Sirtqi bo’lim Jismoniy madaniya talim yo’nalishi mutxasis fanlaridan davlat attestatsiya nazorat savollar

1. Mashqlarning amaliy usuli (metodi)
2. Yosh gandbolchilarni tanlab olishga tegishli ishlarni tashkil qilish yollari
3. Gimnastika mashqlarini o‘rgatishda terminologiyaning ahamiyati.
4. Yengil atletikada oraliq bo‘ylab yugurish texnikasiga tarif bering
5. Kichik maktab yoshidagi bolalar uchin harakatli o‘yinlarning tasnifi
6. Jismoniy tarbiya tizimining umumiy ta'moyillari
7. Yosh gandbolchilarni tayyorlashning o‘ziga xos xususiyatlari haqida tushuncha bering
8. Gimnastikada terminlarni tuzishda qo‘yiladigan talablar
9. Yengil atletikada sakrash turlariga tarif bering
10. Ko‘p yillik tayyorgarlikning davom etishi va uni aniqlovchi omillar
11. Jismoniy tarbiya vositalarining umumiy tavsifi.
12. Gandbol sport turidan musobaqalar o‘tkazish va hakamlik qilish bo‘yicha tushuncha bering.
13. Gimnastikaning bilim beruvchi rivojlantiruvchi turlari
14. Yengil atletika nazariyasi va uslubiyati fanining vazifalariga tarif bering.
15. Harakatlarga o‘rgatish (dars jarayoni)
16. Jismoniy mashqlar texnikasi haqida tushuncha (texnikaning asosi, texnikaning asosiy hal qiluvchi negizi, texnikaning detallari).
17. Gandbol o‘yinining qoidalari haqida tushuncha.
18. Gimnastikaning sog‘lomlashtiruvchi turlari
19. Yengil atletikaning boshqa sport turlari bilan bog‘liqligi va unga tarif
20. Harakat texnikasini o‘rganishning dastlabki bosqichi
21. Jismoniy mashqlarning guruhlarga bo‘linishi.
22. Gandbol o‘yinida to‘p uchun raqib bilan kurash usullari haqida tushuncha
23. Gimnastikaning sport yonalishiga xos turlari
24. O’zbekistan jismoniy madaniyat tizimida Yengil atletikaning o‘rni?
25. Sportchini texnik tayarlashning vazifalari, bosqichlari va asosiy metodlari
26. Jismoniy tarbiya jarayonida yuklama va dam olishning o‘z-aro bog‘liqligi.
27. Gandbolda o‘yin maydoni yon tomonidan, burchakdan va erkin to‘p tashlash haqida tushincha bering.
28. Gimnastika mashg‘ulotlarida jarohatlanish bilan kurashishning ahamiyati.
29. Yengil atletika sport turi ommaviyligini oshirishda amalga ashiriladigan tadbirlarga tushuncha bering.
30. Harakat faoliyatini takomillashtirish bosqichi va uning mazmuni
31. Jismoniy mashqlar shakli va mazmuni.
32. Gandbolda yetti metr jarima to‘pini bajarish qoidalari haqida tishuncha bering
33. Gimnastika darslaridagi jarohatlarga tarif va birinchi yordam
34. Yengil atletika sport turining tavsifi va tasnifi
35. Sport mashg‘ulotlarida psixologik tayyorgarlik
36. Jismoniy tarbiyaning uslubiy ta‘moyillari va ularga tavsif.
37. Gandbol o‘yinida hujumdagi o‘yin texnikasi haqida ma‘lumot bering
38. Gimnastika darslarida jarohatlarni oldini olishning asosiy choralari.
39. Yengil atletika sport turining paydo bo‘lishi tarixi
40. Ta‘lim jarayonida onglilik va faoliyat ta‘moyili.
41. Jismoniy tarbiya jarayonida oson tushunarli va individuallashtirish ta‘moyillarini amalga ashirish.
42. Gandbol o‘yinida ximoyadagi o‘yin texnikasi haqida ma‘lumot bering
43. Gimnastika musobaqalarining ahamiyati va turlari
44. Yengil atletikaning rivojlanish basqishlari

45. Jismoniy tarbiya jarayonida “onglilik va faollik” ta‘moyillarini amalga oshirish.
46. Gandbol o‘yinida to‘pni bir biriga uzatish texnikasi haqida tushuncha bering.
47. Gimnastikada musobaqaga tayyorgarlik ko‘rish va o‘tkazish.
48. Yengil atletika bo‘limlari va ularning turlarga bo‘linishi.
49. Sport mashg‘ulotlarining qonuniyatlari.
50. Gandbol o‘yinida darvozabon o‘yinining taktikasi haqida tushuncha bering.
51. Gimnastika ko‘rgazmali mashqlarning ahamiyati
52. Yengil atletika bilan shug‘illanuvchilar va uni o‘rgatish asoslari
53. Jismoniy tarbiya jarayonida mustahkamlash va talablarni borgan sari oshirib borish ta‘moyilini amalga oshirish.
54. Gandbol o‘yinida hujumdagi o‘yin taktikasi haqida tushuncha berish.Maktablarda gimnastika darslarining vazifalari va xossalari
55. Harakatli o’yınlarǵa tavsif
56. Sport musobaqasi tizimlariga tavsif
57. Jismoniy tarbiya uslubiyatiga tushincha bering.
58. Gandbol oynida himoyadagi oyın taktikası haqida tushincha bering
59. Gimnastika darslarining tuzilishi
60. Yengil atletika bilan shug'ullanuvchilarida qo'llaniladigan metodlari
61. Mashq jarayonining tsikllari
62. Bolalar yoshiga, jinsiga, tayyorgarligini hisobga olgan holda “So'z va ko'rgazmalilik” metodlaridan foydalanish.
63. Gandbol oynida hujum qilish taktikası (yakka harakatlar) haqida tushincha bering
64. Gimnastika darsining tayyorgarlik bólimini ótkazish uslubiyati
65. Jismoniy va sport mashg'ulotlarining asosiy vositasi sifatida
66. Harakatli oyin haqida asosiy tushincha
67. Ilmiy izlanishda nazariy tahlil va umumlashtirish metodi
68. Jismoniy tarbiya jarayonida “Oyin va musobaqa” metodlaridan foydalanish.
69. Gandbolda yakka himoyalanish tizimi haqida tushincha bering
70. Gimnastika darsining asosiy bólimini ótkazish uslubiyati
71. Talim muassasalarida yengil atletika mashg’ulotlarini tashkil etish va ótkazish
72. Jismoniy mashg'ulotlar texnikasi
73. Jismoniy tarbiya jarayonida “Qat'iy tartiblashtirilgan mashg'ulotlar” tamoyillaridan foydalanish.
74. Voleybol oyinining paydo bo'lishi va rivojlanish tarixi haqida ma'lumot bering
75. Gimnastika darslarida Jismoniy yuklamalarni rejalashtirish amallari
76. Sportcha yurish texnikasini o'rgatish uslubiyati
77. Harakatni bo'limlarga bolib o'rganish uslubiyati
78. Hárakatni guruhlarga bólib o'rgatish usuli
79. Jismoniy madaniyat nazariyasining yetakchi tushunchalari va jismoniy tarbiyaning ijtimoiy ahamiyati
80. Harakat faoliyatiga o'rgatish jarayonining umumiy tavsifnomasi (harakat va ko'nikmalarning shakllanishi).
81. Voleybol oynining O'zbekistonda rivoji haqida ma'lumot bering
82. Sport mashg’ulotlarining etapları va tuzilishi
83. Gimnastika darsining yakunlovchi bolimini o'tkazish metodikasi
84. Qisqa masofaga yugurish turlari texnikasining xossalari
85. Oyin metodi (dars jarayoni)
86. Jismoniy sifatlarni rivojlantirish metodlariga tavsif.
87. Voleybol oynining Qoraqalpog'istonga kirib kelishi va rivoji haqida ma'lumot bering
88. Gimnastika mashg'ulotlarini o'rgatish printsiplari
89. O'rta va uzoq masofalarga yugurishning qisqacha tarixi
90. Musobaqa metodi (dars jarayoni)

91. Jismoniy tarbiya terminining umumiy mazmuni.
92. Gandbol o‘yinining paydo bo‘lishi va rivojlanish tarixi haqida ma‘lumot bering.
93. Gimnastikaning paydo bo‘lishi va rivojlanishi
94. Yengil atletikaning paydo bo‘lishi va rivojlanishi
95. Jismoniy tarbiya darslarida xronometraj o‘tkazish
96. Jismoniy rivojlanish terminining umumiy mazmuni.
97. Gandbol o‘yining O‘zbekistonda rivojlanishi haqida ma‘lumot bering
98. Milliy gimnastika tizimlari
99. Yengil atletikaning O‘zbekistonda rivojlanishi va tarixi
100. Jismoniy tarbiya darslarida pulsometriya o‘tkazish.
101. Jismoniy madaniyat termining umumiy mazmuni.
102. Gandbol o‘yining Qoraqalpog‘iston respublikasiga kirib kelishi va rivojanishi haqida ma‘lumot bering
103. O‘qituvchining jismoniy tarbiya darsiga tayyorgarligi.
104. Badiy gimnastikaning paydo bo‘lishi
105. Kalendar Tematik ish-rejaning mazmuni
106. Qisqa masofaga yugurish turlariga tarif bering.
107. Sport tayyorgarligiga tushuncha bering.
108. Jismoniy tarbiya tizimlarining umumiy tavsifnomasi.
109. Gandbol o‘yini bo‘yicha Jahon chempionatlari va Olimpiada o‘yinlari haqida ma‘lumot bering.
110. Gimnastikaning Olimpiada o‘yinlariga kiritilishi
111. Yengil atletika turlari (bo‘limlari) pastgi startdan yugurish texnikasi
112. Insonning morfologik xususiyatlariga tariff bering.
113. Gandbol o‘yinida xarakatlanish texnikasi usullari haqida ma‘lumot bering
114. O‘zbekistonda gimnastikaning rivojlanishi
115. Chidamlilikni tarbiyalash metodlari.
116. Sportchini tayyorlash tizimiga tavsif.
117. Jismoniy kamolotga etgan terminining umumiy mazmuni
118. Gandbol o‘yinida to‘pni egallash texnikasining usullari haqida ma‘lumot bering
119. Xalqaro musobaqalarda salmoqli o‘ringa ega O‘zbekiston gimnastikachilari.
120. Umumiy rivojlantiruvchi mashqlarning maqsadi va vazifalari.
121. Kross yugurishga tushuncha.
122. Sport tayyorgarligining vositasi
123. Sport terminining umumiy mazmuni.
124. Gandbol o‘yinida darvozabon o‘yin texnikasi haqida ma‘lumot bering
125. Gimnastika tushunchasi. Gimnastikaning mazmuni va metodik xususiyatlari
126. Yugurish turlari, burilishlar bo‘ylab yugurish texnikasi
127. Sport tayyorgarligining usullari (metodlari)
128. Jismoniy tarbiya nazariyasi va uslubiyati fanining maqsadi, vazifalari va mazmuni.
129. Gandbol o‘yinida jismoniy tayyogarlikni rivojlantirish usullari
130. Gimnastikaning vazifalari
131. Yengil atletikada sakrash turlariga tarif bering
132. Ko‘rgazmalilik usuli (metodi)
133. O‘zbekistan Respublikasi jismoniy tarbiya tizimining maqsad vazifalari va uning rivojlanishi
134. Gandbol o‘yinida psixologik tayyorgarlik
135. Asosiy gimnastika mashqlarga qisqacha tarif
136. Yugurib kelib uzinlikga sakrashni o‘rgatish uslubiyati
137. Jismoniy tarbiya bo'yicha maktab yo'nalishi
138. Basketbol oynining Ozbekistonda rivojlanish bosqichlari haqida ma'lumot bering
139. Gimnastika o'qish - ilmiy fan sifatida

140. Yadro irǵitish texnikasini o'rgatish metodikasi
141. Jismoniy sog'lomligi ojiz o'quvchilar bilan jismoniy tarbiyani tashkil etish
142. Basketbol oynining Qoraqalpog'istonga kirib kelishi va rivoji haqida ma'lumot bering
143. Jismoniy madaniyatning jamiyatdagi vazifaları
144. Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodıkasining rivojlanish davrlari
145. Gimnastika turlarining guruhlarga bólinishi
146. Nazariy materiallarga o'rgatish (dars jarayoni)
147. Harakatli oyinlarning tashkil etish shakli
148. Tezlikni tárbiyalash metodikası.
149. Basketbol oyni boyicha Jáhon Evropa, chempionatlari va Olimpiada oyinlarining otkazilishi (Erkaklar va ayollar) haqida malumot bering
150. Asosiy gimnastikaning vaziflari
151. Disk irg’itish texnikasini orgatish metodikası
152. Jismoniy tárbiya darslarida harakatli oyınlarbi ótkazish metodikası
153. Koordinaciyon qobilyatlarini tarbiyalash metodikası.
154. Basketbol oyini qoidasi, maydon va uskunalarning olchamlariga tushuncha bering
155. Karxonadagı gimnastikaning maqsadi
156. Sport gimnastikasining asosiy mazmuni
157. Harakatlarga o'rgatish bosqichlari, vazifalari va ularni amalga oshirish yo'llari.
158. Voleybol oynida hujumga zid himoya usullari haqida ma'lumot bering.
159. Gimnastika mashg'ulotlarini o'rgatish uslubiyati
160. Kross yugurishning qisqacha tarixi
161. Maktabga qadar bolalar jismoniy tarbiyasi
162. Sport tayyorgarligining tsikllarga bo'linishi
163. Ko'nikma va tájriybalarning shakllanishi, ularning farqi
164. Voleybol oyini qoidasi, maydon va uskunalarning o'lchamlariga tushincha bering
165. Gimnastika mashg'ulotlarini o'rgatish jarayoni
166. Maktabdan tashqari ishlarning vazifalari
167. Estafetali yugirish texnikası
168. Yuklamalarning turlari va xossalari
169. Jismoniy sifatlarrıng umumiy tavsifnomasi
170. Jismoniy tarbiya vositalariga umumiy tushincha
171. Jismoniy madaniyat nazariyasining sog'lomlashtirishga yo'nalish tamoyili.
172. Voleybol oynida topnı uzatish va qabul qilish usullari haqida tushincha bering
173. Jismoniy tárbiyaning vazifalari
174. Gimnastika darslarida saf mashg'ulotlarni o'rgatish
175. Estafetali yugurish texnikasin o'rgatish metodikasi
176. Sportda yuklama va uning sportchi oranizmiga ta'sri, mashq yuklamasi
177. Voleybol oynida hujum ishlash usullari haqida ma'lumot bering
178. O'quvchilar jismoniy tarbiyasini tashkil etish turlari
179. Jismoniy mashqlarning mazmuni va shakli
180. Gimnastika darslarida umumiy rivojlantirishchi mashg'ulotlarni o'rgatish
181. Sakrash turlari texnikasi tamoyillari
182. Jismoniy tarbiya jarayonida odob - ikromlilik tarbiya
183. Yuklamalar orasidagi dam olishding ahamiyati
184. Jismoniy madaniyat nazariyasining shaxsni hár tamonlama rivojlantirish tamoyillari
185. Jismoniy sifatlarga tegishli ko'nikmalarni shakllantirish.
186. Voleybol oynida hujumga zid qarshi usullari haqida ma'lumot bering
187. Gimnastika darslarinda umumiy rivojlantirish mashg'ulotlarni o'rgatish
188. Balandlikga sakrashning qisqasha tarixi
189. Sport mashqlarida charchash va tiklanish
190. Jismoniy tarbiya nazariyasi bo'yicha olib boriladigan izlanish metodlari

191. Kuch sifatini tárbiyalash uslubiyati.
192. Voleybol oyni texnikasini o'zlashtirish uchun mashg'ulotlardan foydalanish usullari haqida tushincha bering
193. Tábiyatning sog’lomlashtirish kuchlari va gigienik omillar
194. Uzunlikga sakrash turlari texnikasi
195. "Alpomish" va "Barchinoy" maxsus testlariga sifatlama
196. Tezlik sifatiga umumiy xarakteristika.
197. Jismoniy tárbiya jarayonida estetik tárbiya
198. Voleybol oynida jismoniy tayyorgarlikni rivojlantirish usullari haqida tushincha bering
199. Badiy gimnastika mashg'ulotlarining metodik xossasi
200. Jismoniy tarbiya mashg'ulotlarida qollaniladigan jismoniy tarbiya metodlari
201. Uzunlikqa sakrash texnikasini o'rgatish metodikasi
202. O'quvchilar jismoniy tarbiyasini tashkil etish turlari
203. Jismoniy madaniyat nazariyasining umumiy printsiplari
204. Koordinaciyon qobilyatning umumiy tavsifnomasi.
205. Jismoniy mashg'ulotlarning ta'srini belgilovchi omillar
206. Basketbol oynining paydo bo'lishi va rivojlanish tarixı haqida ma'lumot bering
207. O'quv yurtlarida badiy gimnastika darslarini tashkil etish
208. Jismoniy mashqlarning guruhlarga bólinishi
209. Uch xatlab sakrash texnikasin o'rgatish metodikasi