

O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI SPORT VAZIRLIGI

**O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI
OLIY TA'LIM, FAN VA INNOVATSIYALAR VAZIRLIGI**

**O'ZBEKISTON DAVLAT JISMONIY TARBIYA VA SPORT
UNIVERSITETI**

"Kiritdi"
O'zbekiston davlat
jismoniy tarbiya va
sport universiteti rektori
R. Matkarimov
" _____ 2024-y

"Kelishildi"
O'zbekiston Respublikasi
Oliy ta'lim, fan va
innovatsiyalar vazirligi
" _____ 2024-y

"Tasdiqlayman"
O'zbekiston Respublikasi
Sport vaziri o'rinbosari
Sh. Maxmudov
" _____ 2024-y

**IJODIY (KASBIY) IMTIHONLAR DASTURI
VA BAHOLASH MEZONI**

61010200 - Sport faoliyati (basketbol, boks, voleybol, velosport, gimnastika, suzish, yengil atletika, gandbol, qilichbozlik, og'ir atletika, eshkak eshish, tennis, futbol, badiiy gimnastika, dzyu-do, erkin kurash, belbog'li kurash, taekvondo WT, sambo, kurash, sinxron suzish, badminton, yunon-rim kurashi, ot sporti, triatlon, biatlon, xokkey, regbi, shaxmat, karate WKF, tog' chang'isi, stol tennisi, figurali uchish, chim ustida xokkey, kik-boks, mini-futbol, kamondan otish, muay tay, kibersport, suv polosi, akademik eshkak eshish, zamonaviy besh kurash, bodybuilding va fitnes, snovbord, qo'l jangi, ayollar kurashi), kunduzgi va sirtqi ta'lim yo'nalishlari uchun.

61010300 - Adaptiv jismoniy tarbiya va sport kunduzgi ta'lim yo'nalishi uchun.

CHIRCHIQ – 2024

O‘zbekiston davlat jismoniy tarbiya va sport universiteti Kengashida ko‘rib chiqilgan va ma’qullangan. 2024 yil 29 fevral dagi 7 -sonli majlis bayoni.

O‘zbekiston Respublikasi xududlarida jismoniy tarbiya va ommaviy sportni yanada rivojlantirish, aholining barcha qatlamlari, ayniqsa yoshlarni jismoniy tarbiya va sport bilan muntazam shug‘ullanishga jalb etish, mamlakatimizda bu borada yaratilgan sharoitlardan samarali foydalanish hamd natijalarini oshirish muhim ahamiyat kasb etadi. Mamlakatimizda mazkur soha rivojiga qaratilgan qator me’yoriy – huquqiy hujjatlar qabul qilingan va jadallikda hayotga tatbiq etib kelinmoqda.

Jumladan, O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2020-yil 24-yanvardagi “O‘zbekiston Respublikasida jismoniy tarbiya va sportni yanada takomillashtirish va ommalashtirish chora-tadbirlari to‘g‘risida” **PF-5924-son farmoni**, 2021-yil 24-dekabrda “Davlat oliy ta’lim muassasalarining akademik va tashkiliy-boshqaruv mustaqilligini ta’minlash bo‘yicha qo‘shimcha chora-tadbirlar to‘g‘risidagi” **PQ-60-son qarori**, 2022-yil 3-noyabrda “Jismoniy tarbiya va sport sohasida kadrlarni tayyorlash hamda ilmiy tadqiqotlar tizimini yanada takomillashtirish chora-tadbirlari to‘g‘risidagi” **PQ-414-son qaror va farmonlari** ijrosini sifatli bajarish ko‘rsatib o‘tilgan.

O‘zbekiston davlat jismoniy tarbiya va sport universiteti va uning Nukus va Fargona filiallaridagi Sport faoliyati (faoliyat turlari bo‘yicha) ta’lim yo‘nalishi bo‘yicha kasbiy (ijodiy) imtihon dasturlari sport maktablari hamda Respublika Olimpiy va paralimpiy sport turlariga tayorlash markazlarining jismoniy tarbiya va sport dasturlari asosida tuzilgan va abituriyentlarning jismoniy mashqlari bajarishdagi amaliy harakat ko‘nikma va malakalarini baholashga mo‘ljallangan.

Mazkur dasturlarni tuzishda sport assosatsiyalar, sport federatsiyalar, oliy sport mahorati maktablar va sport maktablar takliflari inobatga olingan hamda ular tomonidan taqrizlar berilgan.

Dasturda **kunduzgi va sirtqi ta’lim** shaklining 61010300–Sport faoliyati (faoliyat turlari bo‘yicha) ta’lim yo‘nalishi (basketbol, boks, voleybol, velosport, gimnastika, suzish, yengil atletika, gandbol, qilichbozlik, og‘ir atletika, eshkak eshish, tennis, futbol, badiiy gimnastika, dzyu-do, erkin kurash, belbog‘li kurash, taekvondo WT, sambo, kurash, sinxron suzish, badminton, yunon-rum kurashi, ot sporti, triatlon, biatlon, xokkey, regbi, shaxmat, karate WKF, tog‘ chang‘isi, stol tennisi, figurali uchish, chim ustida xokkey, kik-boks, mini-futbol, kamondan otish, muay tay, kibersport, suv polosi, akademik eshkak eshish, zamonaviy besh kurash, bodybuilding va fitnes, snovbord, qo‘l jangi, ayollar kurashi, adaptiv jismoniy tarbiya va sport (parasport) kabi sport turlari bo‘yicha (kasbiy) ijodiy imtihonlarni o‘tkazish tartibi, abuturiyentlarning jismoniy tarbiya va sport sohasidagi amaliy mahorati, ko‘nikma va malakalariga qo‘yilgan talablar hamda baholash mezonlari o‘z aksini topgan.

2024/2025 O'QUV YILI UCHUN **CHIM USTIDA XOKKEY** IXTISOSLIGIDAN KASBIY
(IJODIY) IMTIHONLARINING ME'YORIY TALABLARI VA BAHOLASH MEZONLARI
(Ixtisoslik bo'yicha maksimal ball - 93 ball)

Erkaklar va ayollar uchun

№	Meyorining mazmuni	Natija		Ballar
		Erkaklar	Ayollar	
1.	“Aniq mo‘ljalga darvozaga havodan to‘pni otish” testi texnik tayyorgarlik darajasini aniqlash imkonini beradi. Bajarilishi: Test topshiruvchi jarima nuqtasida turadi (7m) va imtihon oluvchining signali bo‘yicha darvozaga uchta havodan to‘pni otishni amalga oshiradi. Darvoza 1 dan 9 gacha raqamlangan 9 kvadratga bo‘linadi. Test topshiruvchi o‘z qobiliyatiga qarab xohlagan kvadratga to‘pni otishni amalga oshirish imkoniyatiga ega. To‘plagan raqamiga qarab, shuncha yuqori ballga ega bo‘ladi. Ushbu meyorda darvozaga 3 ta to‘pni otish amalga oshiriladi va zarbalar natijasi jamlanadi.	27	27	27
		26	26	26
		25	25	25
		24	24	24
		23	23	23
		22	22	22
		21	21	21
		20	20	20
		19	19	19
		18	18	18
		17	17	17
		16	16	16
		15	15	15
		14	14	14
		13	13	13
		12	12	12
		11	11	11
		10	10	10
		9	9	9
		8	8	8
		7	7	7
		6	6	6
		5	5	5
		4	4	4
		3	3	3
		2	2	2
		1	1	1
		0	0	0
2.	“30 metrga klushka va to‘p bilan yugurish” testi maxsus tezkorlik sifatleri va texnik ko‘nikmalar darajasini aniqlash imkonini beradi. Bajarilishi: mashq maydonda bajariladi, xokkeychi to‘p va klushka chiziqda joylashishi uchun start chizig‘ida turadi. Sportchi ovozli signal bo‘yicha to‘pni klyushkadan uzmasdan yoki turtish bilan, masofani iloji boricha tezroq bosib o‘tishga harakat qilib oldinga yuguradi va marra chizig‘ini to‘liq tezlikda kesib o‘tadi. Masofani bosib o‘tish	Erkaklar	Ayollar	Ballar
		4,6 va undan kam	5,2 va undan kam	32
		4,7	5,3	31,5
		4,8	5,4	31
		4,9	5,5	30,5
		5,0	5,6	30
		5,1	5,7	29,5
		5,2	5,8	29
		5,3	5,9	28,5
		5,4	6,0	28
		5,5	6,1	27,5
		5,6	6,2	27
		5,7	6,3	26,5
		5,8	6,4	26
		5,9	6,5	25,5
		6,0	6,6	25

vaqti soniyalarda baholanadi. Ikki urinishdan eng yaxshi natija olinadi.	6,1	6,7	24,5
	6,2	6,8	24
	6,3	6,9	23,5
	6,4	7,0	23
	6,5	7,1	22,5
	6,6	7,2	22
	6,7	7,3	21,5
	6,8	7,4	21
	6,9	7,5	20,5
	7,0	7,6	20
	7,1	7,7	19,5
	7,2	7,8	19
	7,3	7,9	18,5
	7,4	8,0	18
	7,5	8,1	17,5
	7,6	8,2	17
	7,7	8,3	16,5
	7,8	8,4	16
	7,9	8,5	15,5
	8,0	8,6	15
	8,1	8,7	14,5
	8,2	8,8	14
	8,3	8,9	13,5
	8,4	9,0	13
	8,5	9,1	12,5
	8,6	9,2	12
	8,7	9,3	11,5
	8,8	9,4	11
	8,9	9,5	10,5
	9,0	9,6	10
	9,1	9,7	9,5
	9,2	9,8	9
	9,3	9,9	8,5
	9,4	10,0	8
	9,5	10,1	7,5
	9,6	10,2	7
	9,7	10,3	6,5
	9,8	10,4	6
	9,9	10,5	5,5
	10,0	10,6	5
	10,1	10,7	4,5
	10,2	10,8	4
	10,3	10,9	3,5
	10,4	11,0	3
	10,5	11,1	2,5
	10,6	11,2	2
	10,7	11,3	1,5
	10,8	11,4	1
	10,9	11,5	0,5

		11 va undan baland	11,6 va undan baland	0
3.	To'pni olib yurish (Zigzaksimon sxemada) va darvozaga zarbani amalga oshirish. Test to'pni egallash texnikasini baholash imkonini beradi. Bajarilishi: abituriyent markazda darvoza chizig'idan 25 metr uzoqlikda turadi va signal bo'yicha to'pni 5 ta orasi 5 metr bo'lgan to'siqlardan aylantirib olib yurishni boshlaydi. To'siqlar "zigzaksimon" joylashgan: birinchisi - startdan 1 metr uzoqlikda. So'nggi to'siqni aylanib o'tgandan so'ng, to'pni olib yurish jarima maydonchasida davom ettiriladi, jarima maydonchasiga kirgach, darvozaga zarba amalga oshiriladi. To'pni darvozaga kiritish shart. Start berilgandan to'p bilan darvoza chizig'ini kesib o'tguncha bo'lgan vaqt hisobga olinadi. Ikkita urinish beriladi va eng yaxshi natija olinadi.	Erkaklar 10 va undan kam	Ayollar 11,5 va undan kam	Ballar
		10,1	11,6	34
		10,2	11,7	33,5
		10,3	11,8	33
		10,4	11,9	32,5
		10,5	12,0	32
		10,6	12,1	31,5
		10,7	12,2	31
		10,8	12,3	30,5
		10,9	12,4	30
		11,0	12,5	29,5
		11,1	12,6	29
		11,2	12,7	28,5
		11,3	12,8	28
		11,4	12,9	27,5
		11,5	13,0	27
		11,6	13,1	26,5
		11,7	13,2	26
		11,8	13,3	25,5
		11,9	13,4	25
		12,0	13,5	24,5
		12,1	13,6	24
		12,2	13,7	23,5
		12,3	13,8	23
		12,4	13,9	22,5
		12,5	14,0	22
		12,6	14,1	21,5
		12,7	14,2	21
		12,8	14,3	20,5
		12,9	14,4	20
		13,0	14,5	19,5
		13,1	14,6	19
		13,2	14,7	18,5
		13,3	14,8	18
		13,4	14,9	17,5
		13,5	15,0	17
		13,6	15,1	16,5
		13,7	15,2	16
		13,8	15,3	15,5
		13,9	15,4	15
		14,0	15,5	14,5
		14,1	15,6	14
		14,2	15,7	13,5
		14,3	15,8	13
		14,4	15,9	12,5
		14,5	16,0	12
		14,6	16,1	11,5
		14,7	16,2	11
		14,8	16,3	10,5
		14,9	16,4	10
				9,5

	15,0	16,5	9
	15,1	16,6	8,5
	15,2	16,7	8
	15,3	16,8	7,5
	15,4	16,9	7
	15,5	17,0	6,5
	15,6	17,1	6
	15,7	17,2	5,5
	15,8	17,3	5
	15,9	17,4	4,5
	16,0	17,5	4
	16,1	17,6	3,5
	16,2	17,7	3
	16,3	17,8	2,5
	16,4	17,9	2
	16,5	18,0	1,5
	16,6	18,1	1
	16,7	18,2	0,5
	16,8 va undan baland	18,3 va undan baland	0

Izoh: Kirish sinovlari davomida har bir abituriyent tegishli sport turi bo'yicha sport kiyimiga (epikirovka) ega bo'lishi kerak. Ixtisoslik bo'yicha meyoriy talablarni topshirish uchun sport kiyimi (epikirovka): xokkeychining klushkasi, sport kalta ishtoni, mayka, sport oyoq kiyimi, ega bo'lishi kerak.

O'tkazish qoidalari - har bir abituriyent imtihonga o'z vaqtida, imtihon hay'ati tomonidan belgilangan vaqtda kelishi shart. Abiturient imtihon maydonida mobil telefonlarini o'chirib qo'yishi, e'tiborli bo'lishi va imtihon olivchi o'qituvchilarning talablarini aniq bajarishi, imtihonni o'tkazishga halaqit bermasligi kerak.

**2024/2025 O'QUV YILI UCHUN CHIM USTIDA XOKKEY IXTISOSLIGIDAN KASBIY
(IJODIY) IMTIHONLARINING ME'YORIY TALABLARI VA BAHOLASH MEZONLARI
(Jismoniy tayyorgarlik bo'yicha maksimal ball - 63 ball)**

Erkaklar va ayollar uchun

№	Meyorining mazmuni	Natija		Ballar
		Erkaklar	Ayollar	
1.	Gimnastika o'rindig'idan oldinga egilish. Sportchining tananing egiluvchanlik darajasi aniqlanadi. Bajarilishi: gimnastika o'rindig'iga tik turgan holda turadi va signal asosida tanani sekidan maksimal pastga egilishni bajaradi. Mashqni bajarishda oyoq tizzalari bukilishi man etiladi. Natija santimetrda o'lchaniladi.	21 va undan yuqori	21 va undan yuqori	21
		20	20	20
		19	19	19
		18	18	18
		17	17	17
		16	16	16
		15	15	15
		14	14	14
		13	13	13
		12	12	12
		11	11	11
		10	10	10
		9	9	9
		8	8	8
		7	7	7
		6	6	6
		5	5	5
		4	4	4
		3	3	3
		2	2	2
		1	1	1
		0	0	0
2.	4x9 makkisimon yugurish. Sportchining tezkor-kuch sifatini aniqlab beradi. Bajarilishi: sportchi start chizig'ida turadi. Murabbiyning signali bilan sportchi 4 marta 9 metr masofani to'xtamasdan maksimal telikda yugurib o'tadi. Natiga soniyada aniqlanadi.	Erkaklar	Ayollar	Ballar
		8,00 va undan kam	9,00 va undan kam	21
		8,01-8,05	9,01-9,05	20,5
		8,06-8,10	9,06-9,10	20
		8,11-8,15	9,11-9,15	19,5
		8,16-8,20	9,16-9,20	19
		8,21-8,25	9,21-9,25	18,5
		8,26-8,30	9,26-9,30	18
		8,31-8,35	9,31-9,35	17,5
		8,36-8,40	9,36-9,40	17
		8,41-8,45	9,41-9,45	16,5
		8,46-8,50	9,46-9,50	16
		8,51-8,55	9,51-9,55	15,5
		8,56-8,60	9,56-9,60	15
		8,61-8,65	9,61-9,65	14,5
		8,66-8,70	9,66-9,70	14
		8,71-8,75	9,71-9,75	13,5

		8,76-8,80	9,76-9,80	13
		8,81-8,85	9,81-9,85	12,5
		8,86-8,90	9,86-9,90	12
		8,91-8,95	9,91-9,95	11,5
		8,99-6,00	9,96-10,00	11
		9,01-9,05	10,01-10,05	10,5
		9,06-9,10	10,06-10,10	10
		9,11-9,15	10,11-10,15	9,5
		9,16-9,20	10,16-10,20	9
		9,21-9,25	10,21-10,25	8,5
		9,26-9,30	10,26-10,30	8
		9,31-9,35	10,31-10,35	7,5
		9,36-9,40	10,36-10,40	7
		9,41-9,45	10,41-10,45	6,5
		9,46-9,50	10,46-10,50	6
		9,51-9,55	10,51-10,55	5,5
		9,56-9,60	10,56-10,60	5
		9,61-9,65	10,61-10,65	4,5
		9,66-9,70	10,66-10,70	4
		9,71-9,75	10,71-10,75	3,5
		9,76-9,80	10,76-10,80	3
		9,81-9,85	10,81-10,85	2,5
		9,86-9,90	10,86-10,90	2
		9,91-9,95	10,91-10,95	1,5
		9,96-10,00	10,96-11,00	1
		10,01-10,05	11,01-11,05	0,5
		10,10 va undan yuqori	11,10 va undan yuqori	0
3.	To'ldirilgan to'pni bosh orqasidan uloqtirish. Qo'llarning kuch sifatini aniqlaydi. (o'g'il bollar 3-kg, qiz bollar 2-kg) Bajarilishi: oyoqlarini 20-25 sm kenglikda qo'ygan holda, bir necha marta qo'llarini yengil bukib harakat ampletudasi bilan to'pni qo'llarning bilaklari yordamida maksimal darajada uloqtiradi.	Erkaklar	Ayollar	Ballar
		11,0 va undan uzoq	9,30 va undan uzoq	21
		10,95-10,99	9,25-9,29	20,5
		10,90-10,94	9,20-9,24	20
		10,85-10,89	9,15-9,19	19,5
		10,80-10,84	9,10-9,14	19
		10,75-10,79	9,05-9,09	18,5
		10,70-10,74	9,00-9,04	18
		10,65-10,69	8,95-8,99	17,5
		10,60-10,64	8,90-8,94	17
		10,55-10,59	8,85-8,89	16,5
			8,80-8,84	

	10,50-10,54	8,75-8,79	16
	10,45-10,49	8,70-8,74	15,5
	10,40-10,44	8,65-8,69	15
	10,35-10,39	8,60-8,64	14,5
	10,30-10,34	8,55-8,59	14
	10,25-10,29	8,50-8,54	13,5
	10,20-10,24	8,45-8,49	13
	10,15-10,19	8,40-8,44	12,5
	10,10-10,14	8,35-8,39	12
	10,05-10,09	8,30-8,34	11,5
	10,00-10,04	8,25-8,29	11
	9,95-9,99	8,20-8,24	10,5
	9,90-9,94	8,15-8,19	10
	9,85-9,89	8,10-8,14	9,5
	9,80-9,84	8,05-8,09	9
	9,75-9,79	8,00-8,04	8,5
	9,70-9,74	7,95-7,99	8
	9,65-9,69	7,90-7,94	7,5
	9,60-9,64	7,85-7,89	7
	9,55-9,59	7,80-7,84	6,5
	9,50-9,54	7,75-7,79	6
	9,45-9,49	7,70-7,74	5,5
	9,40-9,44	7,65-7,69	5
	9,35-9,39	7,60-7,64	4,5
	9,30-9,34	7,55-7,59	4
	9,25-9,29	7,50-7,54	3,5
	9,20-9,24	7,45-7,49	3
	9,15-9,19	7,40-7,44	2,5
	9,10-9,14	7,35-7,39	2
	9,05-9,09	7,30-7,34	1,5
	9,00-9,04	7,25-7,29	1
	8,95-8,99	7,20 va undan kam	0,5
	8,94 va undan kam		0

Izoh: Kirish sinovlari davomida har bir abituriyent tegishli sport turi bo'yicha sport kiyimiga (ekipirovka) ega bo'lishi kerak.

O'tkazish qoidalar – har bir abituriyent imtihonga o'z vaqtida, imtihon hay'ati tomonidan belgilangan vaqtda kelishi shart. Abituriyent imtihon maydonida mobil telefonlarni olib kirishi ta'qiqlanadi. Abituriyent e'tiborli bo'lishi va imtihon oluvchi mutaxassisning talablarini aniq bajarishi, imtihonni o'tkazishga halaqit bermasligi kerak.

Kafedra mudiri

Imzo

F.I.Sh