



61010200 - Sport faoliyati Engil atletika yo'nalishi bo'yicha suxbat uchun savollar.

1. O'zbekistonda yengil atletika bo'yicha sport infratuzilmasini rivojlantirish borasida qanday chora-tadbirlar amalga oshirilmoqda?
2. Yengil atletikani ommalashtirish va yoshlar o'rtasida targ'ib qilishda davlat qanday rol o'ynaydi?
3. Sizningcha, bugungi islohotlar yengil atletika murabbiylari va sportchilarining kasbiy o'sishiga qanday ta'sir ko'rsatmoqda?
4. So'nggi yillarda yengil atletika bo'yicha qanday milliy yoki xalqaro loyihalarda ishtirok etildi va ular qanday foyda berdi?
5. Nega aynan yengil atletika yo'nalishini tanladingiz? Shaxsiy qiziqishingiz qanday paydo bo'lgan?
6. Yengil atletika bilan shug'ullanish orqali yoshlarga qanday ijtimoiy tarbiya berish mumkin deb o'ylaysiz?
7. Siz bu sohaga bo'lgan qiziqishingizni qanday saqlab kelayapsiz va kelajakda uni qanday rivojlantirmoqchisiz?
8. Agar bu sohada ishlash imkoniyati bo'lmasa, qanday alternativ yo'nalishda o'zingizni ko'rasiz va nega?
9. Yengil atletika mashg'ulotlarida sizning intizomingiz va mas'uliyatingiz qanday namoyon bo'lgan?
10. Sportchilar bilan ishlashda qanday jamoaviy muammolarni hal qilgansiz?
11. Sizda qanday shaxsiy yutuqlar bor? Ularni qanday mehnat bilan qo'lga kiritgansiz?
12. Qaror qabul qilishda mustaqil bo'lgan holatingizdan birini misol qilib keltiring.
13. O'z ustingizda ishlash uchun qanday reja tuzgansiz yoki qaysi jihatlaringsiz ustida hozir ishlayapsiz?
14. Yengil atletikaning qaysi turlarini amalda mashq qilgansiz? Har birining o'ziga xos jihatlarini ayting.
15. Sprint va marafon yugurishlari o'rtasidagi asosiy farqlar nimalardan iborat?
16. Yengil atletika mashg'ulotlarini rejalashtirishda qanday bosqichlarga e'tibor berish kerak?
17. kuch, tezkorlik, chaqqonlik va chidamlilikni rivojlantirish bo'yicha qanday mashq metodlaridan foydalangansiz?
18. Yengil atletika bilan shug'ullanayotgan yoshlar uchun mashg'ulotlarda xavfsizlikni ta'minlash qanday bo'lishi kerak?
19. Prezidentning sportni rivojlantirishga oid qaysi farmon va qarorlarini bilasiz?
20. O'zbekistonda yengil atletika bo'yicha erishilgan yutuqlar haqida gapirib bering.
21. O'zbekiston yengil atletika federatsiyasi qachon tashkil topgan?
22. O'zbekistonda yengil atletika qanday rivojlangan?
- O'zbekistonda yengil atletika sportining rivojlanish bosqichlari?

23. O'zbekistonda yengil atletika sport turi nechanchi yilda va kim tomonidan kirib kelgan?
24. Yengil atletika sport turiga qiziqishingizga qaysi sportchilar sababchi bo'lgan?
25. Hozirgi kunda yengil atletikachi sportchilarni erishgan natijalari haqida nimalar bilasiz?
26. Yengil atletika sport turida musobaqa o'tkazish tartibi va musobaqa nizomini tuzib bering
27. Birinchi sakrash (hop) bosqichida sportchi qaysi oyoqqa tushadi?
28. Xalqaro yengil atletika federatsiyasi qachon tashkil etilgan?
29. Uch xatlab sakrashda yugurib kelish fazasining asosiy maqsadi nima?
30. Tana og'irligi uch xatlab sakrashda qanday taqsimlanadi?
31. Uchinchi sakrashda qo'llar qanday harakatda bo'ladi?
32. Qanday holatda uch xatlab sakrashdagi natija hisobga olinmaydi?
33. Uch xatlab sakrashda muvozanatni saqlash nima uchun muhim?
34. Yengil atletikaning nechta asosiy bo'limi mavjud?
35. Yugurish, uloqtirish va sakrash yengil atletikaning qaysi turlariga kiradi?
36. Yengil atletika qaysi davlatda paydo bo'lgan deb hisoblanadi?
37. Uch xatlab sakrash nechta bosqichdan iborat?
38. "Dekatlon" va "heptatlon" atamaları nimalarni anglatadi?
39. Yugurib kelib uzunlikka sakrash texnikasi asoslari?
40. G'ovlar osha va to'siqlar osha yugurish texnikalari asoslari?
41. Qisqa masofalarga yugurish texnikasini takomillashtirish?

Kafedra mudiri:



prof. N.K.Ruzmetov