

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 BASKETBOL IXTISOSLIGIDAN KASBIY (IJODIY)
IMTIHONLARINING ME'YORIY TALABLARI VA BAHOLASH MEZONLARI
(Ixtisoslik bo'yicha maksimal ball - 93 ball)**

Erkaklar va ayollar uchun

1-test: 1chi 2 ochkolik zonadan, 2chi 3 ochkolik zonadan 5 ta nuqtadan 10 marta to‘pni savatga tashlash (tushirilgan to‘plar soni va texnika baholanadi) imtixon oluvchining signalidan so‘ng bajariladi				2-test: Jarima chiziqdan 10 marta savatga to‘pni tashlash (tushirilgan to‘plar soni va texnika baholanadi) imtixon oluvchining signalidan so‘ng bajariladi				3-test: Maydonning o‘ng va chap yon chiziqlari bo‘ylab 3 tadan o‘rnatilgan fishkalararo to‘pni urib borib, u va bu savatga o‘ng tomondan o‘ng qo‘lda va chap tomondan chap qo‘l bilan to‘p tashlashdan so‘ng 1 marta jarima to‘pini tashlashni bajarish (vaqt va tushirilgan to‘plar soni baholanadi)				
Natija	Ball	Texnika uchun ball	Umumiy ball	Natija	Ball	Texnika uchun ball	Umumiy ball	Natija		Ball	Texnika uchun ball	Umumiy ball
								To‘plar soni	vaqt (sek.)			
10	20	0-10	30	10	18	0-10	28	5	27	25	0-10	35
9	18	0-10	28	9	17	0-10	27	4	27	20	0-10	30
8	16	0-10	26	8	15	0-10	25	3	27	15	0-10	25
7	14	0-10	24	7	13	0-10	23	2	27	10	0-10	20
6	12	0-10	22	6	11	0-10	21	1	27	5	0-10	15
5	10	0-10	20	5	9	0-10	19	0	27	0	0-10	10
4	8	0-10	18	4	7	0-10	17	0	27	0	0-10	0
3	6	0-10	16	3	4	0-10	14					
2	4	0-10	14	2	1	0-10	11					
1	2	0-10	12	1	0	0-10	10					

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

Erkaklar va ayollar uchun

1-test: 28 metrga “mokkisimon” tartibda 40 sek. ichida maksimal oraliqqa yugurish (m) (bosib o'tilgan masofa hisoblanadi)dagi			2-test: Sakrash chidamkorligi: qabul qilish tartibi – tekshiriluvchi ikki qo'lini vertikal ko'taradi; qo'llar barmoqlaridan o'g'il bolalarga 40 sm., qiz bolalarga 30 sm. to'ldirma to'p osiladi; signal berilishi bilan u maksimal marta sakrab to'ldirma to'pga ikki qo'lini tekkizishi kerak. Qo'llar to'ldirma to'pga tegmay qolsa test to'xtatiladi va sakrash soni aniqlanadi		
Natija (o'g'il bolalar)	Natija (qiz bolalar)	Ball	Natija (o'g'il bolalar)	Natija (qiz bolalar)	Ball
196	180	30	35	30	33
195	179	29,4	34	29	31
194	178	28,8	33	28	29
193	177	28,2	32	27	27
192	176	27,6	31	26	25
191	175	27	30	25	23
190	174	26,4	29	24	21
189	173	25,8	28	23	19
188	172	25,2	27	22	17
187	171	24,6	26	21	15
186	170	24	25	20	13
185	169	23,4	24	19	11
184	168	22,8	23	18	9
183	167	22,2	22	17	7
182	166	21,6	21	16	5
181	167	21	20	15	3
180	166	20,4	19	14	1
179	165	19,8	18 va kam	13 va kam	0
178	164	19,2			
177	163	18,6			
176	162	18			
175	161	17,4			
174	160	16,8			
173	159	16,2			
172	158	15,6			
171	157	15			
170	156	14,4			
169	155	13,8			
168	154	13,2			
167	153	12,6			
166	152	12			
165	151	11,4			
164	150	10,8			

163	149	10,2			
162	148	9,6			
161	147	9			
160	146	8,4			
159	145	7,8			
158	143	7,2			
157	142	6,6			
156	141	6			
155	140	5,4			
154	139	4,8			
153	138	4,2			
152	137	3,6			
151	136	3			
150	135	2,4			
149	134	1,8			
148	133	1,2			
147	132	0,6			
146 dan yuqori	131 dan yuqori	0			

**2024/2025 O'QUV YILI UCHUN BASKETBOL IXTISOSLIGIDAN KASBIY (IJODIY)
IMTIHONLARINING ME'YORIY TALABLARI VA BAHOLASH MEZONLARI**

Ixtisoslik bo'yicha

Har bir test mashqi son, vaqt xamda texnik jihatlardan to'g'ri va maksimal natija bilan bajarilsa maksimal ball qo'yiladi. Lekin test mashqini bajarishda yo'l qo'yilgan har bir texnik xato uchun 1 ball olib tashlanadi, 10 ta texnik xato – minus 10 ball.

1-test – 20 ball va texnika uchun – 10 ball, jami – 30 ball.

1-test: 1chi 2 ochkolik zonadan, 2chi 3 ochkolik zonadan 5 ta nuqtadan 10 marta to'pni savatga tashlash (tushirilgan to'plar soni va texnika baholanadi) imtixon oluvchining signalidan so'ng bajariladi:

1. Oyoqlarni bukmasdan tik holatda to'p tashlash;
2. Oyoqlarni faqat bukib to'p tashlash;
3. Faqat testda belgilangan usulda to'p tashlamasa;
4. To'pni qo'l kafti bilan tashlash;
5. To'pni ikkinchi qo'l yordamida ushlamasdan tashlash;
6. Gavdani orqaga bukmasdan tashlash;
7. Oyoq va qo'llarning bir vaqtda bukilib yozilmasligi;
8. Chiziqni bosib to'p tashlash;
9. Yon tomonlama turib to'p tashlash;
10. Bosh ortidan to'p tashlash.

***Izoh:** To'p tashlash boshlash imtixon oluvchining signalidan so'ng bajariladi. To'pni savatga tashlash 3 soniya ichida amalga oshirilishi kerak. Chegaralangan chiziqni bosib to'p tashlansa, qayta takrorlash xuquqi berilmaydi, tushirilgan to'p hisobga olinmaydi.*

2-test – 18 ball va texnika uchun – 10 ball, jami – 28 ball.

2-test: Jarima chiziqdan 10 marta savatga to'pni tashlash (tushirilgan to'plar soni va texnika baholanadi) imtixon oluvchining signalidan so'ng bajariladi:

1. Oyoqlarni bukmasdan tik holatda to'p tashlash;
2. Oyoqlarni faqat bukib to'p tashlash;
3. Faqat testda belgilangan usulda to'p tashlamasa;
4. To'pni qo'l kafti bilan tashlash;
5. To'pni ikkinchi qo'l yordamida ushlamasdan tashlash;
6. Gavdani orqaga bukmasdan tashlash;
7. Oyoq va qo'llarning bir vaqtda bukilib yozilmasligi;
8. Chiziqni bosib to'p tashlash;
9. Yon tomonlama turib to'p tashlash;
10. Bosh ortidan to'p tashlash.

***Izoh:** To'p tashlash boshlash imtixon oluvchining signalidan so'ng bajariladi. To'pni savatga tashlash 5 soniya ichida amalga oshirilishi kerak. Chegaralangan chiziqni bosib to'p tashlansa, qayta takrorlash xuquqi berilmaydi, tushirilgan to'p hisobga olinmaydi.*

3-test – 25 ball va texnika uchun – 10 ball, jami – 35 ball.

3-test: Maydonning o'ng va chap yon chiziqlari bo'ylab 3 tadan o'rnatilgan fishkalararo to'pni urib borib, u va bu savatga o'ng tomondan o'ng qo'lda va chap tomondan chap qo'l bilan to'p tashlashdan so'ng 1 marta jarima to'pini tashlashni bajarish (vaqt va tushirilgan to'plar soni baholanadi (5 marta))dagi texnik xatolar:

1. Signaldan oldin startdan chiqib ketish;
2. Fishkalararo o'tganda faqat o'ng qo'lda to'pni urib yurish;
3. Fishkalararo o'tganda faqat chap qo'lda to'pni urib yurish;
4. Shchit tagiga etib bormasdan, ikki qadamni bajarmasdan to'p tashlash;
5. O'ng tomondan o'ng qo'lda, chap tomondan chap qo'lda to'p tashlamasa;
6. To'pni baland sapchitib olib yurish;
7. To'pni ikki qo'lda urib yurish;

8. Shchitdan qatgan to'pni ilib, o'sha tomondan qayta tashlash;
9. Sakramasdan to'p tashlash;
10. To'rtinchi to'p tashlashdan so'ng beshinchi to'p tashlashga to'pni urib yurmasdan olib borish.

Izoh: Testni boshlash imtixon oluvchining signalidan so'ng bajariladi.

Umumiy izoh:

1. Abiturientga testdan oldin 10 min. razminka beriladi.
2. Barcha test natijalarining maksimal bali – 93

Jismoniy tayyorgarlik bo'yicha

1-testda ko'rsatilgan maksimal natija uchun – 30 ball.

1-test: 28 metrga "mökkisimon" tartibda 40 sek. ichida maksimal oraliqqa yugurish (m) (bosib o'tilgan masofa hisoblanadi)dagi texnik xatolar:

1. Yuqori startdan, imtihonchining signaliga binoan, old tomondan oldingi chiziqqa qarab amalga oshiriladi, oyoq bilan chiziqlarga tegish majburiydir;
2. Signaldan oldin startdan chiqib ketish mumkin emas.

2-testda ko'rsatilgan maksimal natija uchun – 33 ball.

2-test: Sakrash chidamkorligi: qabul qilish tartibi – tekshiriluvchi ikki qo'lini vertikal ko'taradi; qo'llar o'g'il bolalarga 40 sm., qiz bolalarga 30 sm. to'ldirma to'p osiladi; signal berilishi bilan u maksimal marta sakrab to'ldirma to'pga ikki qo'lini tekkizishi kerak. Qo'llar to'ldirma to'pga tegmay qolsa test to'xtatiladi va sakrash soni aniqlanadigan testdagi texnik xatolar.

1. Signal berilishi bilan u maksimal marta sakrab to'ldirma to'pga ikki qo'lini tekkazishi kerak;
2. Qo'llar to'ldirma to'pga tegmay qolsa test to'xtatiladi;
3. Sakrashda ikki marta sapchib sakraganda test to'xtatiladi;
4. Uzoq vaqt o'tirib sakrashga tayyorlanganda test to'xtatiladi;
5. Sakrab ikki qo'lab to'pga tekkazish soni aniqlanadi.

Umumiy izoh:

1. Abiturientga testdan oldin 10 min. razminka beriladi.
2. 1 va 2 testlarni bajarish uchun faqat bir marta imkoniyat beriladi.
3. Barcha test natijalarining maksimal bali – 63.

Kafedra mudiri

Imzo

Borael N
F.I.Sh