

O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI  
MAKTABGACHA VA MAKTAB TA'LIMI VAZIRLIGI  
PEDAGOGIK MAHORAT VA XALQARO BAHOLASH  
ILMIY-AMALIY MARKAZI

2023  
2024

O'QUV YILIDA  
UMUMTA'LIM  
MAKTABLARINING 9-SINF  
O'QUVCHILARI UCHUN  
**JISMONIY  
TARBIYA**

FANIDAN YAKUNIY ATTESTATSIYASINI O'TKAZISH  
BO'YICHA METODIK TAVSIYA VA MATERIALLAR



**2023-2024-O‘QUV YILIDA UMUMTA’LIM MAKTABLARINING 9-SINF  
O‘QUVCHILARI UCHUN YAKUNIY NAZORAT IMTIHONINI O‘TKAZISH  
BO‘YICHA JISMONIY TARBIYA FANIDAN SPESIFIKATSIYASI**

**Tuzuvchilar:** Raxmatova Nigora Djumayevna - Toshkent shahar  
Mirzo Ulugbek tumani 208- maktab jismoniy tarbiya fani o‘qituvchisi

**Taqrizchilar:** Xalikov Akmal Aliyevich - Toshkent shahar Yunusobod  
tumani 86- maktab jismoniy tarbiya fani o‘qituvchisi

9-sinfni tugatgan o‘quvchilar jismoniy tarbiya fanidan ta’lim dasturi bo‘yicha standartlar asosida belgilangan kompetensiyalarga ega bo‘ladilar.

O‘quvchilarning olgan bilim, ko‘nikma va malakalarini aniqlash uchun 2023– 2024-o‘quv yilida 9-sinflarda yakuniy imtihon amaliy shaklda o‘tkaziladi.

Har bir imtihon biletining topshiriqlari jismoniy tarbiya fani bo‘yicha 8-9-sinflari mavzularini qamrab olgan. Shuningdek, tavsiyada topshiriqlar bo‘yicha baholash mezonlari keltirilgan.

O‘quvchilarga taklif etilgan baza savollaridan tashkil topgan 10 ta bilet (5 ta qiz bolalar uchun, 5 ta o‘g‘il bolalar uchun ) taqdim etiladi. Biletida o‘quvchiga 3 tadan (1 ta yengil atletika, 1 ta gimnastika va 1 ta sport o‘yinlari) amaliy topshiriq beriladi. Bilet topshiriqlarini amaliy bajarib berish vaqti biletning o‘zida ko‘rsatilgan. Berilgan topshiriqlardan yakuniy davlat attestatsiyasi o‘tkazilishi belgilangan kundan bir kun oldin, ishchi guruh tomonidan qur’a tashlash yo‘li bilan 2 ta variant tuzilib, e‘lon qilinadi.

O‘quvchilarning jismoniy tarbiya fanidan amaliy topshiriqlarni bajarishlari 100 ballik tizim asosida:

0 – 29% – “qoniqarsiz”;

30–65% – “qoniqarli”;

66–85% – “yaxshi”;

86–100% – “a’lo”

baho kabi baholanadi. Har bir topshiriq uchun belgilangan balldan yuqori ball qo‘yilishiga yo‘l qo‘yilmaydi.

<b>Jismoniy tarbiya</b>	<b>Soni</b>	<b>Qo‘llash</b>
<b>Yengil atletika</b>	<b>1</b>	<b>1</b>
<b>Gimnastika</b>	<b>1</b>	<b>1</b>
<b>Sport o‘yinlari</b>	<b>1</b>	<b>1</b>
	<b>3</b>	<b>3</b>

## TOPSHIRIQ BO'YICHA BAHOLASH MEZONI

	Bo'lim nomi	Topshiriq turi	Baholash mezoni
	<b>Yengil atletika</b>	Amaliy	To'liq, to'g'ri va me'yoriy talab asosida bajarilgan topshiriqqa <b>30 ball</b> qo'yiladi. <b>Izoh:</b> topshiriqni belgilangan me'yorlar asosida bajarishda mos ravishda <b>8 ball, 15 ball, 23 ball, 30 ball</b> ajratiladi.
	<b>Gimnastika</b>	Amaliy	To'liq, to'g'ri va me'yoriy talab asosida bajarilgan topshiriqqa <b>30 ball</b> qo'yiladi. <b>Izoh:</b> topshiriqni belgilangan me'yorlar asosida bajarishda mos ravishda <b>8 ball, 15 ball, 23 ball, 30 ball</b> ajratiladi.
	<b>Sport o'yinlari</b>	Amaliy	To'liq, to'g'ri va me'yoriy talab asosida bajarilgan topshiriqqa <b>40 ball</b> qo'yiladi. <b>Izoh:</b> topshiriqni belgilangan me'yorlar asosida bajarishda mos ravishda <b>10 ball, 20 ball, 30 ball, 40 ball</b> ajratiladi.

## GIMNASTIKA

**Tayanib sakrash.** Gimnastik “kozyol”dan ko‘prikchani uzoqlashtirish va yaqinlashtirish bilan depsinib sakrashlar; uzunasiga o‘rnatilgan gimnastik “kozyol” ustidan tayanib sakrash (o‘g‘il bolalar 120 cm balandlikdagi gimnastika ko‘prigi oralig‘i 1 m oraliqda) oyoqlarni kerib sakrash.

Qiz bolalar 110 cm balandlikdagi uzunasiga o‘rnatilgan gimnastik “kozyol” ustidan oyoqlarni kerib, sakrab o‘tish; yonlama qo‘yilgan gimnastik “kozyol” ustidan oyoqlarni bukib sakrab o‘tishlar.

**Tirmashib chiqish.** 5 m li arqonga, qo‘llar yordamida (vaqt hisobiga) tirmashib chiqish; to‘xtab-to‘xtab tirmashib chiqish (ma‘lum balandlikda to‘xtash uchun belgilar qo‘yiladi);

**Osilishlar va tayanishlar:** past turnikda osilishdan kuch bilan tayanishga ko‘tarilish; gavadani bukib-yozish holatidan tebranishga o‘tish; osilib tebranishda gavadani keskin yozish bilan tayanchga ko‘tarilish; turnikda tayanishdan oyoq va gavda bilan oldinga yarim oysimon tarzda harakat qilib, osilishga tushib tebranish; baland turnikda osilgan holatda qo‘llarni bukish va yozish; Polda qo‘llarga tayanib qo‘lni bukish va yozish. **qiz bolalar-** past turnikda (balandligi 100 cm) oyoqlar yerga tayanib, qo‘llarga osilgan holatda, qollarni bukish va yozish; gimnastik orindiqda qo‘llarga tayanib qo‘llarni bukish va yozish.

O‘g‘il bolalar; brussda qo‘llarda tayangan holda tebranib, oldinga siltanish bilan tayanchga ko‘tarilish; gimnastik brussda tirsakka tayanib turishdan tebranib, orqaga siltanish bilan tayanchga ko‘tarilish; gimnastik brussda tayanib oldindan va orqadan tebranishda, yon tomonlarga 90<sup>0</sup> burilib sakrab tushishlar.

**Akrobatika.** *O‘g‘il bolalar* uchun: har xil dastlabki holatdan oldinga umbaloq oshish; 40-50 cm balandlikdagi buyumlar ustidan umbaloq oshib o‘tish; yugurib kelib uzoqlikka umbaloq oshish; sherigi yordamida qo‘llarda yoki boshda tik turish;

*Qizlar uchun:* ikki marta oldinga, orqaga umbaloq oshish; kurakda turish; tik turgan holatdan “ko‘prik” hosil qilish va yon tomonga aylanib turish. Milliy raqs elementlarini uyg‘unlashtirish; “Munojot”, “Rohat”, “Tanovor” va boshqalar ritmik gimnastika elementlari; qo‘llar yordamida assimetrik harakatlar bilan har xil me‘yorda turli mashqlar bajarish; har xil tezlikda qo‘llar bilan (tulki holatda) mashqlar bajarishda qo‘llarning yo‘nalish harakatlari holatini tebrantirish; 85-90 cm li gardish bilan mashqlar bajarish. Raqs harakatlari dinamikasi va ohangiga mos ravishda murakkablashtirish; xalq raqslari elementlaridan iborat mashqlar.

**Muvozanatni saqlash mashqlari.** Depsinib yakkacho‘pga chiqish; yakkacho‘pga tayanishdan bir oyoqni oshirish bilan 90<sup>0</sup> burilib minib o‘tirish, ikki oyoqda va holatlarini almashlab sakrashlar; yarim cho‘qqaygan holatda oyoqlar bilan siltanib yurish, oyoq uchlariga ko‘tarilib burilishlar, o‘ng (chap) oyoqda “qaldirg‘och” hosil qilish; o‘tirib burchak hosil qilish va qo‘llarga tayanib, oyoqlarni kerib orqaga siltanish bilan kerishib sakrab tushish.

## YENGIL ATLETIKA

**Yugurish.** Maxsus yugurish mashqlar texnikasini takomillashtirish; past startdan chiqib 60 metrga yugurish; 4x60 metrga estafeta yugurish; 200-300 metrdan 4-5 marta yurish bilan almashlab yugurish; turli masofalarga bir me'yorda 6 daqiqa davomida yengil yugurish.

**Mokisimon yugurish** 4x10 m mokisimon yugurish

**Kross tayyorgarligi.** 800, 1000 m masofalarga yugurish; yurish bilan almashlab 6 daqiqa davomida yugurish; yo'nalishni o'zgartira borib past-baland yerlardan yugurish; 2000 m masofaga kross yugurish.

**Sakrash.** Balandlik va uzunlikka sakrashning maxsus mashqlari; yugurib kelib uzunlikka "oyoq bukish" usulida sakrash; yugurib kelib balandlikka "hatlab o'tish" usulida sakrash.

**Uloqtirish.** Turli holatlarda turgan joydan tennis koptogini uloqtirish; tennis koptogini mo'ljalga uloqtirish; tennis koptogini yugurib kelib uzoqlikka uloqtirish.

## SPORT O'YINLARI

### (futbol, basketbol, voleybol, qo'l to'pi)

**Basketbol.** Basketbol o'yini elementlari asosida har xil mashq usullarini bajarish; to'pni bir qo'lda olib yurish va uzatish; raqibni chetlab o'tish; to'pni bosh tomondan ikki qo'llab uzatish; shaxsiy va jamoaviy himoyani maydonda ushlab usullarini o'rgatish; 2x1x2 va 1x2x2 taktikalari; jarima to'plarini savatga tashlash; basketbol o'yini qoidasiga asosan ikki tomonlama o'yin; o'yinda hakamlilik qilishni o'rgatish.

**Voleybol.** Juftlikda to'pni, to'r ustidan yuqoridan va pastdan bir-biriga uzatishlar; to'rdan qaytgan to'pni qabul qilish; to'pni qabul qilish va uzatish; texnik usullari; to'pni o'yinga kiritish usullari; to'r orqali zarba usullari; to'siq qo'yish (yakka va juftlikda), himoyalash usullari; hujumda va himoyada yakka, guruh va jamoaviy taktik harakatlar; Voleybol o'quv o'yini; Qoidalar asosida voleybol o'yini; Voleybol turish holatida harakatlanish; Voleybol o'yinida turish, harakatlanish, to'xtash, tezlashish elementlari texnikasini o'rganish va mustahkamlash; Tayanchda, harakatda, sakrashda to'pni orqaga uzatish texnikasini mustahkamlash; to'rga teskari turgan holda, to'pni raqib maydondagi nishonga tushurish; to'pni tepadan o'yinga kiritishni mustahkamlash; to'g'ridan hujum zarbasi berishni mustahkamlash; to'pni pastdan qabul qilishni mustahkamlash; Oldinga yiqilib, bir qo'lda qabul qilishni mustahkamlash; soddalashtirilgan qoidalar asosida voleybol o'yini; ikki tomonlama o'yin.

**Qo'l to'pi.** Gandbolda maxsus texnika mashqlari qo'llash orqali o'quvchilarda tezkorlik, kuch, oriyentatsiya kabi sifatlarni rivojlantirish; to'p bilan ishlash texnikasini mukammallashtirish (tezlikda joy almashish jarayonida har xil usulda to'p uzatishlar, "vosmyorka", oldinlab ketishda to'p qabul qilishlar); himoya usullarini mukammallashtirish, raqiblarni himoya maydoniga yaqinlashtirmaslik, masofada ushlab turishga erishish, "lineyniy o'yinchi"ni nazorat qilish; hujum taktikasini (4x1, 3x2, "vosmyorka", "styajka", ya'ni raqib himoyasini chalg'itish, to'siq qo'yish)

mukammallashtirish; darvozabonning texnik holatini mukammallashtirish; o'rganilgan elementlar asosida musobaqa shaklidagi o'yin.

**Futbol.** Harakatlanib kelayotgan to'plarni oyoq panja qismining ichki va tashqi tomonlari bilan to'xtatish; uchib kelayotgan to'pni sakrab bosh bilan urib qaytarishni bajarish; to'pni harakat yo'nalishini o'zgartirib olib yurish, chalg'itish harakatlarini qo'llay olish; to'pni raqibdan tortib olish; to'pni darvozaga bosh bilan aniq yo'naltirish ko'nikma va malakalarini hosil qilish; o'ng va chap oyoq bilan uzoqqa tepishni takomillashtirish; o'quvchilarni raqibdan to'pni olib qo'yish texnikasi; tik turgan holatda to'pni tovon bilan to'xtatish; texnika va taktika usullari; futbol qoidasiga ko'ra ikki tomonlama o'yin; musobaqalarda hakamlilik qilish.

## 9-sinflar uchun yakuniy imihon biletlari

### QIZ BOLALAR

#### 1-BILET

**1. Yengil atletika.** Past startdan 60 metr masofaga yugurish.

**Me'yor:** (soniya) 9,5 – 9,7 – 10,0 – 10,5

**2. Gimnastika.** Muvozanatni saqlash mashqlarini gimnastik yakkacho'pda bajarish

(oddiy yurish, o'tirib burilish, oyoqlarini silkitib yurish, "Qaldirg'och" hosil qilish, oyoqlarini silkitib yurish, tik holatda burilish, oddiy yurish, sakrab tushish).

**Me'yor:** To'g'ri bajarish texnikasini baholash.

**3. Gandbol.** Gandbol to'pini texnikaga ahamiyat qaratgan holda 30 metr masofaga olib yurish.

**Me'yor:** (soniya) 6,8 – 6,9 – 7,0 – 7,2

#### 2-BILET

**1. Yengil atletika.** 1000 metr masofaga vaqt hisobga olingan holatda yugurish.

**Me'yor:** (daqiqqa) 5,00 – 5,30 – 6,00 – 6,30

**2. Gimnastika.** Balandligi 110 cm bo'lgan gimnastika "kozyol"i ustidan oyoqlarni kerib sakrab o'tish.

**Me'yor:** To'g'ri bajarish texnikasini baholash

**3. Voleybol.** Voleybol to‘pini o‘yinga kiritish. To‘pini 5 imkoniyatda raqib maydonining o‘ng va chap zonasiga tushirish.

**Me‘yor:** (marta) 3 – 2 – 1 – 0

### 3-BILET

**1. Yengil atletika.** Yurish bilan almashlab 6 daqiqa davomida yugurish.

**Me‘yor:** (metr) 1200 – 1000 – 800 — 600

**2. Gimnastika.** Gimnastik elementlardan tuzilgan akrobatika kombinatsiyasi:

Ikki marta oldinga va bir marta orqaga o‘mbaloq oshish, kuraklarda turish, “ko‘prik” hosil qilish.

**Me‘yor:** To‘g‘ri bajarish texnikasini baholash.

**3. Basketbol.** Basketbol savatiga belgilangan jarima to‘pini 8 imkoniyatdan tashlash.

**Me‘yor:** (marta) 4 – 3 – 2 – 1

### 4-BILET

**1. Yengil atletika.** 4 x 10 metrga mokisimon yugurish.

**Me‘yor.** (soniya) 10,3 – 10,8 – 11,3 – 11,8

**2. Gimnastika.** Arg‘amchida 1 daqiqa davomida sakrash.

**Me‘yor:** (marta) 120 – 100 — 90 – 80

**3. Voleybol.** Voleybol to‘pini ikki qo‘lda bosh ustida o‘z-o‘ziga oshirish.

**Me‘yor:** (marta) 20 – 15 – 10 – 5

### 5-BILET

**1. Yengil atletika.** Yugurib kelib kichik (150 gr) tennis to‘pini uzoqlikka uloqtirish.

**Me‘yor:** (metr) 28 – 23 – 18 – 13

**2. Gimnastika.** Gimnastik o‘rindiqqa tayanib, qo‘llarni bukish va yozish (bajarish

texnikasiga e'tibor berish).

**Me'yor:** (marta) 13 – 10 – 7 – 5

**3. Futbol.** Futbol to'pini "aut" dan o'yinga kiritish (bajarish texnikasiga e'tibor berish).

**Me'yor:** (metr) 8 – 7 – 5 — 3

## O'G'IL BOLALAR

### 1-BILET

**1. Yengil atletika.** Past startdan 60 metr masofaga yugurish .

**Me'yor:** (soniya) 8,8 – 9,5 – 10,0 – 10,3

**2. Gimnastika.** Baland turnikda tortilish (bajarish texnikasiga e'tibor berish).

**Me'yor:** (marta) 10 – 8 – 6 – 4

**3. Gandbol.** Qo'l to'pini, texnikaga ahamiyat qaratgan holda 30 metr masofaga to'pni urib yugurish.

**Me'yor:** (soniya) 6,6 – 6,7 – 6,8 – 7,0

### 2-BILET

**1. Yengil atletika.** 2000 metr masofaga vaqt hisobga olingan holatda yugurish.

**Me'yor:** (daqiqqa) 9,30 – 10,00 – 11,00 – 12,00

**2. Gimnastika.** Gimnastika ko'prigi bilan 1 metr oraliqda uzunasiga o'rnatilgan, balandligi 120 cm bo'lgan gimnastik "kozyol" ustidan tayanib oyoqlarni kerib sakrash.

**Me'yor:** To'g'ri bajarish texnikasini baholash

**3. Voleybol.** Voleybol to'pini o'yinga kiritish. To'pni 5 imkoniyatda raqib maydonining o'ng va chap zonasiga tushirish.

**Me'yor:** (marta) 4 – 3 – 2 – 1

### 3-BILET

**1. Yengil atletika.** 1000 metr masofaga vaqt hisobga olingan holatda yugurish.

**Me'yor:** (daqiqqa) 3,40 — 4,00 – 4,30 – 4,50



**2. Gimnastika.** Qo‘llar bosh orqasida, chalqancha yotgan holda 1 daqiqada davomida gavgani ko‘tarish va tushirish (bajarish texnikasiga e‘tibor berish).

**Me‘yor:** (marta) 30 – 25 – 20 – 15

**3. Basketbol.** Basketbol savatiga belgilangan jarima to‘pini 8 imkoniyatdan tashlash.

**Me‘yor:** (marta) 5 – 4 – 2 – 1

#### 4-BILET

**1. Yengil atletika.** 4 x 10 metrda mokisimon yugurish.

**Me‘yor.** (soniya) 9,5 – 10,0 – 10,5 – 11,0

**2. Gimnastika.** Arg‘amchida 1 daqiqa davomida sakrash.

**Me‘yor:** (marta) 100 – 90 – 70 – 50

**3. Futbol.** Futbol to‘pini o‘ng va chap oyoqda zarb bilan uzoqqa tepish (o‘ng va chap oyoq natijalari yig‘indisi baholanadi).

**Me‘yor:** (metr) 50 – 45 – 40 – 35

#### 5-BILET

**1. Yengil atletika.** Yugurib kelib kichik tennis to‘pini (150 gr) uzoqlikka uloqtirish.

**Me‘yor:** (metr) 45 – 40 – 33 – 25

**2. Gimnastika.** Polga tayangan holda, qo‘llarni bukish va yozish (bajarish texnikasiga e‘tibor berish).

**Me‘yor:** (marta) 30 – 25 – 20 – 15

**3. Futbol:** Futbol to‘pini “aut” dan o‘yinga kiritish (bajarish texnikasiga e‘tibor berish).

**Me‘yor:** (metr) 12 – 10 – 8 – 5

## IMTIHON MATERIALLARI

№	Bo‘limlar	Topshiriqlar	Ball	Variant
1	Yengil atletika	Past startdan 60 metr masofaga yugurish	30	1(Q)
2	Gimnasika	Muvozanatni saqlash mashqlarini gimnastik yakkacho‘pda bajarish	30	
3	Sport o‘yinlari	Gandbol to‘pini texnikaga ahamiyat qaratgan holda 30 metr masofaga olib yurish	40	
4	Yengil atletika	1000 metr masofaga vaqt hisobga olingan holatda yugurish	30	2(Q)
5	Gimnastika	Balandligi 110 cm bo‘lgan gimnastika “kozyol”i ustidan oyoqlarni kerib sakrab o‘tish	30	
6	Sport o‘yinlari	Voleybol to‘pini o‘yinga kiritish. To‘pni 5 imkoniyatda raqib maydonining o‘ng va chap zonasiga tushirish	40	
7	Yengil atletika	Yurish bilan almashlab 6 daqiqa davomida yugurish	30	3(Q)
8	Gimnastika	Gimnastik elementlardan tuzilgan akrobatika kombinatsiyasi: Ikki marta oldinga va bir marta orqaga umbaloq oshish, kuraklarda turish, “ko‘prik” hosil qilish	30	
9	Sport o‘yinlari	Basketbol savatiga belgilangan jarima to‘pini 8 imkoniyatdan tashlash	40	
10	Yenil atletika	4 x 10 metrga mokisimon yugurish	30	4(Q)
11	Gimnastika	Arg‘amchida 1 daqiqa davomida sakrash	30	

12	Sport o'yinlari	Voleybol to'pini ikki qo'lda bosh ustidan o'z-o'ziga oshirish	40	
13	Yengil atletika	Yugurib kelib kichik (150 gr) tennis to'pini uzoqlikka uloqtirish	30	5(Q)
14	Gimnastika	Gimnastik o'rindiqqa tayanib, qo'llarni bukish va yozish	30	
15	Sport o'yinlari	Futbol to'pini "aut"dan o'yinga kiritish	40	
16	Yengil atletika	Past startdan 60 metr masofaga yugurish	30	1(O')
17	Gimnastika	Baland turnikda tortilish	30	
18	Sport o'yinlari	Qo'l to'pini texnikaga ahamiyat qaratgan holda 30 metr masofaga to'pni urib yugurish	40	
19	Yengil atletika	2000 metr masofaga vaqt hisobga olingan holatda yugurish	30	2(O')
20	Gimnastika	Gimnastika ko'prigi bilan 1 metr oraliqda uzunasiga o'rnatilgan, balandligi 120 cm bo'lgan gimnastik "kozyol" ustidan tayanib oyoqlarni kerib sakrash	30	
21	Sport o'yinlari	Voleybol to'pini o'yinga kiritish. To'pni 5 imkoniyatda raqib maydonining o'ng va chap zonasiga tushirish	40	
22	Yengil atletika	1000 metr masofaga vaqt hisobga olingan holatda yugurish	30	3(O')
23	Gimnastika	Qo'llar bosh orqasida, chalqancha yotgan holda 1 daqiqa davomida gavidani ko'tarish va tushirish	30	

24	Sport o'yinlari	Basketbol savatiga belgilangan jarima to'pini 8 imkoniyatdan tashlash	40	
25	Yengil atletika	4 x 10 metrga mokisimon yugurish	30	4(O')
26	Gimnastika	Arg'amchida 1 daqiqa davomida sakrash	30	
27	Sport o'yinlari	Futbol to'pini o'ng va chap oyoqda zarb bilan uzoqqa tepish	40	
28	Yengil atletika	Yugurib kelib kichik tennis to'pini (150 gr) uzoqlikka uloqtirish	30	5(O')
29	Gimnastika	Polga tayangan holda qo'llarni bukish va yozish	30	
30	Sport o'yinlari	Futbol to'pini "aut"dan o'yinga kiritish	40	

### 9-sinf yakuniy imtihoni bo'yicha baholash mezonlari

<b>№ Topshiriq</b>	<b>1-bilet (qizlar)</b>	<b>Ball</b>
1	Past startdan 60 metr masofaga yugurishda past startda turish, chiqish, startdan keyingi yugurish, masofa bo'ylab yugurish, finish (marra) chizig'iga kirish va kesib kelish texnikaga ahamiyat qaratgan holda topshiriqni 9,5 soniyada bajarsa	<b>30</b>
	Past startdan 60 metr masofaga yugurishda past startda turish, chiqish, startdan keyingi yugurish, masofa bo'ylab yugurish, finish (marra) chizig'iga kirish va kesib kelish texnikaga ahamiyat qaratgan holda topshiriqni 9,7 soniyada bajarsa	<b>23</b>
	Past startdan 60 metr masofaga yugurishda past startda turish, chiqish, startdan keyingi yugurish, masofa bo'ylab yugurish, finish (marra) chizig'iga kirish va kesib kelish	<b>15</b>

	texnikaga ahamiyat qaratgan holda topshiriqni 10,0 soniyada bajarsa	
	Past startdan 60 metr masofaga yugurishda past startda turish, chiqish, startdan keyingi yugurish, masofa bo‘ylab yugurish, finish (marra) chizig‘iga kirish va kesib kelish texnikaga ahamiyat qaratgan holda topshiriqni 10,5 soniyada bajarsa	<b>8</b>
2	Muvozanatni saqlash mashqlarini, gimnastik yakkacho‘pda oddiy yurish, o‘tirib burilish, oyoqlarini silkitib yurish, “Qaldirg‘och” hosil qilish, oyoqlarni silkitib yurish, tik holatda burilish, oddiy yurish, sakrab tushish mashqlarini texnikaga ahamiyat qaratgan holda to‘g‘ri bajarishi	<b>30</b>
	Muvozanatni saqlash mashqlarini, gimnastik yakkacho‘pda oddiy yurish, o‘tirib burilish, oyoqlarini silkitib yurish, “Qaldirg‘och” hosil qilish, oyoqlarni silkitib yurish, tik holatda burilish, oddiy yurish, sakrab tushish mashqlarini texnikaga ahamiyat qaratgan holda qisman to‘g‘ri bajarishi	<b>23</b>
	Muvozanatni saqlash mashqlarini, gimnastik yakkacho‘pda oddiy yurish, o‘tirib burilish, oyoqlarini silkitib yurish, “Qaldirg‘och” hosil qilish, oyoqlarni silkitib yurish, tik holatda burilish, oddiy yurish, sakrab tushish mashqlarini texnikaga ahamiyat qaratgan holda xato bajarishi	<b>15</b>
	Muvozanatni saqlash mashqlarini, gimnastik yakkacho‘pda oddiy yurish, o‘tirib burilish, oyoqlarini silkitib yurish, “Qaldirg‘och” hosil qilish, oyoqlarni silkitib yurish, tik holatda burilish, oddiy yurish, sakrab tushish mashqlarini texnikaga ahamiyat qaratgan holda bajara olmasligi	<b>8</b>
3	Startda turish, chiqish, startdan keyingi to‘pni yerga urib yugurish, masofa bo‘ylab to‘pni yerga urib yugurish, finish (marra) chizig‘iga kirish va kesib kelish, texnikaga ahamiyat qaratgan holda Gandbol to‘pini 30 metr masofaga olib yurishni 6,8 soniyada bajarsa	<b>40</b>

Startda turish, chiqish, startdan keyingi to'pni yerga urib yugurish, masofa bo'ylab to'pni yerga urib yugurish, finish (marra) chizig'iga kirish va kesib kelish texnikaga ahamiyat qaratgan holda Gandbol to'pini 30 metr masofaga olib yurishni 6,9 soniyada bajarsa	<b>30</b>
Startda turish, chiqish, startdan keyingi to'pni yerga urib yugurish, masofa bo'ylab to'pni yerga urib yugurish, finish (marra) chizig'iga kirish va kesib kelish texnikaga ahamiyat qaratgan holda Gandbol to'pini 30 metr masofaga olib yurishni 7,0 soniyada bajarsa	<b>20</b>
Startda turish, chiqish, startdan keyingi to'pni yerga urib yugurish, masofa bo'ylab to'pni yerga urib yugurish, finish (marra) chizig'iga kirish va kesib kelish texnikaga ahamiyat qaratgan holda Gandbol to'pini 30 metr masofaga olib yurishni 7,2 soniyada bajarsa	<b>10</b>
<b>JAMI:</b>	<b>100</b>

<b>№</b> <b>Topshiriq</b>	<b>2-bilet (qizlar)</b>	<b>Ball</b>
<b>1</b>	1000 metr masofaga vaqt hisobga olingan holatda yugurishda startda turish, chiqish, startdan keyingi yugurish, masofa bo'ylab yugurish, finish (marra) chizig'iga kirish va kesib kelish texnikasi asosida topshiriqni 5,00 daqiqada bajarsa	<b>30</b>
	1000 metr masofaga vaqt hisobga olingan holatda yugurishda startda turish, chiqish, startdan keyingi yugurish, masofa bo'ylab yugurish, finish (marra) chizig'iga kirish va kesib kelish texnikasi asosida topshiriqni 5,30 daqiqada bajarsa	<b>23</b>
	1000 metr masofaga vaqt hisobga olingan holatda yugurishda startda turish, chiqish, startdan keyingi yugurish, masofa bo'ylab yugurish, finish (marra) chizig'iga kirish va kesib kelish texnikasi asosida topshiriqni 6,00 daqiqada bajarsa	<b>15</b>
	1000 metr masofaga vaqt hisobga olingan holatda yugurishda startda turish, chiqish, startdan keyingi yugurish, masofa bo'ylab yugurish, finish (marra)	<b>8</b>

	chizig'iga kirish va kesib kelish texnikasi asosida topshiriqni 6,30 daqiqada bajarsa	
2	Balandligi 110 cm bo'lgan gimnastika "kozyol"i ustidan sakrashda yugurib kelish, depsinish, tayanib sakrash va uchish, qo'nish, muvozanat ushlar texnikalariga ahamiyat qaratgan holda oyoqlarni kerib sakrab o'tishni to'g'ri bajarishi	<b>30</b>
	Balandligi 110 cm bo'lgan gimnastika "kozyol"i ustidan sakrashda yugurib kelish, depsinish, tayanib sakrash va uchish, qo'nish, muvozanat ushlar texnikalariga ahamiyat qaratgan holda oyoqlarni kerib sakrab o'tishni qisman to'g'ri bajarishi	<b>23</b>
	Balandligi 110 cm bo'lgan gimnastika "kozyol"i ustidan sakrashda yugurib kelish, depsinish, tayanib sakrash va uchish, qo'nish, muvozanat ushlar texnikalariga ahamiyat qaratgan holda oyoqlarni kerib sakrab o'tishni xato bajarishi	<b>15</b>
	Balandligi 110 cm bo'lgan gimnastika "kozyol"i ustidan sakrashda yugurib kelish, depsinish, tayanib sakrash va uchish, qo'nish, muvozanat ushlar texnikalariga ahamiyat qaratgan holda oyoqlarni kerib sakrab o'tishni bajara olmasligi	<b>8</b>
3	Voleybol to'pini o'yinga kiritish. Turishi, chiziqni bosmasligi, murabbiy signaliga e'tibor berishi, to'pga zarba berishi, belgilangan zonaga to'pni tushira olishi texnikalariga ahamiyat qaratgan holda to'pini 5 imkoniyatdan jami 3 marta raqib maydonining o'ng va chap zonasiga tushirishi	<b>40</b>
	Voleybol to'pini o'yinga kiritish. Turishi, chiziqni bosmasligi, murabbiy signaliga e'tibor berishi, to'pga zarba berishi, belgilangan zonaga to'pni tushira olishi texnikalariga ahamiyat qaratgan holda to'pini 5 imkoniyatdan jami 2 marta raqib maydonining o'ng va chap zonasiga tushirishi	<b>30</b>
	Voleybol to'pini o'yinga kiritish. Turishi, chiziqni bosmasligi, murabbiy signaliga e'tibor berishi, to'pga zarba	<b>20</b>

	berishi, belgilangan zonaga to'pni tushira olishi texnikalariga ahamiyat qaratgan holda to'pni 5 imkoniyatdan jami 1 marta raqib maydonining o'ng va chap zonasiga tushirishi	
	Voleybol to'pni o'yinga kiritish. Turishi, chiziqni bosmasligi, murabbiy signaliga e'tibor berishi, to'pga zarba berishi, belgilangan zonaga to'pni tushira olishi texnikalariga ahamiyat qaratgan holda to'pni 5 imkoniyatdan jami 0 marta raqib maydonining o'ng va chap zonasiga tushirishi	<b>10</b>
<b>JAMI:</b>		<b>100</b>

<b>Topshiriq</b>	<b>3-bilet (qizlar)</b>	<b>Ball</b>
<b>1</b>	Startda turish, chiqish, startdan keyingi yugurish, masofa bo'ylab yugurish, finish (marra) chizig'iga kirish va kesib kelish texnikalariga ahamiyat qaratgan holda 6 daqiqa davomida yurish bilan almashlab yugurish topshirig'ini bajarishda 1200 metr masofani bosib o'tsa	<b>30</b>
	Startda turish, chiqish, startdan keyingi yugurish, masofa bo'ylab yugurish, finish (marra) chizig'iga kirish va kesib kelish texnikalariga ahamiyat qaratgan holda 6 daqiqa davomida yurish bilan almashlab yugurish topshirig'ini bajarishda 1000 metr masofani bosib o'tsa	<b>23</b>
	Startda turish, chiqish, startdan keyingi yugurish, masofa bo'ylab yugurish, finish (marra) chizig'iga kirish va kesib kelish texnikalariga ahamiyat qaratgan holda 6 daqiqa davomida yurish bilan almashlab yugurish topshirig'ini bajarishda 800 metr masofani bosib o'tsa	<b>15</b>
	Startda turish, chiqish, startdan keyingi yugurish, masofa bo'ylab yugurish, finish (marra) chizig'iga kirish va kesib kelish texnikalariga ahamiyat qaratgan holda 6 daqiqa davomida yurish bilan almashlab yugurish topshirig'ini bajarishda 600 metr masofani bosib o'tsa	<b>8</b>



2	Gimnastik elementlardan tuzilgan akrobatika kombinatsiyasini ikki marta oldinga va bir marta orqaga o‘mbaloq oshish, kuraklarda turish, “ko‘prik” hosil qilish texnikalariga ahamiyat qaratgan holda to‘g‘ri bajarishi	30
	Gimnastik elementlardan tuzilgan akrobatika kombinatsiyasini ikki marta oldinga va bir marta orqaga o‘mbaloq oshish, kuraklarda turish, “ko‘prik” hosil qilish texnikalariga ahamiyat qaratgan holda qisman to‘g‘ri bajarishi	23
	Gimnastik elementlardan tuzilgan akrobatika kombinatsiyasini ikki marta oldinga va bir marta orqaga o‘mbaloq oshish, kuraklarda turish, “ko‘prik” hosil qilish texnikalariga ahamiyat qaratgan holda xato bajarishi	15
	Gimnastik elementlardan tuzilgan akrobatika kombinatsiyasini ikki marta oldinga va bir marta orqaga o‘mbaloq oshish, kuraklarda turish, “ko‘prik” hosil qilish texnikalariga ahamiyat qaratgan holda bajara olmasligi	8
3	Turishi, oyoq va qo‘l holati, to‘pni ushlashi, ikki qo‘lda to‘pni ko‘krakdan tashlashi texnikalariga ahamiyat qaratgan holda basketbol savatiga belgilangan jarima to‘pini 8 imkoniyatdan 4 marta tushirishi	40
	Turishi, oyoq va qo‘l holati, to‘pni ushlashi, ikki qo‘lda to‘pni ko‘krakdan tashlashi texnikalariga ahamiyat qaratgan holda basketbol savatiga belgilangan jarima to‘pini 8 imkoniyatdan 3 marta tushirishi	30
	Turishi, oyoq va qo‘l holati, to‘pni ushlashi, ikki qo‘lda to‘pni ko‘krakdan tashlashi texnikalariga ahamiyat qaratgan holda basketbol savatiga belgilangan jarima to‘pini 8 imkoniyatdan 2 marta tushirishi	20
	Turishi, oyoq va qo‘l holati, to‘pni ushlashi, ikki qo‘lda to‘pni ko‘krakdan tashlashi texnikalariga ahamiyat qaratgan holda basketbol savatiga belgilangan jarima to‘pini 8 imkoniyatdan 1 marta tushirishi	10
<b>JAMI:</b>		<b>100</b>

<b>№ Topshiriq</b>	<b>4-bilet (qizlar)</b>	<b>Ball</b>
<b>1</b>	Startda turish, chiqish, startdan keyingi yugurish, masofa bo‘ylab yugurish, har 10 metrda chiziqqa qo‘lni tekkazish finish (marra) chizig‘iga kirish va kesib o‘tish texnikalariga ahamiyat qaratgan holda 4x10 metrga mokisimon yugurishni 10.3 soniyada bajarsa	<b>30</b>
	Startda turish, chiqish, startdan keyingi yugurish, masofa bo‘ylab yugurish, har 10 metrda chiziqqa qo‘lni tekkazish finish (marra) chizig‘iga kirish va kesib o‘tish texnikalariga ahamiyat qaratgan holda 4x10 metrga mokisimon yugurishni 10.8 soniyada bajarsa	<b>23</b>
	Startda turish, chiqish, startdan keyingi yugurish, masofa bo‘ylab yugurish, har 10 metrda chiziqqa qo‘lni tekkazish finish (marra) chizig‘iga kirish va kesib o‘tish texnikalariga ahamiyat qaratgan holda 4x10 metrga mokisimon yugurishni 11.3 soniyada bajarsa	<b>15</b>
	Startda turish, chiqish, startdan keyingi yugurish, masofa bo‘ylab yugurish, har 10 metrda chiziqqa qo‘lni tekkazish finish (marra) chizig‘iga kirish va kesib o‘tish texnikalariga ahamiyat qaratgan holda 4x10 metrga mokisimon yugurishni 11.8 soniyada bajarsa	<b>8</b>
<b>2</b>	Arg‘amchini ushlashi, oyoq harakati, sakrash texnikalariga ahamiyat qaratgan holatda arg‘amchida 1 daqiqa davomida 120 marta sakrashi	<b>30</b>
	Arg‘amchini ushlashi, oyoq harakati, sakrash texnikalariga ahamiyat qaratgan holatda arg‘amchida 1 daqiqa davomida 100 marta sakrashi	<b>23</b>
	Arg‘amchini ushlashi, oyoq harakati, sakrash texnikalariga ahamiyat qaratgan holatda arg‘amchida 1 daqiqa davomida 90 marta sakrashi	<b>15</b>
	Arg‘amchini ushlashi, oyoq harakati, sakrash texnikalariga ahamiyat qaratgan holatda arg‘amchida 1 daqiqa davomida	<b>8</b>

	80 marta sakrashi	
<b>3</b>	Voleybol to'pini ikki qo'lda bosh ustida o'z-o'ziga oshirishni qo'l holati, to'pni oshirishi, to'pni ko'tarilish balandligi texnikalariga ahamiyat qaratgan holatda 1 imkoniyatda 20 marta bajarishi	<b>40</b>
	Voleybol to'pini ikki qo'lda bosh ustida o'z-o'ziga oshirishni qo'l holati, to'pni oshirishi, to'pni ko'tarilish balandligi texnikalariga ahamiyat qaratgan holatda 1 imkoniyatda 15 marta bajarishi	<b>30</b>
	Voleybol to'pini ikki qo'lda bosh ustida o'z-o'ziga oshirishni qo'l holati, to'pni oshirishi, to'pni ko'tarilish balandligi texnikalariga ahamiyat qaratgan holatda 1 imkoniyatda 10 marta bajarishi	<b>20</b>
	Voleybol to'pini ikki qo'lda bosh ustida o'z-o'ziga oshirishni qo'l holati, to'pni oshirishi, to'pni ko'tarilish balandligi texnikalariga ahamiyat qaratgan holatda 1 imkoniyatda 5 marta bajarishi	<b>10</b>
<b>JAMI:</b>		<b>100</b>

<b>№</b>	<b>5-bilet (qizlar)</b>	<b>Ball</b>
<b>1</b>	Yugurib kelish, to'pni ushlab, to'pni uloqtirish texnikalariga qaratgan holda yugurib kelib kichik (150 gr) tennis to'pini uzoqlikka uloqtirishda to'p 28 metr uzoqlikka tushsa	<b>30</b>
	Yugurib kelish, to'pni ushlab, to'pni uloqtirish texnikalariga qaratgan holda yugurib kelib kichik (150 gr) tennis to'pini uzoqlikka uloqtirishda to'p 23 metr uzoqlikka tushsa	<b>23</b>
	Yugurib kelish, to'pni ushlab, to'pni uloqtirish texnikalariga qaratgan holda yugurib kelib kichik (150 gr) tennis to'pini uzoqlikka uloqtirishda to'p 18 metr uzoqlikka tushsa	<b>15</b>

	Yugurib kelish, to'pni ushlab, to'pni uloqtirish texnikalariga qaratgan holda yugurib kelib kichik (150 gr) tennis to'pini uzoqlikka uloqtirishda to'p 13 metr uzoqlikka tushsa	<b>8</b>
<b>2</b>	Gimnastik o'rindiqqa tayanib, bosh va tanani bir tekislikda ushlab, qo'llarni bukilishi va yozilishi texnikalariga ahamiyat qaratgan holda qo'llarni bukish va yozishni 1 imkoniyatda 13 marta bajarishi	<b>30</b>
	Gimnastik o'rindiqqa tayanib, bosh va tanani bir tekislikda ushlab, qo'llarni bukilishi va yozilishi texnikalariga ahamiyat qaratgan holda qo'llarni bukish va yozishni 1 imkoniyatda 10 marta bajarishi	<b>23</b>
	Gimnastik o'rindiqqa tayanib, bosh va tanani bir tekislikda ushlab, qo'llarni bukilishi va yozilishi texnikalariga ahamiyat qaratgan holda qo'llarni bukish va yozishni 1 imkoniyatda 7 marta bajarishi	<b>15</b>
	Gimnastik o'rindiqqa tayanib, bosh va tanani bir tekislikda ushlab, qo'llarni bukilishi va yozilishi texnikalariga ahamiyat qaratgan holda qo'llarni bukish va yozishni 1 imkoniyatda 5 marta bajarishi	<b>8</b>
<b>3</b>	Futbol to'pini "aut"dan o'yinga kiritishda maydonga qaragan holatda, oyoqlarni yerdan uzilmasdan va chiziq tashqarisida, to'pni otish ikkala qo'l bilan, to'pni bosh orqasidan uloqtirish texnikalariga ahamiyat qaratgan holdatda 1 imkoniyatda to'p 8 metr uzoqlikka tushsa	<b>40</b>
	Futbol to'pini "aut"dan o'yinga kiritishda maydonga qaragan holatda, oyoqlarni yerdan uzilmasdan va chiziq tashqarisida, to'pni otish ikkala qo'l bilan, to'pni bosh orqasidan uloqtirish texnikalariga ahamiyat qaratgan holdatda 1 imkoniyatda to'p 7 metr uzoqlikka tushsa	<b>30</b>
	Futbol to'pini "aut" dan o'yinga kiritishda maydonga qaragan holatda, oyoqlarni yerdan uzilmasdan va chiziq	<b>20</b>

	tashqarisida, to'pni otish ikkala qo'l bilan, to'pni bosh orqasidan uloqtirish texnikalariga ahamiyat qaratgan holatda 1 imkoniyatda to'p 5 metr uzoqlikka tushsa	
	Futbol to'pini "aut"dan o'yinga kiritishda maydonga qaragan holatda, oyoqlarni yerdan uzilmasdan va chiziq tashqarisida, to'pni otish ikkala qo'l bilan, to'pni bosh orqasidan uloqtirish texnikalariga ahamiyat qaratgan holatda 1 imkoniyatda to'p 3 metr uzoqlikka tushsa	<b>10</b>
<b>JAMI:</b>		<b>100</b>

<b>№ Topshiriq</b>	<b>1-bilet (o'g'il bolalar)</b>	<b>Ball</b>
1	Past startdan 60 metr masofaga yugurishda past startda turish, chiqish, startdan keyingi yugurish, masofa bo'ylab yugurish, finish (marra) chizig'iga kirish va kesib kelish texnikalariga ahamiyat qaratgan holda topshiriqni 8,8 soniyada bajarsa	<b>30</b>
	Past startdan 60 metr masofaga yugurishda past startda turish, chiqish, startdan keyingi yugurish, masofa bo'ylab yugurish, finish (marra) chizig'iga kirish va kesib kelish texnikalariga ahamiyat qaratgan holda topshiriqni 9,5 soniyada bajarsa	<b>23</b>
	Past startdan 60 metr masofaga yugurishda past startda turish, chiqish, startdan keyingi yugurish, masofa bo'ylab yugurish, finish (marra) chizig'iga kirish va kesib kelish texnikalariga ahamiyat qaratgan holda topshiriqni 10,0 soniyada bajarsa	<b>15</b>
	Past startdan 60 metr masofaga yugurishda past startda turish, chiqish, startdan keyingi yugurish, masofa bo'ylab yugurish, finish (marra) chizig'iga kirish va kesib kelish texnikalariga ahamiyat qaratgan holda topshiriqni 10,3 soniyada bajarsa	<b>8</b>
2	Baland turnikda tortilishda kerakli kenglik va ushlab usulini tanlashi, turnikka osilishi, tortilayotganda nafas chiqarishi va tushayotganda nafas olishi, harakatni to'liq	<b>30</b>

	amplitudada bajarishi, past nuqtada qo'llarni to'liq bo'shashtirishi va 1 soniya pauza qilishi texnikalariga ahamiyat qaratgan holda 10 marta bajarsa	
	Baland turnikda tortilishda kerakli kenglik va ushlab usulini tanlashi, turnikka osilishi, tortilayotganda nafas chiqarishi va tushayotganda nafas olishi, harakatni to'liq amplitudada bajarishi, past nuqtada qo'llarni to'liq bo'shashtirishi va 1 soniya pauza qilishi texnikalariga ahamiyat qaratgan holda 8 marta bajarsa	<b>23</b>
	Baland turnikda tortilishda kerakli kenglik va ushlab usulini tanlashi, turnikka osilishi, tortilayotganda nafas chiqarishi va tushayotganda nafas olishi, harakatni to'liq amplitudada bajarishi, past nuqtada qo'llarni to'liq bo'shashtirishi va 1 soniya pauza qilishi texnikalariga ahamiyat qaratgan holda 6 marta bajarsa	<b>15</b>
	Baland turnikda tortilishda kerakli kenglik va ushlab usulini tanlashi, turnikka osilishi, tortilayotganda nafas chiqarishi va tushayotganda nafas olishi, harakatni to'liq amplitudada bajarishi, past nuqtada qo'llarni to'liq bo'shashtirishi va 1 soniya pauza qilishi texnikalariga ahamiyat qaratgan holda 4 marta bajarsa	<b>8</b>
<b>3</b>	Startda turish, chiqish, startdan keyingi to'pni yerga urib yugurish, masofa bo'ylab to'pni yerga urib yugurish, finish (marra) chizig'iga kirish va kesib kelish texnikalariga ahamiyat qaratgan holda Gandbol to'pini 30 metr masofaga olib yurishni 6,6 soniyada bajarsa	<b>40</b>
	Startda turish, chiqish, startdan keyingi to'pni yerga urib yugurish, masofa bo'ylab to'pni yerga urib yugurish, finish (marra) chizig'iga kirish va kesib kelish texnikalariga ahamiyat qaratgan holda Gandbol to'pini 30 metr masofaga olib yurishni 6,7 soniyada bajarsa	<b>30</b>
	Startda turish, chiqish, startdan keyingi to'pni yerga urib yugurish, masofa bo'ylab to'pni yerga urib yugurish, finish (marra) chizig'iga kirish va kesib kelish texnikalariga ahamiyat qaratgan holda Gandbol to'pini 30 metr masofaga olib yurishni 6,8 soniyada bajarsa	<b>20</b>
	Startda turish, chiqish, startdan keyingi to'pni yerga urib	<b>10</b>

	yugurish, masofa bo‘ylab to‘pni yerga urib yugurish, finish (marra) chizig‘iga kirish va kesib kelish texnikalari ga ahamiyat qaratgan holda Gandbol to‘pini 30 metr masofaga olib yurishni 7,0 soniyada bajarsa	
<b>JAMI:</b>		<b>100</b>

<b>№</b>	<b>Topshiriq</b>	<b>2-bilet (o‘g‘il bolalar)</b>	<b>Ball</b>
<b>1</b>		2000 metr masofaga vaqt hisobga olingan holatda yugurishda startda turish, chiqish, startdan keyingi yugurish, masofa bo‘ylab yugurish, finish (marra) chizig‘iga kirish va kesib kelish texnikasi asosida topshiriqni 9,30 daqiqada bajarsa	<b>30</b>
		2000 metr masofaga vaqt hisobga olingan holatda yugurishda startda turish, chiqish, startdan keyingi yugurish, masofa bo‘ylab yugurish, finish (marra) chizig‘iga kirish va kesib kelish texnikasi asosida topshiriqni 10:00 daqiqada bajarsa	<b>23</b>
		2000 metr masofaga vaqt hisobga olingan holatda yugurishda startda turish, chiqish, startdan keyingi yugurish, masofa bo‘ylab yugurish, finish (marra) chizig‘iga kirish va kesib kelish texnikasi asosida topshiriqni 11,00 daqiqada bajarsa	<b>15</b>
		2000 metr masofaga vaqt hisobga olingan holatda yugurishda startda turish, chiqish, startdan keyingi yugurish, masofa bo‘ylab yugurish, finish (marra) chizig‘iga kirish va kesib kelish texnikasi asosida topshiriqni 12,00 daqiqada bajarsa	<b>8</b>
<b>2</b>		Gimnastika ko‘prigi bilan 1 metr oraliqda uzunasiga o‘rnatilgan, balandligi 120 cm bo‘lgan gimnastika “kozyol”i ustidan sakrashda yugurib kelish, depsinish, tayanib sakrash va uchish, qo‘nish, muvozanat ushlab texnikalariga ahamiyat qaratgan holda oyoqlarni kerib sakrab o‘tishni to‘g‘ri bajarishi	<b>30</b>
		Gimnastika ko‘prigi bilan 1 metr oraliqda uzunasiga o‘rnatilgan, balandligi 120 cm bo‘lgan gimnastika	<b>23</b>

	“kozyol”i ustidan sakrashda yugurib kelish, depsinish, tayanib sakrash va uchish, qo‘nish, muvozanat ushlarish texnikalariga ahamiyat qaratgan holda oyoqlarni kerib sakrab o‘tishni qisman to‘g‘ri bajarishi	
	Gimnastika ko‘prigi bilan 1 metr oraliqda uzunasiga o‘rnatilgan, balandligi 120 cm bo‘lgan gimnastika “kozyol”i ustidan sakrashda yugurib kelish, depsinish, tayanib sakrash va uchish, qo‘nish, muvozanat ushlarish texnikalariga ahamiyat qaratgan holda oyoqlarni kerib sakrab o‘tishni xato bajarishi	<b>15</b>
	Gimnastika ko‘prigi bilan 1 metr oraliqda uzunasiga o‘rnatilgan, balandligi 120 cm bo‘lgan gimnastika “kozyol”i ustidan sakrashda yugurib kelish, depsinish, tayanib sakrash va uchish, qo‘nish, muvozanat ushlarish texnikalariga ahamiyat qaratgan holda oyoqlarni kerib sakrab o‘tishni bajara olmasligi	<b>8</b>
<b>3</b>	Voleybol to‘pini o‘yinga kiritish. Turishi, chiziqni bosmasligi, murabbiy signaliga e‘tibor berishi, to‘pga zarba berishi, belgilangan zonaga to‘pni tushira olishi texnikalariga ahamiyat qaratgan holda to‘pini 5 imkoniyatdan jami 4 marta raqib maydonining o‘ng va chap zonasiga tushirishi	<b>40</b>
	Voleybol to‘pini o‘yinga kiritish. Turishi, chiziqni bosmasligi, murabbiy signaliga e‘tibor berishi, to‘pga zarba berishi, belgilangan zonaga to‘pni tushira olishi texnikalariga ahamiyat qaratgan holda to‘pini 5 imkoniyatdan jami 3 marta raqib maydonining o‘ng va chap zonasiga tushirishi	<b>30</b>
	Voleybol to‘pini o‘yinga kiritish. Turishi, chiziqni bosmasligi, murabbiy signaliga e‘tibor berishi, to‘pga zarba berishi, belgilangan zonaga to‘pni tushira olishi texnikalariga ahamiyat qaratgan holda to‘pini 5 imkoniyatdan jami 2 marta raqib maydonining o‘ng va chap zonasiga tushirishi	<b>20</b>
	Voleybol to‘pini o‘yinga kiritish. Turishi, chiziqni bosmasligi, murabbiy signaliga e‘tibor berishi, to‘pga zarba berishi, belgilangan zonaga to‘pni tushira olishi	<b>10</b>



	texnikalariga ahamiyat qaratgan holda to'pini 5 imkoniyatdan jami 1 marta raqib maydonining o'ng va chap zonasiga tushirishi	
<b>JAMI:</b>		<b>100</b>

<b>№ Topshiriq</b>	<b>3-bilet (o'g'il bolalar)</b>	<b>Ball</b>
<b>1</b>	1000 metr masofaga vaqt hisobga olingan holatda yugurishda startda turish, chiqish, startdan keyingi yugurish, masofa bo'ylab yugurish, finish (marra) chizig'iga kirish va kesib kelish texnikasi asosida topshiriqni 3,40 daqiqada bajarsa	<b>30</b>
	1000 metr masofaga vaqt hisobga olingan holatda yugurishda startda turish, chiqish, startdan keyingi yugurish, masofa bo'ylab yugurish, finish (marra) chizig'iga kirish va kesib kelish texnikasi asosida topshiriqni 4,00 daqiqada bajarsa	<b>23</b>
	1000 metr masofaga vaqt hisobga olingan holatda yugurishda startda turish, chiqish, startdan keyingi yugurish, masofa bo'ylab yugurish, finish (marra) chizig'iga kirish va kesib kelish texnikasi asosida topshiriqni 4,30 daqiqada bajarsa	<b>15</b>
	1000 metr masofaga vaqt hisobga olingan holatda yugurishda startda turish, chiqish, startdan keyingi yugurish, masofa bo'ylab yugurish, finish (marra) chizig'iga kirish va kesib kelish texnikasi asosida topshiriqni 4,50 daqiqada bajarsa	<b>8</b>
<b>2</b>	Qo'lni bosh orqasidan olmaslik, oyoqni yerdan uzmaslik, nafas ritmi, gavdani tushirganda kuraklarni tegishi, gavda to'liq ko'tarishi texnikalariga ahamiyat qaratgan holda "Qo'llar bosh orqasida, chalqancha yotgan holda 1 daqiqada davomida gavdani ko'tarish va tushurish"	<b>30</b>

	topshirig‘ini 30 marta bajarsa	
	Qo‘lni bosh orqasidan olmaslik, oyoqni yerdan uzmaslik, nafas ritmi, gavdani tushirganda kuraklarni tegishi, gavda to‘liq ko‘tarishi texnikalariga ahamiyat qaratgan holatda “Qo‘llar bosh orqasida, chalqancha yotgan holda 1 daqiqada davomida gavdani ko‘tarish va tushurish” topshirig‘ini 25 marta bajarsa	<b>23</b>
	Qo‘lni bosh orqasidan olmaslik, oyoqni yerdan uzmaslik, nafas ritmi, gavdani tushirganda kuraklarni tegishi, gavda to‘liq ko‘tarishi texnikalariga ahamiyat qaratgan holatda “Qo‘llar bosh orqasida, chalqancha yotgan holda 1 daqiqada davomida gavdani ko‘tarish va tushurish” topshirig‘ini 20 marta bajarsa	<b>15</b>
	Qo‘lni bosh orqasidan olmaslik, oyoqni yerdan uzmaslik, nafas ritmi, gavdani tushirganda kuraklarni tegishi, gavda to‘liq ko‘tarishi texnikalariga ahamiyat qaratgan holatda “Qo‘llar bosh orqasida, chalqancha yotgan holda 1 daqiqada davomida gavdani ko‘tarish va tushurish” topshirig‘ini 15 marta bajarsa	<b>8</b>
<b>3</b>	Turishi, oyoq va qo‘l holati, to‘pni ushlashi, ikki qo‘lda to‘pni ko‘krakdan tashlashi texnikalariga ahamiyat qaratgan holda basketbol savatiga belgilangan jarima to‘pini 8 imkoniyatdan 5 marta tushirishi	<b>40</b>
	Turishi, oyoq va qo‘l holati, to‘pni ushlashi, ikki qo‘lda to‘pni ko‘krakdan tashlashi texnikalariga ahamiyat qaratgan holda basketbol savatiga belgilangan jarima to‘pini 8 imkoniyatdan 4 marta tushirishi	<b>30</b>
	Turishi, oyoq va qo‘l holati, to‘pni ushlashi, ikki qo‘lda to‘pni ko‘krakdan tashlashi texnikalariga ahamiyat qaratgan holda basketbol savatiga belgilangan jarima to‘pini 8 imkoniyatdan 2 marta tushirishi	<b>20</b>
	Turishi, oyoq va qo‘l holati, to‘pni ushlashi, ikki qo‘lda to‘pni ko‘krakdan tashlashi texnikalariga ahamiyat qaratgan	<b>10</b>

	holda basketbol savatiga belgilangan jarima to'pini 8 imkoniyatdan 1 marta tushirishi	
<b>JAMI:</b>		<b>100</b>

<b>№</b> <b>Topshiriq</b>	<b>4-bilet (o'g'il bolalar)</b>	<b>Ball</b>
<b>1</b>	Startda turish, chiqish, startdan keyingi yugurish, masofa bo'ylab yugurish, har 10 metrda chiziqqa qo'lni tekkazish finish (marra) chizig'iga kirish va kesib o'tish texnikalariga ahamiyat qaratgan holda 4x10 metrga mokisimon yugurishni 9,5 soniyada bajarsa	<b>30</b>
	Startda turish, chiqish, startdan keyingi yugurish, masofa bo'ylab yugurish, har 10 metrda chiziqqa qo'lni tekkazish finish (marra) chizig'iga kirish va kesib o'tish texnikalariga ahamiyat qaratgan holda 4x10 metrga mokisimon yugurishni 10,0 soniyada bajarsa	<b>23</b>
	Startda turish, chiqish, startdan keyingi yugurish, masofa bo'ylab yugurish, har 10 metrda chiziqqa qo'lni tekkazish finish (marra) chizig'iga kirish va kesib o'tish texnikalariga ahamiyat qaratgan holda 4x10 metrga mokisimon yugurishni 10,5 soniyada bajarsa	<b>15</b>
	Startda turish, chiqish, startdan keyingi yugurish, masofa bo'ylab yugurish, har 10 metrda chiziqqa qo'lni tekkazish finish (marra) chizig'iga kirish va kesib o'tish texnikalariga ahamiyat qaratgan holda 4x10 metrga mokisimon yugurishni 11,0 soniyada bajarsa	<b>8</b>
<b>2</b>	Arg'amchini ushlashi, oyoq harakati, sakrash texnikalariga ahamiyat qaratgan holatda arg'amchida 1 daqiqa davomida 100 marta sakrashi	<b>30</b>
	Arg'amchini ushlashi, oyoq harakati, sakrash texnikalariga ahamiyat qaratgan holatda arg'amchida 1 daqiqa davomida	<b>23</b>

	90 marta sakrashi	
	Arg'amchini ushlashi, oyoq harakati, sakrash texnikalariga ahamiyat qaratgan holatda arg'amchida 1 daqiqa davomida 70 marta sakrashi	<b>15</b>
	Arg'amchini ushlashi, oyoq harakati, sakrash texnikalariga ahamiyat qaratgan holatda arg'amchida 1 daqiqa davomida 60 marta sakrashi	<b>8</b>
<b>3</b>	Futbol to'piga zarba berish texnikalariga ahamiyat qaratgan holatda o'ng va chap oyoqda zarb bilan uzoqqa tepishda o'ng va chap oyoq natijalari yig'indisi 50 metr bo'lsa	<b>40</b>
	Futbol to'piga zarba berish texnikalariga ahamiyat qaratgan holatda o'ng va chap oyoqda zarb bilan uzoqqa tepishda o'ng va chap oyoq natijalari yig'indisi 45 metr bo'lsa	<b>30</b>
	Futbol to'piga zarba berish texnikalariga ahamiyat qaratgan holatda o'ng va chap oyoqda zarb bilan uzoqqa tepishda o'ng va chap oyoq natijalari yig'indisi 40 metr bo'lsa	<b>20</b>
	Futbol to'piga zarba berish texnikalariga ahamiyat qaratgan holatda o'ng va chap oyoqda zarb bilan uzoqqa tepishda o'ng va chap oyoq natijalari yig'indisi 35 metr bo'lsa	<b>10</b>
<b>JAMI:</b>		<b>100</b>

<b>№</b> <b>Topshiriq</b>	<b>5-bilet (o'g'il bolalar)</b>	<b>Ball</b>
<b>1</b>	Yugurib kelish, to'pni ushlash, to'pni uloqtirish texnikalariga qaratgan holda yugurib kelib kichik (150 gr) tennis to'pini uzoqlikka uloqtirishda to'p 45 metr uzoqlikka tushsa	<b>30</b>
	Yugurib kelish, to'pni ushlash, to'pni uloqtirish texnikalariga qaratgan holda yugurib kelib kichik (150 gr) tennis to'pini uzoqlikka uloqtirishda to'p 40 metr uzoqlikka tushsa	<b>23</b>

	Yugurib kelish, to'pni ushlab, to'pni uloqtirish texnikalariga qaratgan holda yugurib kelib kichik (150 gr) tennis to'pini uzoqlikka uloqtirishda to'p 33 metr uzoqlikka tushsa	<b>15</b>
	Yugurib kelish, to'pni ushlab, to'pni uloqtirish texnikalariga qaratgan holda yugurib kelib kichik (150 gr) tennis to'pini uzoqlikka uloqtirishda to'p 25 metr uzoqlikka tushsa	<b>8</b>
<b>2</b>	Polga tayanib, bosh va tanani bir tekislikda ushlab, qo'llarni bukilishi va yozilishi texnikalariga ahamiyat qaratgan holda, qo'llarni bukish va yozishni 1 imkoniyatda 30 marta bajarishi	<b>30</b>
	Polga tayanib, bosh va tanani bir tekislikda ushlab, qo'llarni bukilishi va yozilishi texnikalariga ahamiyat qaratgan holda, qo'llarni bukish va yozishni 1 imkoniyatda 25 marta bajarishi	<b>23</b>
	Polga tayanib, bosh va tanani bir tekislikda ushlab, qo'llarni bukilishi va yozilishi texnikalariga ahamiyat qaratgan holda, qo'llarni bukish va yozishni 1 imkoniyatda 20 marta bajarishi	<b>15</b>
	Polga tayanib, bosh va tanani bir tekislikda ushlab, qo'llarni bukilishi va yozilishi texnikalariga ahamiyat qaratgan holda, qo'llarni bukish va yozishni 1 imkoniyatda 15 marta bajarishi	<b>8</b>
<b>3</b>	Futbol to'pini "aut" dan o'yinga kiritishda maydonga qaragan holatda, oyoqlarni yerdan uzilmasdan va chiziq tashqarisida, to'pni otish ikkala qo'l bilan, to'pni bosh orqasidan uloqtirish texnikalariga ahamiyat qaratgan holda 1 imkoniyatda to'p 12 metr uzoqlikka tushsa	<b>40</b>
	Futbol to'pini "aut" dan o'yinga kiritishda maydonga qaragan holatda, oyoqlarni yerdan uzilmasdan va chiziq tashqarisida, to'pni otish ikkala qo'l bilan, to'pni bosh orqasidan uloqtirish texnikalariga ahamiyat qaratgan	<b>30</b>

	holatda 1 imkoniyatda to‘p 10 metr uzoqlikka tushsa	
	Futbol to‘pini “aut”dan o‘yinga kiritishda maydonga qaragan holatda, oyoqlarni yerdan uzilmasdan va chiziq tashqarisida, to‘pni otish ikkala qo‘l bilan, to‘pni bosh orqasidan uloqtirish texnikalariga ahamiyat qaratgan holatda 1 imkoniyatda to‘p 8 metr uzoqlikka tushsa	<b>20</b>
	Futbol to‘pini “aut” dan o‘yinga kiritishda maydonga qaragan holatda, oyoqlarni yerdan uzilmasdan va chiziq tashqarisida, to‘pni otish ikkala qo‘l bilan, to‘pni bosh orqasidan uloqtirish texnikalariga ahamiyat qaratgan holatda 1 imkoniyatda to‘p 5 metr uzoqlikka tushsa	<b>10</b>
<b>JAMI:</b>		<b>100</b>