорт павильонлари учун қуйидаги хоналар тизими назарда тутилади: вестибюль-грелка гардероби билан, сақлаш хонаси, конькилар билан таъминлаш ва тақдим этиш хонаси, буфет, санитария гигиена хоналари, спорт анжомлари хонаси; спорт зали, ёрдамчи ва хизмат кўрсатувчи хоналари билан, хусусан: аёллар ва эркеклар кийим алмаштириш хонаси душ ва хожатхоналар билан, массаж, тиббиёт хонаси, кўрсатмалар бериш, анжомлар, радиоузел, иситиш ва шамоллатиш хонаси.

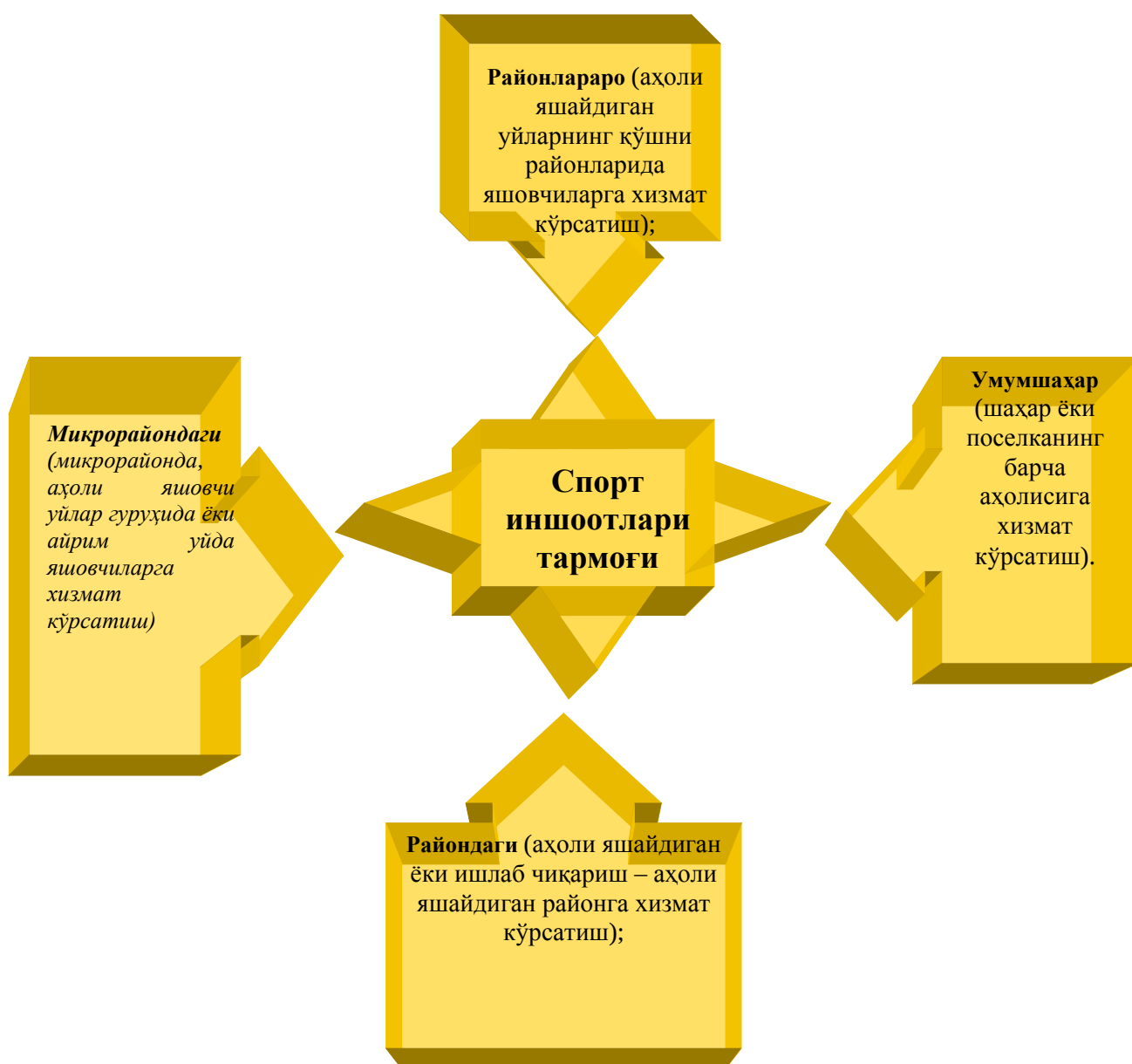
Ҳар хил, яъни турли катталиқдаги катта спорт павильонлари ҳам мавжуд бўлиб, уларнинг хоналари тизимига бир нечта спорт заллари, сузиш сув ҳавзалари, сувга сакраш мосламалари ва бошқалар киради. Бундай павильонларда спорт турлари бўйича ўқув-машқлар сифати яхшиланади ва бино ҳамда стадион худудидан янада унумлироқ фойдаланиш имкони туғилади.

Адабиётлар

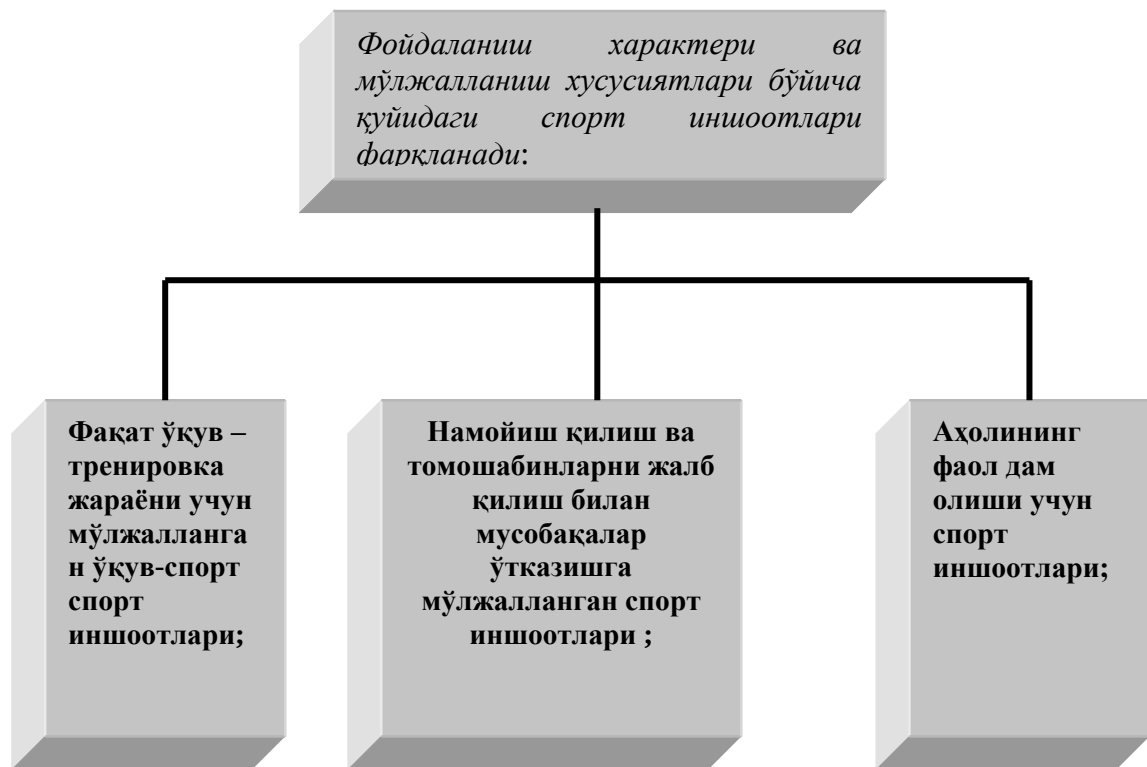
1. Указ Президента Республики Узбекистан УП № 3154 “О создании Фонда развития детского спорта Узбекистана”.
2. “Здоровое поколение – основа развития Узбекистана”. Речь Президента Республик Узбекистан на IX сессии Олий Мажлиса от 24 июня 2002 г.
3. Гагин Ю.А. Спортивные сооружения. М., 1976.
4. Каталог спортивного инвентаря и оборудования для оснащения детских спортивных сооружений. Т., Узбекистан, 2006.
5. Коненко И., Малахов Г. М. Спортивные сооружения. Краткий справочник. Профиздат. 1960.
6. Легкая атлетика и правила соревнования, М., ФиС, 1984.
7. Мирзакулов Ш.А., Азизов Н., Нуршин Ж.М. Миллий кураш мусобақаларини ўтказиш қоидалари. Т., 1993.
8. Николеенко А.В. Спортивные сооружения. Справочник для факультета физкультуры пединститута. М., Просвещение, 1976.
9. Паликарпов А. Спортивные сооружения. М., ФиС, 1972.
10. М.С.Ходжаев, А.А.Толаметов, А.М.Нурмухамедов, Ж.Х.Умаров. Спорт иншоотлари. / Ўқув қулланма. Тошкент. 2007 й. 96 б.

Маъруза учун тақдимотлар
Тақдимот № 1. Спорт иншоотлари тармоғи.

Спорт иншоотлари тармоғи шаҳар ва қишлоқ аҳолисининг маънавий-маиший ва соғломлаштириш умумий тизимининг ажралмас қисмини ташкил этади.



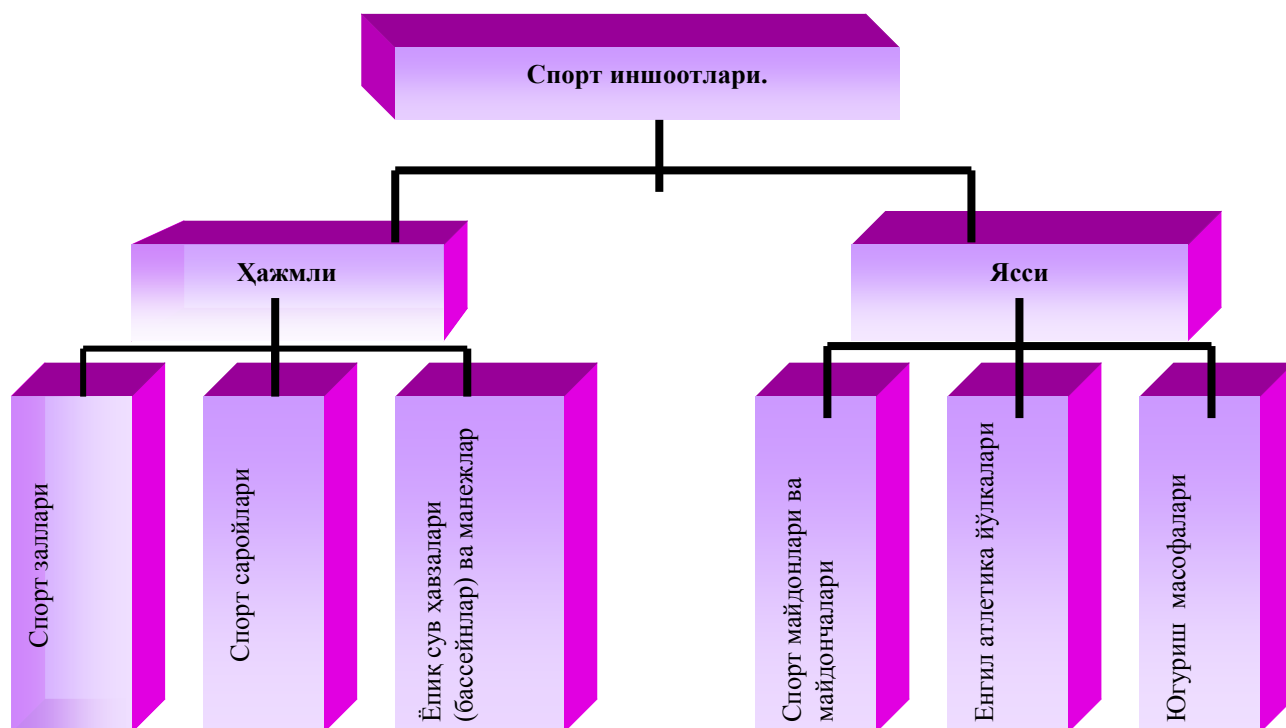
Тақдимот 2. Спорт иншоотларининг турлари



Томошабинлар учун махсус жойлари бўлган ҳамма спорт иншоотлари намойиш қилишга мўлжалланган спорт иншоотлари ҳисобланади. Уларга стадионлар, спорт саройлари, универсал майдончалар, велотреклар ва бошқа трибуналарга, ўриндикларга, стулларга, туриш учун жойларга эга бўлган спорт иншоотлари киради. Аҳолининг фаол дам олиши учун мўлжалланган спорт иншоотларига хиёбонларда, сув ҳавзалари яқинида ва бошқа жойларда жойлашган дам олиш масканлари киради ҳамда улар аҳолининг жисмоний тарбия-соғломлаштириш ишлари учун мўлжалланган.



Тақдимот 3. Ҳажмли режалаштириш тармоқланиши



Ҳажмли - режалаштириш конструкцияси бўйича очик ва ёпиқ спорт иншоотлари фарқланади.

Ёпиқ спорт иншоотлари – бу ўқув – стренировка машғулотлари, мусобақалар ёпиқ залларда, манежларда, бассейнларда ва шу сингариларда ўтказиладиган спорт иншоотларидир.

Тақдимот 4. Ёпиқ иншоотлар мажмуаси

Ёпиқ иншоот мажмуалари



Спорт саройи – бу кўп сонли ишқибозлар иштирокида турли спорт турлари бўйича мусобақалар ва оммавий чиқишлар ўтказишга мослашувчи ҳамда спортчилар ва томошабинлар учун махсус жиҳозлар ва ёрдамчи биноларга эга бўлган аренали махсус қурилган бино.

Ёпиқ стадион – бу мусобақалар ўтказиш учун мўлжалланган ҳамда томошабинлар учун трибунага эга бўлган нормал спорт ядроли спортчилар ва томошабинларга хизмат кўрсатиш учун барча керакли

Тақдирот 5. Алоҳида ёпиқ иншоотлар

Алоҳида ёпиқ иншоотлар



Спорт манежи – бу енгил атлетика ва спорт ўйинлари машғулоти ўтказилишини таъминлайдиган ҳамда керакли жиҳозлар ва мазкур спорт турлари бўйича мусобақалар ўтказиш нормалари ва қоидаларида белгиланган ўлчамларга, шунингдек шуғулланувчилар учун ёрдамчи иншоотларга эга бўлган махсус бино.

Сувда сузиш учун ёпиқ бассейн – бу сузишга, сувда сакрашга, сув полоси ўйинига ўрганиш учун мослаштирилган ва мазкур спорт турлари бўйича мусобақалар ўтказиш учун иситилган сувли ёки 25-50 метр узунликдаги ванналар қатори (бу ҳолда иншоот комплекс ҳисобланади) бўлган махсус жиҳозли ва ёрдамчи иморатли бино.



Спорт зали – бу спорт ўйинлари бўйича машғулотлар ўтказиш учун юзаси 300 м² дан кам бўлмаган теннис, баскетбол ва волейбол ўйинлари учун мусобақалар ўтказиш нормалари ва қоидаларида белгиланган махсус ўлчамларга эга бўлган ва ёрдамчи бинолар билан таъминланган қурилмалар билан жиҳозланган махсус бино.

Гимнастика зали – бу гимнастика бўйича машғулотлар ўтказиш учун юзаси 125 м² дан кам бўлмаган мусобақалар ўтказиш нормалари ва қоидаларида белгиланган махсус ўлчамларга эга бўлган ва ёрдамчи бинолар билан таъминланган қурилмалар билан жиҳозланган махсус бино.



Бокс учун зал – бу бокс бўйича машғулотлар ўтказиш учун мусобақалар ўтказиш нормалари ва қоидаларида белгиланган махсус ўлчамларга эга бўлган ва ёрдамчи бинолар билан таъминланган қурилмалар билан жиҳозланган махсус бино.

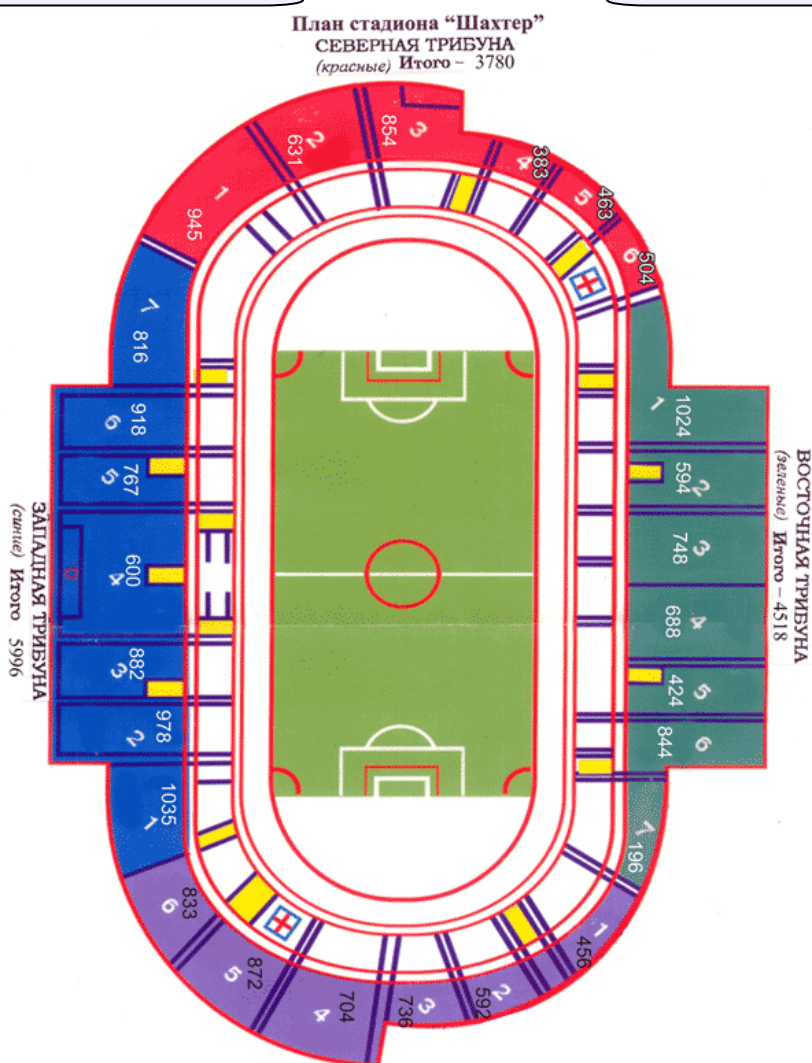
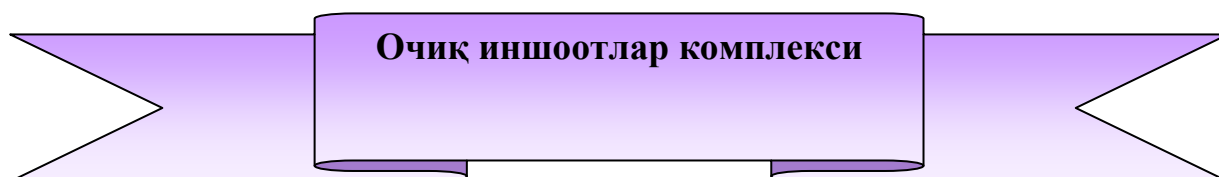
Кураш учун зал – бу кураш бўйича машғулотлар ўтказиш учун мусобақалар ўтказиш нормалари ва қоидаларида белгиланган махсус ўлчамларга эга бўлган ва ёрдамчи бинолар билан таъминланган қурилмалар билан жиҳозланган махсус бино.



Оғир атлетика учун зал – оғир атлетика бўйича мусобақалар ўтказиш учун мусобақалар ўтказиш нормалари ва қоидаларида белгиланган махсус ўлчамларга эга бўлган ва ёрдамчи бинолар билан таъминланган қурилмалар билан жиҳозланган махсус бино.

Қиличбозлик учун зал – қиличбозлик бўйича машғулотлар ўтказиш учун мусобақалар нормалари ва қоидаларида белгиланган қурилмалари ҳамда зарур ёрдамчи бинолар билан таъминланган мос ўлчамлари бўлган махсус бино.

Тақдимот 6. Очик иншоотлар комплекси



Стадион деб ўз таркибида нормал спорт ядросига ёки 1500 томошабин учун ўриндиқларга, шунингдек махсус бино ва иншоотли ўйинлар ва гимнастика учун майдончаларга эга бўлган спорт иншооти комплексига айтилади.

Стадионлар майдон қисмлари (участкалари) ўлчамлари ва трибуналардаги ўринлар сони бўйича уч гуруҳга бўлинади :

- 1) Кичик стадион юзаси 3,5 гектардан кам бўлмаган ер участкасида 1500 – 5000 кишилиқ томошабинлар учун трибунага эга бўлиши керак;
- 2) Ўртача стадион юзаси 5 гектардан 10 гектаргача ер участкасида 5000 – 10000 кишилиқ томошабинлар учун трибунага эга бўлиши керак;
- 3) Катта стадион 10 гектардан кам бўлмаган ер участкасида 10000 дан кўп томошабинлар учун трибунага эга бўлиши керак .

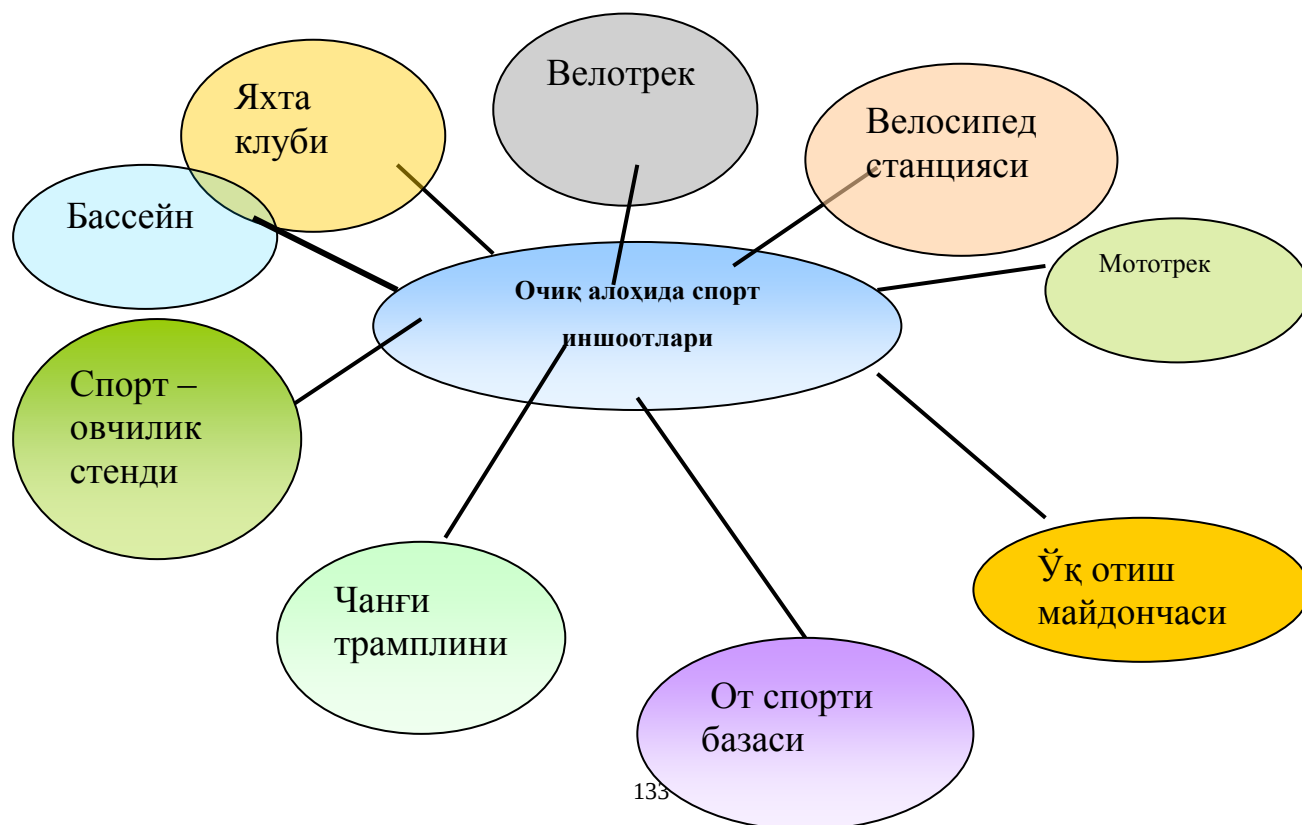
Спорт майдонча комплекси деб ўз таркибида томошабинлар учун ўриндиклари, шунингдек шуғулланувчилар учун ёрдамчи биноси (павильони) бўлган нормал ёки кичиклаштирилган спорт ядроли спорт иншоотлари комплексига айтилади. Спорт майдончалари қуйидаги гуруҳларга бўлинади:

- 1) Ер участкаси 2,25 гектар бўлган катта спорт майдонлари ;
- 2) Ер участкаси 1 гектардан кам бўлмаган ўрта спорт майдонлари;
- 3) Ер участкаси 1 гектардан кам бўлган кичик спорт майдонлари (футбол майдонисиз).

Эшкак станцияси ёки базиси – бу комплекс сооружений на естественном водоеме, обеспечивающий проведение занятий по гребле и хранение судов, имеющий на берегу павильон для обслуживания занимающихся.

Қишки стадион – тоғли жойда жойлашган ҳамда чанғида трамплин, тезкор тушиш ва слалом ва бошқалар бўйича машғулотлар ва мусобақалар ўтказилишини таъминлайдиган иншоотлар комплекси. Қишки стадион керакли махсус қурилмаларга, ускуна-жиҳозларга, қўшимча биноларга ва томошабинлар учун жойларга эга бўлиши керак.

Тақдимот № 7. Очиқ алоҳида спорт иншоотлари



Маъруза №4

Маъруза машғулотининг ўқитиш технологияси

4-Мавзу Ўйин майдончалари (баскетбол, волейбол, футбол, қўл тўпи, чим устида хоккей, теннис, бадминтон). Болалар ўйин майдончалари.

Машғулот
шакли
Режа

Маъруза

- | | |
|--|---------------|
| 1. Болалар ўйин майдончалари
2. Мактаб ўйин майдончалари.
бошланғич синф ўқувчилари ўйинлари учун майдонча ускуна-жиҳозлари.
майдонлари | 3.
4. ўйин |
|--|---------------|

Ўқув машғулоти мақсади: болалар учун ўйин майдончаларнинг тузилиши ва ускуна-жиҳозлари ҳамда волейбол, баскетбол, теннис, бадминтон учун майдонча, футбол ва қўл тўпи майдонлари асосий параметрлари ва ускуна-жиҳозлари тўғрисида тўлиқ тасаввур ҳосил қилиш.

Ўқитувчи вазифалари:

- болалар учун ўйин майдончаларининг турлари, тузилиши, жойлашиши ва ускуна-жиҳозлари билан таништириш
- волейбол, баскетбол, теннис, бадминтон майдончалари ҳамда футбол ва қўл тўпи майдонлари учун асосий параметрлар ва ускуна-жиҳозларни қисқача тавсифлаш

Ўқитиш воситалари:
Машғулотида ўқитиш шакли
Ўқитиш шарт-шароитлари

Ўқув фаолияти натижаси:

Талаба қуйидагиларни билиши керак:

- Болалар ўйин майдончаларининг турларини
- Шуғулланувчиларнинг ёшига қараб болалар ўйин майдончаларининг намунавий (тахминан) ускуна-жиҳозларини
- волейбол, баскетбол, теннис, бадминтон майдончалари ҳамда футбол ва қўл тўпи бўйича майдонлар учун асосий ўлчамлар ва ускуна-жиҳозларни

Ўқув қўлланмалари, слайдлар
Фронтал ишлаш
Ўқитишнинг техник воситаларидан фойдаланиб гуруҳ талабалари билан машғулоти ўтказиш учун мўлжалланган аудитория

Маъруза машғулотининг технологик харитаси

Босқич, вақт	Ўқитувчининг фаолияти	талабаларнинг
1-босқич. ўқув машғулотеига кириш (5 мин)	1.1. Мавзуни, мақсади ва режалаштирилган ўқув натижаларини эълон қилади. Ўйин майдончалари структураси, ўқув машғулотининг хусусиятлари билан таништилади.	Тинглайдилар, аниқлаштирадилар, саволлар берадилар
2-й босқич Билимларни мустаҳкамлаш (20 мин.)	Талабалар билимини мустаҳкамлаш мақсадида йўналтирувчи саволлар беради: 1. Болалар ўйин майдончалари қаерларда жойлаштирилади? 2. Мактаб ўйин майдончалари қандай жиҳозланади? 3. Ўйини майдонлари қандай жиҳозланади? Саволларга жавоб олиш учун талабаларни жуфт-жуфт бўлиб ишлашини ташкил этади. Тезкор сўров амалга оширади. 2.2. Экранга «Ўйин майдончалари» (илова 1, Слайд №1) схемани чиқаради, таништилади, схеманинг мазмунини изоҳлайди. Умумлаштиручи хулоса чиқаради (илова 2). 2.3. Экранга структуравий-мантикий схема (Слайд №2) чиқарилади. Фан бўйича мавзулар рўйхати таништирилади, уларни қисқача характерлайди. Фан бўйича рейтинг тизими, жорий, оралик ва якуний назорат кўрсаткичлари ва мезонлари билан таништилади. Асосий адабиётлар рўйхати ҳамда талабаларга қўйиладиган талаблар билан таништилади.	2.1. Саволларга жавоб беради. 2.2. Слайд мазмунини ўрганади. Фаннинг роли ва аҳамияти тўғрисида ўз фикр-мулоҳазаларини билдирадилар. 2.3. №2 слайд мазмунини ўрганадилар, рейтинг - назорат ва бошқа талабларни ёзиб оладилар.
3-й босқич Машғулот шакли – маъруза (45 мин.)	3.1. Маъруза материалларини режадаги саволлар кетма-кетлиги бўйича баён этади, визуал материаллардан (илова 3) фойдаланади ҳамда йўналтирувчи саволлар тизимини қўллайди: 1 – савол бўйича: спорт иншоотлари тизими нималардан ташкил топган? 2 – савол бўйича: Спорт иншоотлари қандай классификацияланади ? 3 – савол бўйича: Спорт иншоотларини тоифалаш тартиби нималардан иборат ? Диққат-эътиборни мавзунинг муҳим моментларига қаратади ва уларни ёзиб боришни таклиф этади.	3.1. Схема ва жадвалларни, визуал материалларнинг мазмунини муҳокама қиладилар, аниқлаштирадилар, саволлар берадилар. Асосий жойларини ёзиб борадилар.
4 босқич. Яқунловчи (10 мин.)	Қуйидаги саволни беради: «Спорт иншоотлари структурасини тавсифланг». Тезкор сўров ўтказди.. 4.2. Якуний хулоса чиқаради (илова 4). 4.2. Мустақил ишлаш учун топшириқ беради: «Спорт иншоотлари классификацияси» мавзусида кластер тузинг.	4.1. Саволларга жавоб беради. 4.2. Тинглайдилар, Ёзиб борадилар.

Маъруза_ 4. Спорт иншоотларини лойиҳалаш ва қуришда асосий ташкилий ҳолатлар. Ўйин майдонлари (баскетбол, волейбол, футбол, қўл тўпи, теннис, бадминтон)

Маъруза режаси:

1. Ногиронлар учун спорт иншоотлари ҳақида маълумотлар
2. Спорт майдонларининг технологик чизмаси
3. Ўйин майдонлари
 - А) Баскетбол
 - Б) Волейбол
 - В) Футбол
 - Г) Қўл тўпи
 - Д) Теннис
 - Е) Бадминтон
 - Ж) муз ва чим устида хоккей майдонлари.

Ногиронлар учун спорт иншоотлари ҳақида маълумотлар.

Авваллари жисмоний томондан камчилиги бўлган инсонларни жисмоний тарбия ва спорт машғулотларида шуғулланишларига етарлича эътибор берилмас эди.

Мустақиллик туфайли жамиятимизда илгари сурилаётган инсонпарварлик, “Ҳамма нарсa инсон ва унинг фаровон ҳаёти учун” шиори туфайли ногиронлар жамиятнинг кўпқиррали ҳаётига тўлақонли кириши ва унда фаолият кўрсатишига катта эътибор қаратилмоқда. Бу эса, ўз навбатида, жамиятнинг барча аъзолари учун, уларнинг жисмоний ҳолатлари ва қобилиятлари даражаси қандай бўлишидан қатъий назар, ҳаётий талаб ва эҳтиёжларни тўла амалга ошириш имкониятларини яратишни талаб қилади. Ушбу йўлда учрайдиган қийинчиликларнинг каттагина қисмифазовий муҳитни ташкил этишдан иборат бўлади.

Ногиронларнинг эҳтиёжларини архитектура (қурилиш)ни лойиҳалаштиришда инобатга олиш зарурати, биринчи марта, ВСН 62-91 “Ногиронлар ва аҳолининг камҳаракатчан гуруҳлари ҳаёт фаолияти муҳитини лойиҳалаштириш” норматив ҳужжатида тасдиқланган.

Жисмоний тарбия ва спорт машғулотлари, бир томондан, ҳаракатланиш фаоллигини оширади, бошқа томондан эса, жисмоний томондан камчилиги бўлган инсонларнинг ўзларини тадбиқ этишларининг муҳим омили ҳисобланади. Ушбу жараёнда айниқса, ўз кучига ва иродасига ишонишига, ўзини жамиятнинг тўлақонли аъзоси сифатида ҳис этишига ёрдам берадиган психологик реабилитация жуда муҳим.

Сихат саломат инсонлар ҳам, ногиронлар ҳам борадиган ҳар қандай спорт иншооти ёки биноси шундай лойиҳалаштирилиши керак-ки, ҳар бир инсон ва айниқса ногирон бу ерда ўз жисмоний камчилигини сезмаслиги ҳамда

эркин ҳаракатлана олиши ва ҳаракатланиш фаоллигига интила олиши, шуғуллана олиши керак. Буларни инобатга олган ҳолда ногиронлар учуниншоотлар ва биноларнинг архитектура - режалаштириш, конструктив ва техник талаблари ишлаб чиқилган. Жисмоний нуқсони хусусиятлари аломатлари бўйича жисмоний жихатдан камчилиги бўлган инсонлар тоифаларини аниқлашдан бошлаб ногиронларнинг эҳтиёжлари ва имкониятларини ўрганиш уларни лойиҳалаштиришнинг асоси сифатида олинган. Жумладан, ногиронларнинг куйидаги уч тоифаси энг аҳамиятли архитектура - техник тадбирлар амалга оширилишини талаб қилади:

- таянч-ҳаракатланиш аппарати шикастланган инсонлар;
- кўришида дефекти, тўлиқ ёки қисман кўзи ожиз, бўлган инсонлар;
- эшитиш дефекти бўлган, яъни кар, инсонлар.

Бошқа ногиронлар зикр этилган уч тоифа инсонлар учун барча зарур нарсалар кўзда тутилган иншоотлардан, шунингдек соғ-саломат инсонлар учун мўлжалланган иншоотларнинг кўпчилигидан фойдаланиши мумкин.

Лойиҳалаштириш ва қурилиш тажрибаси фақатгина ногиронлар учун мўлжалланган жисмоний тарбия-соғломлаштириш иншоотларининг намуналарини ва мисолларини келтириш имконини беради. Бироқ, улар, одатда, даволаш-реабилитацион характериға эға бўлади. Ушбу жараёндаги бош тенденция - ногиронлар ихтиёрий спорт ёки кўнгил очиш иншоотларидан сихат-саломат инсонлар билан тенг ҳолда фойдаланишлари учун шарт-шароитлар яратиш.

Ногирон ўзини жамиятнинг тўлақонли ва тенгҳуқуқли аъзоси сифатида ҳис этиши керак. Унинг психологик реабилитацияси жараёнида фақат эркин ҳаракатланиш ва ҳаракатланиш фаолияти турларини танлаш эмас, балки ногиронлар жамияти билангина чегараланиб қолмаслик имконияти жуда муҳим. Шу билан бирға, соғлом одамларнинг ногиронларға муносабати, бошқа одамларға нисбатан бўлгани каби, фақат улар билан бевосита ва доимий контакт жарёнида эришилиши мумкин. Инсоний муносабатлар қадриятлари тенденцияси шунчалик кучли-ки, эксплуатация жараёнида соғлом одамлардан ҳам фойдалана бошлайдилар, жисмоний камчиликка эға бўлган одамларға мўлжалланмаган бино ва иншоотлар эса қайта таъмирланади ва ногиронларға керакли махсус анжомлар билан тўлдирилади.

Спорт иншоотларини лойиҳалаштирадиган ва улардан фойдаланадиган мутахассислар ногиронлар ҳаракат қилишлари учун ва машғулотлар жараёнида қандай қийинчиликларға дуч келишларини яхши тасаввур қилишлари, улар олдида қандай қурилиш, техник ва технологик «барьер»лар туришини яхши билишлари керак. Бундай «барьер»лар вужудға келмаслиги ёки улар имкон қадар кам сонли бўлишлари учун куйидаги икки гуруҳ вазифаларни ҳал этиш керак:

- бинолар, иншоотлар ва алоҳида иморатлар қандай мақсадларга мўлжалланган бўлишидан қатъий назар, уларнинг умумқурилиш вазифалари бўйича ногиронлар имкониятлари даражасида барча хизматлардан (масалан, ҳожатхоналар ёки гардероблар ва бошқалардан) фойдалана олишлари керак;
- ҳар бир типдаги иншоотларнинг ўз функциясини бажариш хусусиятлари, машғулотлар ташкил этиш жойлари ихтисослашганлиги, ногиронлар билан ишлаш услубиёти билан боғлиқ бўлган махсус вазифалар.

Умумқурилиш талаблари ногиронлар машғулотларини ташкил этишнинг услубий ва спорт-технологик томонларидан келиб чиқади.

Спорт майдонларининг технологик чизмаси

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 ўйин майдонлари, асосан, тўғри тўртбурчак, очик ёки ёпиқ кўринишида бўлади. Ўқув машқларининг жараёни ва ҳар хил спорт турлари бўйича мусобақалар ўтказишга мўлжалланиб қурилган ҳамда жиҳозланган спорт иншоотлари билан танишиб чиқамиз.

Нарсанинг аниқ шакли ва ўлчамларини тўғри курсата олишга кодир текисликдаги тасвирга чизма дейилади. Ҳозирги вақтда чизма муҳандисининг уз гоёси ва фикрини ифодаловчи асосий ҳужжат ҳисобланади. Бу ҳужжат бўйича ишчи шу буюмни тайёрлаш имкониятига эга бўлади. Чизмаларни бажаришда Давлат стандарт (ГОСТ) ларига баён килинган қоидаларга қатъий риоя қилиш шарт. Стандартлар техник ҳужжат бўлиб, улар буюмнинг ўлчами шакли, материали ва бошқа сифатлари курсатилади. Чизма бажаришда қабул қилинган қоида ва меъёрларга амал қилиниши лозим. Чизма чизиш ва уларни тахт қилишда, иш урни яхши ёритилган бўлиб, ёруғлик иш урнида юқори ва чап томондан бироз олдинроқдан тушиши керак ва куз билан чизма орасидаги масофа 300-350мм бўлиши керак. Спорт иншоотлари фанидан спорт майдонларини чизмаси А4 бичимдаги қозғалдиричга чизилади. Унинг ўлчамлари 297x210 мм бўлади. Форматлар ва асосий ёзувлар қуйдагилардан иборат:

A0 841x1189

A1 594x 841

A2 420x594

A3 297x420

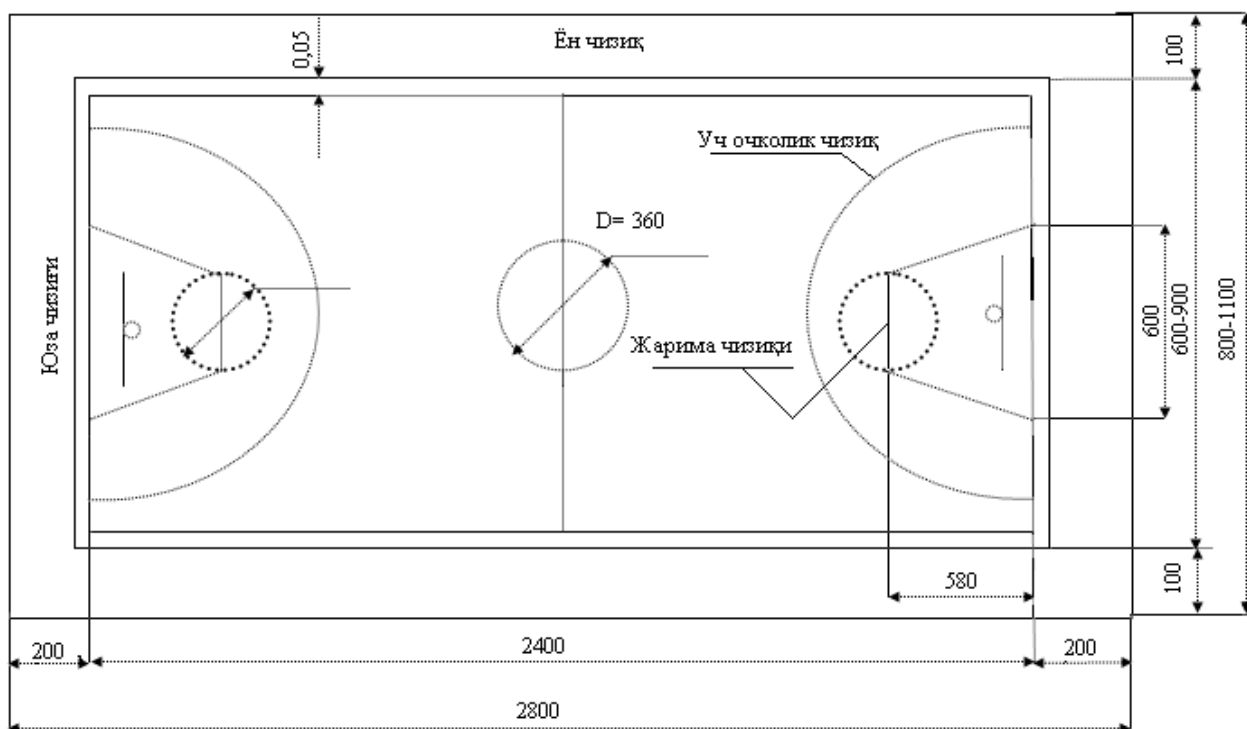
A4 210x297 .

Чизма хошияси (рамкаси)ни ва асосий ёзуви ГОСТ.2.104-68 га мувофиқ бурчак қолипи бўлиши лозим. Асосий ёзув чизма вараги хошиясининг пастки унги томонидаги бурчагида жойлаштирилади. Чизма альбом ёки китоб қилиб

тикиш мақсадида унинг чап томонидан хошия чизигини варак четидан 20 мм булган узокликда чизилади. Хошиянинг колган учта томонни коғоз четидан 5 ммга тенг булган масофа чизилади. 1.11 шакл чизма масштаблари; масштаб немисча суз булиб нисбатан деган маънони англатади. Яъни чизмани узини хакикий катталиги улчамларида чизиб булмайди, шунинг учун бундай ишни масштаб ёрдамида амалга оширилади. 1:1-хакикий улчам, 1:2- марта кичрайтирилгани, 2:1-2 марта катталаштирилгани.

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 чизиклардан ўлчанади ва узунасига тортилган ён чизик дейилади. Бошқа зоналар эса континентал ва миллий мусобақаларда қуйидагича: 4 м ён чизик ва 2 м юз чизик 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 текис ва яхши ёритилган ва ёриткичлар ўйинчиларга ҳалақит бермаслиги керак. Ўйинчиларга яхши кўриниши учун майдонни чегараловчи чизиклар қалинлиги 5 см бўлиши ҳамда майдон бир текисликда ётиши лозим. Майдонни чегараловчи чизик ташқарисида ундан 2 м узокликда яна бир чизик тортилиб, бу оралик хавфсизлик зонаси дейилади.

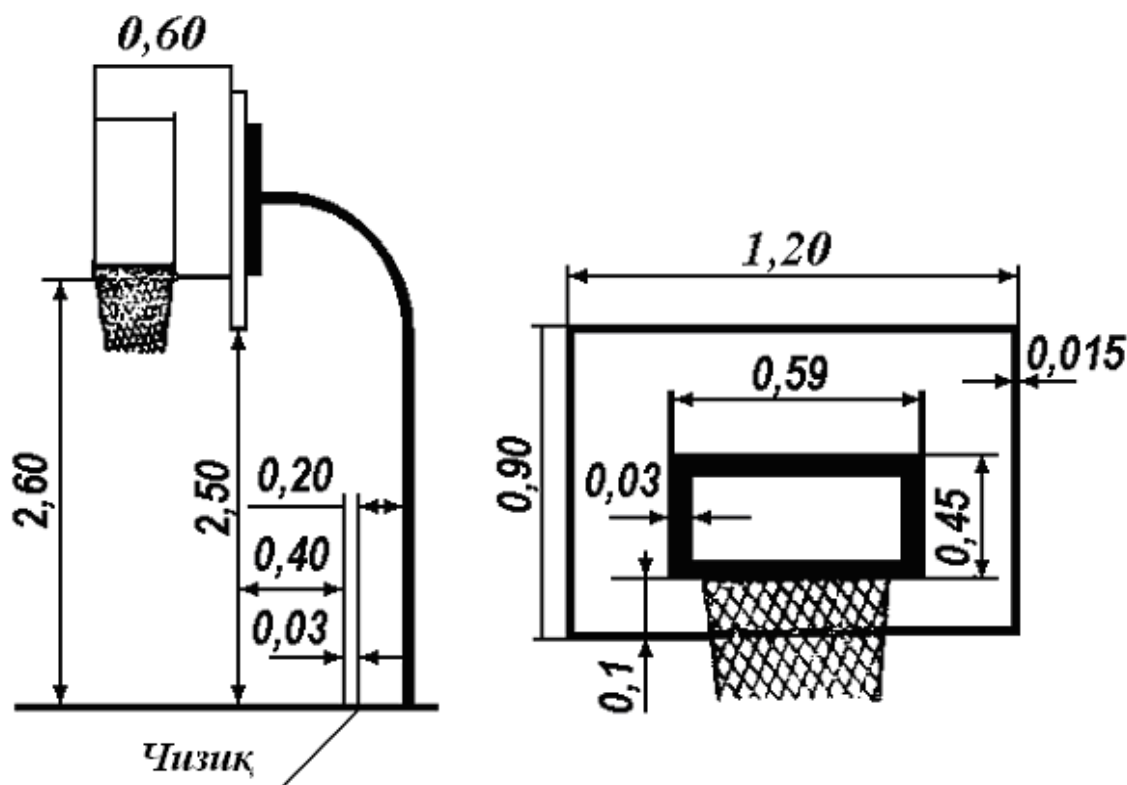


1-расм. Баскетбол майдони

Майдон ўртасидан марказий чизик ва айлана тортилган бўлиб, айлана радиуси 180 см га тенг. Айлана ўлчами ташқи чизигигача 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 ранглار, устун баландлиги – 3900-4100 мм, баскетбол устунлари ГОСТ 62-91-86 ва барча техника хавфсизлиги талабларига жавоб бериши керак.



2-расм. Баскетбол устуни ва шити.

Волейбол ўйин майдони

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, ёпикдагида

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 чизикка туташган ўрта чизик ўтади.



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

Волейбол майдони қўидаги жиҳозлар билан тами­нланади.

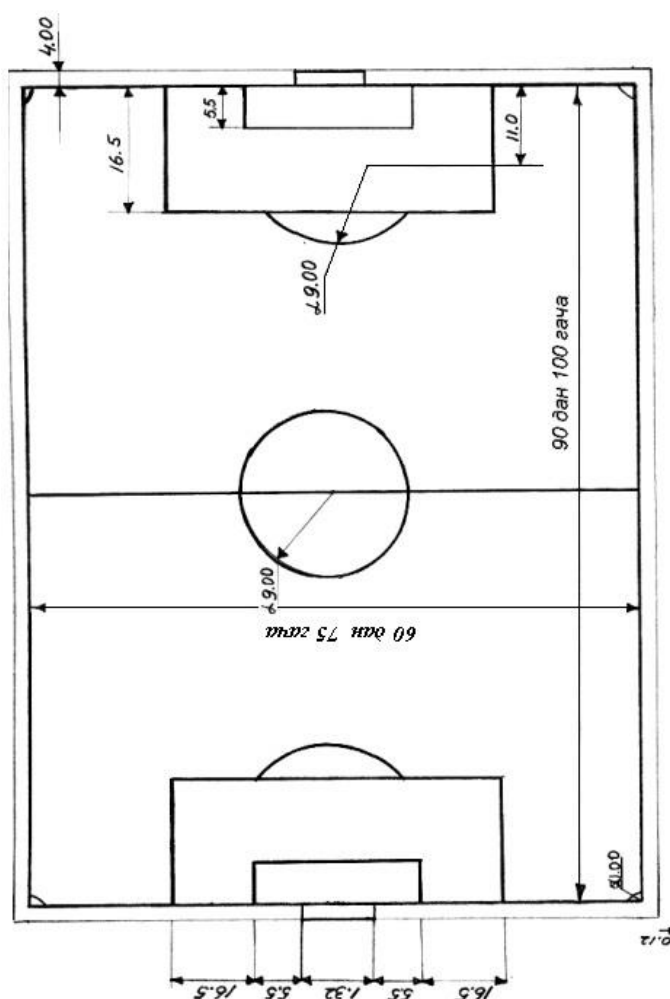
Тўр. Ўрта чизик устида майдонга кўндаланг тортилади, узунлиги 9,5 метр, эни 1 метр катакчаларининг ўлчами 10x10 см бўлади. Баландлиги ўйинчиларнинг жинси ва ёшига қараб, яъни: эркак гуруҳи учун – 2,43 см; аёллар гуруҳи учун – 2,24 см бўлади. Тўр каноп ёки ипак ипидан тўқилган ва йўғонлиги 5 мм бўлади.

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

Футбол майдони

Майдон ўлчами. Ўйин ўтказиладиган майдон тўғри тўртбурчак шаклида бўлиб, узунлиги 90 м дан 120 м гача ва эни 45 м дан 90 м гача бўлиши кўзда тутилган. Халқаро мусобақаларида ўйин ўтказиладиган майдон узунлиги 100 м дан 110 м гача ва эни 64 м дан 75 м гача бўлиши керак. Майдон узунлиги ҳар доим унинг энидан катта бўлиши тавсия этилади. Майдонни чегараловчи чизиклар кенглиги 12 см дан ортиқ бўлмаслиги, аниқ кўриниб туриши ва майдон билан бир текисликда ётиши шарт (4-расм).

Майдоннинг узунасига чизилган чизиклар – ён чизиклар, майдоннинг кўндалангига чизилган чизиклар эса дарвоза чизиклари дейилади. Майдон ўртасидан унинг энига тортилган чизиклар ўрта чизик бўлиб, ундан майдон маркази белигиланади. Майдон маркази белгисидан радиуси 9 м ли айлана чизилади. Чизиклар ўлчами майдон ўлчамига киради.



4-расм. Футбол майдони.

Дарвозабон майдони. Дарвоза устунлар ичидан дарвоза чизиги буйлаб унинг икки ён тарафига 16,5 м узокликда нуқта белгиланиб, дарвоза чизигига перпендикуляр қилиб майдонга 16,5 м ли чизик тортилиб, иккаласи туташтирилади. Ҳосил бўлган майдон жарима майдони дейилади.

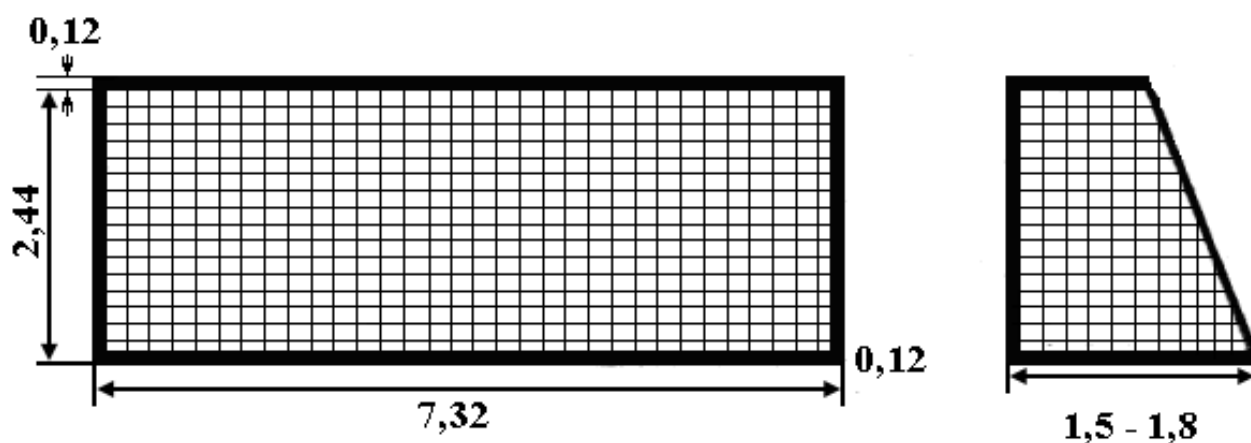
Дарвоза чизиғидан 2 м узоқликда дарвоза қаршисида пеналти тўп тегиш жойи белгиланиб шу ердан 9 м ли радиусда жарима майдони чизиғи устига ярим айлана чизилади. Майдоннинг ҳар 4 та бурчаги ичидан радиуси 1 м бўлган ён чизиқлари чизилади. Бу бурчак секторлари дейилади.

Дарвоза чизиғи ўртасида дарвоза ўрнатилиб, узунлиги 7,32 см баландлиги 2,44 см бўлади. Тусин ва устунлари тўғри тўртбурчак шаклида, уларнинг кесишмаси 12х12 см ни ташкил қилади.

Майдон усти текис, чимли қоплама билан қопланган кўринишга эга бўлиши керак.

Футбол майдонидан сувни оқиб чиқиб кетиши учун марказий қисмдан чегара чизиг томон қияликлар қилинади.

Футбол майдони қурилишини қуйидагича олиб борилади: чуқурлиги 30-40 см хандак ковланади. Хандак туби шағал тош билан тўлдирилади ва захоб сувлар ариқчаларидан ташкил топган тармоғи ётқизилади.



5-расм. Футбол майдони дарвозаси

Захоб сувлар тушадиган ариқчалар тубидан чуқурлиги 25-30 см хандаклар қилинади. Улар бир-биридан 17-18 м ораликда қувурдан айланиб чиқиб кетадиган қилиб ўрнатилади.

Майдон қатлами атмосфера сувларини табиий шимиб олса бундай жойларда захоб сув қувурлари тармоғи қурилмайди.

Агарда сув шимимайдиган ер бўлса, унинг асосига қалинлиги 6-8 см йирик дарё қумли қатлам қопланади ва унинг устига қалинлиги 10-15 см ли тупроқли қатлам ётқизилади. Иккала қатламни енгил ғалтак мола билан шиббаланади.

Футбол майдонининг чимли қопламаси

Футбол майдонининг чимли қопламасигача унумдор тупроқ қатламининг қалинлиги 15-20 см бўлиши керак.

Уруғ сепишга қадар унумдор тупроқ солиниб ва текислангандан сўнг ўт уруғи сепилгунга қадар майдонни камида 15 кун давомида тупроқли ер бир текис секин-секин чўкиши ва якуний текисланиш ишларини амалга ошириш учун тўхтатиб турилади.

Футбол майдонига ўт уруғини экиш учун танлашда, жойнинг табиий шароитини ҳисобга олиш керак (иклим, тупроқ). Яхшиси бу масала бўйича маҳаллий тажрибали агрономдан маслаҳат олиш керак.

Аралаш ўт уруғини майдоннинг 1 м² га 20 г уруғ сепилиш ҳисобини олган ҳолда олиб борилади.

Уруғ экишдан аввал, майдон усти хасткаш билан текисланади ва оғирлиги 200 кг келадиган ғалтак молада шиббаланади.

Авалло пусти қаттиқ уруғларни майдоннинг бўй ва энига сепилади. Уруғ экилган майдон хасткаш билан текисланади ва яна худди уша ғалтак мола юрғизилади.

Уруғ сепишдан аввал ўсимлик тезроқ ўсиши учун тез таъсир этувчи ўғитлар солинади (сульфат аммиак, супер фосфат). Бутун майдоннинг юзасига 400-450 кг ўғит солиш талаб қилинади.

Лекин, ўғитнинг нави қанча ва қанча миқдорда солиш керак каби саволларга жавоб олиш учун маҳаллий агроном билан маслаҳатлашиш мақсадга мувофиқдир.

Майдонга экилган уруғ униб чиққунга қадар тупроқ намлигини сақлаб туриш лозим. Суғориш тадбирлари сувни пуркаш орқали амалга оширилади.

Майдонда ёш чимли қоплама қалинлиги камида 5 см бўлгандагина ўйнаш мумкин. Ёмғирли кунларда ёш чимли қопламада ўйнаш мумкин эмас. Футбол майдонига экиладиган ўт уруғлари аралашмасининг таркибини 1-жадвалда кўриш мумкин.

1-жадвал

№	Уруғлар номи	Фоизда				Аралашмалар			
1.	Қўноқ ўт	-	15	-	15	20	20	10	10
2.	Қизил бошоқли ўсимлик	-	25	40	50	50	25	-	20
3.	Бошоқли ўт	70	10	50	15	15	20	20	-
4.	Яйлов рейгриси	30	40	-	10	10	15	15	20
5.	Оқ беда	-	10	10	10	5	-	15	10
6.	Оқ дала кучкорок	-	-	-	-	-	10	15	10
7.	Тулки куйруқ ўти	-	-	-	-	-	10	-	-
8.	Бошоқли ўтлар								
9.	Қилтиқсиз ялтирбош	-	-	-	-	-	-	15	15

	Жами	100	100	100	100	100	100	100	100
--	------	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----

Кўл тўпи майдони

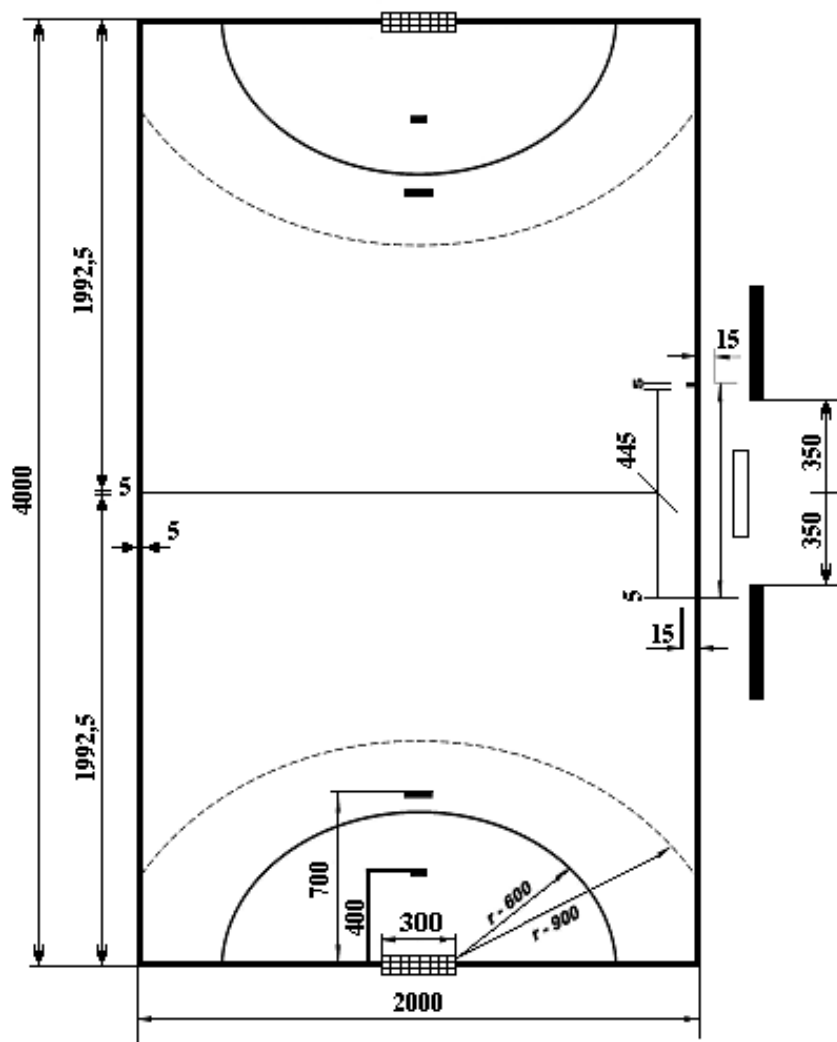
Майдон ўлчами. Кўл тўпи майдони тўғри турбурчак шаклида бўлиб, узунлиги 38 м дан 44 м гача ва эни 18 м дан 22 м гача бўлади. Оптимал ўлчами 40x20 м. Майдонни чегараловчи чизиклар 5 м кенгликда бўлиб, майдон билан бир текисликда ётади.

Узунасига тортилган чизиклар – ён чизиклар, кўндалангига тортилган чизиклар, юз чизиклар дейилади.

Дарвоза юз чизик ўртасига маҳкам қилиб ўрнатилиб, эни 3 м, баландлиги 2 м (ички тарафдан ўлчанганда) бўлади. Усти ва тўсиқлар ёғочдан тўғри тўртбурчак шаклида ишланиб, кесмаси 8x8 см бўлади.

Дарвозабон майдонини белгилаш учун юз чизикқа параллел равишда 6 м узоқликда 3 м ли узунликда чизик чизилиб, дарвоза иккала устунининг ички бурчагидан 6 м радиусли ярим айлана 3 м ли чизикқа туташтирилади.

Шу майдон дарвозабон майдони дейилади. Дарвозабон майдони ташқарисида ундан 3 м узоқликда шу майдон ташқарисида ундан 3 м узоқликда шу майдон чизиғига параллел ҳолда яна бир узук чизик чизилади. Бу эркин тўп отиш зонаси дейилади.

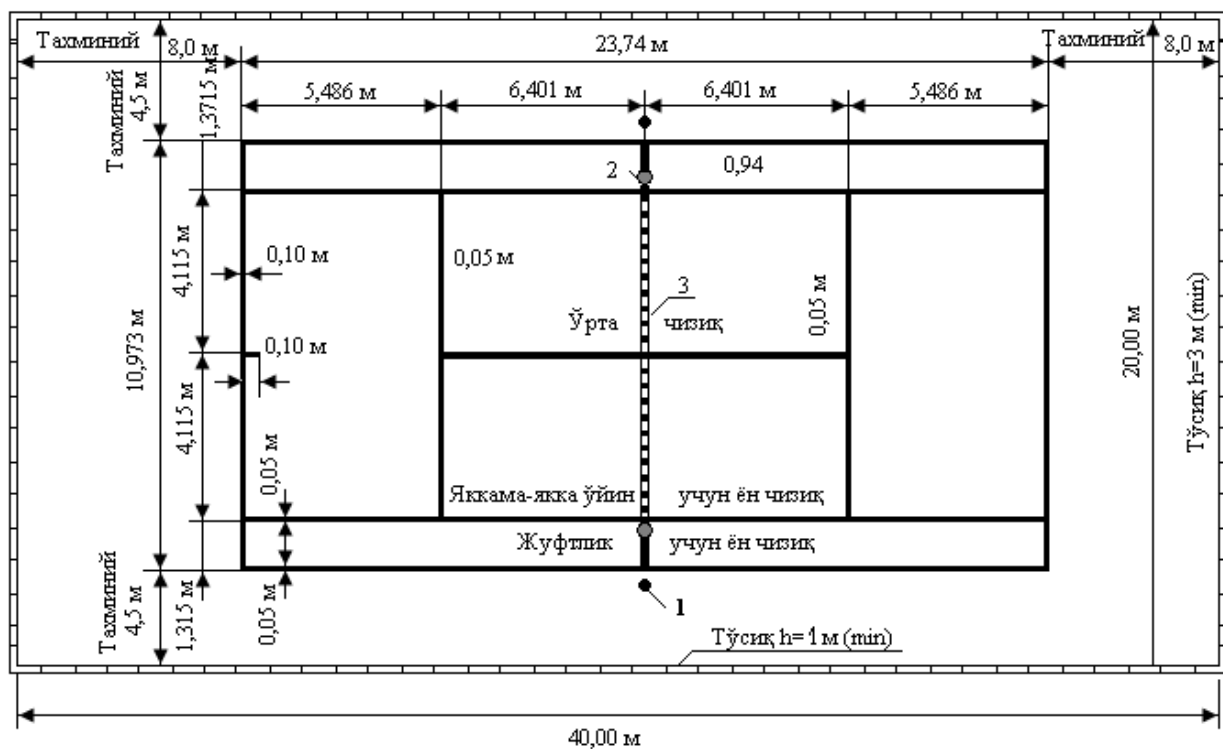


Теннис майдони

Тўп узатиш ва ўйин майдони 23,77x10,97 м майдондан иборат. Ўйин майдони яқинида ҳакам учун 1,83-2,15 м баландликда ўриндик (айвонча) ўрнатилди. Ўриндик мустаҳкам, енгил кўчириладиган, горизонтал, тирсак қўядиган ёндори ва ҳакам қоғоз қўйиб ёзиб бориши учун кўндаланг очилувчи планкадан ташкил топган.

Теннис майдони жиҳозига қуйидагилар киради:

- а) икки устун орасига тортиладиган тўр;
б) тўп баландлигини ростлаш учун махсус асбоб;
в) майдоннинг ён томонига баландлиги камида 3 м бўлган тўр тортилади (тўсиқ сифатида).



Теннис майдони устки қисмини қоплаш учун махсус аралашма қуйидагича таркибда бўлади:

1. Майдаланган кукунга ўхшаш тупроқ ----- 15-25%
2. Қум ----- 40-45%
3. Эланган қурилиш чиқити ----- 35-40%

Бадминтон майдони

Бадминтон майдончаси текисликда жойлашган спорт иншоотларига кириб, унинг устига махсус қоплама, махсус жиҳозлар ва ўлчамлари туширилади. Майдоннинг ўлчамлари 13,4x6,1 м.

Бадминтон майдонида марказдан икки металл устунга қотирилган тўр тортилиши лозим. Тўрнинг ўлчамлари: 6,1x0,75 м бўлиб, тўрнинг юқори чегараси 1,55 м баландликда ўрнатилади.

Муз устида хоккей уйин майдони.

Муз устида хоккей - бу жамоавий уйин бўлиб, унинг мақсади шайбани чавган ёрдамида рақиб дарвозанинг тўрига тушириш ва шу билан бирга ўз дарвозасини голдан ҳимоя қилиш.

Муз устида хоккей ўйини маълум ўлчамдаги ёйсимон бурчакли бортлар билан тўсилган ҳамда хоккей майдончаси деб аталадиган муз сиртида (текислигида) ўтказилади. Ушбу майдоннинг ўлчамлари 61x30 м.ни ташкил этади. Ёйсимон бурчакнинг эгрилик радиуси – 8,5 метр.

Хоккей майдончаси муз текислигидан баландлиги 122 см.дан катта ва 115 см.дан кичик бўлмаган ёғоч ёки пластие бортлар билан ажратилган бўлади. Музнинг ўйин текислиги, белгиоаш чизикларидан ташқари, оқ рангли бўлиши керак. Муз майдонига қараган бортлар текислиги ўйинчиларга бирон чароҳат етказиши мумкин бўлган буюмлардан холи бўлиши керак. Борелар оқ рангга (уларда рекламани жойлаштириш имконияти мавжуд) бўялаган бўлади. Бортнинг муз текислигига чегарадош қисмларида буткул параметри бўйича 15-20 см., баландликда ва 2,5-3 см., кенгликда пластикдан қалинлаштирилади ва шунингдек оқ рангга бўялади.

Хоккей ўйин майдончаси текислигига кириш имкониятини берадиган эшиklar майдончага нисбатан ташқи томонга очилиши керак. Ҳимоя қурилмалари ва мосламалари бортларга майдончанинг ташқи томонидан маҳкамланади. Ҳар бир олдинги бортдан 4 метр масофада ва орқа орқа бортга параллел ҳолда муз текислигида буткул майдончага кўндаланг кенглигим 5 см., бўлган қизил чизик ўтказилади. Бу чизиклар дарвоза чизиклари деб айтилади.

Майдончанинг дарвоза чизиклари оралиғида жойлашган муз текислиги ўзаро тенг учта соҳага бўлинади. Белилашлар 30 см., қалинликдаги кўк чизиклар билан амалга оширилади. Чизиклар дарвоза чизикларига параллел ўтказилади ва ҳар бир ҳимоя борти бўйича вертакал давом эттирилади. Майдончанинг ҳимояланаётган жамоа дарвозаси ўрнатилган қисми ҳимоя соҳаси деб айтилади. Майдончанинг 2та кўк чизиклар орасида жойлашган марказий қисм ўрта соҳа деб айтилади. Майдончанинг ҳимояланаётган жамоа дарвозасидан энг узоқ қисми ҳужум соҳаси деб айтилади. Дарвоза чиқизлари орасидаги масофани ўртасида ва уларга параллел 30 см., кенгликдаги қизил чизик ўтказилади ва майдончанинг иккала бортида ҳам юқorigа кертикал

ҳолда давом эттирилади, бу чизиклар ўрта чизик деб айтилади. Дарвозалар олдида қизил чизик билан дарвоза мадони белгиланади. Чизикнинг енглиги 5 см.ни ташкил этади. Дарвоза майдони ўлчамлари 253 x 122 см., бўлган тўғри тўртбурчакдан иборат. Ушбу майдон иккита параллел чизик билан кесишишидан ҳосил бўлади. Ён чизиклар дарвоза тзсиқларининг ташқи томонидан 30 см., узоқда ўтказилади. Чизикнинг кенглиги дарвоза майдончаси ўлчамларига киради.

Майдончанинг марказида майдонча текислигида диаметри 30 см., бўлган ва марказий нуқта деб айтиладиган кўк нуқта белгиланади. Ушбу нуктанинг марказидан радиуси 4,5 метр бўлган ва марказий айланани ташкил этадиган кўк рангли айлана ўтказилади. Чизикнинг кенглиги - 5 см. Ўрта соҳада ҳар бир кўк чизикдан 1,5 метр узоқликда ва ён бортлардан 8 метр ёки дарвозалар марказларини туташтирадиган шартли ўқ чизикдан 7 метр узоқликда муз текислигида шайбани ташлаш нуқталари деб аталадиган ҳамда диаметри 60 см., бўлган иккита қизил нуқталар белгиланади.

Ҳимоя соҳасида ва хужум соҳасида дарвозанинг иккила томонидан дарвозалар марказларини туташтирадиган шартли ўқ чизикдан 7 метр узоқликда ва дарвоза чизигидан 7 метр узоқликдан муз текислигида диаметрик 60 см., бўлган ҳамда сўнгги шайба танлаш нуқталари деб аталадиган тўртта қизил нуқталар белгиланади. Ушбу нуқталар марказларидан радиуси 4,5 метр бўлган қизил рангдаги айлана ўтказилади. Чизикнинг кенглиги 5 см., бўлади. Дарвоза чизигидан 6 метр масофада ва ушбу чизикларга параллел ҳолда ҳар бир айлананинг ташқи томонидан кенглиги 5 см., ва узунлиги 60 см., бўлган қизил чизиклар ўтказилади. Сўнгги шайба ташлаш нуқталари марказидан 1 метр масофада муз текислигида қалинлиги 7,5 см., бўлган Т – симон чизик чизилади. Чизикнинг юқори қисми дарвоза чизигига параллел бўлиши керак. Т – симон чизикнинг ўртасидан муз текислигида узунлиги 1 метр бўлган юқори қисмига перпендикуляр қизил чизик ўтказилади. Ҳар бир сўнгги шайба танлаш нуқтасидан ён бортларга параллел ҳолда узунлиги 15см., ва кенглиги 5 см., бўлган ҳамда қарама қарўи томонларга йўналтирилган иккита қизил чизиклар ўтказилади. Ушбу чизикларга ҳакам томонидан шайба ўйинга ташланганда ўйинчилар ўз чаргарларининг иллагини (шайбани ўз жамоаси томонига олиш мақсадида) қўйиб турадилар. Ҳакамлар бригадаси (бригада – маълум бир вазифани бажариш мақсадида бирлашган бир гуруҳ ходилар) жойлашадиган жойнинг яқинида муз текислигида қизил чизикнинг ўртасидан радиуси 3 метр ва кенглиги 5 см., бўлган қизил рангли ярим айлана ўтказилади. Ушбу ярим айлана ҳакамлар соҳасини ташкил этади.

Дарвозалар дарвоза чизиклари устида ва ён бортлар орасида ўрнатилади. Дарвоза тўсинларининг ташқи диаметр 5 см.ни, дарвозанинг баландлиги эса муз текислигидан 122 см.ни ташкил этади. Тўсинларнинг ички томонлари орасида бир биридан 183 см. масофада ўрнатилади.

Ўйинчилар учун ўриндиклар 14 нафар ўйинчига ва жамоанинг 6 нафар расмий вакилларига мўлжалланган бўлиши керак. Жарима жазосини олган

ўйинчилар учун ўриндиқлар 8 нафардан ортиқ бўлмаган жаримачиларга мўжалланган бўлиши керак.

Чим устида хоккей ўйини учун майдон.

Чим устида хоккей - анча эски ва қизиқарли ўйинлардан биридир. Бу ўйинда ҳар бирининг таркибида 11 ўйинчи бўлган икки жамоа иштирок этади. Чим устида хоккей ўйини учун майдонча 92 x 52 метрли ўлчамли тўғри тортбурчакдан иборат. Белгилаш оқ чизиклар билан амалга оширилади. Чизикларнинг кенглиги 8 см. Майдонда каноплар билан белгилаш, унга оҳак ёки қипиқлар сочиш рухсат этилмайди.

Чизикларнинг кенглиги майдон ўлчамлартга киради. Майдон марказий чизик билан тенг иккига бўлинади. Дарвоза чизигидан 23 метр масофада пунктир билан ўрта (23 метрли) чизик беогиланади. Дарвоза марказидан 7 метр масофада диаметри 8 см., бўлган жарима зарбаси бажарилиши учун оқ белги қўйилади.

Дарвоза олдида 15 м масофада дарвоза чизигига параллел ва узунлиги 3,66 м бўлган чизик ўтказилади. Бу чизик дарвоза чизиги билан кесишгунча марказлари дарвоза тўсинларининг ташки томонида ҳисобланган айлана ёйлари сифатида ҳар икки томонга давом этади. Ушбу чизиклар ва дарвоза чизиги чегаралари ташкил этадиган майдонча зарба соҳаси деб айтилади. Майдоннинг бурчакларида марказий ва 23 м.ли чизикларни белгилаш учун 120 см баландликдаги байроқчалар ўрнатилади. Бу байроқчалар майдон ташқарисида ён чизикдан 1 м масофада ўрнатилади. Дарвоза чизиги ўртасидан 1,83 м масофада қарама - қарши томонга 1,83 м узокликда дарвозани ўрнатиш учун иккита белги қўйилади. Ҳар бир устуннинг ташки томонидан дарвоза чизигида тўртта белги (дарвоза чизигига тўғри бурчак остида ўтказилган қисқа чизиклар): иккитаси 4,5 м масофада ва яна иккитаси 9 м масофада қилинади.

Ўйин учун майдон текис, яхши чим билан қопланган бўлиши керак, шунингдек, ўйин сирти текис бўлган тупроқли майдонларда ҳам ўтказилиши мумкин. Майдоннинг атрофида 3 метрдан кам бўлмаган ўлчамдаги ҳавфсизлик соҳаси бўлиши керак.

Чим устида хоккей учун майдоннинг ускуна ва жиҳозларига дарвозалар киради. Дарвоза иккита вертикал устунлар, горизонтал тўсин (олдинги ром) ва тўсин ва устунларни бирлаштириб турадиган орқа ромдан ташкил топган.

Штанганинг ва устуннинг орқа томонлари кенглиги 5 см, уларнинг ён томонлари кенглиги эса – 8 метр бўлиши керак. Дарвоза устунлари орасидаги масофа 3,66 метрни, устунлар баландлиги – 2,14 метрни, дарвозанинг пастки кенглиги – 1,2 метрни, юқори кенглиги эса – 0,91 метрни ташкил этадиарсар. Дарвозанинг орқа роми коптокни ўтказиб юбормайдиган тўр (иеталл тўр бўлгани мақсадга мувофиқ) билан тортилади. Тўр штангаларга, устунга ва орқа ромга мустаҳкам маҳкамланган бўлиши керак. Маҳкамланиш оралиғи 15

сидан катта бўлмаслиги керак. Дарвоза ўзининг буткул пераметри бўйлаб баландлиги 0,45 метр бўлган қуйи тахтачага эга бўлади. Дарвоза роми металлдан тайёрланган бўлиши мумкин, бироқ вертикал устунлари ва тўсин оқ рангга бўялган ёғочдан бўлиши керак.

Чим устида хоккей учун майдоннинг қабул қилиш қобиляти – 22 киши.

Назорат саволлари

1. Болалар майдончаларида ўрнатиладиган ускуна ва жиҳозларни болаларнинг ёшига ва майдончаларни жойлашишига қараб тахминан тавсифланг.

2. Волейбол (баскетбол) майдончаларининг асосий параметрларини тавсифланг.

3. Теннис (бадминтон) майдончаларининг ускуна-жиҳозларини тавсифланг.

4. Футбол (қўл тўпи) майдонларининг асосий параметрларини тавсифланг.

5. Чим устида хоккей ўйини майдоннинг асосий ўлчамларини ва жиҳозларини тавсифланг.

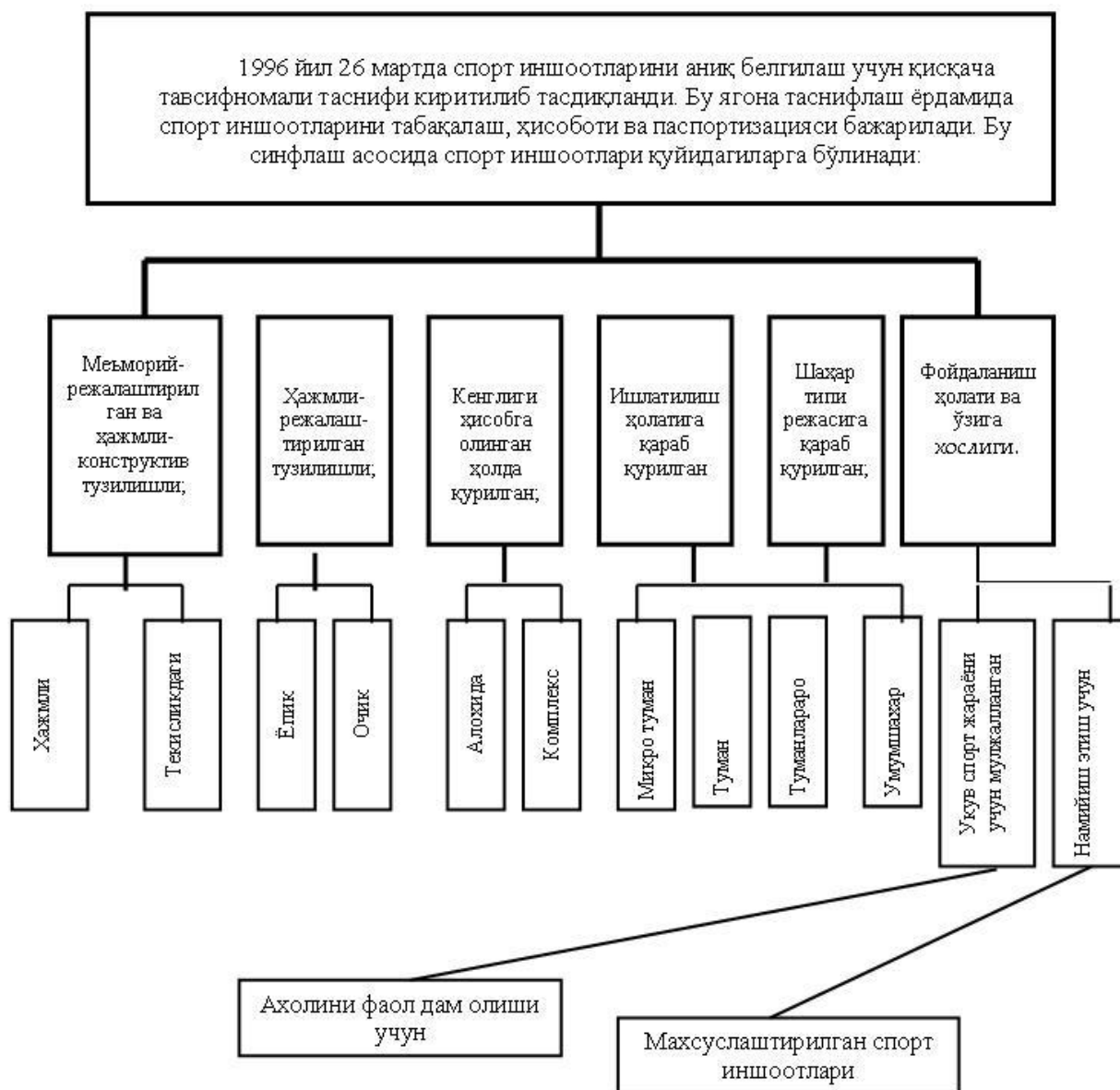
6. Бошланғич синф ўқувчилари учун майдончаларнинг ускуна-жиҳозларига нималар киради?

Адабиётлар

1. Гагин Ю.А. Спортивные сооружения. М., 1976.
2. Каталог спортивного инвентаря и оборудования для оснащения детских спортивных сооружений. Т., Узбекистан, 2006.
3. Легкая атлетика и правила соревнования, М., ФиС, 1984.
4. Мирзақулов Ш.А., Азизов Н., Нуршин Ж.М. Миллий кураш мусобақаларини ўтказиш қоидалари. Т., 1993.
5. Николеенко А.В. Спортивные сооружения. Справочник для факультета физкультуры пединститута. М., Просвещение, 1976.
6. Паликарпов А. Спортивные сооружения. М., ФиС, 1972.
7. М.С.Ходжаев, А.А.Толаметов, А.М.Нурмухамедов, Ж.Х.Умаров. Спорт иншоотлари. / Ўқув қуланма. Тошкент. 2007 й. 96 б.

Маъруза учун тақдимотлар

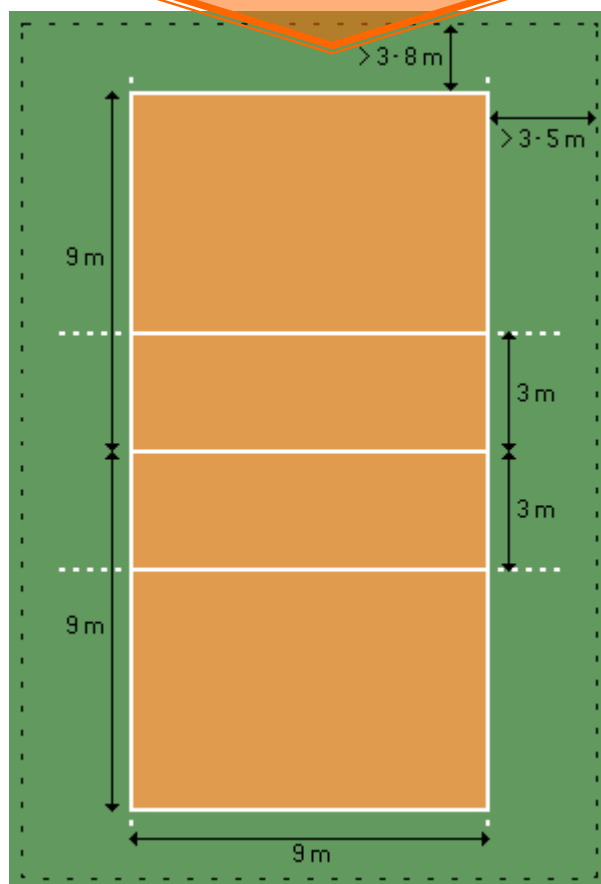
Тақдимот № 1 Спорт иншоотлари таснифи ва тоифаланиши



Тақдимот № 2

Энди мактабда жисмоний тарбия
машғулоти учун спорт
майдончаларини ва уларнинг
жиҳозларини қараб чиқамиз.

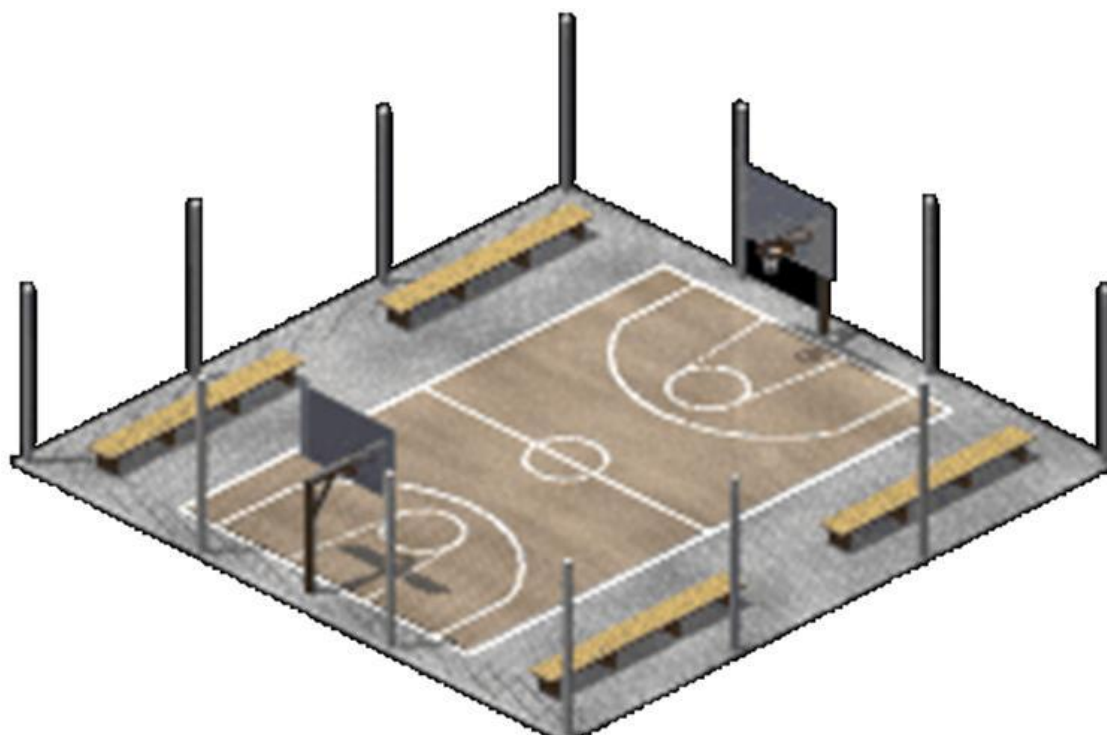
Волейбол майдончаси яхши текисланган ер участкасидан иборат бўлади. Бу участкада 18х9 м ўлчамдаги, участка ўлчамлари кичик бўлганда 15х7.5 м.ли, ўйин майдончаси бўр ёки оқ бўёқ билан белгиланади. Майдончанинг тўлиқ периметри бўйлаб 3 м ўлчамдаги йўлка бўлиши ҳамда ушбу йўлкада халақит берувчи буюмлар, ўриндиқлар ва шу сингарилар бўлмаслиги керак.

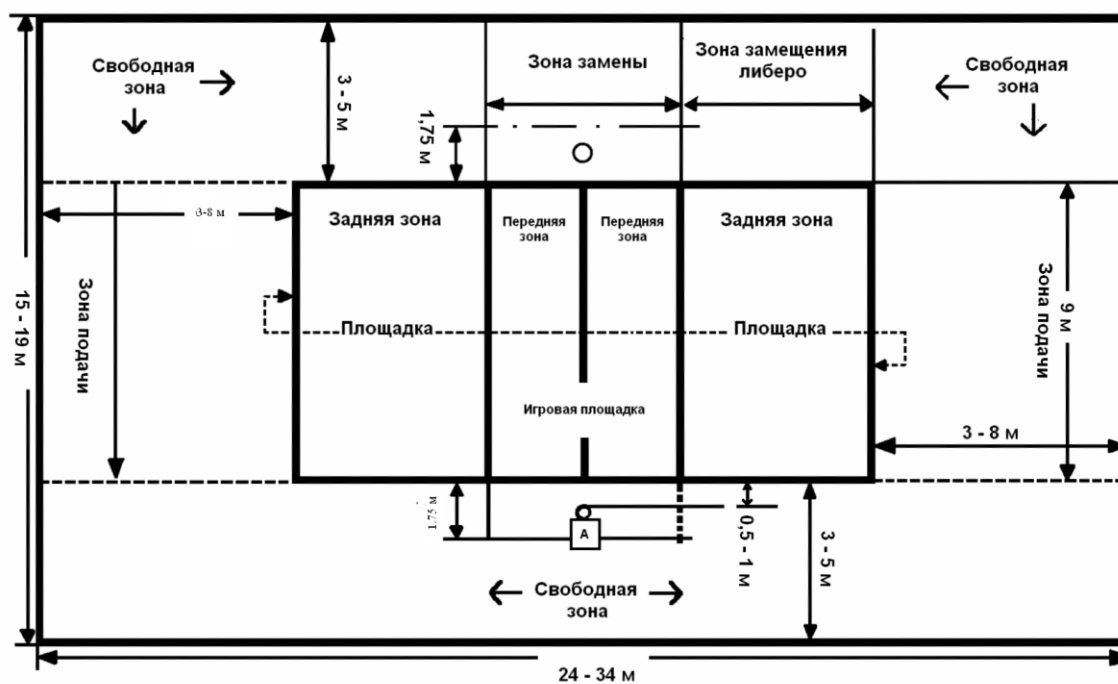
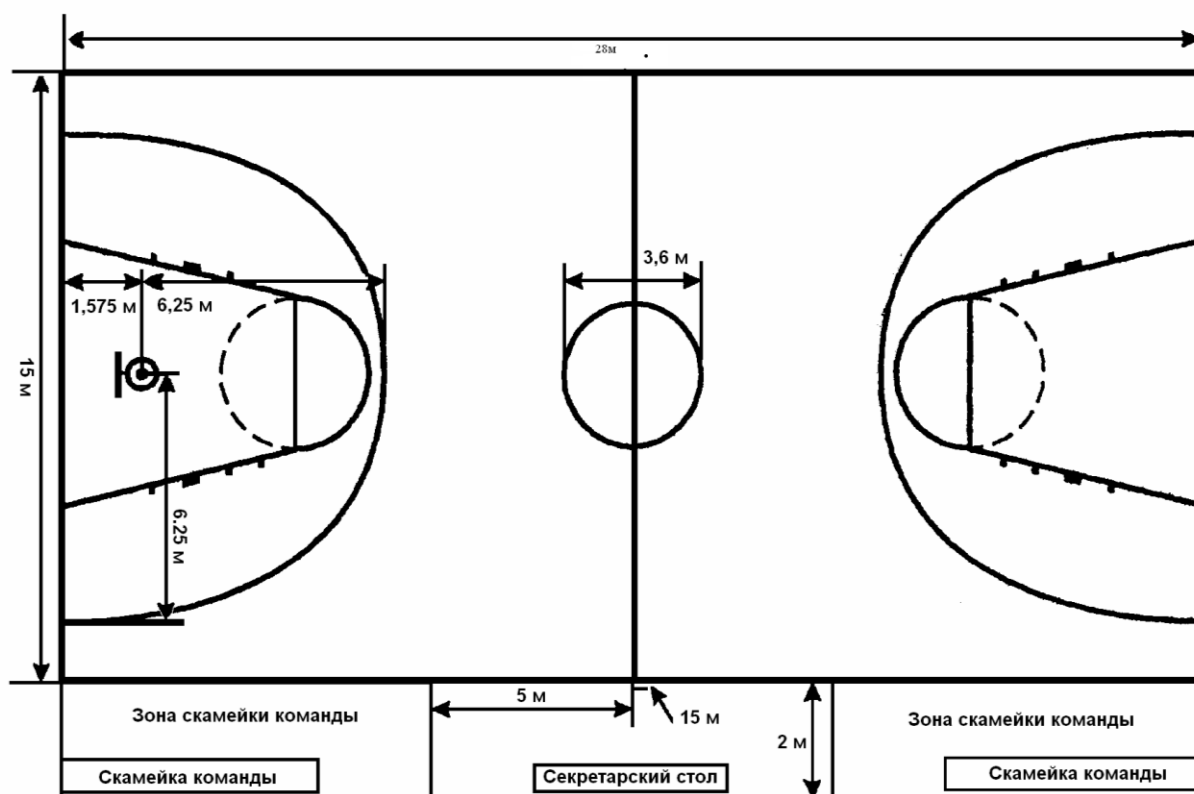


Волейбол майдончаси.

Тақдимот 3. Баскетбол майдончаси.

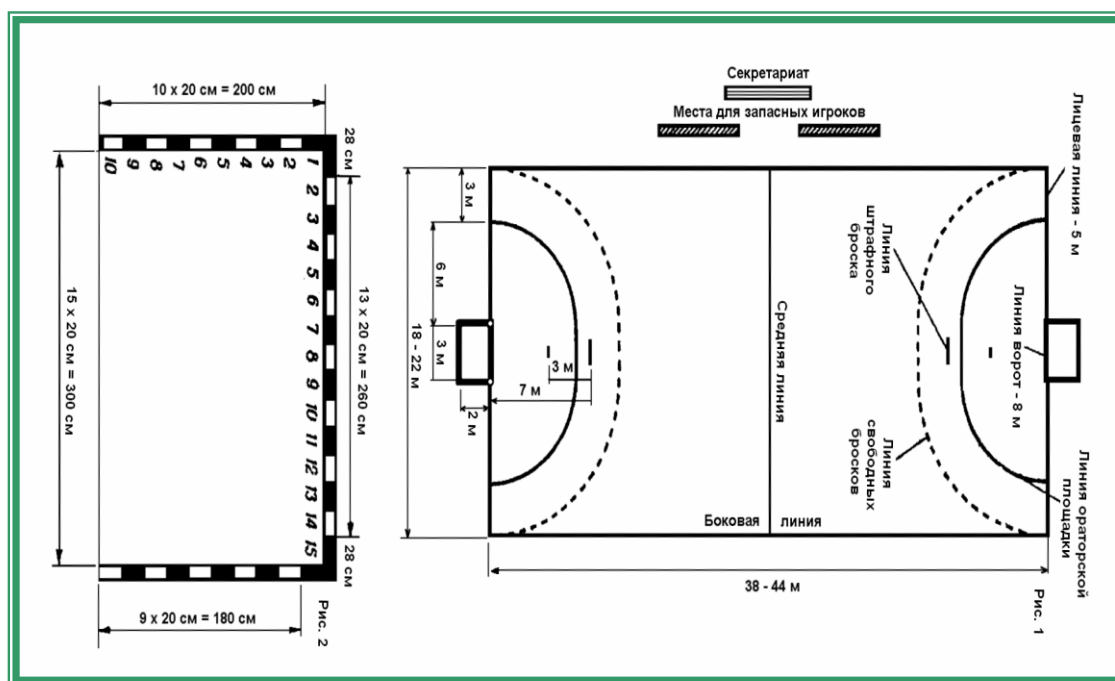
Баскетбол майдончасининг ўлчамлари 28×15 м.ни, участка кичик бўлганда эса, 18×12 м.ни ташкил этиши керак. Майдонча периметри бўйлаб хавфсизлик соҳасининг кенглиги 1 м.дан кам бўлмаслиги керак. Ўйин майдончаси яхши кўринадиган чизиклар билан белгиланиши ҳамда ихтиёрий нуктада томошабинлар ёки ҳар қандай тўсиқлардан 2 м. масофада жойлашиши керак. Ҳамма чизиклар бир хил (оқ ранг бўлиши мақсадга мувофиқ) рангда ҳамда кенглиги 5 см. ва яққол кўринадиган бўлиши керак.





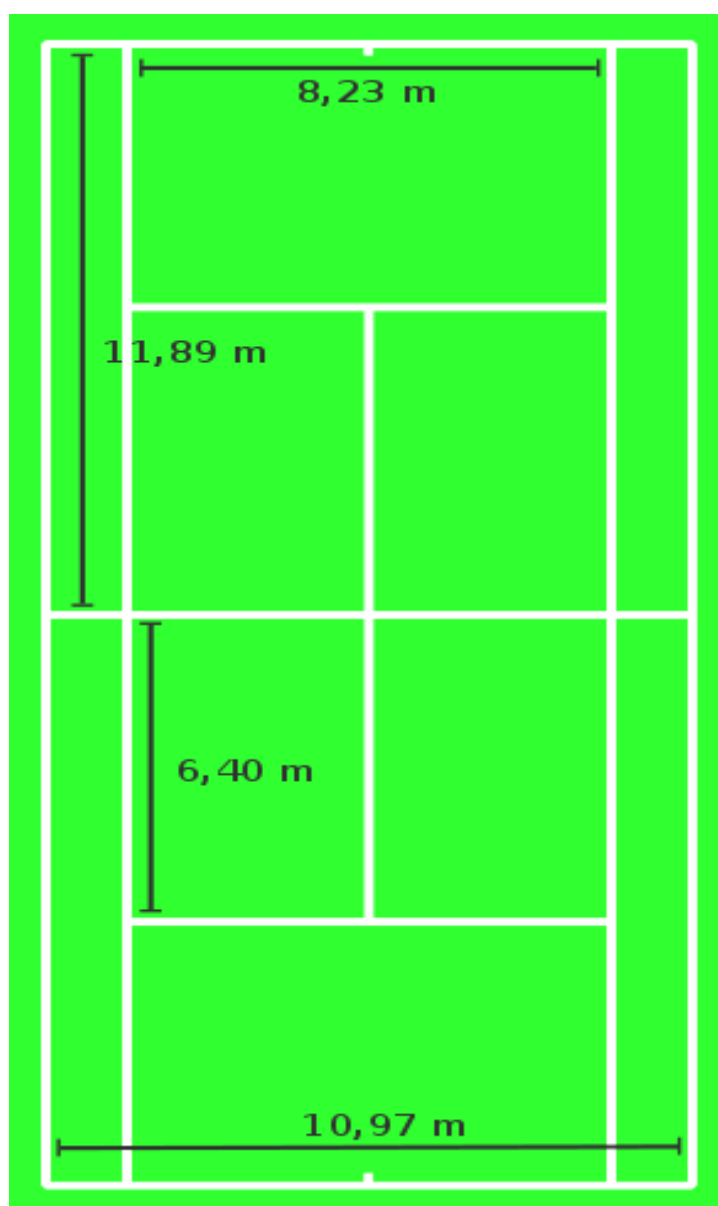
Такдимот 4. Қўл тўпи учун майдонча

Қўл тўпи учун майдонча 40^х20 м ёки 30^х15 м (кичрайтирилган вариант) ўлчамларга эга бўлади. Майдонча периметри бўйлаб хавфсизлик соҳаси кенглиги 1.5 м.ни ташкил этади. Бундай майдонча текис, чим қатлами бўлмаган, ўйинчиларга хавф-хатар туғдирадиган ташқи буюмларсиз бўлиши керак. Майдонча сиртига яхши дренаж тизимига эга бўлган резинобитум асфальт ётқизилиши. ёғочлан тайёрланган катлам бўлиши



Тақдимот 5. Теннис майдончаси

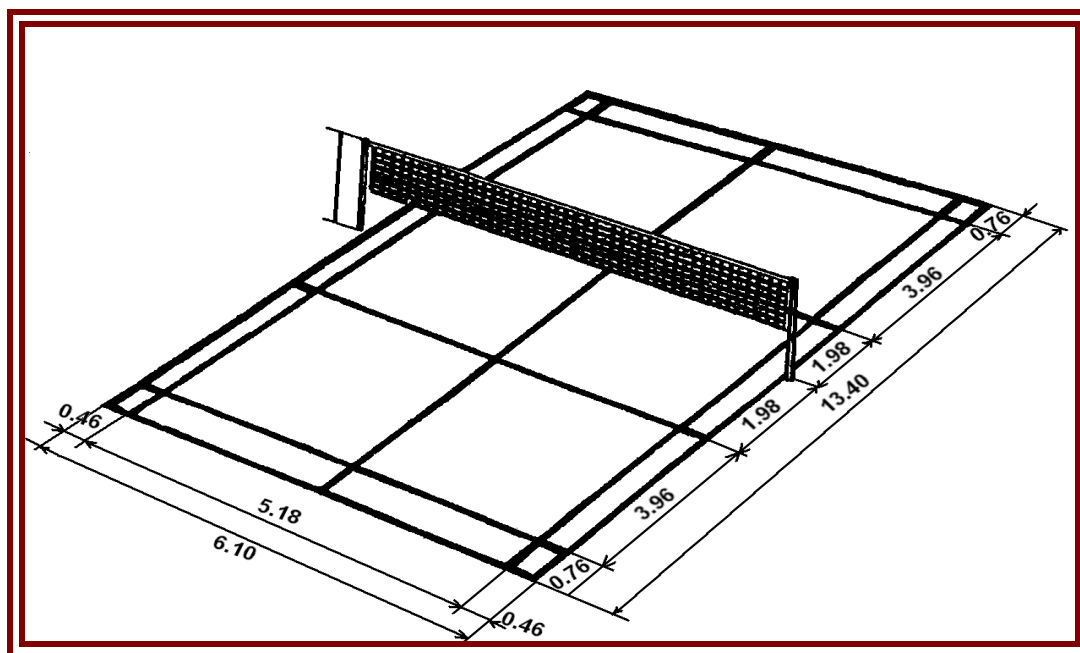
Кейинги йилларда ёшлар ўртасида теннис ўйини оммавийлашиб бормокда. Теннис ўйини учун жой сифатида югуриш соҳаси деб аталадиган фазо билан ўралган текис майдонча – корт хизмат қилади. Кортнинг маркази тўр билан иккига бўлинади. Яккалик ўйин учун корт узунлиги 23,77 м. ва кеглиги 8,23 м. бўлган тўғрибурчакли майдондан иборат.

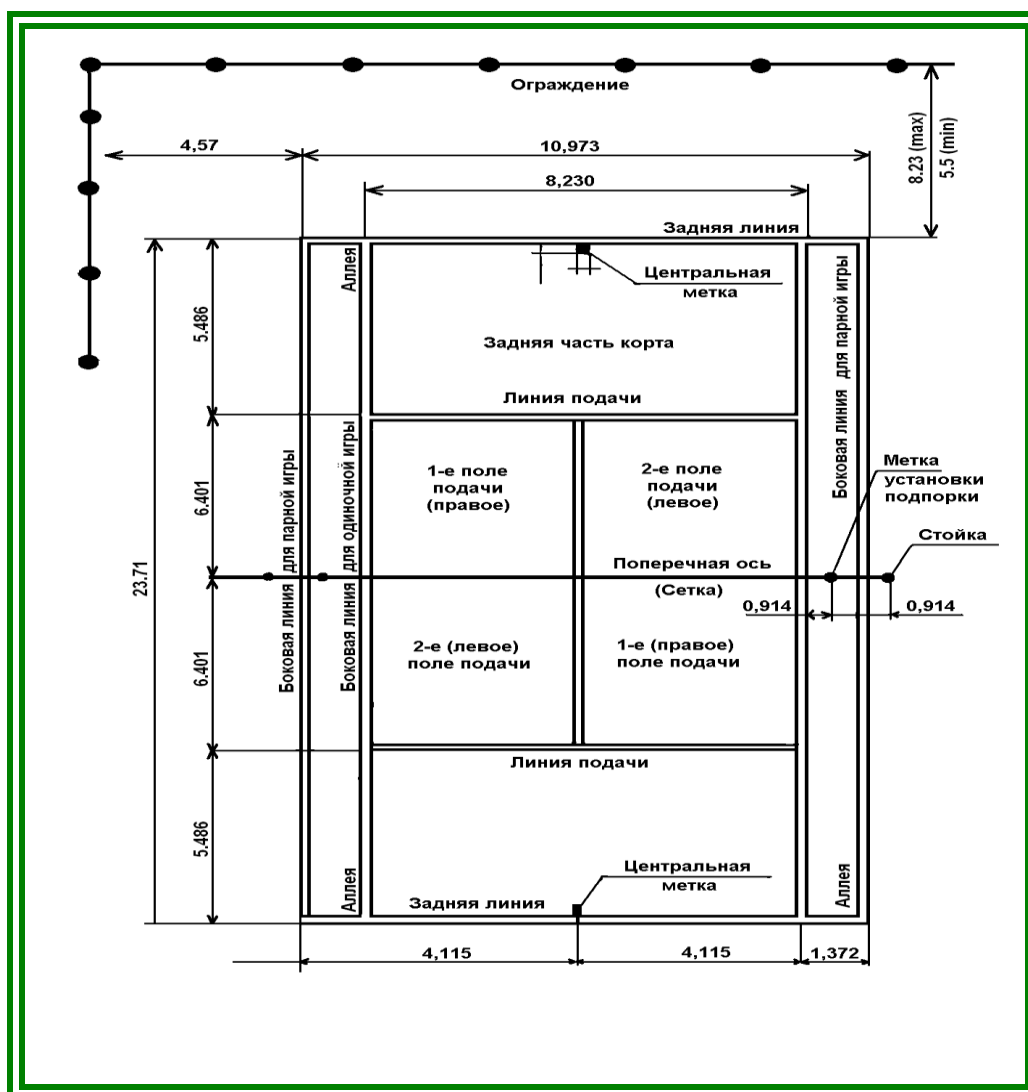


Стандарт теннис корт.

Тақдимот 6. Бадминтон учун майдонча

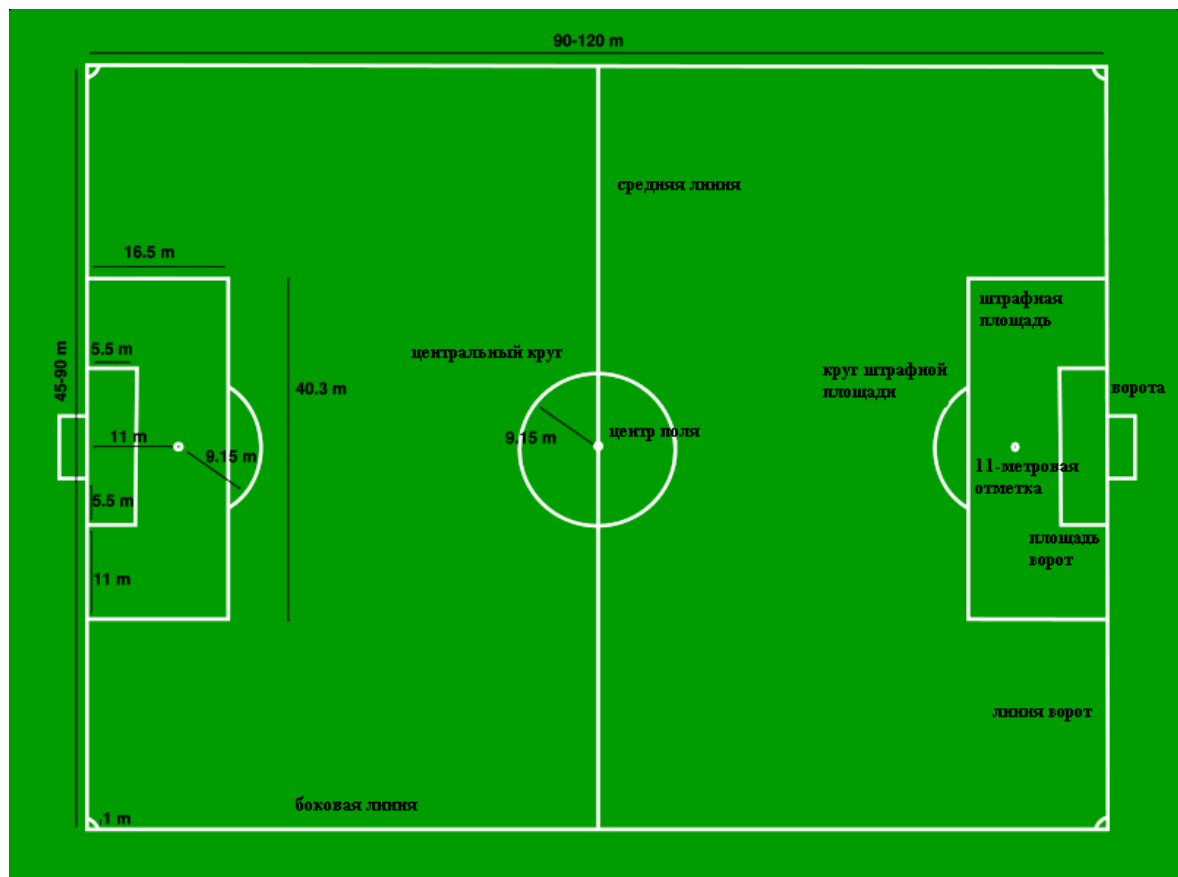
Бадминтон – дунёдаги энг оммавий ўйинлардан бири ҳисобланади. Бадминтон бўйича расмий мусобақалар бинони ичида ўтказилади. Жувтлик бадминтон ўйини учун майдонча 13,4*6,1 м., яккалик ўйин учун 13,4*5,18 м. ўлчамдаги тўғрибурчакли тўртбурчакдан иборат. Майдонча умумий юзаси 15^х7 м бўлган ҳудудда белгиланади.





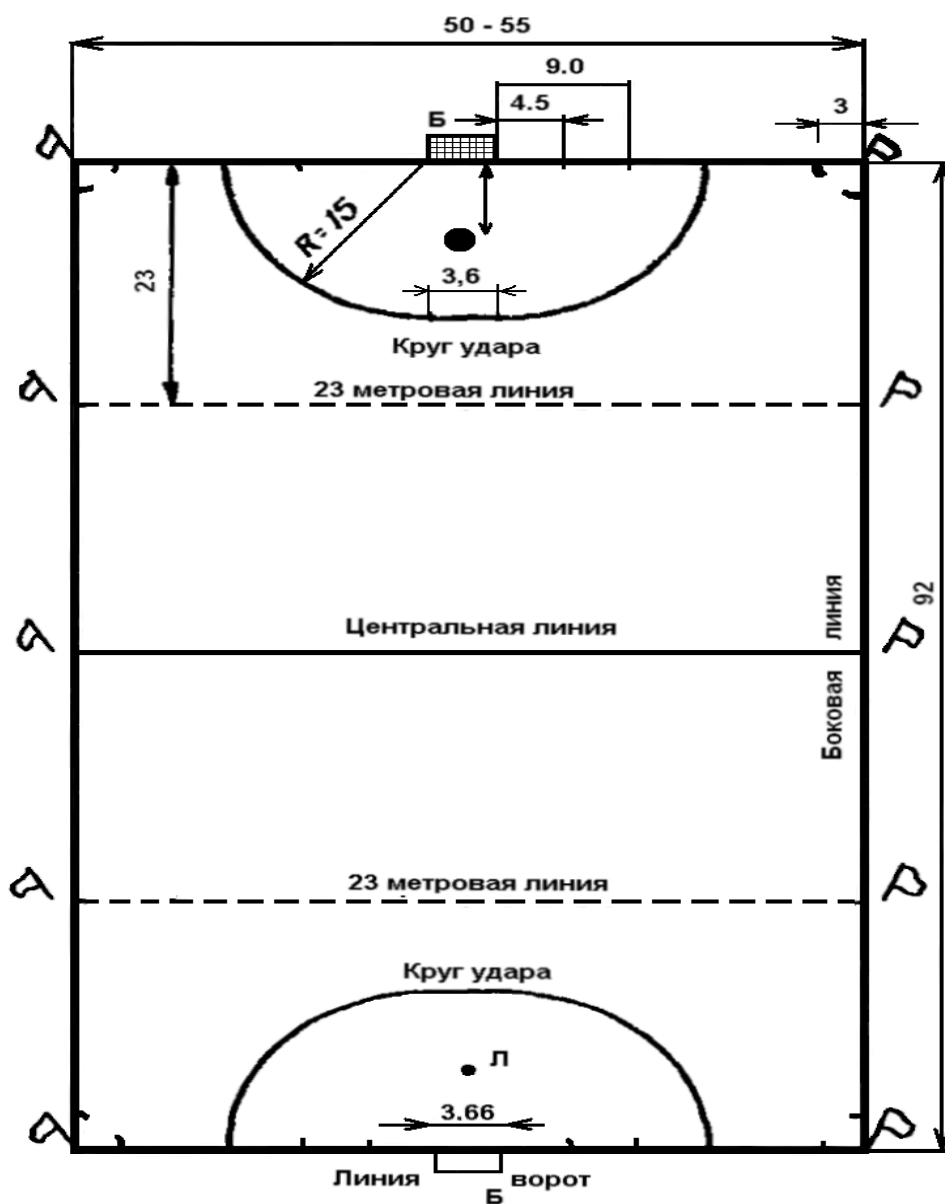
Тақдимот 7. Футбол майдон

Футбол майдонининг стандарт ўлчамлари, масалан, узунлиги бўйича 110-100 м ва кенглиги бўйича 75-64 м. Бундай майдонларнинг энг кенг тарқалган ўлчамлари 104^x69 м. Соддалаштирилган қоидalar бўйича ўйинда футбол майдонининг ўлчамлари 90^x60 м. бўлиши мумкин. Майдоннинг узунлиги ҳар доим кенглигидан катта бўлиши керак. Майдон ҳар қандай халиқ берувчи ташқи буюмлардан холи бўлиши керак. Майдондаги белгилашлар кенглиги 12 см. бўлган аниқ кўрунувчи чизиқлар (арқон ёки иплардан фойдаланиб бўлмайди) билан амалга оширилади.



Футбол ўйини учун майдон.

Такдимот 8. Чим устида хоккей



Чим устида хоккей ўйини учун майдонча ўлчамлари 92x55 м. бўлган тўғри бурчакли тўртбурчакдан иборат. Нисбатан узун чизиқлар ён чизиқлар деб, нисбатан қисқа чизиқлар эса – дарвоза чизиғи деб айтилади. Белгилашлар оқ чизиқлар билан амалга оширилади. Чизиқларнинг кенглиги 8 см. Ўйин майдони марказий чизиқ ёрдамида тенг иккига бўлинади. Дарвоза чизиғидан 23 м масофада пунктир билан ўрта (23 метрли) чизиқлар белгиланади. Дарвоза марказидан 7 м масофада диаметри 8 см бўлган жарима зарбаси бажариладиган оқ белги жойлаштирилади. Дарвоза олдида 15 м масофада дарвоза чизиғига параллел 3,66 м узунликдаги оқ чизиқ ўтказилади.

Маъруза №5

Маъруза машғулотининг ўқитиш технологияси

5-мавзу.

Спорт иншоотлари фаиятини режалаштириш. Спорт иншоотларининг классификацияси ва тоифаланиши. Спорт майдонлари конструкцияси ва материаллари.

Машғулот
шакли
Режа

Маъруза

1. Жорий режалаштириш бўлимлари
2. Даромад ва харажат сметаси
3. Спорт иншоотларининг тоифаланиши
4. Универсал спорт иншоотлари
5. Ёпиқ спорт сув ҳавзалари

Ўқув машғулот мақсади: спорт иншоотларини лойиҳалаштириш ва қурилиши асослари ҳамда улардан фойдаланиш қоидалари тўғрисида тасаввур ҳосил қилиш.

Ўқитувчи ҳал қиладиган азиқалар

Ўқув фаолияти натижаси

Талаба қуйидагиларни билиши керак:

- лойиҳалаштириш турлари билан таништириш.
- Лойиҳа мазмуни ва қурилиш усуллари билан таништириш.
- Спорт иншоотлари паспортининг асосий бўлимларини қисқача тавсифлаш
- Ёнг кенг тарқалган қопламаларнинг қисқача характеристикасини изоҳлаш.
- Меҳнатни муҳофаза қилиш ва техника хавфсизлиги бўйича асосий чора-тадбирларларини тасифлаш.

Ўқитиш воситалари

Ўқитиш шакли

Ўқитиш шарт-шароитлари

- лойиҳалаштириш турларини
- Лойиҳанинг асосий ҳужжатларини
- спорт иншоотлари паспортининг асосий қисмларини айтиб беришни
- Ёнг кенг тарқалган қоплама турларини айтиб беришни
- Меҳнатни муҳофаза қилиш ва техника хавфсизлиги бўйича асосий чора-тадбирлар

Ўқув қўлланмалар, слайдлар

Фронтальная ишлаш

Ўқитишнинг техник воситаларидан фойдаланиб гуруҳ талабалари билан машғулот ўтказишга мўлжалланган аудитория

Маърузанинг технологик харитаси.

Машғулоти босқичи, вақт	Фаолият ўқитувчи	талабалар
1-босқич. Ўқув машғулотида кириш (5 мин)	1.1. Мавзуни, мақсад ва режалаштирилган ўқув натижаларини эълон қилади. Ўйин майдончалари структураси, ўқув машғулоти хусусиятлари билан таништилади.	Тинглайдилар, аниқлаштирадилар, савол берадилар
2-й босқич. Билимларни муштахкамлаш (20 мин.)	Талабалар билимини ўрганиш ва уларни фаоллаштириш мақсадида жалб қилувчи саволлар беради : 1. Болалар ўйин майдончалари қаерда жойлаштирилади ? 2. Мактаб ўйин майдончалари қандай жиҳозланади ? 3. Ўйин майдончалари қандай жиҳозланади ? Для ответа на всѳровы организует работу в парах. Ўтказади блиц-сўров. 2.2. «Ўйин майдончалари» (1-илова №1 слайд) схемасини экранга чиқаради ва у билан танишишни таклиф қилади,, схемани мазмунини изоҳлайди. Умумлаштирувчи хулоса чиқаради (2 - илова). 2.3. Экранга структуравий - мантикий схемани (№2 слайд) чиқаради, фан бўйича мавзулар рўйхати билан таништилади, уларни қисқача тавсифлайди. Фанни ўйин бўйича рейтинг тизими, жорий, оралик ва якуний назорат кўрсаткичлари ва мезонлари билан таништилади. Асосий ва қўшимча адабиётлар билан ҳамда талабаларга қўйиладиган талаблар билан таништилади.	2.1. Саволга жавоб берадилар. 2.2. Слайд мазмунини ўрганадилар, фаннинг роли ва аҳамияти тўғрисида фикр-мулоҳазаларини билдирадилар. 2.3. №2 слайд мазмунини ўрганадилар, рейтинг назорат ва бошқа талабларни ёзиб оладилар.
3- босқич. информацион (45 мин.)	3.1. Режа бўйича маъруза материалларини кетма-кетликда баён этади. Визуал материаллардан (3-илова) йўналтирувчи саволлар тизимидан фойдаланади: 1-савол бўйича. Спорт иншоотлари тизими нималардан ташкил топган? 2-савол бўйича. Спорт иншоотлари қандай классификацияланади? 3-савол бўйича. Спорт иншоотларини тоифалаш қандай амалга оширилади? Талабалар диққатини мавзунинг асосий моментларига қаратади ва уларни ёзиб олишни таклиф қилади.	3.1. Схемалар ва жадваллар, визуал материалларнинг мазмунини муҳокама қиладилар, аниқлаштирадилар, савол берадилар. Асосий ва муҳим жойларини ёзиб оладилар.
4 босқич. Якуний (10 мин.)	Савол беради: «Спорт иншоотлари структурасини тавсифланг». Блиц-сўров ўтказади. Якуний хулоса чиқаради (4-илова). 4.2. Мустиқ ишлаш учун топшириқ беради: «Спорт иншоотлар классификацияси» мавзусида кластер тузиш.	4.1. Саволга жавоб берадилар 4.2. Тинглайдилар, ёзиб оладилар.

Маъруза_5. Спорт иншоотлари фаолиятини режалаштириш. Спорт иншоотларининг классификацияси ва тоифаланиши. Спорт майдонлари конструкцияси ва материаллари.

Маъруза режаси:

1. Жорий режалаштириш бўлимлари
2. Даромад ва харажат сметаси
3. Спорт иншоотларининг тоифаланиши
4. Универсал спорт иншоотлари
5. Ёпиқ спорт сув ҳавзалари

Жорий режалаштириш бўлимлари.

Спорт иншоотларини режалаштириш ишлари бир йил муддатга (ёзги, қишки) спорт сезонига мўлжалланиб тузилади. қаттиқ қиш бўладиган жойларда ёзги сезон апрелдан 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, профсоюзда ва юқори спорт ташкилотларида тасдиқланади. Бундан ташқари жорий редалаштиришнинг бир бўлими бўлмиш молия режаси керакли молия органларида тасдиқланади. Спорт иншоотларнинг жорий режалаштириш ишлари иншоотларнинг функционал фаолиятини ўз зиммасига олади.

Режага:

- 1) ташкилий ишлар
- 2) ўқув спорт ишлари
- 3) спорт тадбирлар ўтказиш
- 4) молия масалаларни ечиш
- 5) жисмоний тарбия ва спортни оммавилаштириш
- 6) ремонт қурилиш ишларини олириш
- 7) тиббий хизмат кўрсатиш ва техника хавсизлигини ташкил этиш
- 8) моддий техника билан таъминлашлар қиради.

Режанинг ҳар бир бўлими спорт иншоотлари фаолиятидаги ривож, тўғри эксплуатация, молия фаолиятига кўра масалаларни ечиши лозим.

Ташкилий ишлар бўлими ўз зиммасига базибир иншоотлар қисмини режасини тузишни инструкция ва қонунларни тузишни, иншоотларга қарашли органларни ташкил этишни олади.

Ўқув-спорт ишлари бўлими спорт турлари жумладан умумий жисмоний таярғарлик, сузиш, конки отиш, чанги учиш бўйича спорт секциялар ташкил этишни ўзига мужассам этади. Бу ишлар маълум бир вақтга режалаштирилади, ўқув машғулотлар сеткаси (кун, ҳафта, ўн кунлик ёки ойлик бўйича бўлади. Маълум бир иншоотларда таҳсил кўраётган гуруҳлар соатбай юкламасига

қараб спорт иншоотларнинг юклама графиги деб юритилади. Спорт иншоотлари ҳафталик графиги энг кўп тарқалган бўлади. Спорт иншоотлари комплексида базибир спорт иншоотлар графиклари спорт турлари бўйича умумий бир дарс жадвалига келтирилади. Юклама графиклари ва дарс жадваллари ҳамма қирадиган ва яққол кўрадиган жойларга осилади.

«Спорт тадбирлари» бўлимидаги режа ўз зиммасига ҳамма спорт мусобақалар тақвими режасини олади ва сезон ёки жорий ойга тузилиб у ҳам кўринадиган жойга осилади.

Даромад ва харажат сметаси.

Молия режа ишлари бўлими спорт иншоотлар фаолиятини энг асосий қисми бўлади. Режалаштирилаётган молиявий операцияларда асосий ҳужжат спорт иншоотларининг даромад ва харажат сметаси ҳисобланади. Бу ҳужжатни тузиш спорт иншоотлари фаолиятини ҳамма қиррасини билишни талаб қилади. Даромад ва харажат сметаси бир йилга кварталга бўлинган ҳолда тузилади. Даромад сметасини биринчи қисми спорт иншоотлари бўйича ўтказиладиган ҳар хил мусобақалар даромад моддасини ўз зиммасига олади. Бу сметага спорт мусобақаларни, байрамларни ва бошқа тадбирлар (концертлар, эстрада ва цирк томошалари, кинофильмлар кўргазмаси ва спортчиларнинг кўргазмали чиқишлари) кириш тўлов ечимлари қиради. Кўпчилик спорт иншоотлар учун асосий даромад моддаси жисмоний коллективларига, клубларга, олий ўқув юртларга ва бошқа ташкилотларга мужассам бўлган спорт иншоотларни ижара топшириш асосий даромад моддаси деб юритилади. Ундан ташқари даромад сметасига умум жисмоний тарбия бўйича тўлов гуруҳлари спорт турлари бўйича пул тўлидиган спорт гуруҳлар, сузиш бўйича ўргатув гуруҳлари, инвентар ва ускуналарни прокатга бериш улардан олинган қирув тўловлар қиради.

Харажатни асосий моддасига спорт иншоотларни таъминлаш сув қиймати отопление, электроэнергия ва транспорт харажатлари қиради.

Администрация ишлаб чиқарувчи персонал ва штатда бўлмаган ишчилар маоши режа харажати кейинги моддасига қиради. Маош фондиди ва ишчилар сонини юқори турган молия ташкилотлари тасдиқлайди. Спорт иншоотларини штати уларни таснифи ва бошқа ташкилотларни бу иншоотларни таъминлашга боғлиқ. Ойлик ва йиллик маошлар бўйича спорт иншоотлари ишчиларини штатлари бўйича жадвал тузилади. Бу жадвал спорт иншоотлари ишга тушиш вақтига раҳбар томонидан тузилиб, юқори турувчи молия ташкилот томонидан тасдиқланади. Ҳамма давлат бюджетига қарашли спорт иншоотлари учун яна бир муҳим ўринни «Амортизация ажратмалар моддаси» эгаллайди. Бу спорт иншоотлари ҳар йили Давлат банкига амортизация ажратмаларини ўтказади. Ажратмалар йиғиндиси иншоотларини қиймати ва иш муддатларига боғлиқ бўлади. Ҳар бир спорт иншооти нормал ишлатилганда вақтида жорий ва капитал ремонтлар қилинганда кўп муддатда

ишлайди. Давлат органларида тасдиқланган вақт муддати (эксплуатация муддати) амартизация нормаси деб юритилади. Бу маблағларни йиғиндисини йиллик ва квартал амартизация ажратмаларини Давлат банкидаги йиғиндисидан иборат бўлади. Амартизация фонди фақатгина иншоотларни асосий фондларини тўла тиклашига (реновацияга) ёки уларни капитал ремонтга сарфланиши мумкин. Бинобарин тиклаш ёки капитал ремонт учун алоҳида амартизация нормалари тасдиқланади.

Спорт иншоотларининг тоифаланиши

Бир типли спорт иншоотлари ўзининг катталиги билан табақаларга бўлинади. Спорт иншоотларининг 6-та табақаси белгиланиб, улар қуйидаги кўрсаткичлар билан аниқланади:

1. Трибунадаги жойларнинг сони ва очиқ спорт майдонларининг сони (стадионлар).
2. Ҳовузларнинг кенглиги ва сони.
3. Трибуналардаги ўтириш жойларининг сони, сунъий равишда музлатилган муз жойларининг сони (спорт саройлари).
4. Очиқ ва ёпиқ типдаги спорт иншоотлари сони ва спортчилар учун яшаш хонасининг сони (ўқув-спорт базалари).
5. Чанғилар сони (чанғи базаларида).
6. Масофали механизация билан таъминланган жиҳозланган тирларнинг борлиги (ўқ отиш жойи).
7. Айлана шаклидаги ошиш учун деворлар ва зовурлар (траншеялар) сони (ўқ отиш-овчилик деворлари).
8. Катта кемалар сони (эшак эшиш базалари, яхтклублар ва сув-мотор базалари).
9. Алоҳида иншоотлар сони (комплекс майдонларда).
10. Трамплин катталиги, ҳисобланган сакраш узунлиги (чанғи трамплинларида).
11. Алоҳида спорт залларининг таркибий сони.

Тоифаларга (категорияга) кирмайдиган спорт иншоотлари ҳам бор. Булар қаторига Москвадаги йирик спорт комплекси ҳисобланувчи В.И. Ленин номи Марказий стадион, Олмаота яқинидаги юқори тоғ чўққисида жойлашган музлик Медео стадиони, Москвадаги сув спорти Саройи, Киев, Санкт-Петербург, Минск ва бошқа шаҳарлардаги Спорт саройлари киради. Ўзбекистонда Тошкентдаги Пахтакор стадиони шулар жумласидан.

Ўйин майдонлари тенглигини аниқлашда (белгилашда) уларнинг ўйин ва қурилиш майдони ўлчамларини билиш зарур. Ўйин майдони ўлчами ўйин қоидалари ёрдамида белгиланади. қурилиш ўлчамлари эса, хавфсизлик зоналари ҳисобига кўра ўйин майдонига нисбатан каттароқ бўлади (қуйида I-жадвалда кўрсатилган).

Ўйин майдонлари алоҳида ёки бирлашган ҳолда жойлашиши мумкин. Масалан, бир текисликда битта ёки ҳар хил спорт турлари учун бирлашган майдонлар бўлиши мумкин. Бирлашган майдонлар мисоли I-расмда кўрсатилган.

1-жадвал

Спорт ўйин майдонларининг асосий ва киритилиши мумкин бўлган ўлчамлари

Спорт тури бўйича ўйин майдонлари	Ўйин майдонларининг ўлчамлари (м)				Осонлаштирилг ан қоида бўйича ўйин майдони ўлчами	
	Ўйин		қурилиш			
	уз унлиги	эн и	уз унлиги	эн и	Узу нлиги	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 типи бўйича	104	69				

Бир типли спорт иншоотлари ўзининг катталиги билан табақаларга бўлинади. Спорт иншоотларининг олтита табақаси белгиланиб, улар қуйидаги кўрсаткичлар билан аниқланади:

1. трибунадаги жойларнинг сони ва очиқ спорт майдонларининг сони (стадионлар);
2. ҳовузларнинг кенлиги ва сони;
3. трибуналардаги ўтириш жойларининг сони, сунъий равишда музлатилган муз жойларининг сони (спорт саройлари);
4. очиқ ва ёпиқ типдаги спорт иншоотлари сони ва спортчилар учун яшаш хонасининг сони (ўқув-спорт базалари);
5. чанғилар сони (чанғи базаларида);
6. масофали механизация билан таъминланган жиҳозланган тирларнинг мавжудлиги (ўқ отиш жойи);
7. айлана шаклидаги ошиш учун деворлар ва зовурлар (траншеялар) сони (ўқ отиш-овчилик деворлари);

8. катта кемалар сони (эшкак эшиш базалари, яхтклублар ва сув-мотор базалари);
9. алоҳида иншоотлар сони (комплекс майдонларда);
10. трамплин катталиги, ҳисобланган сакраш узунлиги (чанғи трамплинларида);
11. алоҳида спорт залларининг таркибий сони.

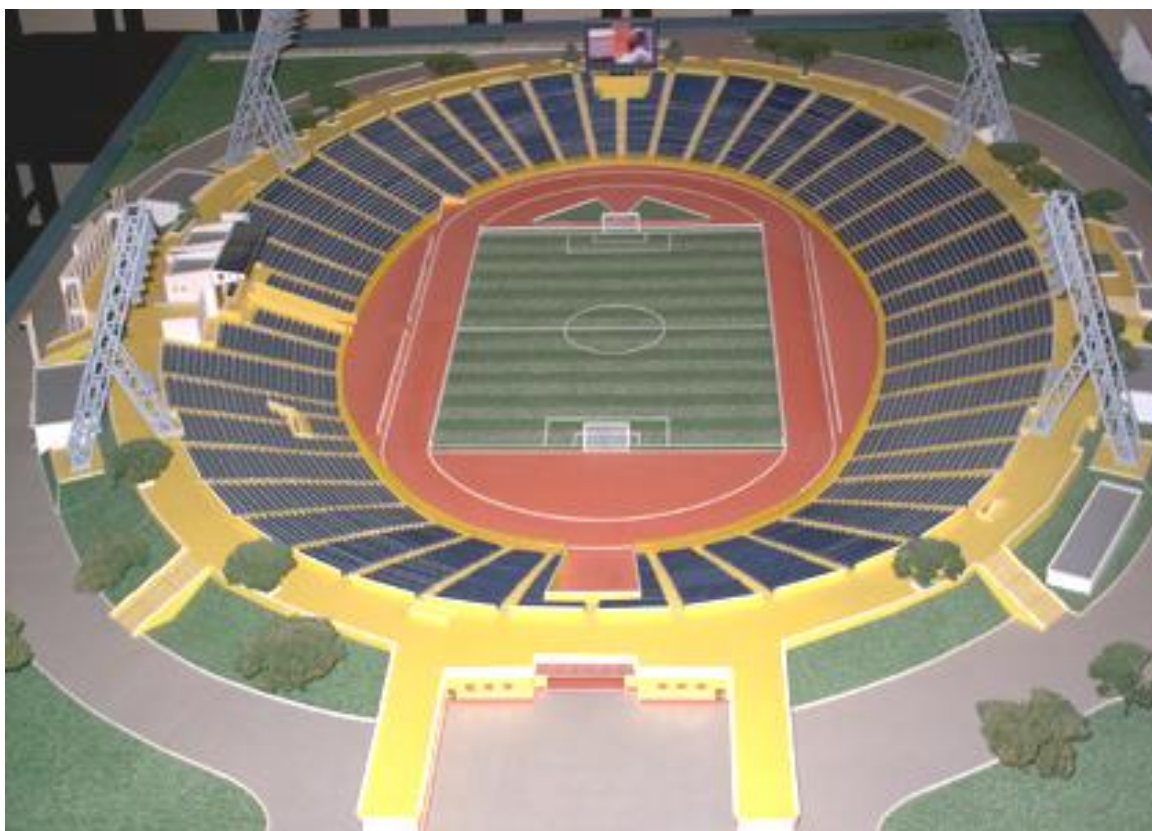
Универсал спорт иншоотлари



1-расм. Рио-де-Жанейро. Маракана стадиони

Тоифаларга (категорияга) кирмайдиган спорт иншоотлари ҳам бор. Булар қаторига Жанубий Америкадаги энг йирик футбол стадионлардан бири – Маракана стадиони, 1950 йилда қурилган. Архитекторлар П.П.Б. Бастус, А.А. Диас Карнейру ва бошқалар томонидан лойиҳалаштирилган (1-расм). Москвадаги йирик спорт комплекси Марказий стадион, Олмаота яқинидаги юқори тоғ чўққисида жойлашган музлик Медео стадиони, Москвадаги сув

спорта Саройи, Киев, Санк-Петербург, Минск ва бошқа шаҳарлардаги спорт саройлари киради. Ўзбекистонда Тошкентдаги Пахтакор стадиони шулар жумласидан (2-расм).



2-расм. Тошкент шаҳридаги “Пахтакор” стадиони макети

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

Республикаимизда ҳозирда 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, Жиззах, 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 заҳиралари коллежи спорт мажмуалари ва бошқалар

шулар жумласидандир. 2000 йилга келиб мамлакатимизда спорт иншоотлар сони 7407 тага етди ёки 1992 йилдагига нисбатан 19 фоизга кўпайди. Уларни бунёд этишда, айниқса, мураккаб спорт иншоотлари – стадионлар, сузиш ҳавзалари, спорт залларига алоҳида эътибор бериляпти. 2003 йилда 1991 йилга нисбатан стадионлар сони 120 тага ёки 64 фоизга, спорт заллари 1307 тага ёки 29 фоизга, сузиш ҳавзалари 162 тага ёки 142 фоизга ошди. Бундан ташқари, футбол майдонлари сони 1140 тага ёки 20 фоизга, теннис кортлари эса, 475 тага ёки қарийб 3 баробарга кўпайди. Асосийси, янгидан барпо этилган ёки реконструкция йўли билан қайта тикланган барча спорт соғломлаштириш масканлари замонавий лойиҳалар, шарқона услуб ва юқори самарадорлик асосида ташкил этилаётгани, барча спорт турлари бўйича техник малакаларни эгаллаш имконини берувчи воситалар билан жиҳозланаётгани таҳсинга лойиқдир.

Спорт иншоотлари республикамизнинг энг узоқ бурчакларида ҳам бор. Лекин энг кўпи ва йириклари ватанимиз пойтахти Тошкентдадир. Тошкентдаги марказий “Пахтакор” стадиони 1956 йили қурилиб 55000 томошабинни сиғдиради. Унда енгил атлетика мусобақалари ўтказиш учун жой, катта майдон (футбол майдони), кичик майдон мавжуд, бокс ва қиличбозлик заллари ҳам бор. Футбол майдони чим қоплама билан қопланган.

Стадионда стандарт талабларига жавоб берадиган ҳамма ёрдамчи иншоотлар ҳам мавжуд.

“Меҳнат резервлари” спорт комплексида югуриш йўлаклари ва енгил атлетика секторлари бор, стадионга 18000 томошабин сиғади. Стадионда мусобақа ўтказиш учун синтетик қопламали жойлар мавжуд. Волейбол ва баскетбол мусобақалари ўтказилади. Комплексида намоёниш заллари, бокс, эркин ва классик кураш учун ҳам заллар мавжуд. Оғир атлетика учун 2 та зал бор. Иккита сузиш ҳавзаси бўлиб, унда биттаси ёпиқ 25 метрли йўлакчали, иккинчиси 50 метрли очикда жойлашган бўлиб, сув иситиш тармоғи билан боғланган. Бу ерда яна ўқ отиш мусобақалари ўтказса бўладиган ихтиёрий катталиқдаги ўқ отиш жойи бўлиб, замонавий тиббийтикланиш маркази мавжуд. Комплексида юз ўринли меҳмонхона ҳам бор.

Яна бир асосий спорт комплексларидан бири “Юнусобод” теннис корти бўлиб, у территория жиҳатидан ўртача комплекс ҳисобланади. У ўқув – шуғулланиш, спорт томошалари ва аҳолига ҳар хил маиший хизмат кўрсатиш шаҳобчаларидан иборатдир. Унинг умумий майдони 3 гектарга тенг. Спорт комплекси ўз ўзини мустақил қоплаш ҳисобидаги бирлашма бўлиб, у 1994 йил 28 майда фойдаланишга топширилган. Иншоотда очик ва ёпиқ спорт объектлари бўлиб, бинодан ташқарида жойлашган 8 та очик, бинода жойлашган 2 та ёпиқ кортдан иборат. Комплексида гимнастика атлетикасига ва шейпингга мўлжалланган заллар мавжуд.



3-расм. Юнус-Обод спорт комплекси

Спорт комплекс режасига киритилган 120 ўринли ошхона, магазин, гўзаллик салони бўлиб, бунда 50 хилга яқин маиший хизмат кўрсатиш шаҳобчалари бор. Комплексда “Сауна”, уқалаш, сув муолажалари, стоматология, овоз ёзиш хоналари ва автомашиналар турар жойлари бор. Марказий бинода шаҳар меҳмонлари учун меҳмонхона ишлаб турибди. Комплексининг диққатга сазовор томони – бу теннис кортларидир. Унда 4 та халқаро стандартга жавоб берадиган корт бўлиб, 40 x 20 метр ўлчамга эгадир. Қолган 4 таси шуғулланиш учун мўлжалланган. Марказий корт 3000 томошабин сиғдириш имкониятига эга. Бино ичидаги кортлар 132 томошабин сиғдириш имкониятига эга. Комплексда барча ёрдамчи спорт иншоотлари мавжуд (3-расм).

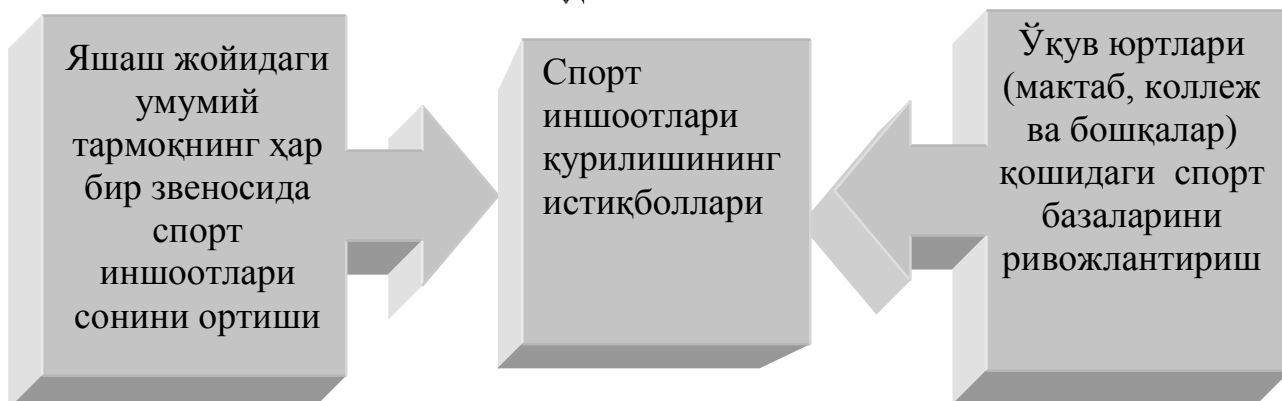


4-расм. Юнус-Обод теннис иншооти олди томондан қўриниши

Ўзига хослигини айтиб ўтиш жоиз, бунда ойнабанд икки қўшма қобик қўринишидаги ёпма бўйлама йўналиши бўйича ўзаро боғланган.

Маъруза учун тақдимотлар

Тақдимот № 1.



Яшовчилар сонини ортиши, мавжуд спорт базалар сонини, уларнинг тайёргарлик сифатини ва транспортга қулайлигини аниқлаш сингари – асосий факторлардан ташқари, яшовчиларнинг спортга бўлган қизиқишини, географик жойлашишини, иқлим хусусиятларини ва мазкур аҳоли пунктида яшовчилар учун характерли бўлган бошқа кўпгина факторларни инобатга олиш зарур.

Тақдимот № 2.

Спорт иншоотининг лойиҳаси деб чизмалардан, ҳисоб-китоб-тушунтириш ёзувларидан ва сметадан ташкил топган техник ҳужжатларга айтилади.

Спорт иншоотини лойиҳалаштириш конструктив схемани танлашдан, яъни вазифаси, ҳажми ва структураси билан аниқланадиган объектнинг бўлажак иншоот элементларини горизонтал ва вертикал

Намунавий,
тажрибавий ва
индивидуал
лойиҳалаштириш
ўзаро бир-биридан
фарқланади.

Намунавий
лойиҳалаштириш деб
белгиланган тартибда
тасдиқланган ва кўп
мартали
фойдаланишга
мўлжалланган
лойиҳага айтилади.

Тажрибавий
лойиҳалаштириш
спорт
иншоотларининг энг
рационал турини
аниқлаш мақсадида
амалга оширилади.

Индивидуал лойиҳа
алоҳида бир спорт
иншоотини қуриш
учун яратилади.



Тақдимот № 3.

Муз спорт саройларини лойиҳалаштириш ва қуриш

Муз спорт саройи – бу ажойиб инвестицион лойиҳадир. Европада бундай комплекслар ресторанлар, кафелар, бассейнлар (сув ҳавзалари) ва ўйин заллари, хоккей учун ҳамда муз устида югурувчилар ва фигурали учувчилар тренировкалари учун муз майдони билан жиҳозланган бўлади.

Муз спорт саройи туридаги спорт иншоотлари бугунги кунда – концертлар ва шоу-томошалар, спорт мусобақалар ва оддий ҳордиқ чиқариш учун фойдаланиладиган катта спорт - кўнгилочар комплекслардир. Бундай сарой мусобақадан ва бошқа катта тадбирлардан бўш бўлган кунларда конькини олиб болалари билан биргаликда ажойиб машғулотга, конькида учишга ... ошно бўлиш имконини берган бўлар эди.

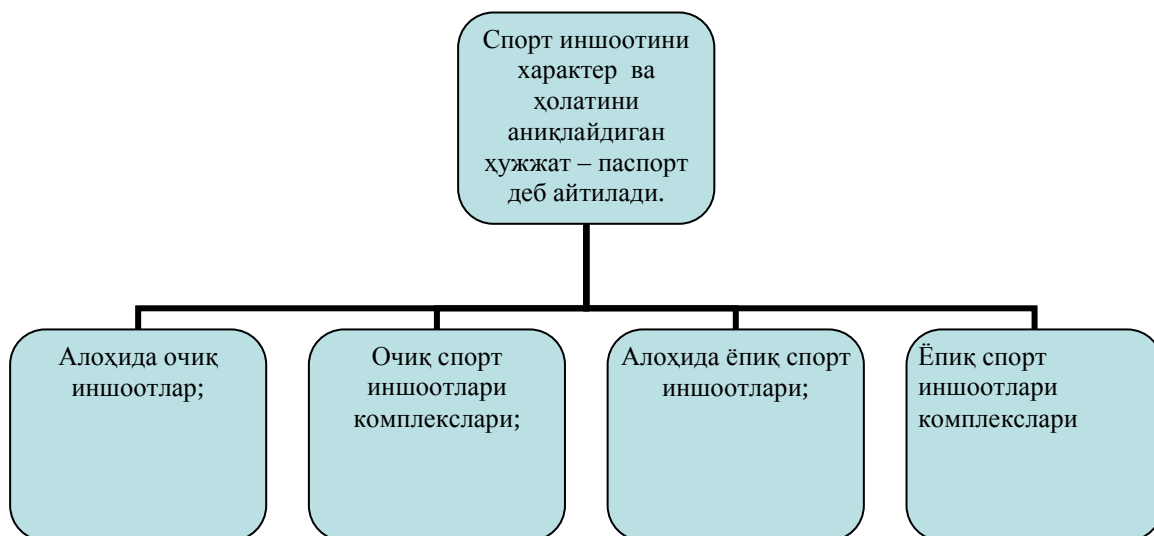
Сув ҳавзасини лойиҳалаштириш хусусиятлари

Яхши, чиройли ва сифатли замонавий сув ҳавзаси фақатгина эффектли ва антика дизайнга эга бўлиб қолмай, балки анъанавий сув ҳавзаларининг функционал талабларига жавоб бериши, лойиҳалаштириш ва қурилишнинг энг замонавий технологиялари бўйича қурилиши керак.

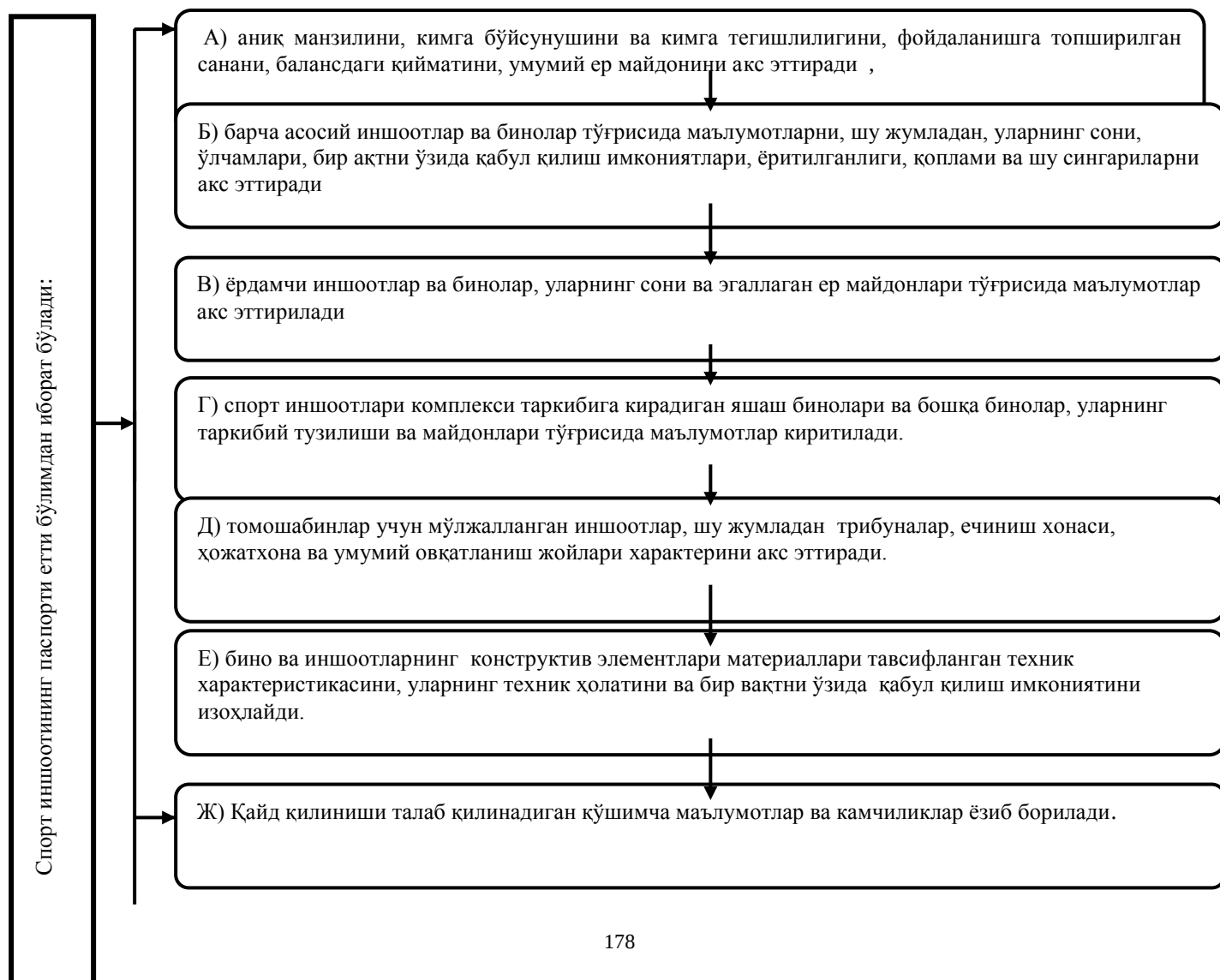
Тақдимот № 4.



Тақдимот № 5.



Тақдимот № 6.



Тақдимот 7.

Спорт иншоотларидан фойдаланиш – бу, энг аввало, ўқув – тренировка машғулотларини ўтказишда хавфсизликни таъминлаш.

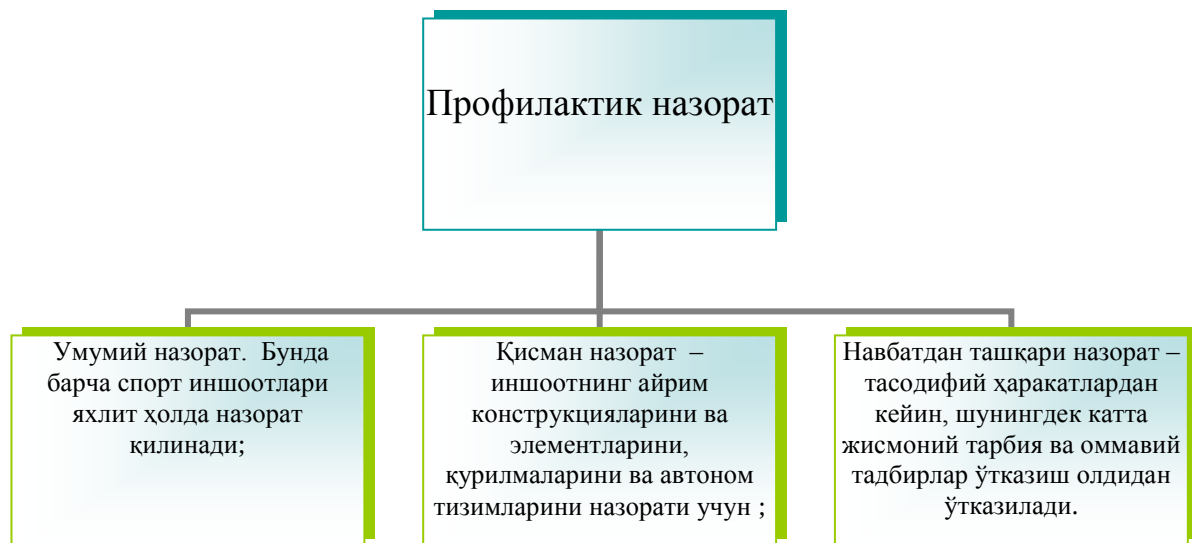
Меҳнатни муҳофаза қилиш ва техника хавфсизлиги бўйича тадбирлар қуйидаги бўлимларга бўлинади: техника хавфсизлиги, вентиляция, ишлаб чиқариш санитарияси, асосий ва ёрдамчи спорт иншоотларини лойиҳалаштириш ва қуриш нормалари, техника хавфсизлигини тарғибот қилиш.

Хавфсизлик техникаси ўқув – тренировка машғулотлари ва мусобақаларни ўтказишда хавфсизликни таъминлашга йўналтирилган тадбирлар

Тақдимот № 8.

Ишлаб чиқариш санитарияси ўз таркибига сунъий ва табиий ёритилганликни рационаллаштиришни; машғулот ўтказиш жойларини йиғиштириш ва тозалаш ишларини механизациялаштиришни; ўқув жиҳозлари предметларини ва спорт (инвентар) ускуналарини тозаликда сақлашни; ҳаво муҳитида нормадаги ҳароратни сақланишини, шунингдек машғулот шароитларини такомиллаштиришга йўналтирилган барча тадбирларни олади

Тақдимот № 9.



Маъруза №6

Маъруза машғулотининг ўқитиш технологияси

№6 мавзу. Шаҳар ва қишлоқда спорт иншоотлари тармоқлари. Қишлоқ жойларида спорт иншоотларини режалаштириш.

Шакли	маъруза
Режа	1. Шаҳар спорт иншоотлари тармоқлари. 2. Қишлоқ спорт - соғломлаштириш комплекси
Ўқув машғулот мақсади: шаҳарда спорт иншоотлари тармоғини тавсифлаш ва замонавий қишлоқ спорт комплекси тўғрисида тасаввурни шакллантириш.	
Ўқитувчи вазифалари	Ўқув фаолияти натижалари
• Шаҳарда спорт иншоотлари тармоғи тузилиши билан таништириш • Микрорайон, район, районлараро ва умумшаҳар спорт иншоотларини қисқача тавсифлаш • Замонавий қишлоқ спорт – соғломлаштириш комплексига қисқача характеристика бериш	Талаба қуйидагиларни билиши керак: • Шаҳарда спорт иншоотлари тармоғи мазмунини; • Микрорайон, район, районлараро ва умумшаҳар спорт иншоотлари характеристикаларини; • Қишлоқ спорт комплексининг намунавий мазмуни ва жиҳозларини санаб ўтиш;
Ўқитиш воситалари	Ўқув қўлланмалар, слайдлар
Ўқитиш шакли	Фронтал ишлаш
Ўқитиш шарт - шароитлари	Ўқитишнинг техник воситаларидан фойдаланиб гуруҳ талабалари билан машғулот ўтказишга мўлжалланган аудитория

Маърузанинг технологик харитаси

Машғулот босқичи,	Фаолият
вақт	ўқитувчи талабалар
1-босқич. Ўқув машғулотга Kirish (5 мин)	1.1. Мавзуни, мақсад ва режалаштирилган ўқув натижаларини эълон қилади. Шаҳар ва қишлоқ жойларида спорт иншоотларини режалаштириш билан таништиради.
2-й босқич Билимларни муштахкамлаш (20 мин.)	Талабалар билиминини ўрганиш ва уларни фаоллаштириш мақсадида жалб қилувчи саволлар беради : 1. Спорт иншоотлари тармоқларини қандай фарк 2.1. Саволга жавоб берадилар. 2.2. Слайд мазмунини ўрганадилар, фаннинг

	қиладилар? 2. Спорт иншоотлари классификацияланади? 3. Ўйин майдонлари қандай жиҳозланади? Саволларга жавоб олиш мақсадида жуфт-жуфт ишлашни ташкил этади. Блиц-сўров ўтказади. 2.2. Экранга «Ўйин майдончалари» (№1 слайд, 1-илова) схемасини чиқаради ва танишиб чиқишни таклиф қилади, схема мазмунини изоҳлайди.. Яқунловчи хулоса чиқаради (2-илова). 2.3. Экранга структуравий - мантиқий схемани (№2 слайд) чиқаради, фан бўйича мавзулар рўйхати билан таништиради, уларни қисқача тавсифлайди. Асосий ва қўшимча адабиётлар, талабаларга қўйиладиган талаблар билан таништиради.	роли ва аҳамияти тўғрисида ўз фикр-мулоҳазаларини билдирадилар. 2.3. С№2 лайд мазмунини ўрганадилар, рейтинг – назорат ва бошқа талабларни ёзиб оладилар
3-й босқич. Информацион (45 мин.)	3.1. Режа бўйича маъруза материалларини кетма-кетликда баён этади. Визуал материаллардан (3-илова) ҳамда йўналтирувчи саволлар тизимидан фойдаланади: 1-савол бўйича. Спорт иншоотлари тизими нималардан ташкил топган? 2-савол бўйича. Спорт иншоотлари қандай классификацияланади? 3-савол бўйича. Спорт иншоотларини тоифалаш қандай амалга оширилади? Талабалар диққатини мавзунинг асосий моментларига қаратади ва уларни ёзиб олшни таклиф қилади.	3.1. Обсуждают содержание схем и таблиц, визуальные материалы, аниқлаштирадилар, саол берадилар. Ёзиб оладилар главное.
4 босқич. Яқуний (10 мин.)	Савол беради: «Спорт иншоотлари структурасини тавсифланг». Блиц-сўров ўтказади. Яқуний хулоса чиқаради (4-илова). 4.2. Мустақил ишлаш учун топшириқ беради: «спорт иншоотлари классификацияси» мавзусида кластер тузиш.	4.1. Отвечают на всўров. 4.2. Тинглайдилар, ёзиб оладилар.

Маъруза_6. Шаҳар ва қишлоқларда спорт иншоотлари тармоқлари. Қишлоқларда спорт иншоотларини режалаштириш

Маъруза режаси:

1. Шаҳар ва қишлоқ спорт иншоотлари ҳақида умумий тушунча
2. Шаҳар ва қишлоқда спорт иншоотларини қуриш
3. Болалар спорт иншоотлари
4. Спорт иншоотларининг ёрдамчи хоналари
5. Меҳмонхона биносининг қурилиш-конструктив асоси
6. Меҳмонхона биноларини архитектуравий композицияси
7. Автотуристлар учун меҳмонхоналар

Шаҳар ва қишлоқ спорт иншоотлари ҳақида умумий тушунча

Спорт иншоотларини қурувчи ташкилотлар аввалом бор, ўзлари иншоотни яхши кўз олдига келтириб, қуйидагиларни инобатга олишлари керак:

1. Иншоотни қандай мақсадда қўлланишини;
2. Унинг класс ва қанча одам бўлишини;
3. Асосий майдон ва заллар сонини;
4. Ёрдамчи хоналар жойланишини;
5. Томошабинлар учун жойлар сони ва жойланишини.

Бундан кейин унинг нархини аниқлаш лозим. Бир турдаги лойиҳалар смета нархидан аниқланади.

Агар қурилиш объекти лойиҳа бўйича қурилса, бу ҳолда унинг тахминий нархи қўлланмалар ёрдамида аниқланади.

Бинони нархини аниқлагандан кейин лойиҳа ишлаб чиқиш нархи, лойиҳа нархини ва қурилиш нархини ажратиш муаммоларини ҳал қилиб қўйиш зарур. Бунинг учун қурилиш ташкилотларида лимитларни ҳал қилиш керак ва бу спорт иншоотни қурилишини давлат режасига киритиш лозим.

Бу муаммоларни ҳал қилингандан кейин буюртмачи ва лойиҳани ишлаб чиқадиган корхона билан биргаликда керакли ҳужжатларни ишлаб чиқади ва тасдиқлашга тайёрлайди.

1. Лойиҳа ишларини бажариш учун топшириқ тайёрланади. Топшириқни тайёрлаш жараёнида қуйидагиларни ҳисобга олиш керак:

а) қуриладиган спорт иншоотини қайси туманда қурилишини ва бу туманнинг режасини ҳисобга олиш зарур;

б) ёки қишлоқда, микрорайонда, шаҳарда бўлса, бу ерларнинг участкаларини ҳам ҳисобга олиш зарур.

Лойиҳа буюртмасига қуйидаги кейинги маълумотлар берилиши керак:

1. ушбу бино ёки спорт иншоотида шуғулланиши мўлжалланаётган спортчи, ишчи-хизматчи ва жисмоний тарбиячиларнинг сони;

2. қурилишнинг рўйхати;

3. қурилишнинг тахминий майдони, автомашиналар учун тўхташ жойлари ва ҳаракат ҳолларини, шунингдек, ободонлаштириш иш режаларини ҳисобга олиниши;

4. смета таннаrxини буюртмачининг имкониятлари билан солиштириш.

Катта қурилишларга (стадион, спорт саройлари) техник-иқтисодий асослаш (ТЭО) ишлаб чиқилади.

Бунга асосан келажакдаги қуриладиган бино ёки комплексни рентабеллиги нархини чиқариб олиш керак. Лойиҳа буюртмачиси шу лойиҳага асосан маблағ ажратган корхонанинг раҳбари тасдиқлайди ва шундан кейин бу ҳужжат рўйхатга олинади ва шаҳар, қишлоқ, районнинг тавсияси бўйича ер участкаси ажратилади. Спорт иншооти қуриладиган участкага бир нечта талаблар қўйилади: 1) техник талаблар; 2) экономик; 3) санитар талаблари.

Шаҳар ва қишлоқда спорт иншоотларини қуриш

Ҳозирги замонда аҳолига хизмат кўрсатиш жараёнида спорт иншоотлари зарурий аҳамият касб этади. Шунинг назарга олган ҳолда шаҳарда ва қишлоқларда режалаштирилаётган 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 қуроллари ишлаб чиқаради.

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^2 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 ҳиёбонларда жойлаштириш мумкин.

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^2 дан кам бўлмаслиги керак. Агар микрорайоннинг аҳолиси 12 минг ва ундан ортиқ бўлса унда умумий майдон 8400 м^2 гача кенгайтирилади.

Аҳоли зич яшайдиган районларда (24-36 минг аҳоли) спорт маркази қурилиши режалаштирилади ва у спорт марказларининг иккинчи тоифасига киради. Уларга футбол майдони (96х64 метр) ва машқлар учун иккинчи майдон (66х44 метр), иккита теннис майдони (36х18 метр ҳар бири), очик

бассейн (25x10 метр), тир 50 метр ва томошабинлар учун бир минг ўриндик бўлиши керак.

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 узоклиги 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 йўллари хисобга олиш зарур бўлади. 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: намоиш (томошагоҳ), ўқув-машғулоти, хизмат кўрсатиш қисмлари.

Намоиш 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.

Ўқув-машғулоти қисмида спорт майдони ва майдончалари жойлашган бўлиб, уларнинг баъзилари намоиш характерига эга. Бу қисмдаги спорт иншоотлари спортнинг алоҳида турлари бўйича ихтисослашган. Хизмат кўрсатиш қисмида томошабинларнинг дам олиш масканлари, кафе, киосklar, суҳбат ўриндиқлари, санитария иншоотлари, стадионни эксплуатация қилиш билан боғлиқ иншоотлар – хўжалик ҳовлиси, устахоналар, оранжереялар, омборлар ва бошқалар жойлашган.

Стадион қурилишида қуйидаги талаблар муҳим аҳамиятга эга:

- шаҳар қурилиш ҳолати – шаҳар магистралларининг йўналиши, стадион рўпарасида майдон мавжудлиги, томошабинларнинг эвакуация йўллари, турли шаҳар транспортлари учун транспорт тугунлари ва бошқалар, кўкаламзорлашган худудларга 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;

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

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

- томошабинларни эвакуация қилишда (стадион ташқарисида) тарқатувчи майдоннинг зарурий ўлчамлари ҳар бир томошабинга $0,5-0,75 \text{ м}^2$ ҳисобидан аниқланади;

- 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 $0,5 \text{ м}^2$, катта стадионларда $0,3 \text{ м}^2$;

- 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.

Болалар спорт иншоотлари

Республикамиз Президенти И.А. Каримовнинг Олий Мажлиснинг 1997 йил 29 августдаги IX сессиясида “Баркамол авлод – Ўзбекистон тараққиётининг пойдевори” мавзусида сўзлаган нутқида ва 2002 йил 24 июндаги “Ўзбекистон болалар спортини ривожлантириш жамғармасини тузиш тўғрисида”ги ПФ № 3154 Фармонида ёш авлодни спорт билан шуғулланиш, соғлом турмуш тарзига амал қилиш, маънавий ва жисмоний камолга интилиш, Ватанга меҳр-муҳаббат, ўз юрти билан ғурурланиш руҳида тарбиялаш ишлари асосий йўналиш сифатида белгиланди. Зикр этилган фармон нутқда белгиланган вазифалардан келиб чиқиб, Ўзбекистонда болалар оммавий спортини ривожлантиришини таъминлаш мақсадида жойларда спорт муассасаларининг барпо этилиши, янги-янги спорт турлардан тўғарақлар фаолиятининг йўлга қўйилиши, уларнинг тегишли жиҳозлар ва малакали спорт мураббийлари билан таъминланиши янада кучаймоқда ва бунинг натижаси

жисмоний тарбия ва спорт билан шуғулланаётган болалар ва ўсмирлар сони йилдан-йилга ортиб боришига асос бўлмоқда.

Ўзбекистонда болалар спортини ривожлантириш жамғармаси ҳомийлик кенгаши ўз фаолиятини жойларда болалар жисмоний тарбия ва спортининг моддий базасини шакллантириш, аҳоли манзилгоҳларида замонавий болалар спорт комплекслари тармоғини барпо этишдан бошлади. Болалар спортини ҳар томонлама ривожлантириш мақсадида, мамлакат ва ҳудудлар миқёсида спорт билан шуғулланаётган болалар ва ўсмирлар сони аниқланиб, илмий ва тиббий асослар ҳамда ҳудудларнинг табиий шароитлари ҳисобга олинган ҳолда, истикболли спорт турлари ривожлантирила бошланди. 2003 йилда Жамғарма орқали 130 та спорт ишооти қурилиши ва таъмирланиши ишлари йўлга қўйилди. Республикада тиббий ва илмий асосланган 2,8 мингдан ортиқ спорт тўғараклари ташкил қилиниб, уларга 85 мингдан ортиқ болалар жалб қилинди.

Болалар оммавий спорт маҳорати бўғинидаги тадбирлар, оммавий разрядлар кўрсаткичидан иккинчи – спортнинг юқори маҳорати бўғинига, ўсмир-ёшлар спорти орқали тайёрланадиган 1-чи разрядли спорт устаси номзоди ва спорт устаси даражасига чиқиш имкониятларини яратади. Мамлакатда оммавий ва юқори спорт тизими доирасидаги Болалар ва ўсмирлар спорт мактаблари, олимпия ўринбосарлари коллежлари, Республика олий спорт маҳорати мактабларида юқори малакали ва истеъдодли, ўз Ватани шон-шухрати учун кураша оладиган спортчилар тайёрланиши йўлга қўйилди.

Замонавий ўқув ва спорт базасига эга бўлган ана шундай коллежлар Жиззах, Хоразм, Андижон, Фарғона шаҳарларида фойдаланишга топширилди.

Ёпиқ ва очиқ иншоотларда машгулот ўтказиш учун мўлжалланган барча спорт жиҳозлари ва анжомлари тўла-тўқис яроқли ва ишончли маҳкамланган бўлиши керак. Жиҳоз ва анжомларни яроқлилиги, мустаҳкамлиги бўйича ўтказилган кўрик натижалари махсус журналга қайд этиб борилади.

Гимнастик снарядларнинг бириктирилган ёки туташган жойлари эгилмаган, кимирламаслиги, маҳкамланадиган мурувватлари (гайка, винтлари) ишончли қотирилган бўлиши лозим.

Брусларнинг жерди (ёғоч қисми) ҳар ўқув йили олдидан мукаммал таъмирланиши керак. Уларда ёриқлар пайдо бўлса уларни алмаштириш лозим.

Турникда машқлар бажаришдан олдин ва тугатилганидан сўнг унинг гриф қисмини қуруқ латта билан артиш ва «шкурка» билан тозалаш лозим. Крюк, растяжкалар маҳкамланадиган пластиналар полга мукаммал қотирилган бўлиши керак.

Гимнастик бревно ёриксиз булиши ҳамда буранг (қийшайган) бўлмаслиги лозим. Гимнастик «эшак»нинг тиргаклари корпус кутиларига яхши маҳкамланган булиши лозим. Гимнастик тўшаклар гимнастик снарядлар атрофига яқинроқ тўшалиши, сакраб тушганда, йиқилиб тушганда майдон ҳосил қилиши керак. Гимнастик кўприкчага (мостик) депсинганда сирпанишни олдини олиш мақсадида устки қисми резина билан қопланган бўлиши лозим.

Тўлдирма тўплардан ўқувчиларнинг жисмоний тайёргарлиги, ёшига қараб рақамлари бўйича фойдаланиш лозим.

Улоқтириладиган снарядлар вазни мусобақа қоида­сига мувофиқ ўқувчилар жинси, ёшига мос бўлиши керак.

Жихозларни жойлаштиришда ҳар бир снаряд атрофида хавфсиз ҳудуд (зона) бўлишини назарда тутиш керак.

Зал дарсга, машғулотга ўқув дастури талабларидан келиб чиққан ҳолда тайёрланиши керак.



4-расм. Мактаб спорт зали кўриниши

Спорт залида машғулот ўтказишда магнезия ёки канифолдан фойдаланиш керак ва бу чангланишни олдини оловчи махсус қутида сақланиши керак.

Ўқувчиларни сувга тушишига (бассейнга ўтишига) фақатгина жадвалда фамилияси кўрсатилган ўқитувчи, мураббий ҳозир бўлганида рухсат берилади. Ўқитувчи ёки мураббийнинг бошқаси билан алмаштирилиши фақат мактаб директори рухсати билан амалга оширилиши мумкин. Сузиш бўйича машғулотларни мураббийлар ўтказадилар. Бу ҳолатда жисмоний тарбия ўқитувчилари ўз-ўзидан мураббийга ёрдамчи бўладилар, ҳар хил ташкилий вазифаларни бажарадилар ва машғулот жараёнида қатнашадилар.

Машғулотларни табиий сув хавзаларида ўтказишга фақат машғулот олиб бориш учун махсус жой ажратилганда ва жиҳозланганда, ажратилган жой санитария талабларига жавоб берганда рухсат этилади.

Болаларни сузишга ўргатиш жойи, уларнинг жиҳозланиши машғулотлар бошлашдан олдин туман ва маҳаллий санэпидмарказ ва спорт ташкилотлари билан келишилади.

Табиий сув ҳавзаларидан машғулотлар учун жой танлашда қуйидаги “Мактаб ўқувчиларини сузишга ўргатиш бўйича тавсиялар” талабларига амал қилиш лозим:

- сув ҳавзасининг туби чўмилишга ажратилган ёки ҳавзанинг махсус жиҳозлаб ажратилган жойи билан бирга бир текисда бўлиши;
- уларда сувнинг чуқурлиги 1,2 метрдан ошмаслиги;
- сувнинг оқими (ҳаракати) тезлиги секундига 0.3 метрдан ошмаслиги;
- табиий сув ҳавзасининг туби қумли бўлиши ва шох-шаббалардан, тошлардан, сув ўсимликларидан, темир ва бошқа болаларга хавф солувчи нарсалардан тозаланиши;
- чўмилиш жойи ажратилган бўлиши;
- машғулот давомида қутқарув воситалари (қутқарув ҳалқаси, арқонлар, таёқлар, зарур ҳолатларда қутқарув қайиқлари ва ҳоказо) бўлиши керак.

Сузиш бўйича машғулотлар ўтказишга зарур шарт-шароитлар тайёрлашда ўқитувчи-мураббий машғулот ўтказишга ҳалақит берадиган камчиликларни бартараф этиши, иложи бўлмаган ҳолатларда машғулотларни тўхтатиши, бекор қилиши лозим.

Барча ўқувчилар “Мактаб ўқувчиларини сузишга ўргатиш бўйича тавсиялар” талабларини билишлари ва қатъий амал қилишлари керак

Спорт иншоотларининг ёрдамчи хоналари

Ёрдамчи хоналар қуйидаги асосий гуруҳларга бўлинади: томошабинлар учун хоналар; спортчилар учун хоналар; ҳакамлар ва мураббийлар учун хоналар; радио телешарҳловчилар ва матбуот хоналари; маъмурий-хўжалик хоналари.

Спорт иншоотларини томошабинлар трибуналари билан лойиҳалашда томошабинлар ва спортчиларнинг ҳаракатланиш йулаклари ҳамда зоналарининг алоҳида бўлиши талабларига қатъий риоя этилиши лозим. Улар томошабинлар ва спортчилар учун махсуслашган бинога кириш ҳамда чиқиш жойларига эга бўлишлари зарур. Томошабинлар учун мўлжалланган хоналарга вестибюллар, гардероб, коридорлар, фойе, буфетлар, санитария хоналари, чекиш жойлари, чипта сотиш кассалари ва фахрий ташриф буюрувчилар учун махсус хоналар киради. Гардеробли вестибюль майдони ҳар бир томошабин учун камида $0,24 \text{ м}^2$, фақат гардероб майдонида эса ҳар бир томошабин учун $0,08 \text{ м}^2$ га тенг ўлчамларда қабул қилинади. Барьернинг узунлиги 40-50 томошабинга (баъзи ҳолларда 60 томошабин) 1 м барьер ҳисобида қабул қилинади. Кулуарлар, фойе ва буфетларда умумий меъёрларга кура ҳар бир томошабин учун $0,5-0,6 \text{ м}^2$ қабул қилинади. Трибуналарнинг сиғими 10

мингдан ошганда бу меъёр – ҳар бир томошабин учун $0,3-0,4\text{ м}^2$ гача камайтирилиши мумкин. Спорт иншоотидаги санитария хоналари барча қаватлар бўйича бир текисда тақсимланиши лозим. Ҳожатхоналарни ҳисоблашда аёл-эркак нисбати 3:5 кўринишида олинади. Эркаклар ҳожатхонасида ҳар юз киши учун 1 унитаз ва 2 писсуар, аёллар туалетида ҳар 50 киши учун 1 унитаз мўлжалланиши лозим. Агарда биринчи қаватдаги шамоллатиш ва ҳавони вентиляция шароитлари талаб даражасида бўлса, бу ерда чекишга рухсат берилади ва махсус чекиш хоналарини лойиҳалаш зарурати қолмайди. Чипта сотиш кассаларининг сони соатига ҳар бир кассадан 400-500 чипта сотиш имкониятидан келиб чиқилади.

Спортчилар учун хоналар гуруҳи қуйидагича: вестибюль гардероби билан, кийим алмаштириш, душ, ҳожатхона, массаж хоналари, куруқ-иссиқлик ҳаммоми, тиббиёт хонаси, буфетлар, дам олиш хонаси ва спортчиларни аренага чиқиш олдидан йиғиш хоналари. Санаб ўтилган барча хоналарни бир ерда гуруҳлаштириш ва бошқа хоналардан ажратиш ҳамда арена билан алоқани қулайлаштириш мақсадга мувофиқ. Душ хоналари умумий ёки алоҳида бўлимлардан иборат бўлади. Кўп ҳолларда душ хоналарида чегараловчи деворларни қўллаш яхши натижалар беради.

Санитар-гигиеник талаблар юқори қўйилган иншоотларда, масалан, соғломлаштириш жисмоний тарбия иншоотларида, сув ҳавзаларида ўтказиш душлари ва оёқ душлари қўлланилади.

Душ хонасининг энг кичик ўлчами $0,9\times0,9\text{ м}$. Чегараловчи деворнинг баландлиги 2 м. Душ хоналари қаторлари орасидаги йўлакнинг эни 1,5 м. Душ хоналари ва девор орасидаги йўлакни эни 0,9 м. Оёқ душининг ўлчамлари $0,85\times1\text{ м}$ ҳисобида.

Душлар сони қуйидаги ҳисоблашдан аниқланади: спорт залларида бир вақтда шуғулланаётган 3 кишига 1 та душ, инструкторлар учун 20 кишига 1 душ.

Ҳожатхоналардаги санитария жиҳозлари сони қуйидагича: бир вақтнинг ўзида сув ҳавзасида машғулот ўказаётган 25 киши учун унитаз ва 1 та писсуар, аёллар ҳожатхоналари — бир вақтнинг ўзида сув ҳавзасида машғулот ўтказаётган 15 киши учун 1 та унитаз ёки 30 ўринли кийиниб-ечиниш жойи.

Массаж хоналари 1 та стол учун 12 м^2 . Столлар сони кўпайиши билан ҳар бир стол учун 6 м^2 қўшилади.

Куруқ-иссиқ ҳаммом майдони 10 м^2 дан кам бўлмаган бир ўринга 1 м^2 ҳисобида аниқланади.

Буфет спорт залида ёки сув ҳавзасида шуғулланаётган ҳар 6 кишига бир ўрин ($1,2-2\text{ м}^2$) ҳисобида лойиҳаланади ва буфет учун қўшимча хоналар назарда тутилади.

Меҳмонхона биносининг қурилиш-конструктив асоси

Меҳмонхонанинг конструктив схемаси асосида яшаш хонасининг ўлчамлари ётади.

Замонавий меҳмонхона бинолари қурилишида каркас ва панел, шунингдек монолит, темирбетон тизимлари кенг тарқалди.

Меҳмонхоналар қурилишида қуйидаги энлама конструктив қадамлар қўлланилади: 480, 540, 600, 640 ва 720 см. Бир кишилик хонанинг ўқлар оралиғи (кенглиги) 240, 270, 300, 330, 360 см ўлчамида бўлиши мумкин. Аксарият мақсадга мувофиқ бўлган хоналарнинг композицион очилиши 330 ва 360 см ли қадам асосида олиниши мумкин. Яъни: 1-каркас сеткаси (тўри) тўлиқ бир кишилик хона ўлчамлари модули билан боғланган; 2-каркас сеткаси (тўри) икки бир кишилик хоналарни қоплашга асосланган бўлиб, бунда ички оралиқ парда девор сурилиши билан бу икки хоналарда бир-бирига тенг бўлмаган майдонларни юзага келтиради; 3-каркас сеткаси икки хона учун модулни сақлайди, аммо консол мосламаси ҳисобига устунлар сони 2 марта қисқаради, уларга енгиллашган ташқи деворлар таяниб туради.

Бир турдаги ячейкалардан ташкил топган токсона корпусларида панель конструкцияларини қўллаш мақсадга мувофиқ. Сўнгги йилларда ҳажмий-блочки конструкциявий ётоқхоналар қурилишида қўлланилиб, уларнинг ячейкалари ётоқхона ҳажмига тўғри келади. Юқори сейсмик ҳолатли туманларда, шунингдек, қурилиш базаларидан узоқда жойлашган туманларда монолит конструкцияларини қўллаш тавсия этилади ва бунда сирпанувчан ёки кўчма опалубкали индустриал усуллар ёрдамида бинолар барпо этилади.

Компакт ҳал этилган биноларни қуришда ёпмаларни кўтариш усули кенг тадбиқ этилмоқда.

Меҳмонхона биноларини архитектуравий композицияси

Меҳмонхона биносининг ҳажмий-фазовий композицияси унга тегишли икки асосий ҳажмий элементлар муносиблигидан келиб чиқади: турар жой ва жамоат турар жой хоналаридан иборат бўлган яшаш қисми турли қаватлиликка ва катта бўлмаган қурилиш майдонига эга бўлади. Бунда бионинг жамоат қисмининг майдони 1-3 қаватгача баландликка эга бўлгани ҳолида турар жой гуруҳи майдонидан ортиб кетади. Шунинг учун меҳмонхона мажмуасининг умумий архитектуравий композициясидаги турар жой ва жамоат қисмлари турли ҳажмга эга бўлиб, турли мутаносибликда бўлади: жамоат қисми турар жой корпусига туташади; жамоат хоналари гуруҳи қисман турар жой қисмини ҳажмига кириб боради ва қисман унинг ташқарисида қолади.

Турар жой каватидаги энлама коммуникацияларини максимал қисқартириш мақсадида аксарият йирик меҳмонхоналар кўп қаватли ҳолда лойиҳалаштирилади. Бу билан қурилиш майдони сезиларли қисқартиришга ва режанинг компактлигига эришилади.

Автотуристлар учун меҳмонхоналар

Оддий турдаги меҳмонхоналардан фаркли ўлароқ, мотеллар ҳам қаватли, бир-биридан ажратилган, кичик хоналари бўлган бинолар бўлиб, бевосита улар яқинида автомобиллар туриш жойлари жойлаштирилади.

Мотеллардаги турар жойлар аксарият бир хонали ва бунда ётоқхонаси ва мужассамлашган санитария хоналари ваннаси ёки душ билан лойиҳаланади. Кўп ҳолларда мотелнинг турар жой хоналарида ёки олд қисмида ошхона ўрнатилади.

Биринчи гуруҳдаги схемаларда алоҳида павильон кўринишидаги хоналар кўрсатилган; иккинчи, учинчи ва тўртинчи схемаларда эса мотеллар кўриниши амалиётда кенг тарқалган, хоналарни блоклаштириш усули кўрсатилган. Учинчи ва тўртинчи усуллар нисбатан иқтисодий самарали бўлиб, бунда санитария хоналари бино узунлигини максимал қисқартирган ҳолда унинг ён томонида жойлашади.

Хоналарни бир қатор блоклаштиришда санитария хоналарига киравериш тарафдан ёки автомобиллар туриш жойи ажратган ҳолда шлюз орқали кириш мумкин бўлган ҳолда жойлаштирилади.

Икки қаторли хоналарни блоклаштиришда санитар-техник мосламалар 4 тадан гуруҳлашган ҳолда ичкарасида ёки хоналар оралиғида сунъий ёритгичликка эга ҳолда жойлаштирилади. Санитария хоналари улар ичкарасида жойлашганлиги иқтисодий самаралидир.

Мотелларни лойиҳалашда турар жой хонасининг автомобиллар туриш жойи билан боғланиши катта ҳамиятга эга. Автомобилларни мотелларда жойлаштирилишининг қатор усуллари мавжуд. Энг содда усуллардан бири автомобилларни хоналар олдида жойлаштиришдир. Бундай ечим бир қаторли блоклаштирилган турар жой хоналарида нисбатан қулай бўлиб, икки қаторли блоклаштиришда эса ноқулай. Турар жой хоналари орасида автомобилларни жойлаштириш янада қулай бўлиб, бунда ҳаракат бир ёки икки томондан амалга оширилиши мумкин.

Яна бир бошқа ҳолда икки қаватли мотелларнинг турар жой хоналари остида автомобиллар жойлаштирилиб, бунда хоналар деразаларидан ташқи кўриниш яхшиланади ва қурилиш майдонлари тежамкорлик билан фойдаланиш таъминланади.

Хизмат кўрсатувчи хоналар ўлчамлари ва тизими яшовчилар сонига боғлиқ. Унча катта бўлмаган тунаб қолиш учунгина мўлжалланган мотелларда хизмат кўрсатиш станцияси ва тамаддихонаси нисбатан йирик ва оз вақт қолиш учун мўлжалланган мотелларда дам олиш, ўйин хоналари, ресторан, сайилгоҳ ва бошқалардан ташкил топиши мумкин.

Маъруза учун тақдимотлар

Тақдимот № 1.

Спорт иншоотлари тармоғининг тўрт босқичи ўзаро фарқланади

Биринчи босқич ўз таркибига кундалик машғулотлар учун мўлжалланган жисмоний тарбия – спорт иншоотларини, шу жумладан гимнастика, енгил атлетика, баскетбол, волейбол, стол тенниси учун машғулот майдончалари комплексини олади.

Иккинчи босқич бошланғич жисмоний ва спорт тайёргарлиги учун мўлжалланган жисмоний тарбия ва спорт иншоотлари комплексларидан иборат.

Спорт иншоотларини учинчи босқичи иккита алоҳида комплексларга: спорт ва жисмоний тарбия комплексларига бўлинади.

Спорт иншоотларининг тўртинчи босқичи бокс, кураш, оғир атлетика машғулотлари учун спорт иншоотларини ўз таркибига олади. Мазкур иншоотлар улкан иншоотлар – спорт саройлари, стадионлар таркибига кириши мумкин

Тақдимот № 2.



Тақдимот № 3.

Мўлжалланган вазифаларига қараб жисмоний тарбия – спорт иншоотларини микрорайон, район, районлараро ва умумшаҳар иншоотларга бўладилар.

Микрорайон жисмоний тарбия - спорт иншоотлари мазкур участкада жойлашган одамлар яшаш уйлари ёки микрорайонни ташкил этиб турган айрим уйлар гуруҳларига хизмат кўрсатиш учун мўлжалланган.

Район спорт иншоотлари фақат битта одамлар яшайдиган уйда ёки 20 дақиқа яёв юриш радиусида жойлашган ишлаб чиқариш-яшаш массивида яшовчи аҳолига хизмат кўрсатишга мўлжалланган бўлади.

Районлараро жисмоний тарбия ва спорт иншоотлари жамоат транспортида 20 дақиқа давомида етиб келадиган радиусда жойлашган одамлар яшаш уйлари гуруҳида яшовчи аҳоли учун хизмат кўрсатиш учун лойиҳалаштирилади.

Умумшаҳар спорт иншоотлари ягона спорт маркази таркибида лойиҳалаштирилади.

Такдимот № 4.

Микрорайон ва район спорт марказлари таркибига, одатда, спорт ядроси, 2 тадан 5 тагача футбол майдонлари, 2 тадан 8 тагача волейбол майдончалари, иккитадан олтитагача баскетбол майдончалари, 2 тадан 5 тагача теннис учун майдончалар, учтадан саккизтагача бадминтон учун майдончалар, тўрттагача гимнастика майдонча комплекслари, учтадан саккизтагача стол тенниси учун столлар, спорт заллар, очиқ сув ҳавзалари киради.

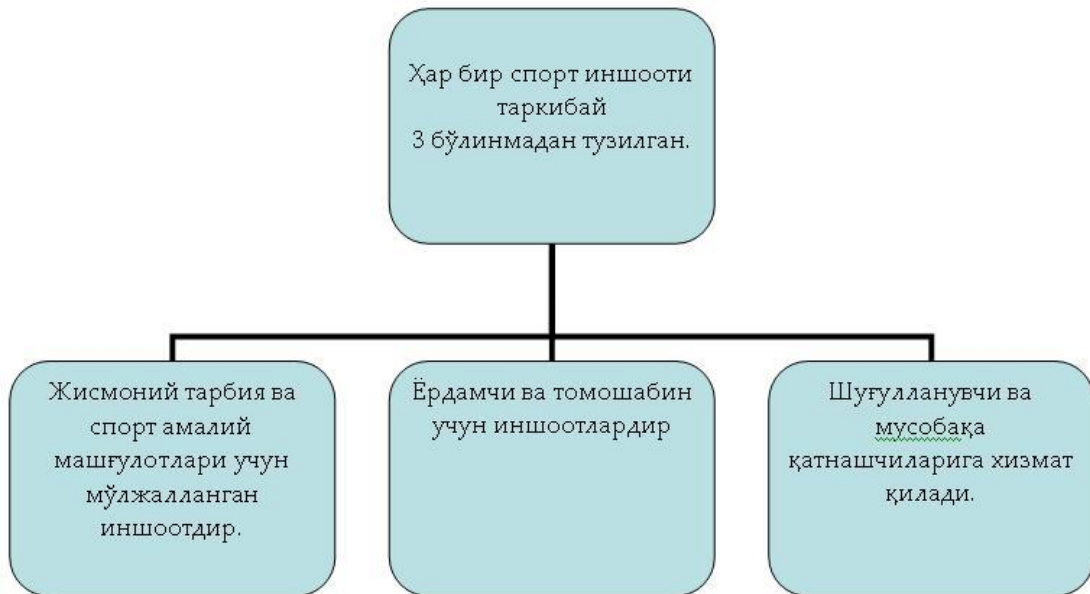
7 – 11 минг аҳоли истиқомат қиладиган посёлкада (шаҳарчада) жойлашган замонавий қишлоқ спорт - соғломлаштириш комплекси (тузилиши бўйича унча мураккаб бўлмаган комплекс), спорт ядросини, томошабинлар учун трибуналар, 2-3 та баскетбол майдончалари, 2-4 волейбол майдончалари, теннис корти, ирғитиш учун секторларни, умумий юзаси 1200 м² бўлган гимнастика машқларини бажариш учун жой, қўл тўпи ўйини учун майдончани ўз ичига олган спорт иншоотлари комплексида иборат. Ўйин майдончалари соҳасида унча катта бўлмаган ердан фойдаланиб трибуналар тайёрланади ва 1000 кишига мўлжалланган томошабинлар учун ўриндиқлар ўрнатилади. Шунингдек спорт комплекси таркибида 24x12м ўлчамли зали бўлган спорт биноси бўлиши керак.

Такдимот № 5.

Гуруҳларда ишлаш қоидалари:

Ҳар бир инсон ўз ўртоқларини уларнинг ҳурматини ва хоҳиш-иродаларини ҳурмат қилган ҳолда қулоқ солиши керак ;
Ҳар бир инсон фаол ва биргаликда ишлаши, топширилган топшириқни бажаришга масъулият билан ёндашиши керак ;
Ҳар бир инсон ўзига ёрдам зарур бўлган ҳолларда ёрдам сўраши керак ;
Ҳар бир инсон ундан ёрдам сўралганда ёрдам бериши керак ;
Ҳар бир инсон гуруҳ фаолияти натижаларини баҳолашда иштирок этиши керак ;
Ҳар бир инсон бошқаларга ёрдам бера туриб, ўзимиз ҳам ўрганиб боришимизни, яъни биз битта қайиқдамиз: ёки биргаликда сузиб чиқишимизни ёки биргаликда чўкб кетишимизни аниқ тушунишимиз керак!

Такдимот № 6



ЎЗБЕКИСТОН РЕСПУБЛИКАСИ МАДАНИЯТ ВА СПОРТ ИШЛАРИ
ВАЗИРЛИГИ

ЎЗБЕКИСТОН ДАВЛАТ ЖИСМОНИЙ ТАРБИЯ ИНСТИТУТИ

Информатика ва ахборот технологиялари кафедраси

Спорт иншоотлари фанидан амалий машғулот ишланмалари

Тошкент – 2011

Амалий машғулот № 1. Фанга кириш

Ўқув дарсининг мақсади:

1. «Спорт иншоотлари» фани тўғрисида маълумот бериш

Машғулот давомида талабага бериладиган билим:

1. «Спорт иншоотлари» фанинг асосий мақсади
2. Спорт иншоотларининг асосий турлари

Машғулотнинг ташкилий тузилиши ва режаси

№	Машғулот босқичлари	Вақти
1.	Ташкилий босқичи	5 мин
2.	Ўқув материални баён қилиш	30 мин
3.	Биринчи маъруза бўйича талабалар орасида сўров ўтказиш	20 мин
4.	Билим даражасини назорат қилиш	15 мин
5.	Кейинги дарснинг мазмуни билан таништириш	5 мин
6.	Якуний қисм	5 мин

Машғулот мазмуни

Жисмоний тарбия ва спортни ривожланиши спорт иншоотларини қурилиш масалалари узвий боғлиқ.

Спорт иншоотлари – соғлиқни мустаҳкамловчи, меҳнаткашларини иш қобилиятини оширувчи ва меҳнат унумдорлигини кўтарувчи маскан.

Спорт иншоотлари очик ва ёпиқ типда бўлади, ундан ташқари спорт иншоотлари алоҳида ва комплекс спорт турлари учун қурилади.

Спорт иншоотларини жиддий масалаларидан бири бу оддий спорт майдончаларини ва иншоотларини қуриш, жисмоний тарбиянинг тараққиётига ва оммавийлаштиришига катта ҳисса қўшади.

Оддий спорт майдончаларини режалаштиришда шуғулланувчиларни ёшини назарда тутиш лозим. Оддий спорт иншоотлари шуғулланувчиларни ёшига қараб қуйидагиларга бўлинади:

- 1) мактабгача бўлган болалар учун майдонча;
- 2) ўсмирлар учун спорт иншоотлари;
- 3) мактаб учун спорт майдончаси
- 4) соғломлаштирувчи марказлар учун спорт иншоотлари
- 5) қариялар ва ногиронлар учун спорт иншоотлари

Ундан ташқари спорт иншоотлари турар жойи ва режалаштирилган тизим бўйича ҳам жойлаштирилади.

Турар жойи бўйича: 1) Турар жой иншоотлари; 2) Мактаб учун иншоотлар; 3) Дам олиш масканлари учун иншоотлари;

Режалаштирилган тизим бўйича: 1) Ўйин майдончалари; 2) Ўйин майдонлари; 3) Комплекс майдончалар; 4) Спорт комплекслари; 5) «Саломатлик йўлакчалари».

Амалий машғулотнинг билим даражасини аниқлаш учун саволлар

№	Асосий машғулот турлари	Саволлар
1	«Спорт иншоотлари» фанига кириш	1. «Спорт иншоотлари» тушунчасини очиб бериш? 2. Спорт иншоотлари қандай турларга бўлинади? Ҳар бир тур бўйича мисол келтиринг. 3. Оддий спорт иншоотлари нима учун керак? 4. Ёш ва жисмоний жиҳатдан спорт иншоотлари қандай турларга бўлинади?; Турар жой бўйича?; Режалаштирилган тизим бўйича? 5. Қандай спорт иншоотлари ўйин майдончаларига киради? Комплекс майдончалари нима? 6. Жисмоний-спорт комплекси нима?

Мазкур машғулот бўйича топшириқлар:

Шаҳардаги, дунёдаги буюк спорт иншоотлари ва уларнинг спортни оммалашишидаги ўрни ҳақида реферат тайёрлаш.

Адабиётлар:

1. И.Б. Бурлаков, Г.П. Неминуций «Спортивно-оздоровительные сооружения и их оборудование» М.: СпортАкадемПресс, 2002
2. Ю.А. Гарин «Спортивные сооружения, М.: ФиС, 1976
3. М.Н. Золотов «Формирование адекватной спросу населения сети физкультурно-спортивных сооружений на основе маркетинговых исследований» Теория и практика физической культуры № 3 2003

Амалий машғулот № 2. Баскетбол ва волейбол ўйин майдонлари.

Ўқув машғулотининг мақсади:

1. Баскетбол майдонининг чизмаси билан таништириш
2. Волейбол майдонининг чизмаси билан таништириш

Машғулот давомида талабага бериладиган билим:

1. Баскетбол майдонининг кўриниши ва ўлчамлари
2. Волейбол майдонининг кўриниши ва ўлчамлари

Машғулотнинг ташкилий тузилиши ва режаси

№	Машғулот босқичлари	Вақти
1.	Ташкилий босқичи	5 мин
2.	Билим даражасини назорат қилиш	15 мин
3.	Ўқув материални баён қилиш	20 мин
4.	Баскетбол ва волейбол майдон чизмаларини бажариш	25 мин
5.	Чизмаларни қабул қилиш ва баҳолаш	5 мин
6.	Кейинги дарснинг мазмуни билан таништириш	5 мин
7.	Якуний қисм	5 мин

Машғулот мазмуни

Баскетбол ўйин майдони тўғри тўртбурчак шаклида бўлади. Ўйин майдонининг сатҳи қаттиқ материалдан бўлиб, силлиқ ва тоза бўлиши шарт. Асосий ўлчамлари ички чизик четидан ҳисобланиб, узунлиги 26 м, эни 14 м. га тенг бўлади. Майдон атрофидаги ҳавфсизлик зонаси 1 м. дан кам бўлмаслиги керак. Томошабинлар учун жойлар майдондан узоқлиги 2 м. дан кам бўлмаслиги керак.

Ўйин майдонининг чизиклари аниқ кўрсатилган бўлиши керак. Майдон узунлиги бўйича чизилган чизиклар «ён чизиклар», эни бўйича чизилган чизиклар «юза чизиклар» дейилади. Чизиклар қенглиги 5 см. га тенг.

Марказ доираси радиуси 1,8 м. га тенг. Марказий чизик юза чизикларга параллел равишда ўтказилади ва ён чизиклардан 15 см. га чиқиб туриши шарт.

Уч очколик зона - ярим доира шаклида бўлиб, унинг радиуси 6,25 м. га тенг. Бундан ташқари баскетбол майдонининг юза чизигидан 0,4 м узоқликда баскетбол устунлари ва шит жойлашади. Баскетбол шитининг ўлчамлари қуйидагича бўлади:

- узунлиги 1,8 м.
- эни 1,2 м.

Волейбол ўйин майдони тўғри тўртбурчак шаклида бўлади. Ўйин майдонининг сатҳи қаттиқ материалдан бўлиб, силлиқ ва тоза бўлиши шарт.

Асосий ўлчамлари ички чизиқ четидан ҳисобланиб, узунлиги 19 м, эни 9 м. га тенг бўлади. Майдон атрофидаги ҳавфсизлик зонаси 3 м. дан кам бўлмаслиги керак. Майдон чизиқлар қалинлиги 5 см. Ўрта чизиғи тўр остидан чизилади ва майдонни икки тенг бўлимга бўлади.

Волейбол майдонининг жиҳозларига қуйидагилар киради:

- тўр икки устун орасида тортилган бўлиб унинг эни 1 м ва узунлиги 9,5 м. бўлади;
- эркаклар учун тўрнинг баландлиги 2,43 м. бўлади. Аёлларники эса 2,24 м. бўлади.

Амалий машғулотнинг билим даражасини аниқлаш учун саволлар

№	Асосий машғулот турлари	Саволлар
1	Баскетбол ўйин майдони	1. Баскетбол майдонининг ўлчамлари қандай? 2. Баскетбол ўйини учун қандай жиҳозлар керак бўлади?
2	Волейбол ўйин майдони	1. Волейбол майдонининг ўлчамлари қандай? 2. Волейбол ўйини учун қандай жиҳозлар керак бўлади?

Мазкур машғулот бўйича топшириқлар:

1. Баскетбол майдонининг чизмаси
2. Волейбол майдонининг чизмаси

Адабиётлар:

1. Ю.А.Гагин. Спортивные сооружения. Учебник для ИФК. М., ФиС, 1976 г.
2. А.В.Николаенко. Спортивные сооружения: Учебное пособие для студентов факультетов физического воспитания пед. институтов. М., «Просвещение», 1976 г.
3. Правила соревнований по баскетболу
4. Правила соревнований по волейболу

Амалий машғулот № 3. Футбол ва қўл тўпи майдонлари

«Футбол ва қўл тўпи майдонлари» мазуси бўйича амалий машғулотнинг
технологик харитаси.

Босқич, вақт

Фаолият

	ўқитувчи	талабалар
1 босқич. Kirish (10 мин)	1.1. Машғулотнинг мавзусини, мақсадини, ўқув топшириқларидан режалаштирилган натижаларни, режа ва хусусиятларини эълон қилади.	Тинглайдилар, ёзиб оладилар
2 босқич. Билимларни мустаҳкамлаш (20 мин)	2.1 Футбол ва қўл тўпи учун майдончаларнинг асосий ўлчамларини айтишни, шунингдек уларни жиҳозларини тавсифлашни таклиф қилади. Блиц-сўров ўтказди	2.1 Майдончаларнинг асосий ўлчамларини айтадилар ҳамда жиҳозларни тавсифлайдилар.
3 босқич Индивидуал ишлаш (35 мин)	3.1 Топшириқ беради: Футбол ва қўл тўпи бўйича майдончалар чизмаларини чизиш.	3.1. Чизмаларни амалга оширадилар
4 босқич Якуний (15 мин)	4.1 Машғулотга якун ясайди, баҳолайди 4.2 Мустақил таълим учун топшириқ беради: таклиф этилган мавзулардан бири бўйича маъруза тайёрлаб келиш	4.1 Тинглайдилар, топшириқни ёзиб оладилар.

Машғулотнинг ташкилий тузилиши ва режаси

№	Машғулот босқичлари	Вақти
1.	Ташкилий босқичи	5 мин
2.	Билим даражасини назорат қилиш	15 мин
3.	Ўқув материални баён қилиш	20 мин
4.	Футбол ва теннис майдон чизмаларини бажариш	25 мин
5.	Чизмаларни қабул қилиш ва баҳолаш	5 мин
6.	Кейинги дарснинг мазмуни билан таништириш	5 мин
7.	Якуний қисм	5 мин

Машғулот мазмуни

Футбол майдони тўғри тўртбурчак шаклида бўлиб, узунлиги 90 м. дан то 120 м. гача ва унинг эни 45 м. дан 90 м. гача бўлади. Майдон чизикларини эни 12 см. дан кўп бўлмаслиги керак. Узунлиги бўйича чизилган чизиклар «ён чизиклари» дейилади. Эни бўйича чизилган чизиклар «дарвоза чизиклари» дейилади. Майдоннинг ўртасидан ўрта чизик чизилади ва майдоннинг марказида айлана жойлаштирилади. Унинг радиуси 9,15 м. бўлади.

Дарвоза чизигидан ички томонидан 5,5 м. узоқликда дарвозага перпендикуляр равишда иккита чизик ўтказилади. Чизиклар узунлиги 5,5 м. га тенг. Икки чизикнинг уланиш жойидан дарвозага параллел равишда чизик ўтказилади ва ҳосил бўлган майдон дарвоза майдончаси деб юритилади.

Дарвозанинг ички томонидан 16,5 м. узоқликда икки томондан дарвозага перпендикуляр равишда иккита чизик ўтказилади. Унинг узунлиги ҳам 16,5 м. Дарвозага параллел равишда ўтказилган чизик жарима майдончасини ташкил қилади.

Футбол майдони жиҳозларига дарвоза киради. Унинг ўлчамлари 7,32x2,44 м.

Теннис майдончаси текисликда жойлашган спорт иншоотларига кириб, унинг устига махсус қоплама, махсус жиҳозлар ва ўлчамлари туширилади. Майдоннинг ўлчамлари 40x20 м. Икки томондан кортнинг ўқидан 6,4 м узоқликда ва параллел равишда узатиш чизиги жойлашади.

Теннис майдонида марказдан икки метал устунга қотирилган тўр тортилиши лозим. Тўрнинг баландлиги 1,06 м. бўлади. Устунлари ён чизигидан 91 см узоқликда қотирилади. Устунлари ёнидаги тўрнинг баландлиги 1,066 м. ва ўртасида 0,914 м. бўлади. Тўрнинг эни 1,066 м. бўлади. Тўрнинг ўрта чизикдаги баландлиги регулятор орқали ўзгаради. Теннис майдонининг атрофи метал тўр билан ўралади. Баландлиги 3,2 м. ни ташкил қилиши керак.

Чизикларнинг қалинлиги 5 см.

Амалий машғулотнинг билим даражасини аниқлаш учун саволлар

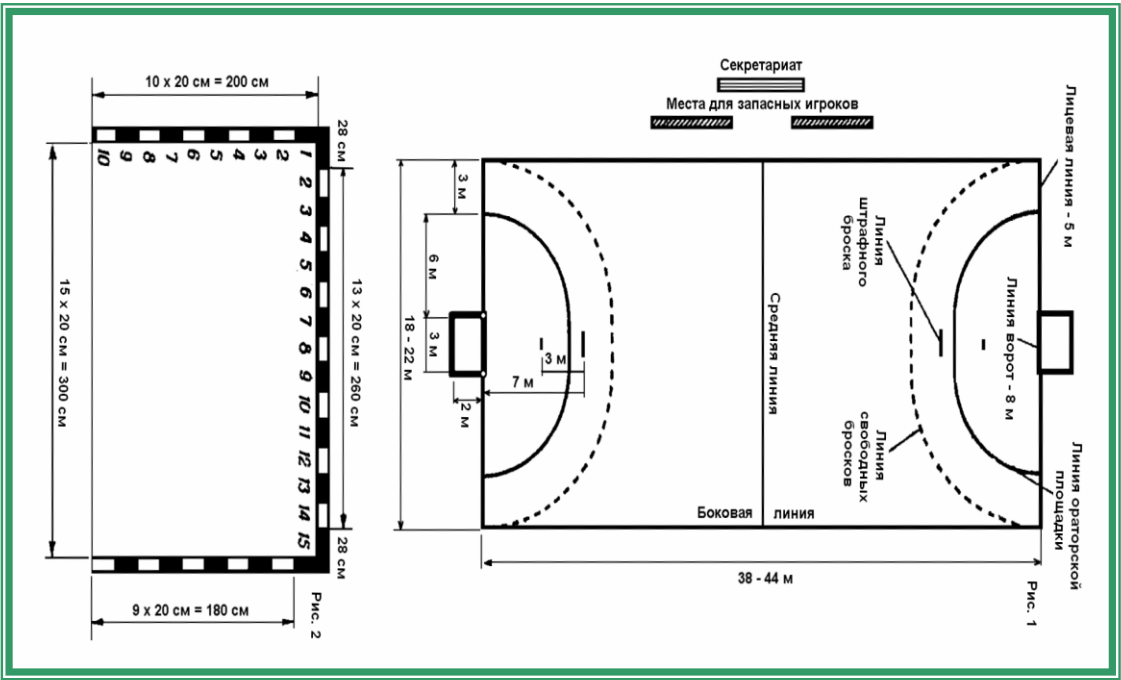
№	Асосий машғулот турлари	Саволлар
1	Футбол майдони	1. Футбол майдонининг ўлчамлари қандай? 2. Футбол майдони учун қандай жиҳозлар керак бўлади? 3. Футбол майдонининг чизмаси
2	Теннис майдони	1. Теннис майдонининг ўлчамлари қандай? 2. Теннис майдони учун қандай жиҳозлар керак бўлади? 3. Теннис майдонининг чизмаси

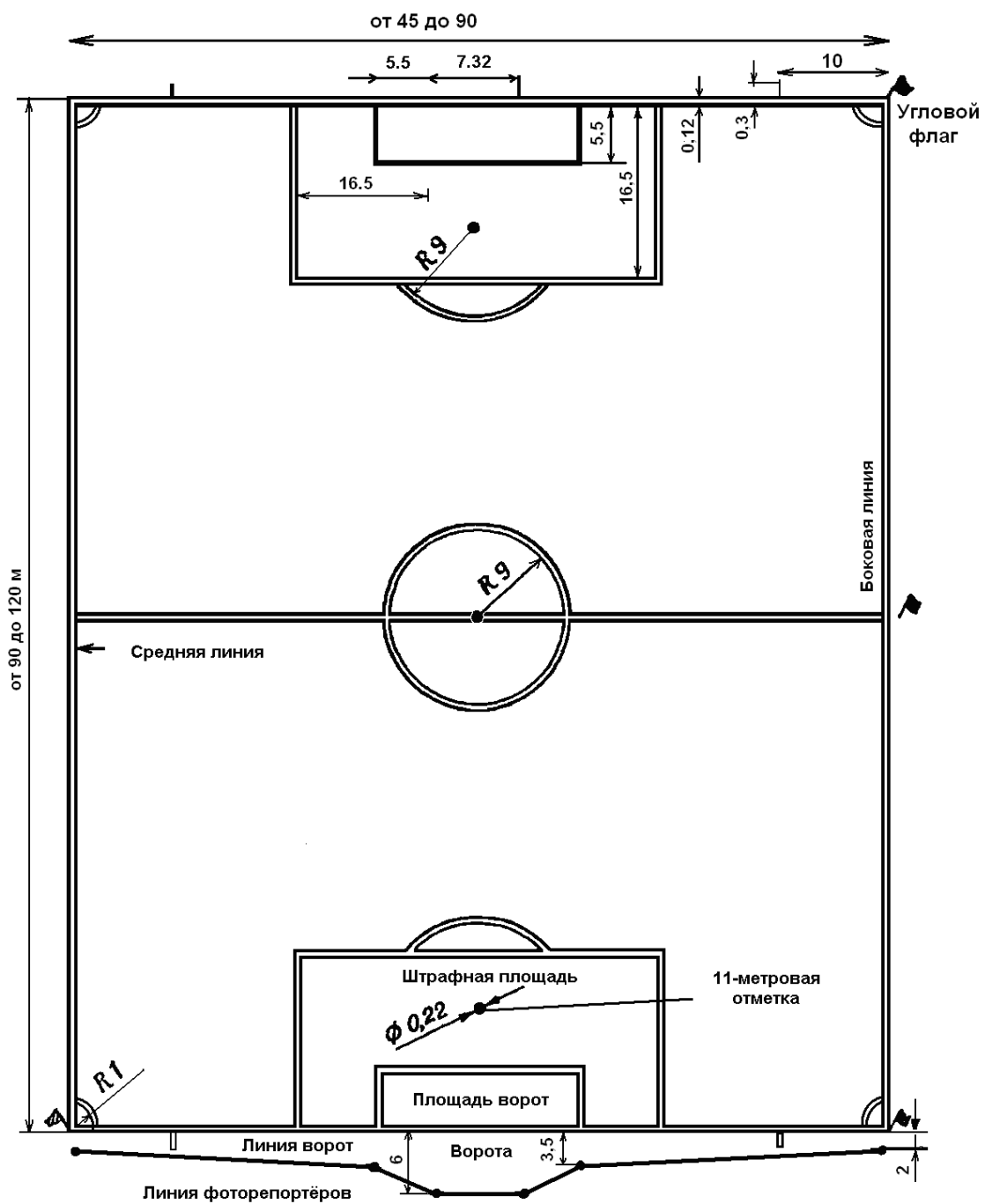
Мазкур машғулот бўйича топшириқлар:

1. Футбол майдонининг чизмаси
2. Теннис майдонининг чизмаси

Адабиётлар:

1. Ю.А.Гагин. *Спортивные сооружения. Учебник для ИФК. М., ФиС, 1976 г.*
2. А.В.Николаенко. *Спортивные сооружения: Учебное пособие для студентов факультетов физического воспитания пед. институтов. М., «Просвещение», 1976 г.*
3. Правила соревнований по футболу
4. Правила соревнований по теннису





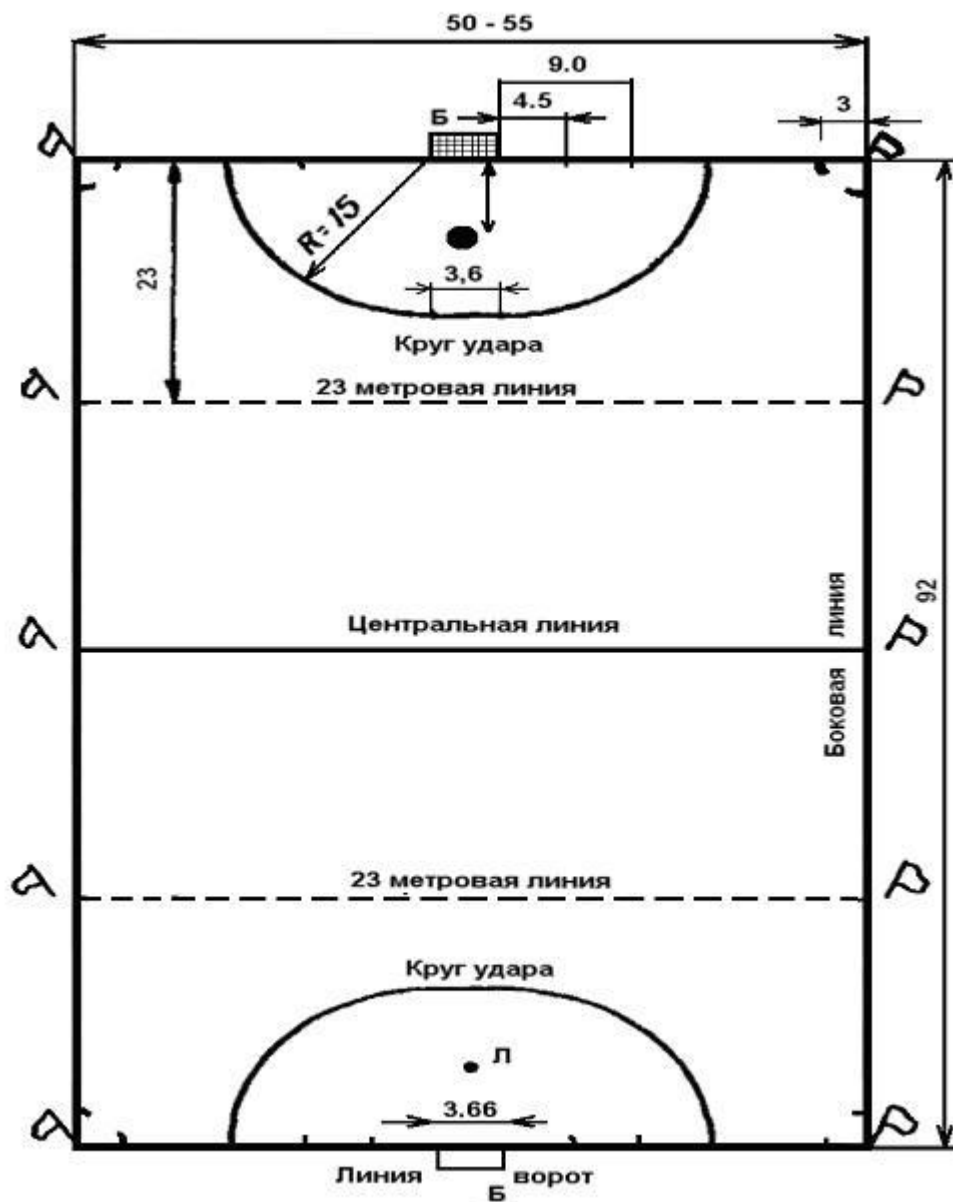
Амалий машғулот № 4. Чим устида хоккей учун майдон

«Чим устида хоккей учун майдон» мавзуси бўйича амалий машғулотнинг технологик харитаси

Босқич, вақт	Ўқитувчи	Фаолият	талабалар
1 босқич. Kirish (10 мин)	1.1. Машғулотнинг мавзусини, мақсадини, ўқув топшириқларидан режалаштирилган натижаларни, режа ва хусусиятларини эълон қилади.	Тинглайдилар, оладилар	ёзиб
2 босқич. Билимларни мустаҳкамлаш (20 мин)	2.1 Чим устида хоккей учун майдончаларнинг асосий ўлчамларини айтишни, шунингдек уларни жиҳозларини тавсифлашни таклиф қилади. Блиц-сўров ўтказди	2.1 Майдончаларнинг асосий ўлчамларини айтадилар ҳамда жиҳозларни тавсифлайдилар.	
3 босқич Индивидуал ишлаш (35 мин)	3.1 Топшириқ беради: чим устида хоккей учун майдон чизмасини чизиш	3.1 Чизмаларни амалга оширадилар	
4 босқич Якуний (15 мин)	4.1 Машғулотга якун ясайди, баҳолайди 4.2 Мустақил таълим учун топшириқ беради: таклиф этилган мавзулардан бири бўйича маъруза тайёрлаб келиш	4.1 Тинглайдилар, топшириқни ёзиб оладилар.	

Машғулотнинг ташкилий тузилиши ва режаси

№	Машғулот босқичлари	Вақти
1	Ташкилий босқичи	10 мин
3	Назоратни ўтказиш	40 мин
4	Назоратни қабул қилиш ва баҳолаш	10 мин
5	Кейинги дарснинг мазмуни билан таништириш	5 мин
6	Якуний қисм	5 мин



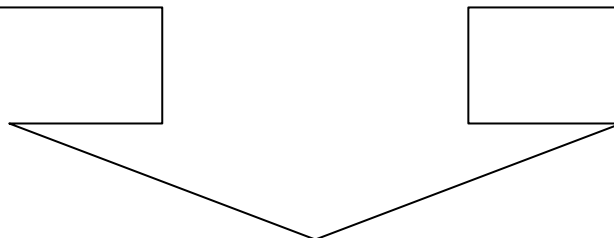
Амалий машғулоти № 5. Теннис ва бадминтон майдони

Амалий машғулот № 6. Очiq турдаги спорт иншоотлари. Спорт ядроси

Босқич, вақт	Фаолият	
	ўқитувчи	талабалар
1 босқич. Kirish (10 мин)	1.1. Мавзуни, мақсадини, режалаштирилган ўқув топшириғи натижаларини, уни ўтказиш хусусиятларини эълон қилади.	Тинглайдилар, ёзиб оладилар
2 босқич. Билимларни мустаҳкамлаш (20 мин)	2.1. Енгил атлетика машғулотлари учун мўлжалланган спорт залларининг асосий ўлчамлари ва жиҳозларини айтишни таклиф этади. Блиц-сўров ўтказади	2.1. Енгил атлетика машғулотлари учун мўлжалланган спорт залларининг асосий ўлчамлари ва жиҳозларини айтадилар
3 босқич Индивидуал ишлаш (35 мин)	3.1. Топшириқ беради: енгил атлетика машғулотлари учун заллар чизмасини бажариш.	3.1 Чизмаларни амалга оширадилар
4 босқич Якуний (15 мин)	4.1. Якуний хулоса чиқаради, баҳолайди.	4.1. Тинглайдилар, топшириқни ёзиб оладилар.

Одатда, спорт ядроси 400 метрли айланма югуриш йўлкачаси бўлади. Агар соддалаштирилган структурадаги ядро қурилган бўлса, югуриш йўлкачаси узунлиги 333, 250 ва 200 метр бўлади.

Спорт ядроси таркибидаги футбол майдонининг энг мақсадга мувофиқ ўлчамлари 104×69 м.ни, айланма югуриш йўлкачаси ўлчами – 400 м, унинг тўғри қисмларини узунлиги 86 м., бурилиш радиуси 36 метрни ташкил қилади. Майдон ён чизиқлари ва йўлкачанинг ички хошияси ўртасидаги йўлкача ва майдон ўлчамларининг бундай нисбатларида 1,5 метр кенгликдаги бўш соҳа пайдо бўлади. Югуриш йўлкачаларидаги умумий финиш чизиғи дароза чизиғидан ядро марказига томон 9,77 метр масофада жойлашади. Спорт ядроси таркибида энгил атлетика машғулоти учун иккита : шимолий ва жанубий секторлар назарда тутилади. Уларда сакраш ва ирғитиш учун жойлар жойлаштирилади.



Назорат учун саволлар:

1. Спорт ядроси нималрдан иборат?
2. Спорт ядроси таркибидаги айланма югуриш йўлкачаси ўлчамларини (тўғри югуриш қисмлари узунлиги ва бурилиш радиуслари қийматлари билан бирга) айтинг.
3. Спорт ядроси таркибидаги футбол майдони ўлчамларининг энг мақбул қийматлари қандай?

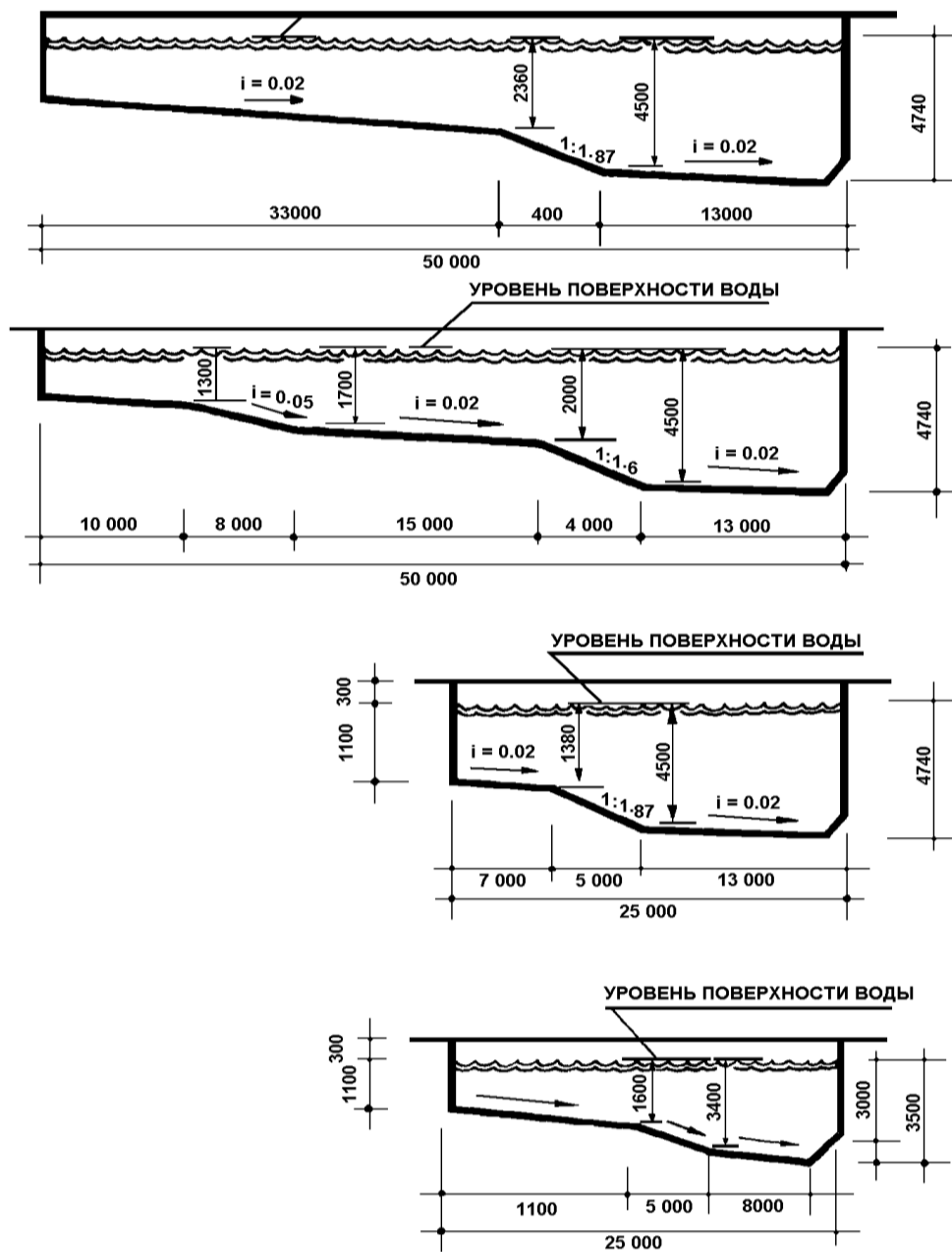
Амалий машғулот № 7. Очiq турдаги спорт иншоотлари. Спорт мажмуалари ва алоҳида қурилган иншоотлар.

Амалий машғулот № 8. Сузиш учун сув ҳавзаси

Босқич, вақт	Фаолият	
	Ўқитувчи	талабалар
1 босқич. Kirish (10 мин)	1.1. Мавзуни, мақсадини, режалаштирилган ўқув топшириғи натижаларини, уни ўтказиш хусусиятларини эълон қилади.	Тинглайдилар, ёзиб оладилар
2 босқич. Билимларни муштаҳкамлаш (20 мин)	2.1. Ўтказди блиц-сўров Сув спорти ҳавзаларининг асосий ўлчамлари ва жиҳозларини айтишни таклиф этади. Блиц-сўров ўтказди	2.1. Сув спорти ҳавзасининг асосий ўлчамлари, сузиш спорт ҳавзаларининг жиҳозларини айтадилар.
3 босқич Индивидуал ишлаш (35 мин)	3.1 Топшириқ беради: Сузиш ва сакраш сув ҳавзаларининг чизмаларини бажаринг.	3.1 Чизмаларни амалга оширадилар
4 босқич Якуний (15 мин)	4.1 Якуний хулоса чиқаради, талабаларни баҳолайди. 4.2 Мустақил ишлаш учун топшириқ беради: таклиф этилган мавзуларнинг бири бўйича маъруза тайёрлаш.	4.1 Тинглайдилар, топшириқни ёзиб оладилар

Сувда сузиш ҳавзалари очиқ, ёпиқ ва биргалашган (комбинациялашган) бўлиб стационар спорт иншоотларидан иборатдир.

Спорт сув ҳавзаларининг ўлчамлари чуқурлиги 1,8 метрдан кам бўлмаган ҳолда 50*21 м ёки 25*16 м (ваннанинг ҳар бир бўйлама томони бўйича 0,5 метрли сақловчи соҳаси ҳам) бўлиши керак. Расмий мусобақалар ўтказиш учун сув ҳавзасининг узунлиги 50 м. бўлиши шарт. Одатда, сув ҳавзаси бир хил рангдаги махсус сузгичлар кийгизилган арқонлар билан ажратилган 8 та сузиш йўлчаларидан иборат бўлади. Ҳар бир арқоннинг охиридан 5 метр масофада сузгич ранглари бошқа сузгич рангларидан фарқ қилиши керак. Битта йўлчаанинг кенлиги 2 метр бўлиши керак. Сув ҳавзаси тубида ҳар бир йўлчага ўртасида 0,2-0,3 метр кенликдаги ва 46 метр узунликдаги контраст рангдаги чизик ўтказилган бўлади. Ҳар бир чизик сув ҳавзасининг чекка деворларидан 2 метр масофада худди шундай кенликда ва 1 метр узунликдаги кўндаланг чизик билан тутайди.



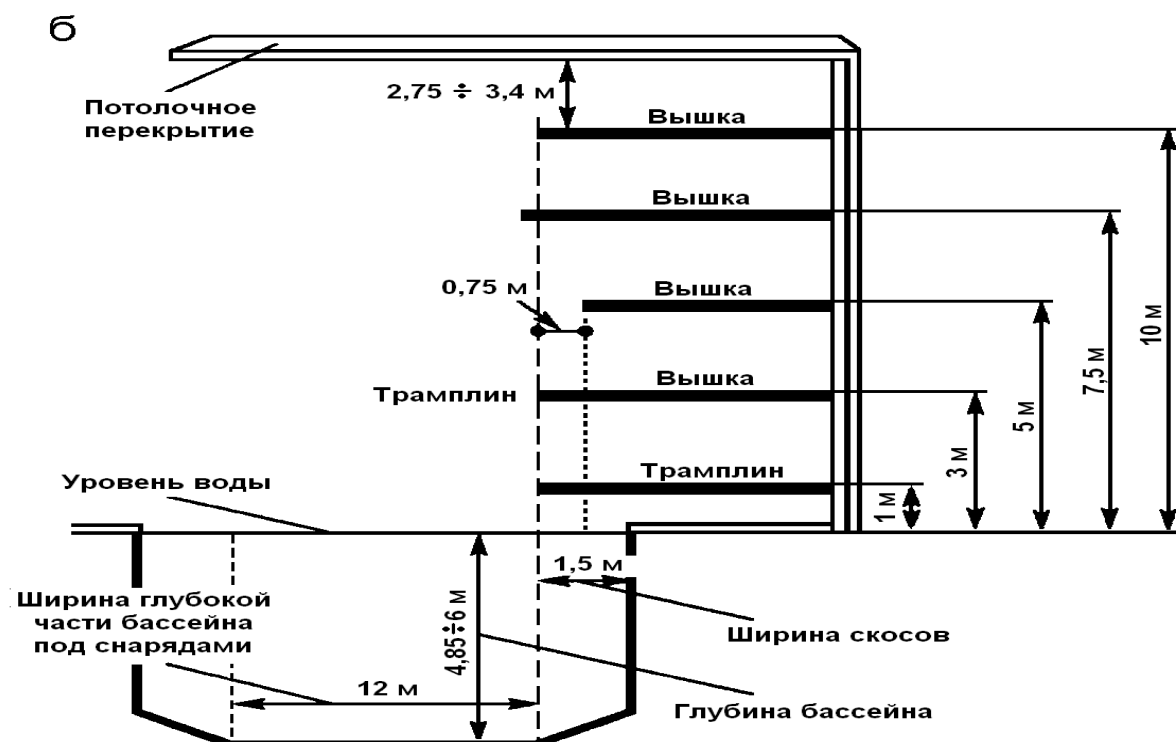
Назорат учун саволлар:

1. Сув ҳавзаси нималардан иборат?
2. Сув спорт ҳавзаларининг асосий ўлчамларини айтинг ва уларнинг стандарт жиҳозларини тавсифланг.

Амалий машғулот № 9. Сувга сакраш учун сув ҳавзаси.

Босқич, вақт	Фаолиятъ	
	ўқитувчия	талабаов
1 босқич. Kirish (10 мин)	1.1. Мавзуни, мақсадини, режалаштирилган ўқув топшириғи натижаларини, уни ўтказиш хусусиятларини эълон қилади.	Тинглайдилар, ёзиб оладилар
2 босқич. Билимларни муштаҳкамлаш (20 мин)	2.1. Сакраш сув ҳавзаси асосий ўлчамлари ва жиҳозларини айтишни таклиф қилади. Блиц - сўров ўтказди	2.1 Сакраш сув ҳавзаси асосий ўлчамлари ва жиҳозларини айтадилар.
3 босқич Индивидуал ишлаш (35 мин)	3.1. Топшириқ беради: сакраш ва сузиш сув ҳавзалари чизмасини бажариш.	3.1 Чизмаларни амалга оширадилар
4 босқич Якуний (15 мин)	4.1. Якуний хулоса чиқаради, талабаларни баҳолайди. 4.2. Мустақил ишлаш учун топшириқ беради: таклиф этилган мавзуларнинг бири бўйича маъруза тайёрлаш.	4.1 Тинглайдилар, топшириқларни ёзиб оладилар





Снаряднинг сув сиртидан баландлиги

Масофа (м)				трамплинлар		миноралар				
				1 м	3 м	1 м	3 м	5 м	7.5 м	10 м
Сув	ҳавзаси	бордини	ён	2.5	3.5	2.3	2.8	3.25	4.25	5.25
деворигача										
сув	ҳавзаси	олд	томонидан	5	6	4.5	5.5	6	8	11
қарама-қарши бортгача										
Минора	чегарасидан	снаряд		1.5	1.5	0.75	1.25	1.25	1.5	1.5
остидаги	сув	ҳавзаси								
бортигача										
Снарядлар		маркази		2	2.2	1.65	2	2.25	2.5	2.75
проекцияси орасида										

Назорат учун саволлар:

1. Сакраш сув ҳавзаси асосий жиҳозларини тавсифлаш

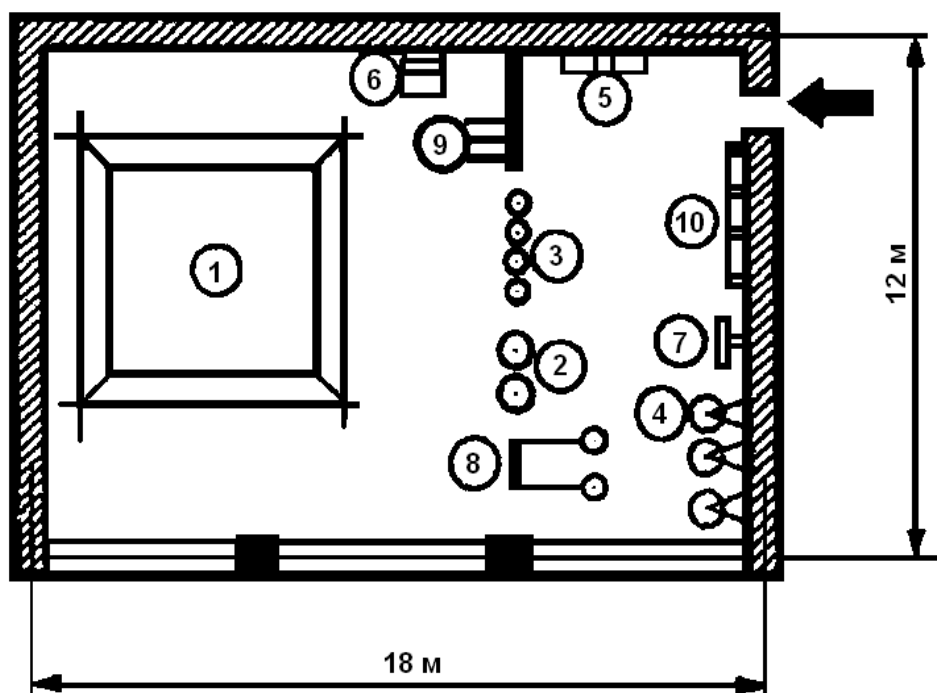
Амалий машғулот № 10. Кураш ва бокс спорт турлари учун майдонлар

Босқич, вақт	Фаолият	
	Ўқитувчи	талабалар
1 босқич. Kirish (10 мин)	1.1. Мавзуни, мақсадини, режалаштирилган ўқув топшириғи натижаларини, уни ўтказиш хусусиятларини эълон қилади.	Тинглайдилар, ёзиб оладилар
2 босқич. Билимларни мустаҳкамлаш (20 мин)	2.1. Бокс ва кураш машғулотлари учун мўлжалланган спорт заллари асосий ўлчамлари ва жиҳозларини айтишни таклиф қилади. Блиц-сўров ўтказди	2.1. Бокс ва кураш машғулотлари учун спорт заллари асосий ўлчамлари ва жиҳозларини айтадилар.
3 босқич Индивидуал ишлаш (35 мин)	3.1. Топшириқ беради: Бокс ва кураш заллари учун чизмаларни бажаринг.	3.1 Чизмаларни амалга оширадилар
4 босқич Якуний (15 мин)	4.1. Якуний хулоса чиқаради, фаол талабаларни баҳолайди.	4.1. Тинглайдилар, топшириқни ёзиб оладилар.

Бокс машгулотлари учун залнинг тавсия қилинадиган ўлчамлари – 20×23 м., шифтнинг баландлиги 4 метр. Бокс зали жиҳозларига ринг ва қўшимча қурилмалар комплекси киради. Ушбу комплексга қопларни осиб қўйиш учун конструкциялар, пневматик «нок»лар ва бошқа осма снарядлар учун платформалар, ҳаракатланиш сифатларини ривожлантириш учун тренажерлар киради. Бокс зали жиҳозларига боксчи қопи, боксчи нок, платформага осилган нок, чўзилувчан нок ва девордаги ёстиқлар кириши мумкин.

Рингнинг поли текис, яхши маҳкамланган ортиқча эгилмайдиган ва ҳар бир томонга арқондан 1 метрдан кам бўлмаган масофага чиққан бўлиши. У прессланган войлок, фетр, резина ёки қалинлиги 1,5 – 2 см. бўлган бошқа эластик материал билан қопланади ва унинг устига брезент ёки бошқа унга мос материал яхшилаб ётқизилади. Ётқизилган қоплама арқон чегараларидан 0,4 – 0,5 метрдан чиқиб туриши керак.

Рингни ўлчамлари 5×5 метрдан 6×6 метргача бўлади.

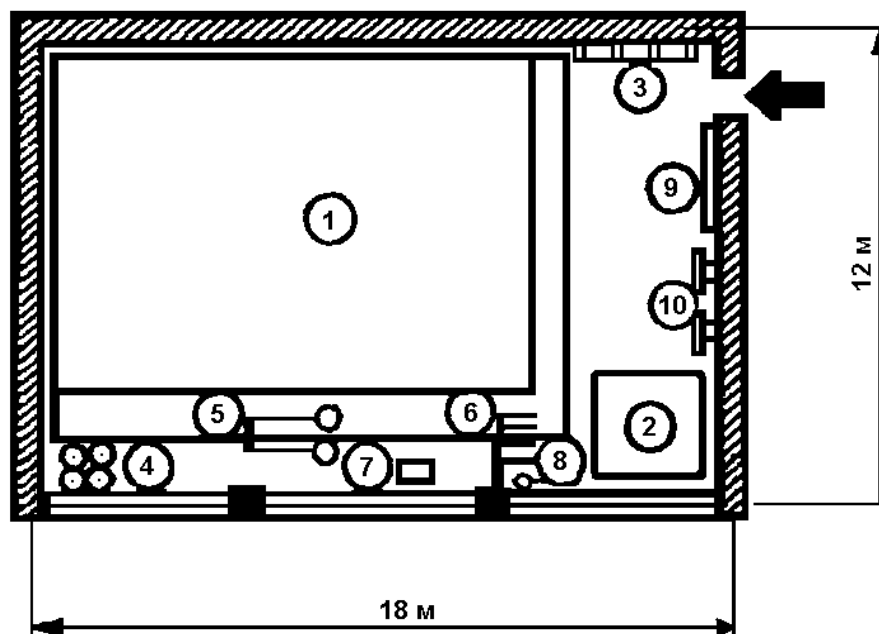


Бокс учун зал.

(1 – ринг, 2-2 – бокс қоплари, 3- боксчи (ичи тўлдирилган) “нок”лари, 4 – боксчи пневматик “нок”лари, 5 – девор ёстиқлари, 6 – тиббий тарозилар, 7 – деорга маҳкамланган эспандер, 8 – ҳалқалар, 9 – арқонлар, 10 – гимнастика девори)

Кураш учун гилам диаметри 9 метр бўлган айланадан иборат. Унда диаметри 7 метр бўлган ишчи майдони ва 1 метр кенгликдаги «пассивлик соҳаси», шунингдек гилам чеккалари бўйлаб жойлаштирилган 1,2 – 1,5 метр ўлчамдаги ҳимоя соҳаси белгиланади. Гиламнинг маркази ва «пассивлик соҳаси» қизил рангда бўлиши керак. Гиламнинг юзаси мустаҳкам ва юмшоқ материалдан тайёрланган (қўпол уланмалари бўлмаган синтетик материалдан ҳам фойдаланиш мумкин) ёпинчиқ билан яхлит қопланади. Гилам қалинлиги 5 см дан кам бўлмаслиги керак. Гилам ётқизиладиган майдон гиламга нисбатан ҳар бир томонда энг камда 2,5 метрга катта бўлиши керак. Гилам атрофида ҳеч қандай чегаралар ва халақит берувчи буюмлар бўлмаслиги керак.

Кураш учун залнинг ўлчамлари 24×18 метрдан кам бўлмаслиги керак.



Кураш учун зал.

(1- гилам, 2 – оғирликни кўтариш учун махсус кўприк, 3 – гимнастик девор, 4 – кураш учун тренировка манекени, 5 – ҳалқалар, 6 – арқонлар, 7 –тиббий тарозилар, 8 – панжа мушаклари кучини ривожлантириш учун қурилма, 9 – кўзгу, 10 – деворга маҳкамланган эспандерлар).

Назорат учун саволлар:

1. Бокс машғулоти учун мўлжалланган спорт залининг асосий ўлчамларини ва стандарт жиҳозларини айтинг
2. Ринг ўлчамларини айтинг.
3. Кураш машғулоти учун мўлжалланган спорт залининг асосий ўлчамларини ва стандарт жиҳозларини айтинг

Амалий машғулот № 11. Қишги спорт турлари учун спорт иншоотлари. Муз устида хоккей.

«Қишки спорт турлари учун спорт иншоотлари (муз устида хоккей ўйини учун майдон)» мавзуси бўйича амалий машғулотнинг технологик харитаси.

Босқич, вақт	Фаолият
Ўқитувчи	талабалар
1 босқич. Kirish (10 мин)	1.1. Мавзуни, мақсадини, Тинглайдилар, ёзиб оладилар режалаштирилган ўқув топшириғи натижаларини, уни ўтказиш хусусиятларини эълон қилади.
2 босқич. Билимларни мустаҳкамлаш (20 мин)	2.1. Муз устида хоккей 2.1. Муз устида хоккей учун машғулотлари учун мўлжалланган мўлжалланган спорт заллари спорт заллари асосий ўлчамлари ва асосий ўлчамлари ва жиҳозларини жиҳозларини айтишни таклиф айтади. қилади. Блиц-сўров ўтказиши
3 босқич Индивидуал ишлаш (35 мин)	3.1 Топшириқ беради: муз устида 3.1 Чизмаларни амалга оширадилар хоккей учун майдон чизмасини чизиш.
4 босқич Якуний (15 мин)	4.1. Якуний хулоса чиқаради, Фаол 4.1 Тинглайдилар, топшириқни талабаларни баҳолайди ёзиб оладилар. 4.2. Мустақил ишлаш учун топшириқ беради: таклиф этилган мавзулардан бири бўйича маъруза тайёрлаш

Муз устида хоккей – бу жамоавий ўйин бўлиб, унинг мақсади чавган воситасида шайбани рақиб дарвозасига киритиш ва шу билан бирга ўз дарвозасини рақиб томонидан шайба киритилишидан ҳимоя қилиш.

Муз устида хоккей ўйини хоккей майдончаси деб аталадиган муз текислигида ўтказилади. Хоккей майдончаси маълум ўлчамлардаги ёйсимон бурчакли бортлар билан ўралган бўлади. Майдонча ўлчамлари 61×30 метрни, бурчаклардаги бурилиш радиуслари – 8.5 метрни ташкил этади.

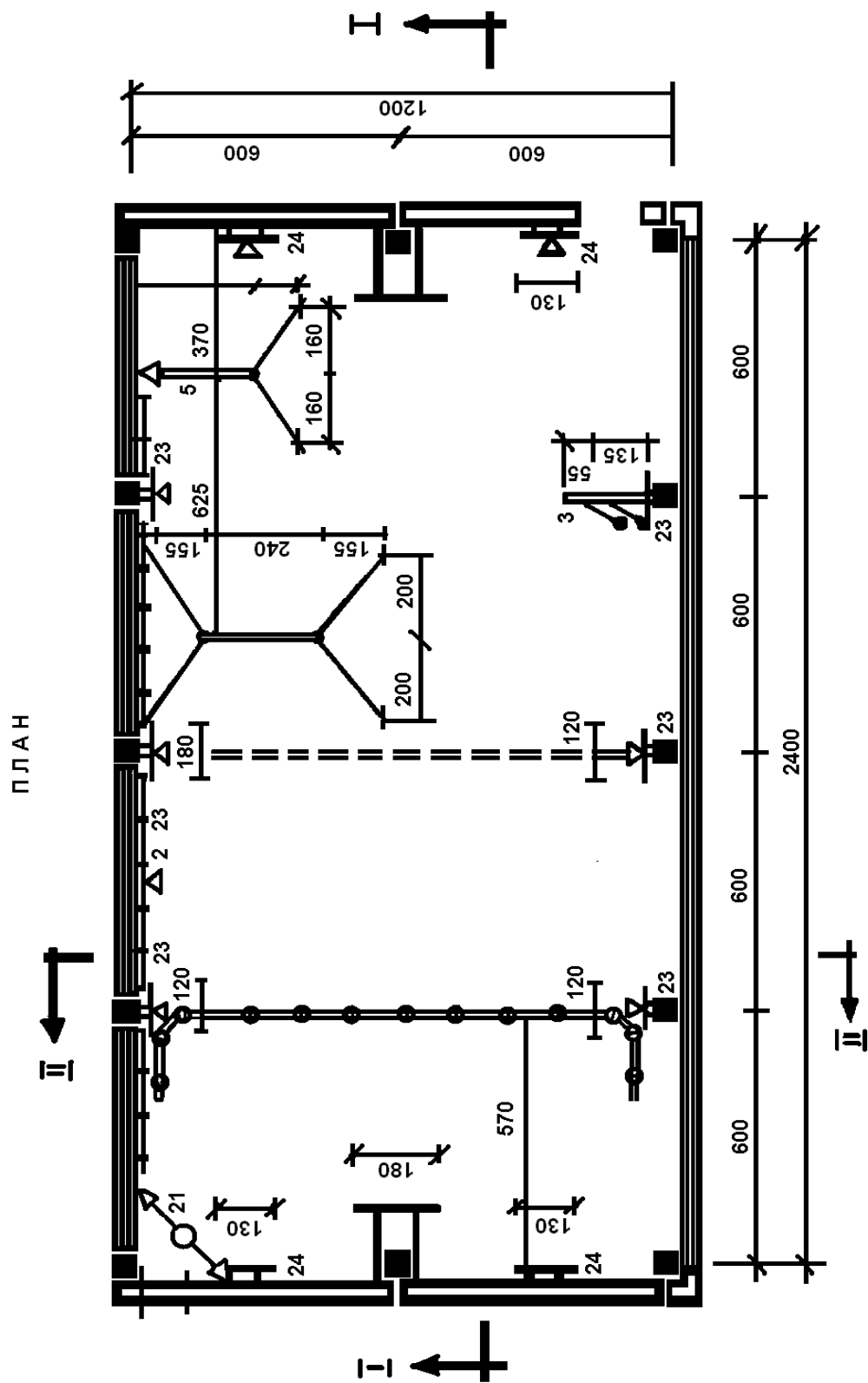
Амалий машғулот № 12. Ўқув юртлири учун спорт майдончалари.

«Ўқув юртлири спорт иншоотлари» мавзуси бўйича амалий машғулотнинг технологик харитаси.

Босқич, вақт	Ўқитувчи	Фаолият	талабалар
1 босқич. Kirish (10 мин)	1.1. Мавзуни, мақсадини, режалаштирилган ўқув топшириғи натижаларини, уни ўтказиш хусусиятларини эълон қилади.	Тинглайдилар, оладилар	ёзиб
2 босқич. Билимларни мустаҳкамлаш (20 мин)	2.1. Мактаб спорт майдончалари турларини айтишни ва уларни қисқача тавсифлашни, шунингдек уларнинг биноларига қўйиладиган асосий талабларни айтишни таклиф қилади. Блиц - сўров ўтказди.	а) мактаб спорт майдончалари турларини айтиди, уларни қисқача тавсифлайдилар. б) Мактаб спорт залларининг стандарт ўлчамларини ва уларнинг биноларига қўйиладиган асосий талабларни айтидилар.	
3 босқич Индивидуал ишлаш (35 мин)	3.1. Топшириқ беради: мактаб спорт зали ва мактаб спорт майдонча турларидан бирини чизиш.	3.1 Чизмаларни амалга оширадилар	
4 босқич Якуний (15 мин)	4.1. Якуний хулоса чиқаради, фаол талабаларни баҳолайди 4.2. Мустақил ишлаш учун топшириқ беради: таклиф этилган мавзулардан бири бўйича маъруза тайёрлаш.	4.1 Тинглайдилар, топшириқни ёзиб оладилар.	

Мақтаб спорт майдончаларидан жисмоний тарбия
дарслари ва дарсдан ташқари машғулотларни ўтказиш
учун фойдаланилади.

Спорт турлари бўйича ўқув ва тўғарак (секция) машғулотларини таъминлаш учун
қуйидаги спорт майдончалари назарда тутилади: енгил атлетика, гимнастика, спорт
ўйинлари ва ирғитиш, волейбол ва баскетбол ҳамда кичик синф ўқувчилари учун
бирлашган комбинацияланган майдонча, мактаб ўқувчилари учун волейбол, ўйин
майдончалари бирга бўлган гимнастик машқлар учун майдонлар.



Мактаб спорт зали.

Назорат учун саволлар:

1. Мактаб спорт зали биносига қандай асосий талаблар қўйилади?
2. Мактаб спорт майдончаларига қандай асосий талаблар қўйилишини айтинг.
3. Мактаб спорт майдончалари турларини санаб ўтинг ва уларга қисқача характеристика беринг.
4. Мактаб спорт залларининг стандарт ўлчамларини айтинг

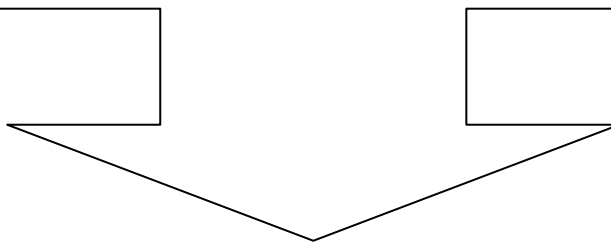
Амалий машғулот № 13. Мактаб ёшигача бўлган болалар спорт иншоотлари

Амалий машғулот № 14. Ёпиқ турдаги спорт иншоотлари.

Спорт ядроси – бу таркибида бўлган спорт ўйинлари учун майдон ёки майдончалари, уни ўраб турган айланма югуриш йўлкачаси, шунингдек югуриш йўлкачасининг ичкарасида ҳам, унинг ташқи периметри ташқарисида ҳам жойлашган сакраш ва ирғитиш учун жойлар бўлган очик иншоотлар комплекси. Кўп ҳолларда спорт ядроси марказида футбол майдони жойлаштирилади.

Одатда, спорт ядроси 400 метрли айланма югуриш йўлкачаси бўлади. Агар соддалаштирилган структурадаги ядро қурилган бўлса, югуриш йўлкачаси узунлиги 333, 250 ва 200 метр бўлади.

Спорт ядроси таркибидаги футбол майдонининг энг мақсадга мувофиқ ўлчамлари 104^х69 м.ни, айланма югуриш йўлкачаси ўлчами – 400 м, унинг тўғри қисмларини узунлиги 86 м., бурилиш радиуси 36 метрни ташкил қилади. Майдон ён чизиқлари ва йўлкачанинг ички ҳошияси ўртасидаги йўлкача ва майдон ўлчамларининг бундай нисбатларида 1,5 метр кенгликдаги бўш соҳа пайдо бўлади. Югуриш йўлкачаларидаги умумий финиш чизиғи дароза чизиғидан ядро марказига томон 9,77 метр масофада жойлашади. Спорт ядроси таркибида енгил атлетика машғулоти учун иккита : шимолий ва жанубий секторлар назарда тутилади. Уларда сакраш ва ирғитиш учун жойлар жойлаштирилади.



СПОРТ ИНШООТЛАРИ ФАНИДАН 9-АМАЛИЙ МАШҒУЛОТИНИНГ РЕЖАСИ

Мавзу: «Сузиш сув ҳавзаси»

Ўқув машғулотининг мақсади:

1. Сузиш сув ҳавзасига тушунча бериш

Машғулот давомида талабага бериладиган билим:

1. Сузиш сув ҳавзасининг асосий ўлчамлари ва жиҳозлари

Машғулотнинг ташкилий тузилиши ва режаси

№	Машғулот босқичлари	Вақти
1.	Ташкилий босқичи	5 мин
2.	Билим даражасини назорат қилиш	15 мин
3.	Ўқув материални баён қилиш	20 мин
4.	Сузиш сув ҳавзаси чизмасини бажариш	20 мин
5.	Чизмани қабул қилиш ва баҳолаш	7 мин
6.	Кейинги дарснинг мазмуни билан таништириш	8 мин
7.	Якуний қисм	5 мин

Машғулот мазмуни

Сузиш сув ҳавзаси тўғри тўртбурчакли сунъий ёки табиий сув ҳавзаларидан ташкил этилади. У ерда машғулот ва мусобақалар ўтказиш учун жиҳозлар ва анжомлар бўлиши керак.

Сузиш сув ҳавзалари узунлиги 25 м. ёки 50 м., эни эса 11 м., 16 м., 21 м. ва 25 м. га тенг бўлиши мумкин. Битта сузиш йўлканинг эни 2,5 м. бўлади. Энининг ўлчамларига қараб сузиш сув ҳавзалари 4, 5, 6 ёки 8 сузиш йўлкачали бўлади. Агар сузиш сув ҳавзаси узунлиги 33,3 м. гача бўлса, у ҳолда бу ерда сув полоси спорт тури бўйича машғулот ўтказиш мумкин.

Сузиш сув ҳавзасининг минимал чуқурлиги 1,2 м., чуқурлик қисми 1,8 м. дан кам бўлиши керак эмас.

Амалий машғулотнинг билим даражасини аниқлаш учун саволлар

№	Асосий машғулот турлари	Саволлар
1	Сузиш сув ҳавзаси	1. Сузиш сув ҳавзасининг асосий ўлчамлари 2. Сузиш сув ҳавзаси чизмаси

Мазкур машғулот бўйича топшириқлар:

1. Сузиш сув ҳавзаси чизмаси

Адабиётлар:

1. Ю.А.Гагин. Спортивные сооружения. Учебник для ИФК. М., ФиС, 1976 г.
2. А.В.Николаенко. Спортивные сооружения: Учебное пособие для студентов факультетов физического воспитания пед. институтов. М., «Просвещение», 1976 г.

СПОРТ ИНШООТЛАРИ ФАНИДАН 10-АМАЛИЙ МАШҒУЛОТИНИНГ РЕЖАСИ

Мавзу: «Бокс ва кураш учун спорт иншоотлари»

Ўқув машғулотининг мақсади:

1. Кураш зали тўғрисида тушунча
2. Бокс зали тўғрисида тушунча

Машғулот давомида талабага бериладиган билим:

1. Кураш залининг асосий ўлчамлари
2. Бокс залининг асосий ўлчамлари

Машғулотнинг ташкилий тузилиши ва режаси

№	Машғулот босқичлари	Вақти
1.	Ташкилий босқичи	5 мин
2.	Билим даражасини назорат қилиш	15 мин
3.	Ўқув материалини баён қилиш	20 мин
4.	Кураш ва бокс залларининг чизмасини бажариш	20 мин
5.	Чизмани қабул қилиш ва баҳолаш	7 мин
6.	Кейинги дарснинг мазмуни билан таништириш	8 мин
7.	Якуний қисм	5 мин

Машғулот мазмуни

Кураш ва бокс учун майдончалар текисликдан иборат бўлиб, тренировка ўтказиш учун махсус қоплама ва жиҳозлар керак бўлади.

Кураш учун майдон битта кураш гиламидан иборат бўлиб унинг ўлчамлари 18х22 м. бўлади. Майдонда гиламдан ташқари махсус ва умумривожлантирувчи жиҳозлар, тренажерлар (штанга, гири, арқон ва ҳалқа) бўлиши мумкин.

Кураш гиламининг айлана диаметри 9 м. бўлади. Унинг устида иш зонаси диаметри 7 м., пасив зонаси 1 м. ва муҳофаза зонаси 1,2 м. – 1,5 м. гача бўлади.

Бокс майдонининг (ринг) ўлчамлари 20х23 м бўлади. Рингнинг ўлчами 6х6 м. ва қўшимча (қопларни осиш учун конструкция пневматик ноксимон қоплар учун платформалар) жиҳозлар жойлашади. Ринг майдони атрофи 3-4 см қалинликда бўлган арқонлар билан тўрт устун орасида қаттиқ тортилиб қўйилади.

Амалий машғулотнинг билим даражасини аниқлаш учун саволлар

№	Асосий машғулот турлари	Саволлар
1	Кураш учун зал	1. Кураш залининг асосий ўлчамлари 2. Кураш майдонининг чизмаси
2	Бокс учун зал	1. Бокс залининг асосий параметрлари 2. Бокс майдонининг чизмаси

Мазкур машғулот бўйича топшириқлар:

1. Кураш залининг чизмаси
2. Бокс залининг чизмаси

Адабиётлар:

1. Ю.А.Гагин. Спортивные сооружения. Учебник для ИФК. М., ФиС, 1976 г.
2. А.В.Николаенко. Спортивные сооружения: Учебное пособие для студентов факультетов физического воспитания пед. институтов. М., «Просвещение», 1976 г.

СПОРТ ИНШООТЛАРИ ФАНИДАН 11-АМАЛИЙ МАШҒУЛОТИНИНГ РЕЖАСИ

**Мавзу: «Ўқув юртлари учун спорт иншоотлари. Муз устида хоккей
учун майдон»**

Ўқув машғулотининг мақсади:

1. Ўқув юртлари учун спорт иншоотларининг тушунчаси
2. Муз устида хоккей майдонининг тушунчаси

Машғулот давомида талабага бериладиган билим:

1. Ўқув юртлари учун спорт иншоотларининг асосий турлари
2. Муз устида хоккей майдонининг ўлчамлари

Машғулотнинг ташкилий тузилиши ва режаси

№	Машғулот босқичлари	Вақти
1.	Ташкилий босқичи	5 мин
2.	Билим даражасини назорат қилиш	15 мин
3.	Ўқув материални баён қилиш	20 мин
4.	Ўқув юртлари учун спорт иншооти ва муз устида хоккей майдонининг чизмаларини бажариш	25 мин
5.	Чизмаларни қабул қилиш ва баҳолаш	5 мин
6.	Кейинги дарснинг мазмуни билан таништириш	5 мин
7.	Якуний қисм	5 мин

Машғулот мазмуни

Ўқув юртлари учун спорт заллар қурилишида архитектура-режалаштириш ечимларини инобатга олиб қурилади. Мактаблар учун спорт залларининг ўлчамлари 9х18, 12х24 ёки 15х30 м. бўлади. Қурилиш даврида жиҳозларни осиш ва махсус жиҳозларни жойлаштириш учун крюк ва анжомлар ўрнатилади. Мактаб педагоги 1-4 ва 5-9 синфлар учун мактаб ўқув дастурига асосан жиҳозларни жойлаштириш тартибини яхши билиши шарт.

Муз устида хоккей майдонлари махсус ажратилган жойларда ёки ёзги спорт майдонларини устига қурилади. Хоккей майдонининг ўлчами 61х30 м. Майдон коробкаси баландлиги муз устида 1.2 м. тепаликда жойлашади. Коробканинг ички тарафи силлиқ ва юқори қирралари овал шаклида бўлиши шарт. Дарвозанинг ўлчами 183 см эни ва баландлиги эса 122 см.

Амалий машғулотнинг билим даражасини аниқлаш учун саволлар

№	Асосий машғулот турлари	Саволлар
1	Ўқув юртлари учун спорт иншоотлари	1. Спорт залининг асосий ўлчамлари 2. Спорт залининг чизмаси
2	Муз устида хоккей майдони	1. Муз устида хоккей асосий ўлчамлари 2. Муз устида хоккей майдонининг чизмаси

Мазкур машғулот бўйича топшириқлар:

1. Ўқув юртлари учун спорт иншоотлари чизмаси
2. Муз устида хоккей майдонининг чизмаси

Адабиётлар:

1. Ю.А.Гагин. Спортивные сооружения. Учебник для ИФК. М., ФизС, 1976 г.
2. А.В.Николаенко. Спортивные сооружения: Учебное пособие для студентов факультетов физического воспитания пед. институтов. М., «Просвещение», 1976 г.

СПОРТ ИНШООТЛАРИ ФАНИДАН
12-АМАЛИЙ МАШҒУЛОТИНИНГ РЕЖАСИ

Мавзу: «Оралиқ назорат»

Назоратнинг ўтказиш мақсади:

1. Ўтилган мавзулар бўйича талабаларнинг билим даражасини аниқлаш

Машғулот давомида талабага бериладиган билим:

1. Талаба 9-11 машғулот давомида олган билимини кўрсата олиши керак

Машғулотнинг ташкилий тузилиши ва режаси

№	Машғулот босқичлари	Вақти
1	Ташкилий босқичи	10 мин
3	Назоратни ўтказиш	40 мин
4	Назоратни қабул қилиш ва баҳолаш	10 мин
5	Кейинги дарснинг мазмуни билан таништириш	5 мин
6	Якуний қисм	5 мин

ГЛОССАРИЙ

Автомотоклуб – спортчиларни техник ўқитишни, ҳаваскор автомобиль ҳайдовчилар тайёрлашни таъминлайдиган ҳамда автомобилларни сақлаш ва таъмирлаш автопаркига эга бўлган бино ёки бинолар комплекси.

Альпинистлар лагери – альпинистларни ўқишини, овқатланишини, тунаб қолишини таъминлайдиган ва тоғ бағирларида жойлашган иншоотлар.

Ён чизиклар – майдончани ёки майдонни чегаралайдиган бўйлама чизиклар.

Велостанция – веломашиналарни туриши, сақланиши ва таъмирланиши, шунингдек спортчиларга хизмат кўрсатиш учун жиҳозланган бинолари бўлган иморат

Велотрек – велосипедда пойгада ўтказиш учун ёйсимон бурилишлари бўлган берк йўлка кўринишидаги иншоот.

Ёрдамчи бинолар ва иншоотлар – бу шуғулланувчиларга хизмат кўрсатиш ва асосий спорт иншоотларидан фойдаланишни таъминлаш учун мўлжалланган иншоотлар.

Гимназиялар – Қадимги Грецияда спорт машғулотлари учун мўлжалланган ва муқаддас ўрмонларда дарахтлар билан ўралган паст текисликлар.

Гимнастика зали – майдони юзаси 125м² дан кам бўлмаган гимнастика бўйича машғулотлар ўтказиш ҳамда мусобақа норма ва қоидаларида белгиланган жиҳоз ва қурилмалар ўрнатилган, мос ўлчамларга эга бўлган ва ёрдамчи бинолар билан таъминланган махсус спорт иншооти.

Эшкак эшиш станцияси ёки базаси – бу эшкак эшиш бўйича машғулотлар ўтказишни ва қайиқларнинг сақланишини таъминлайдиган, қирғоқда шуғулланувчиларга хизмат кўрсатиш учун бинога эга бўлган табиий сув ҳавзасида жойлашган иншоотлар комплекси.

Спорт саройи – ҳар хил спорт турлари бўйича мусобақалар ўтказиш учун мослашувчан аренали ва кўп сонли томошабинлар иштирокида оммавий тадбирлар ўтказиш учун мўлжалланган ҳамда спортчилар ва томошабинларга хизмат кўрсатиш учун махсус жиҳоз ва ёрдамчи биноларга эга бўлган махсус қурилган бино.

Намойиш этиш учун иншоотлар – томошабинларни жалб этиш орқали мусобақалар ўтказишга мўлжалланган иншоотлар.

“Саломатлик йўлкаси” – оддий тренажер қурилмалар ва тўсиқлар билан жиҳозланган соғломлаштирувчи юриш, югуриш ва жисмоний машқлар бажариш учун мўлжалланган мураккаб бўлмаган турли узунликдаги йўлкалар.

Бокс учун зал – бокс бўйича машғулотларни ўтказиш учун мусобақа норма ва қоидалари бўйича жиҳозланган ҳамда керакли ёрдамчи бинолар билан таъминланган махсус бино.

Кураш учун зал – кураш бўйича машғулотлар ўтказиш учун ҳамда мусобақа норма ва қоидаларида белгиланган жиҳозларга ва ўлчамларга эга бўлган ва керакли ёрдамчи бинолар билан таъминланган махсус бино.

Оғир атлетика учун зал – оғир атлетика бўйича машғулотлар ўтказиш учун ҳамда мусобақа норма ва қоидаларида белгиланган жиҳозларга ва ўлчамларга эга бўлган ва керакли ёрдамчи бинолар билан таъминланган махсус бино.

Қиличбозлик учун зал – қиличбозлик бўйича машғулотлар ўтказиш учун ҳамда мусобақа норма ва қоидаларида белгиланган жиҳозларга ва ўлчамларга эга бўлган ва керакли ёрдамчи бинолар билан таъминланган махсус бино.

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

Индивидуал лойиҳа – проект, созданный для курилишиа единственного спортивного иншоотлар.

Отчопарлар - иншоотлар для ўтказишия мусобақай в верховой езде и гонок на колесницах

Иншоотлар комплекси – это несколько алоҳидаых иншоотларй по видам спорта, объединенных общностью территории или размещенных в одном бинои.

Спорт майдончалар комплекси - это комплексное спортивное иншоотларе, имеющее в своем составе нормальное или уменьшенное спортивное ядро со скамейками для томошабиней, а также ёрдамчиое биное (павильон) для шуғулланувчилар.

От спорти базаси – биное или несколько биной, таъминлайдиганих стоянку конного парка, с наличием ўкувой майдончаи или манежа.

Крытое спортивное иншоотларе – это иншоотларе, в котором ўкуво-тренировочные машғулотя, мусобақая ўтказадися в крытых залах, манежах, сув ҳавзасиах и т.п.

Сузиш учун ёпик сув ҳавзаси – биное со махсусым жиҳозем и ёрдамчиыми биноями, имеющее ванну с подогретой водой или ряд ванн (в этом случае иншоотларе является комплексным) длиной 25-50м, приспособленных для ўқитишия плаванию, прыжкам в воду, игре в водное поло и для ўтказишия мусобақай по данным видам спорта

Ёпик стадион – биное, мўлжалланганое для мусобақай, имеющее нормальное спортивное ядро с трибуной для томошабиней, со всеми необходимыми курилмаами, ёрдамчиыми иншоотларми и биноями для хизмат кўрсатишия спортсменов и томошабиней

Дарвоза майдони чизиги – дарвоза олди юзасини чегараловчи чизик.

Орка чизиклар – майдончани чегараловчи кўндаланг чизиклар.

Чанғи станцияси – чанғиларни сақлаш, бериш, қабул қилиш ва чанғи спорти билан шуғулланувчиларга хизмат кўрсатиш учун бино ёки комплекс.

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

Районлараро спорт иншоотлари – аҳоли яшайдиган уйлар районлари гуруҳига хизмат кўрсатувчи иншоотлар

***Микрорайон спорт иншоотлари** – микрорайон, аҳоли яшайдиган уйлар гуруҳи ёки алоҳида уй аҳолисига хизмат кўрсатувчи иншоотлар*

Мототрек – мотоциклда пойга машғулотлари ва мусобақалари ўтказиш учун бурилишлари ёйсимон берк айлана йўлка кўринишидаги иншоот.

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

Умумшаҳар спорт иншоотлари – шаҳарнинг барча аҳолисига хизмат кўрсатувчи иншоотлар

Ҳажмли спорт иншоотлари - ёпиқ спорт иншоотлар.

Асосий иншоотлар – бу спорт иншоотларининг ўқув-тренировка ишларини, соғломлаштириш тадбирларини ва мусобақаларни ўтказиш учун мўлжалланган асосий (бош) қисми.

Алоҳида иншоотлар – айрим спорт турлари бўйича машғулотлар ўтказиш учун мўлжалланган иншоотлар.

Очиқ спорт иншоотлар – бу ўқув-тренировка машғулотларини ва мусобақаларни бинодан ташқарида – очиқ ҳавода ўтказиладиган иншоотлар .

***Палестрлар** – кийиниш, чўмилиш, машғулот заллари учун бинолар билан туташиган баланд иморатлар билан ўралган тўғри бурчакли майдончалар. Булардан энг муҳими ва асосийси – Қадимги Грециядаги гимнастика заллари - эйфебийлардир.*

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

Ясси спорт иншоотлари – очиқ спорт иншоотлар.

Спорт ўйинлари ва машғулотлари учун майдонча - бу сунъий ёки табиий қатлам билан қопланган ҳамда спорт турлари бўйича ўйинлар ва машғулотлар учун мўлжалланган ва мусобақа қоидаларига мос ҳолда жиҳозланган текис ер майдони (участкаси). Бундай майдончалар волейбол, баскетбол, теннис, гимнастика ва бошқалар учун бўлиши мумкин.

Спорт ўйинлари учун майдон - бу спорт ўйинлари учун мўлжалланган чим ёки махсус тупроқли аралашма билан қопланган текис ер майдони (участкаси). Бундай майдонлар футбол, регби, чим устида хоккей, қўл тўпи ва бошқа ўйинлар учун режалаштирилиш мумкин. Майдон ўлчамлари мусобақа қоидалари билан аниқланади.

Хавфсизлик йўлкаси (соҳаси) – майдонча периметри бўйлаб ётқизилган йўлка бўлиб унинг чегараси ичкарасида халақит қилувчи ташқи буюмлар, ўриндиқлар ва шу сингарилар бўлмаслиги керак.

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

Район спорт иншоотлари – аҳоли яшайдиган ёки ишлаб чиқариш билан бирга аҳоли яшайдиган район аҳолигига хизмат кўрсатувчи иншоотлар.

Томошабинлар учун иншоотлар – бу (стационар ёки шароитга қараб ўзгртирилувчи) трибуналар, ўриндиқлар, стуллар, асосий иншоотлар (спорт ядроси, майдонлар, ўйин майдончалари, заллар, сув ҳавзаси ва бошқалар) ва хизмат кўрсатиш учун бинолар (павильонлар, фойе, буфетлар, кафе, сув айланиш тизимлари) ёнида жойлашган туриш учун жойлар.

Қутқариш станцияси – альпинистлар ва сайёҳлар йўналишларида жойлашган ҳамда тоғдаги гуруҳлар устидан ва тоғда фалокатга учраган альпинистларга ва сайёҳларга ёрдам кўрсатилишини назорат учун мўлжалланган махсус бино.

Спорт иншоотлари - бу махсус қурилган ва мос равишда жиҳозланган ҳамда ҳар хил спорт турлари бўйича ўқув-тренировка жараёнлари ва спорт мусобақалари ўтказилишини таъминлайдиган ёпиқ ёки очик турдаги иншоотлар.

Спорт ядроси – бу ўз таркибида спорт ўйинлари учун майдон ёки майдончалари, майдонни ўраб турган айланма югуриш йўлкаси, шунингдек югуриш йўлкасининг ички чисмида ҳам, унинг периметри ташқарисида ҳам жойлаштирилган ирғитиш ва сакраш жойлари бўлган очик иншоотлар комплекси. Кўп ҳолларда, спорт ядроси марказида футбол майдони жойлашган бўлади.

Спорт зали – майдони юзаси 300м² дан кам бўлмаган ҳамда спорт ўйинлари бўйича машғулотлар ўтказиш учун мўлжалланган, теннис, баскетбол ва волейбол ўйинлари учун мусобақа ўтказиш нормалари ва қоидаларига кўра жиҳозлар билан жиҳозланган, махсус ўлчамларга эга бўлган ва ёрдамчи бинолар билан таъминланган махсус бино.

Спорт манежи – енгил атлетика ва спорт ўйинлари бўйича машғулотлар ўтказишни таъминлайдиган ҳамда мазкур спорт турларидан мусобақа нормалари ва қоидаларида белгиланган жиҳозлар ва ўлчамларга эга бўлган, шунингдек шуғулланувчилар учун ёрдамчи иншоотларга эга бўлган махсус бино.

Ўрта (марказий) чизик – майдон ёки майдончани тенг иккига бўладиган чизик

Стадиондром – Қадимги Грецияда югуриш бўйича бир босқичда мусобақа ўтказиладиган жой.

Стадион - это комплексное спортивное иншоотларе, имеющее в своем составе нормальное спортивное ядро или спортивную арену с количеством мест для томошабиной от 1500, а также майдончаи для игр и гимнастики со махсусыми биноями и иншоотларми.

Спорт-овчилик деворий (кўргазмаси) – это огражденный со всех сторон земельный участок, имеющий махсусо оборудованные стрелковые майдончаи для стрельбы из охотничьих ружей по тарелочкам или по бегущее мишени и павильон для хизмат кўрсатишя спортсменов.

Ўқ отиш майдончаси – это огражденный со всех сторон земельный участок, имеющий махсусо оборудованные «чизиклар огня» для стрельбы из спортивного оружия и биное для хизмат кўрсатишия спортсменов.

Термлар - грандиозные сув ҳавзасиов для купания, представляющие собой сложное сочетание корпусов и биной, связанных с отдыхом, спортом и гигиеной в Древнем Риме.

Намунавий лойиха – бу белгиланган тартибда тасдиқланган ва кўп марта фойдаланишга мўлжалланган объект лойихаси.

Ўқ отиш (тири) жойи – спорт қуролидан ўқ отиш бўйича машғулотлар ва мусобақалар ўтказиш учун махсус жиҳозланган иншоотлар ёки бинолар.

Сайёхлик лагери – сайёхларни ўқитиш, овқатланиш ва тунаб қолишини таъминлайдиган иншоотлар.

Ўқув-спорт иншоотлари – фақат ўқув-тренировка жараёнларга мўлжалланган иншоотлар;

Хоккей майдончаси – муз устида хоккей бўйича машғулотлар ва мусобақалар ўтказиладиган ҳамда маълум ўлчамлардаги ёйсимон бурчакли тўсиқлар билан чегараланган муз текислиги.

Шахмат-шашка клуби – шахмат ва шашка бўйича машғулотлар ва мусобақалар ўтказилишини таъминлайдиган бино ёки бинолар гуруҳи.

Тажрибавий лойиҳалаштириш – бу спорт иншоотларининг энг рационал турини аниқлаш мақсадида амалга оширилган лойиҳалаштириш.

Яхта клуби (елканлар станцияси) – елканли спорт бўйича машғулотлар ўтказишни таъминлайдиган, елканли кемаларни сақлаш ва таъмирлаш ҳамда шуғулланувчиларга хизмат кўрсатиш учун эллинг ва биноларга эга бўлган иншоотлар.

АДАБИЁТЛАР

Асосий:

1. Ўзбекистон Республикасининг «Жисмоний тарбия ва спорт тўғрисида»ги қонуни, 1992 й.
2. Ўзбекистон Республикаси «Таълим тўғрисида»ги қонуни, 1997 й.
3. «Кадрлар тайёрлаш Миллий дастури» 1997 й.
4. Министерство по делам культуры и спорта Республики Узбекистан, Центр сертификации и компьютеризации «Сборник нормативно-правовых документов сферы физической культуры и спорта, Ташкент 2006.
5. М.М.Султанова, Н.В.Янченко. Спорт иншоотлари назарияси, шакли ва ўлчамлари. Тошкент. 1994 й.
6. Ю.А.Гагин. Спортивные сооружения. Учебник для ИФК. М., ФиС, 1976 г.
7. К.И.Нурмухамедов. Б.М.Филатов. Ценообразование на спортивных сооружениях в условиях перехода к рыночной экономике. Метод.реком. Ташкент, 1992г.
8. М.С.Ходжаев, А.А.Толаметов, А.М.Нурмухамедов, Ж.Х.Умаров. Спорт иншоотлари (Ўқув қўлланма). ЎзДЖТИ. Тошкент. 2007.
9. Ж.Х.Умаров, А.Ю.Частоедова. Атлас по спортивным сооружениям. Ташкент. 2009.
10. M.S.Hodjaev, A.A.Tolametov, A.M.Nurmuxamedov, J.H.Umarov. Sport inshootlari. (O'quv qo'llanma). O'zDJDI. Toshkent. 2009.
11. Абдурашидов Қ., Акбаров А., Частоедова А.Ю., Жуманова С.Ғ., Спорт иншоотлари ва уларни зилзилабардошлигини ҳисоблаш усуллари, (Ўқув услубий қўлланма). ТАҚИ. Тошкент, 2011.

Қўшимча

1. А. Галли и др. Сельский спортивный комплекс. Москва, Фис, 1972г.
2. В.И.Корбут и др. Оказание услуг по физической культуре и спорту населению на спортивных сооружениях в условиях рынка из опыта РСТО «Пахтакор», «Буревестник», гребная база УзГосИФК. Учебно-метод. Пособие. Ташкент. 1992 г.
3. Ж. Х. Умаров, А.Ю. Частоедова Детские игровые площадки. Ташкент. 2010

Интернет саҳифалар

1. <http://www.aci.uz>
2. <http://www.ziyonet.uz>
3. <http://www.sport.ru>
4. <http://www.infosport.ru/press/tpfk-> Jismoniy tarbiya nazariyasi va amaliyoti
5. <http://www.infosport.ru/press/fkvot>-Jismoniy madaniyat, tarbiya, ta'lim, mashg'ulot
6. <http://www.shkola-press.ru> - Maktabda jismoniy tarbiya
7. <http://www.shkola-press.ru> - Maktab o'quvchilari tarbiyasi

Интернет саҳифалари бўйича қисқача йўлланма

Jurnallar

http://www.infosport.ru/press/tpfk	Jismoniy tarbiya nazariyasi va amaliyoti
http://www.infosport.ru/press/fkvot	Jismoniy madaniyat, tarbiya, ta'lim, mashg'ulot
http://www.shkola-press.ru	Maktabda jismoniy tarbiya
http://www.shkola-press.ru	Maktab o'quvchilari tarbiyasi

OO'YU va ilmiy markazlar

http://www.msu.ru	Moskva Davlat universiteti (MDU)
http://www.ems.dk/NIS	Rossiyaning ilmiy va ta'lim muassasalari. Katalog va MIC-EMIR ma'lumotlar zahirasi.
http://www.nsu.nsk.su	Novosibirsk Davlat universiteti.

Sportning yangi turlari

http://www.aiki.ru	Aykido
http://www.aerobic.ru	Aerobika
http://bodybuilding.da.ru	Bodibilding (Atletik gimnastika)
http://www.lifting.newmail.ru	Pauerlifting
http://www.dancelife.ru	Rossiyada va dunyoda sport raqslari
http://www.taekwondo.ru	Taekvondo
http://www.shaping.ru	SHeyping
http://www.risk.ru	Rossiyada favqulodda holatlar sporti

O'zbekistonning ayrim ilmiy-ta'limiy manbalari

http://www.connekt.uz	«Internet O'zbekiston maktablarida» dasturi. O'zbekiston maktablarining Internetga bog'lanishini amalga oshirish bo'yicha IREX jamg'armasi loyihasi.
---	--

<http://www.study.uz>

Study.Uz: O'zbekistonning ta'lim portali. O'zbekiston ta'limi sayti. CHet el va milliy o'quv muassasalarida ta'lim dasturlari bo'yicha maslahat (konsultasiya) xizmati, ta'lim dasturlarini tuzish, o'quv muassasalariga qabul qilishni tashkil etish, qabul qilinganlik haqidagi tasdiqnomani olish va ta'lim olingan mamlakat elchixonasida talabalar vizasini olish uchun hujjatlarni tayyorlash.

<http://www.dl.uz>

Masofaviy ta'lim tizimi. Masofaviy ta'lim tizimi-ta'lim olish hamda Internet orqali masofaviy ta'lim bo'yicha kurslar tashkil etish quroli. Tizim o'quv kurslarini tashkil etish, nazorat qilish va boshqarish uchun zarur asbob-uskunalarni o'z ichiga oladi.

<http://www.internet.uz>

Internet.uz loyihasi notijorat axborot internet-loyiha hisoblanadi. Loyihaning vazifalari- Internet olamida ro'y berayotgan barcha asosiy, eng muhim yangiliklar va voqealarni yig'ish, umumlashtirish hamda chop ettirishdir.

<http://www.freenet.uz>

FreeNet Uzbekistan

<http://acadlib.uzsci.net>

O'zbekistonda ta'lim masalalari bo'yicha axborot zahirasi katta. Kutubxonalarning elektron katalogi. Sayt O'zbekiston respublikasi Fanlar Akademiyasi Bosh kutubxonasi; O'zbekiston texnika adabiyotlari Milliy kutubxonasi; O'zbekiston milliy kutubxonasi; Inson huquqlari va gumanitar huquqni o'rganish markaziy ochiq kutubxonasi, Toshkent Davlat texnika universiteti kutubxonasi;...

<http://ula.uzsci.net>

Toshkent Axborot texnologiyalari universiteti kutubxonasi elektron kataloglarini qamrab olgan.

Kutubxonalarning elektron kataloglari O'zbekiston Kutubxonalar Assosiasiyasi daromadsiz jamoat tashkiloti bo'lib, O'zbekiston Respublikasida kutubxonachilik ishi va yangi axborot texnologiyalarini rivojlantirish maqsadida tuzilgan. O'zbekiston Kutubxonalar Assosiasiyasining asosiy vazifasi O'zbekistonda kutubxonalarni rivojlantirish, ularning axborot zahiralaridan ochiq foydalanish, taraqqiy etgan jamiyatni rivojlantirish uchun kutubxona-axborot xizmatining muhimligini keng tan olish yo'li bilan ma'naviy o'zgarishlarni qo'llab -quvvatlash. O'KA Respublika kutubxonalar assosiasiyalari hamda kutubxonalari usuliy markazi hisoblanadi. O'zbekistondagi 100 dan ortiq kutubxonalar, kutubxona assosiasiyalari, kutubxonachilik hayoti voqealari haqida (rus, o'zbek, ingliz tillarida) ma'lumot berilgan. O'zbekiston axborot agentligi sayti. O'zbekistonga aloqador eng yangi axborot zahirallari.

<http://www.uza.uz>

<http://www.uzngos.uzsci.net>

Ijtimoiy jamg'armalar katalogi. Mazkur katalog ma'lumotnoma nashr bo'lib, O'zbekistonda o'z vakillik idoralari bo'lgan hamda faoliyatning turli sohalari, jumladan, sog'liqni saqlash, ta'lim, ekologiya, kam ta'minlanganlar va nogironlarga yordam, fuqarolik jamiyatini rivojlantirish, shuningdek, ijtimoiy muammolar bo'yicha insonparvarlik loyihalarini amalga tatbiq etayotgan horijiy xayriya dasturlari va jamg'armalar to'g'risidagi ma'lumotlar zahiralariga egalik qiladi.

<http://www.re.uz>

O'zbekistonning ilmiy-ta'lim portali.
Re.Uz –O'zbekistonning ilmiy ta'lim muassasalari uchun «Raqamli taraqqiyot tashabbusi» dasturi tuzgan O'zbekiston Respublikasi axborot resurslaridir. Re.Uz portali dasturchilarni jalb etmay xizmat ko'rsatishning boy majmuasi bo'lgan o'zgaruvchi saytlarni tuzishning juda oson, o'ziga xos qurolidir. Uning saytlari zamonaviy Web–zahiralarning tarkibiy qismi xisoblanadi.

<http://www.avicenna.uz>

Xalqaro Ibn Sino jamg'armasi. Jamg'armaning faoliyati, o'rta asrlarning buyuk olimi Abu Ali ibn Sinoning boy ilmiy merosi ,haqida ma'lumotlar, giyohvandlikning oldini olish, sog'lom turmush tarzini targ'ib qilish, bolalar tarbiyasi,gerontologiya, sharq tabobati va b. bo'yicha juda ko'p foydali maslahatlar.

<http://uzresource.freenet.uz>

UzResource – O'zbekiston, uning ob-havosi, tabiati, milliy ramzlari, iqtisodiyoti, hukumati, madaniyati, tarixi, konstitusiyasi, shahar va viloyatlari, undagi yangiliklar, tarjimai hollar to'g'risidagi axborot sayti.

<http://www.akademy.uz>

O'zbekiston Respublikasi Fanlar Akademiyasi.
Fanlar Akademiyasi tarkibida 48 tadqiqot instituti va ilmiy – ishlab chiqarish birlashmalari bo'lib, ular ilm-fanning turli sohalarida faoliyat olib boradilar. SHu bilan birga, Fanlar Akademiyasi qoshida «Fan» nashriyoti, Asosiy kutubxona va boshqa muassasalar mavjud.

<http://www.trc.uzsci.net>

Toshkent zahiralari markazi- o'qituvchilar malakasini oshirish, dasturlar , grantlar, ta'lim.

<http://www.uzbekworld.co>

O'zbekiston Internet tarmog'ida.
O'zbekiston Internet zahiralari katalogi

Lug'at va tarjimonlar

<http://www.traslate.ru>

Prompt-on-layn, matnlar, veb-sahifalar, elektron maktublar tarjimoni. Rus, ingliz, fransuz, nemis, italyan tilidan (ga) tarjima qilish imkoniyatlari, kirillcha yozuvdan (ga) o'girish.

<http://dic.academic.ru/>

Internetda lug'at va qomuslar.

<http://www.slova.ru/>

V.I. Dal izohli lug'ati.

So'zni izlash. V.I.Dalning tarjimai holi. «Maqol va matallar», «Rus xalqining rivoyat, irim-sirim, xurofotlari» kitoblari matni.

<http://a21.viptop.ru>

Windowsni qanday sozlash mumkin. Savol va javoblar.

<http://a21.viptop.ru>

Samarali Internet. Savol va javoblar.

Nashriy to'plamlar, versiyalar 1,2.

www.sluh.freenet.kz

Internet bo'yicha darslik

www.sluh.freenet.kz

O'z bilimingni tekshir (test)

<http://chainick.newmail.ru/>

Internetda ishlashga o'rgatish.

<http://www.pti.ac.ru/café/internet/index.shtml>

http://www.homepage.techno.ru/vladimir_k/index.html

<http://www.pti.ac.ru/café/internet/find.html>

O'qituvchilar uchun Internet.
Internetda ishlashga o'rgatish.
Internetda ishlashga o'rgatish.
Internetda izlash (endi
shug'ullanayotganlar uchun).
Internetda ishlashga o'rgatish