

**2023-2024-ОҚУУ ЖЫЛЫНДА
ЖАЛПЫ БИЛИМ БЕРУУЧУ
МЕКТЕПТЕРДИН 9-КЛАСС
ОҚУУЧУЛАРЫ ҮЧУН**

Дене тарбия

**ПРЕДМЕТИНЕН ЖЫЙЫНТЫКТООЧУ
АТТЕСТАЦИЯСЫН ӨТКӨРҮҮ БОЮНЧА
МЕТОДИКАЛЫК СУНУШ ЖАНА МАТЕРИАЛДАР**



2023-2024-оқуу жылында жалпы билим берүүчү мектептердин 9-класс окуучулары үчүн жыйынтыктоочу текшерүү экзаменин өткөрүү боюнча дене тарбия предметинен спецификациясы

Түзүүчүлөр: **Рахматова Нигора Джумаевна** – Ташкент шаары Мирзо – Улугбек районундагы 208-мектептин дене тарбия предмети мугалими

Рецензенттер: **Халиков Акмал Алиевич** – Ташкент шаары, Юнусабад району, 86-мектептин дене тарбия предмети мугалими

9-классты бүтүргөн окуучулар математика предметинен билим берүү программасы боюнча стандарттры негизинде белгиленген компетенцияларга ээ болушат.

Окуучулардын алган билимдерин, көндүмдөрүн жана тажрыйбаларын аныктоо үчүн 2023-2024- оқуу жылында 9-класстарда жыйынтыктоочу экзамен жазма түрүндө өткөрүлөт.

Ар бир экзамен билетинин суроо жана тапшырмалары дене тарбия предмети боюнча жалпы билим берүүчү 8-9-класстар темаларын өз ичине алган. Ошондой эле сунуш кылынган тапшырмалар боюнча баалоо критерийлери келтирилген.

Окуучуларга негизги суроолордон турган 10 билет (кыздарга 5, балдарга 5) берилет. Билетте окуучуларга 3 практикалык тапшырма (1 жеңил атлетика, 1 гимнастика жана 1 спорт) берилет. Билеттин тапшырмаларын иш жүзүндө аткаруу убактысы билеттин өзүндө көрсөтүлөт. Берилген тапшырмаларды мамлекеттик жыйынтыктоочу аттестациялоо күнүнө бир күн калганда жумушчу топ тарабынан 2 вариант түзүлүп, жарыяланат.

Окуучулардын дене тарбия предметинен практикалык тапшырмаларды аткаруулары 100 балл балл менен бааланат.

0 – 29% – “жаман”;

30–65% – “орто”;

66–85% – “жакшы”;

86–100% – “эң жакшы”

баа сыяктуу бааланат. Ар бир тапшырма үчүн белгиленген баллдан жогору балл коюлушуна жол коюлбайт.

Дене тарбия	Саны	Колдоо
Жеңил атлетика	1	1
Гимнастика	1	1
Спорттук оюндар	1	1
	3	3

Тапшырма боюнча баалоо критерийлери

№	Бөлүм аты	Түрү	Балоо критерийлери
1	Жеңил атлетика	Практикалык	Толук, туура жана стандарттык талаптарга ылайык аткарылган тапшырмага 30 балл коюлат. Эскертүү: Белгиленген нормалар боюнча тапшырманы аткаргандыгы үчүн 8 балл, 15 балл, 23 балл, 30 балл берилет.
2	Гимнастика	Практикалык	Толук, туура жана стандарттык талаптарга ылайык аткарылган тапшырмага 30 балл коюлат. Эскертүү: Белгиленген нормалар боюнча тапшырманы аткаргандыгы үчүн 8 балл, 15 балл, 23 балл, 30 балл берилет.
3	Спорттук оюндар	Практикалык	Толук, туура жана стандарттык талаптарга ылайык аткарылган тапшырмага 40 балл коюлат. Эскертүү: 10 балл, 20 балл, 30 балл, 40 балл белгиленген ченемдер боюнча тапшырманы аткаргандыгы үчүн бөлүнөт.

ГИМНАСТИКА

Таянып секирүү. Гимнастикалык “козёл”дон көпүрөнү узакташттыруу жана жакындаштыруу менен депсинип секирүүлөрү; узунасына орнотулган гимнастикалык “козёл” үстүнөн таянып секирүү (уул балдар 120 см бийиктиктеги гимнастикалык көпүрө аралыгы 1 м аралыкта) буттарын керип секирүү.

Кыз балдар 110 см бийиктиктеги узунасына орнотулган гимнастикалык “козёл” үстүнөн буттарын керип, секирип өтүү; жанаша коюлган “козёл” үстүнөн буттарын бүгүп секирип өтүүлөр.

Тырмашып чыгуу. 5 м дүү арканга, колдор жардамында (убакыт эсебинде) тырмашып чыгуу; токтоп-токтоп тырмашып чыгуу(белгилүү бийиктикте токтоо үчүн белгилер коюлат);

Асылуулар жана таянуулар: төмөнкү турникте асылуудан күч менен таянууга көтөрүлүү; денени бүгүп-жазуу абалынан тербенүүгө өтүү; асылып

тебренүүдө денени кескин жазуу менен таянчка көтөрүлүү; турникте таянуудан бут жана дене менен алдынга жарым ай көрүнүштө аракет кылып, асылууга түшүп тербенүү; бийик турникте асылган абалда колдорду бүгүү жана жазуу.

Кыз балдар- төмөнкү турникте (бийиктиги 100см) буттар жерге таянып, колдорго асылган абалда, колдорду бүгүү жана жазуу; гимнастикалык орундукта колдорго таянып колдорду бүгүү жана жазуу

Уул балдар; брусста колдорго таянган түрдө тербенип, алдынга силтенүү менен таянычка көтөрүлүү; гимнастикалык брусста тирсекке таянып туруудан тербенип, артка силтенүү менен таянчка көтөрүлүү; гимнастикалык брусста таянып алдыдан жана арттан тербенүүдө, жан тараптарына 90⁰ бурулуп секирип түшүүлөр.

Акробатика. Уул балдар үчүн: ар түрдүү алгачкы абалдан алдынга думалап ашып өтүү; 40-50 см бийиктиктеги буюмдар үстүнөн думалап ашып өтүүжүгүрүп келип 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: эки жолу алдынга, артка думалап ашуу; күрөктө туруу; тик турган абалдан “көпүрө” пайда кылуу жана жанаша тарапка айланып туруу. Улуттук “Муножат”, “Рахат”, “Танавар” жана башкалар ритмик гимнастика элементтери; колдор жардамында ассиметрик аракеттер менен ар түрдүү нормада түрдүү көнүгүүлөр аткаруу; ар түрдүү ылдамдыкта колдор менен (түрдүү абалда) көнүгүүлөр аткарууда колдордун багытталуу аракеттери абалын тербентирүү; 85-90 смдүү сайма менен көнүгүүлөр аткаруу. Оюн аракеттери динамикасы жана ритмине дал келүү менен татаалдаштыруу; элдик оюндары элементтеринен түзүлгөн көнүгүүлөр.

Балансты сактоо көнүгүүлөрү. Депсинип жеке устунга таянуудан бир бутту ашыруу менен 90⁰ бурулуп минип отуруу, эки бутта жана абалдарын алмашып секирүүлөр; жарым чөккөлөп буттар менен силтенип жүрүү, бут учтарына көтөрүлүп бурулуулар, оң(сол) бутта “чабалекей” пайда кылуу; отуруп бурчтук пайда кылуу жана жана колдорго таянып, буттарды керип артка силтенүү менен керишип секирип туруу.

ЖЕНГИЛ АТЛЕТИКА

ЖҮГҮРҮҮ. Атайын көнүгүүлөр техникасын жакшыртуу; төмөн старттан чыгып 60 метрге жүгүрүү; 4x60 метрге эстафета жүгүрүү; түрдүү аралыктарга бир нормада 6 мүнөт аралында жеңил жүгүрүү.

Мокисымал жүгүрүү 4 x10 м мокисымал жүгүрүү

Кросс даярдыгы 800, 1000 м аралыктарда жүгүрүү; жүрүү менен алмашып 6 мүнөт аралыгында жүгүрүү; багытты өзгөртүрө барып төмөн-бийик жерлерден

жүгүрүү; 2000 м аралыкка кросс жүгүрүү.

Секирүү. Бийиктик жана узундукка секирүүнүн атайын көнүгүүлөрү; жүгүрүп келип узундукка “бутту бүтүү” усулунда секирүү; жүрүгүп келип бийиктикке “аттап өтүп” усулунда секирүү.

Ыргытуу. Түрдүү абалдарда турган жайдан теннис тобун ыргытуу.; теннис тобун болжолго ыргытуу; теннис тобун жүгүрүп келип узакка ыргытуу

Спорт оюндары (футбол, баскетбол, волейбол, гандбол)

Баскетбол. Баскетбол оюнунун элементтеринин негизинде ар кандай машыгуу ыкмаларын аткаруу; топту бир кол менен алып жүрүү жана берүү; атаандашты айланып өтүү; топту эки кол менен баш тараптан берүү; талаада жеке жана жамааттык коргонуу ыкмаларын үйрөтүү; 2x1x2 жана 1x2x2 тактикасы; айыптуулук топторду себетке ыргытуу; баскетбол оюнунун эрежелерине негизделген кош оюн; оюнга калыстык кылууну үйрөтүү.

Волейбол. Группаларда топту тордун үстүнөн өйдө жана ылдыйдан бири-бирине өткөрүп берүү; тордон кайтарылган топту кабыл алуу; топту кабыл алуу жана берүү; техникалык ыкмалар; топту оюнга киргизүүнүн ыкмалары; тор аркылуу сокку ыкмалары; тосмо коюу (жалгыз жана жупта), коргоо ыкмалары; чабуулда жана коргонууда жеке, топтук жана жамааттык тактикалык аракеттер; волейбол оюну; волейбол оюну эреженин негизинде; Волейбол боюнча турган абалда кыймыл; Волейбол оюнунда туруу, кыймылдоо, токтоо, ылдамдатуу элементтерин үйрөнүү жана бекемдөө; Топту кайра базага берүү, кыймыл, секирүү техникасын чыңдоо; тордо тескери туруп, каршылашынын талаасында топту бутага таштоо; топту оюнга жогору жактан киргизүүнү күчөтүү; түз чабуулду күчөтүү; топту ылдый жактан кабыл алууну күчөтүү; алдыга жыгылып, бир кол менен кабыл алууну күчөтүү; жөнөкөйлөштүрүлгөн эрежелер боюнча волейбол оюну; эки жактуу оюн.

Гандбол. Гандбол оюнунда атайын техникалык көнүгүүлөрдү колдонуу менен окуучуларда ылдамдык, күч, багыт алуу сыяктуу сапаттарды өнүктүрүү; топ менен иштөөнүн техникасын өркүндөтүү (тездикте ордун алмаштырууда топту ар кандай жолдор менен берүү, «восмёрка», топту алдын ала кабыл алуу); коргонуу ыкмаларын өркүндөтүү, каршылаштарды коргонуу аянчасынан алыс кармоо, аларды аралыкта кармоо, «линейка оюнчусун» башкаруу; чабуул тактикасын өркүндөтүү (4x1, 3x2, «восмёрка», «стайка», б.а. атаандаштын коргонуусун алаксытуу, бөгөт коюу); дарбазачынын техникалык абалын жакшыртуу; үйрөнгөн элементтердин негизиндеги жарыштык оюн.

Футбол. Буттун ички жана сырткы капталдары менен кыймылдуу топторду токтотуу; учкан топтун секирүү жана башы менен соккусун аткаруу; кыймылдын багытын өзгөртүү менен топту алып жүрүү, алаксытуу аракеттерин колдоно билүү; топту атаандашынан тартып алуу; топту башы менен дарбазага багыттоо

көндүмдөрүн жана билгичтиктерин өнүктүрүү; оң жана сол бут менен узакка тебүүнү жакшыртуу; окуучуларды атаандашынан топту тартып алуу техникасы; турганда топту согончогу менен токтотуу; техника жана тактика; футбол эрежеси боюнча эки тараптуу оюн; сынактарга калыстык кылуу.

9- класс үчүн жыйынтыктоочу экзамен билеттери

КЫЗ БАЛДАР

1-БИЛЕТ

Жеңил атлетика. Төмөнкү стандарттан 60 метр аралыкка жүгүрүү.

Норматив: (секунд) 9,5 – 9,7 – 10,0 – 10,5

2. Гимнастика: Балансты сактоо көнүгүүлөрүн гимнастикалык жеке устунда аткаруу

(жөнөкөй жүрүү, отуруп бурулуу, буттарды силкитип жүрүү, “Чабалекей” пайда кылуу буттарды силкитип жүрүү, тик абалда бурулуу, жөнөкөй жүрүү, секирип жүрүү) .

Норматив: Туура аткаруу техникасын баалоо.

3. Гандбол. Гандбол тобун техникага көңүл буруу менен 30 метр аралыкта алып жүрүү

Норматив: (секунд) 6,8 – 6,9 – 7,0 – 7,2

2- БИЛЕТ

1. Жеңил атлетика. 1000 метр аралыкка убакыт эсепке алынган абалда жүгүрүү.

Норматив: (мүнөт) 5,00 – 5,30 – 6,00 – 6,30

2. Гимнастика: Бийиктиги 110 см болгон гимнастика “козёл” үстүнөн буттарды керип секирип өтүү

Норматив: Туура аткаруу техникасын баалоо

3. Volleybol. Вoleyбол тобун оюнга киритүү. топту 5 мүмкүнчүлүктө атаандаш майданынын оң жана сол зонасына түшүрүү .

Норматив: (жолу) 3 – 2– 1 – 0

3- БИЛЕТ

1. Жеңил атлетика. Жүгүрүүменен алмашып 6 мүнөттө аралыгында жүгүрүү

Норматив: (метр) 1200 – 1000 – 800 — 600

2. Гимнастика: Гимнастика элементтеринен түзүлгөн акробатика комбинациясы: эки жолу алдыга жана бир жолу артка думалап ашуу, күрөктөрдө туруу, “көпүрө” пайда кылуу.

2. Норматив: Туура аткаруу техникасын баалоо.

3. Basketbol. Баскетбол себетине белгиленген штраф тобун 8 мүмкүнчүлүктөн тандоо.. **Норматив:** (жолу) 4 – 3 – 2 – 1

4- БИЛЕТ

Жеңил атлетика. 4 x 10 метрге максымал жүгүрүү

Норматив:. (секунд) 10,3 – 10,8 –11,3 –11,8

2. Гимнастика: Селкинчекте 1 мүнөт аралыгында секирүү

1. Норматив: (жолу) 120 – 100 — 90 – 80

3.Волейбол. Волейбол тобун эки колдо баш үстүндө өз-өзүнө ашыруу **Норматив:** (жолу) 20 – 15 – 10 – 5

5- БИЛЕТ

Жеңил атлетика. Жүгүрүп келип кичүү теннис тобун (150гр) алыстыкка ыргытуу.

1. Норматив: (метр) 28 – 23 – 18 – 13

2 Гимнастика: Гимнастикалык орундукка таянган түрдө, колдорду бүгүү жана жазуу (аткаруу техникасына көңүл буруу).

2. Норматив: (жолу) 13 – 10 – 7 – 5

3. Футбол: Футбол тобун “аут”тан оюнга киритүү (аткаруу техникасына көңүл буруу).

Норматив: (метр) 8 – 7 – 5 — 3

УУЛ БАЛДАР

1- БИЛЕТ

Жеңил атлетика. Төмөнкү старттан 60 метр аралыкка жүгүрүү.

Норматив: (секунд) 8,8 – 9,5 – 10,0 – 10,3

2. Гимнастика: Бийик турникте тартылуу (аткаруу техникасына көңүл буруу).

Норматив: (жолу) 10 – 8 – 6 – 4

3. Gandbol. Кол тобун техникага көңүл буруу менен 30 метр аралыкка топту уруп жүгүрүү.

Норматив: (секунд) 6,6 – 6,7 – 6,8 – 7,0

2- БИЛЕТ

1. Жеңил атлетика. 2000 метр аралыкка убакыт эсепке алынган абалда жүгүрүү.

Норматив: (мүнөт) 9,30 – 10,00 – 11,00 – 12,00

2. Гимнастика: Гимнастика көпүрөсү менен 1 метр аралыгында узунасына ортотулган, бийиктиги 120 см болгон гимнастика “козёл” үстүнөн буттарды

керип секирүү.

Норматив: Туура аткаруу техникасын баалоо

3. Вaleyбол. Вaleyбол тобун оюнга киритүү. топту 5 мүмкүнчүлүктө атаандаш майданынын оң жана сол зонасына түшүрүү .

(жолу) 4 – 3– 2 – 1

3- БИЛЕТ

1. Жеңил атлетика. 1000 метр аралыкка убакыт эсепке алынган абалда жүгүрүү.

Норматив: (мүнөт) 3,40 — 4,00 – 4,30 – 4,50

2. Гимнастика: Колдор баш аркасында, чалканча жаткан абалда 1 мүнөт ичинде тулку бойду көтөрүү жана түшүрүү (аткаруу техникасына көңүл буруу).

Норматив: (жолу) 30 – 25 – 20 – 15

3. Баскетбол. Баскетбол себетине белгиленген штраф тобун 8 мүмкүнчүлүктөн тандоо.

Норматив: (жолу) 5 – 4 – 2 – 1

4- БИЛЕТ

Жеңил атлетика. 4 x 10 метрге максимал жүгүрүү.

Норматив: (секунд) 9,5 – 10,0 – 10,5 – 11,0

Гимнастика: Селкинчекте 1 мүнөт аралыгында секирүү

1. .

Норматив: (жолу) 100 – 90 – 70 – 50

2. Футбол. Футбол тобун оң жана сол бутка күч берүү менен алыска тебүү (оң жана сол бут натыйжалары жыйындысы бааланат).

Норматив: (метр) 50 – 45 – 40 – 35

5- БИЛЕТ

1. Жеңил атлетика. Жүгүрүп келип кичүү теннис тобун (150гр) алыстыкка ыргытуу.

Норматив: (метр) 45 – 40 – 33 – 25

2. Гимнастика: Полго таянган түрдө, колдорду бүгүү жана жазуу (аткаруу техникасына көңүл буруу).

Норматив: (жолу) 30 – 25 – 20 – 15

3. Футбол: Футбол тобун “аут”тан оюнга киритүү (аткаруу техникасына көңүл буруу).

Норматив: (метр) 12 – 10 – 8 – 5

ЭКЗАМЕН МАТЕРИАЛДАРЫ

№	Бөлүмдөр	Тапшырмалар	Бал	Вариант
1	Жеңил атлетика	Төмөн старттан 60 метр аралыкка жүгүрүү	30	1(К)
2	Гимнастика	Балансты сактоо көнүгүүлөрүн гимнастикалык жеке таякта аткаруу	30	
3	Спорт оюндары	Гандбол тобун техникага көңүл буруу менен 30метр аралыкка алып жүрүү	40	
4	Жеңил атлетика	1000 метр аралыкка убакыт эсепке алынган абалда жүгүрүү	30	2(К)
5	Гимнастика	бийиктиги 110 см болгон гимнастика “козёл” үстүнөн	30	

		буттарды керип секирип өтүү		
6	Спорт оюндары	Волейбол тобун оюнга киритүү. Топту 5 мүмкүнчүлүктө атаандаш аянттынын оң жана сол зонасына түшүрүү	40	
7	Жеңил атлетика	Жүгүрүү менен алмашып 6 мүнөт аралыгында жүгүрүү	30	3(К)
8	Гимнастика	Гимнастика элементтеринен түзүлгөн акробатика комбинациясы: эки жолу алдыга жана бир жолу артка думалап ашуу, күрөктөрдө туруу, “көпүрө” пайда кылуу	30	
9	Спорт оюндары	Баскетбол себетине белгиленген штраф тобун 8 мүмкүнчүлүктөн тандоо	40	
10	Жеңил атлетика	4 x 10 метрге мокусиман жүгүрүү	30	4(К)
11	Гимнастика	Селкинчекте 1 мүнөт аралыгында секирүү	30	
12	Спорт оюндары	Валейбол тобун эки коло баш үстүнөн өз-өзүнө ашыруу	40	
13	Жеңил атлетика	Жүгүрүп келип кичик теннис тобун (150гр) алыстыкка ыргытуу	30	5(К)
14	Гимнастика	Гимнастик орундукка таянып, абалда колдорду бүгүү жана жазуу	30	
15	Спорт оюндары	Футбол тобун “аут”тан оюнга киритүү	40	

16	Жеңил атлетика	Төмөн старттан 60 метр аралыкка жүгүрүү	30	1(OK)
17	Гимнастика	Бийик турникте тартылуу	30	
18	Спорт оюндары	Кол тобун техникага көңүл буруу менен 30 метр аралыкка топту уруп жүгүрүү	40	
19	Жеңил атлетика	2000 метр аралыкка убакыт эсепке алынган абалда жүгүрүү	30	2(К)
20	Гимнастика	Гимнастика көпүрөсү менен 1 метр аралыгында узунасына ортотулган, бийиктиги 120 см болгон гимнастика “козёл” үстүнөн буттарды керип секирүү	30	
21	Спорт оюндары	Валейбол тобун оюнга киритүү. топту 5 мүмкүнчүлүктө атаандаш майданынын оң жана сол зонасына түшүрүү	40	
22	Жеңил атлетика	1000 метр аралыкка убакыт эсепке алынган абалда жүгүрүү	30	3(к)
23	Гимнастика	Колдор баш аркасында, чалкасынан жаткан абалда 1 мүнөт аралыгында денени көтөрүү жана түшүрүү	30	
24	Спорт оюндары	Баскетбол себетине белгиленген штраф тобун 8 мүмкүнчүлүктөн таштоо	40	
25	Жеңил атлетика	4 x 10 метрге мокусиман жүгүрүү	30	4(К)
26	Гимнастика	Селкинчекте 1 мүнөт аралыгында секирүү	30	

27	Спорт оюндары	Футбол тобун оң жана сол бутта күч менен алыска тебүү	40	
28	Жеңил атлетика	Жүгүрүп келип кичик теннис тобун (150гр) алыстыкка ыргытуу	30	5(К)
29	Гимнастика	Полго таянган абалда колдорду бүгүү жана жазуу	30	
30	Спорт оюндары	Футбол тобун “аут”тан оюнга киритүү	40	

9-класс жыйынтыктоочу экзамен боюнча баалоо критерийлери

№ Тапшырма	1-билет (кыздар)	Балл
1	Төмөн старттан 60 метр аралыкка жүгүрүүдө төмөн стартта туруу, чыгуу, старттан кийинки жүгүрүү, аралык бойлоп жүгүрүү, финиш(марра) сызыгына кирүү жана кесип келүү техникаларына көңүл буруу менен тапшырманы 9,5 секундада аткарса	30
	Төмөн старттан 60 метр аралыкка жүгүрүүдө төмөн стартта туруу, чыгуу, старттан кийинки жүгүрүү, аралык бойлоп жүгүрүү, финиш(марра) сызыгына кирүү жана кесип келүү техникаларына көңүл буруу менен тапшырманы 9,7 секундада аткарса	23
	Төмөн старттан 60 метр аралыкка жүгүрүүдө төмөн стартта туруу, чыгуу, старттан кийинки жүгүрүү, аралык бойлоп жүгүрүү, финиш(марра) сызыгына кирүү жана кесип келүү техникаларына көңүл буруу менен тапшырманы 10,0 секундада аткарса	15
	Төмөн старттан 60 метр аралыкка жүгүрүүдө төмөн стартта туруу, чыгуу, старттан кийинки жүгүрүү, аралык бойлоп жүгүрүү, финиш(марра) сызыгына	8

	кирүү жана кесип келүү техникаларына көңүл буруу менен тапшырманы 10,5 секундада аткарса	
2	Балансты сактоо көнүгүүлөрүн, гимнастикалык жеке бутта жөнөкөй жүрүү, отуруп бурулуу, буттарды силкитип жүрүү, “Чабалекей” пайда кылуу, буттарды силкитип жүрүү, тик абалда бурулуу, жөнөкөй жүрүү, секирип туруу көнүгүүлөрүн техникага көңүл буруу менен туура аткарылышы	30
	Балансты сактоо көнүгүүлөрүн, гимнастикалык жеке бутта жөнөкөй жүрүү, отуруп бурулуу, буттарды силкитип жүрүү, “Чабалекей” пайда кылуу, буттарды силкитип жүрүү, тик абалда бурулуу, жөнөкөй жүрүү, секирип туруу көнүгүүлөрүн техникага көңүл буруу менен бир аз туура аткарылышы	23
	Балансты сактоо көнүгүүлөрүн, гимнастикалык жеке бутта жөнөкөй жүрүү, отуруп бурулуу, буттарды силкитип жүрүү, “Чабалекей” пайда кылуу, буттарды силкитип жүрүү, тик абалда бурулуу, жөнөкөй жүрүү, секирип туруу көнүгүүлөрүн техникага көңүл буруу менен туура эмес аткарылышы	15
	Балансты сактоо көнүгүүлөрүн, гимнастикалык жеке бутта жөнөкөй жүрүү, отуруп бурулуу, буттарды силкитип жүрүү, “Чабалекей” пайда кылуу, буттарды силкитип жүрүү, тик абалда бурулуу, жөнөкөй жүрүү, секирип туруу көнүгүүлөрүн техникага көңүл буруу менен аткара албастыгы	8
		40
3	Стартта туруу, чыгуу, старттан кийинки топту жерге уруп жүгүрүү, аралык бойлоп топту жерге уруп жүгүрүү, финиш (марра) сызыгына кирүү жана кесип келүү техникаларына көңүл буруу менен Гандбол тобун 30 метр аралыкка алып жүрүүнү 6,8 секундада аткарса	30

	Стартта туруу, чыгуу, старттан кийинки топту жерге уруп жүгүрүү, аралык бойлоп топту жерге уруп жүгүрүү, финиш (марра) сызыгына кирүү жана кесип келүү техникаларына көңүл буруу менен Гандбол тобун 30 метр аралыкка алып жүрүүнү 7,0 секундада аткарса	20
	Стартта туруу, чыгуу, старттан кийинки топту жерге уруп жүгүрүү, аралык бойлоп топту жерге уруп жүгүрүү, финиш (марра) сызыгына кирүү жана кесип келүү техникаларына көңүл буруу менен Гандбол тобун 30 метр аралыкка алып жүрүүнү 7,2 секундада аткарса	10
жалпы:		100

№ Тапшырма	2-билет (кыздар)	Балл
		30
1	1000 метр аралыкка убакыт эсепке алынган абалда жүгүрүүдө стартта туруу, чыгуу старттан кийинки жүгүрүү, аралык бойлоп жүгүрүү, финиш(марра) сызыгына кирүү жана кесип келүү техникасы негизинде тапшырманы 5,00 мүнөттө аткарса	23
	1000 метр аралыкка убакыт эсепке алынган абалда жүгүрүүдө стартта туруу, чыгуу старттан кийинки жүгүрүү, аралык бойлоп жүгүрүү, финиш(марра) сызыгына кирүү жана кесип келүү техникасы негизинде тапшырманы 6,00 мүнөттө аткарса	15
	1000 метр аралыкка убакыт эсепке алынган абалда жүгүрүүдө стартта туруу, чыгуу старттан кийинки жүгүрүү, аралык бойлоп жүгүрүү, финиш(марра) сызыгына кирүү жана кесип келүү техникасы негизинде тапшырманы 6,30 мүнөттө аткарса	8
2	Бийиктиги 110 см болгон гимнастика “козёл”у үстүнөн секирүүдө жүгүрүп келүү, депсинүү, таянып секирүү жана учуу, конуу, баланс кармоо техникаларына көңүл	30

	буруу менен буттарды керип секирип өтүүнү туура аткарышы	
	Бийиктиги 110 см болгон гимнастика “козёл”у үстүнөн секирүүдө жүгүрүп келүү, депсинүү, таянып секирүү жана учуу, конуу, баланс кармоо техникаларына көңүл буруу менен буттарды керип секирип өтүүнү бир аз туура аткарышы	23
	Бийиктиги 110 см болгон гимнастика “козёл”у үстүнөн секирүүдө жүгүрүп келүү, депсинүү, таянып секирүү жана учуу, конуу, баланс кармоо техникаларына көңүл буруу менен буттарды керип секирип өтүүнү туура эмес аткарышы	15
	Бийиктиги 110 см болгон гимнастика “козёл”у үстүнөн секирүүдө жүгүрүп келүү, депсинүү, таянып секирүү жана учуу, конуу, баланс кармоо техникаларына көңүл буруу менен буттарды керип секирип өтүүнү аткара албастыгы	8
3	Волейбол тобун оюнга киритүү. Турушу, сызыкты баспастыгы, жетекчинин сигналына көңүл бурушу, топко сокку бериши, белгиленген зонага топту түшүрө алуу техникаларына көңүл буруу менен топту 5 мүмкүнчүлүктөн жалпы 3 жолу атаандаш аянтынын оң жана сол зонасына түшүрүшү	40
	Волейбол тобун оюнга киритүү. Турушу, сызыкты баспастыгы, жетекчинин сигналына көңүл бурушу, топко сокку бериши, белгиленген зонага топту түшүрө алуу техникаларына көңүл буруу менен топту 5 мүмкүнчүлүктөн жалпы 2 жолу атаандаш аянтынын оң жана сол зонасына түшүрүшү	30
	Волейбол тобун оюнга киритүү. Турушу, сызыкты баспастыгы, жетекчинин сигналына көңүл бурушу, топко сокку бериши, белгиленген зонага топту түшүрө алуу техникаларына көңүл буруу менен топту 5 мүмкүнчүлүктөн жалпы 1 жолу атаандаш аянтынын оң жана сол зонасына түшүрүшү	20
	Волейбол тобун оюнга киритүү. Турушу, сызыкты баспастыгы, жетекчинин сигналына көңүл	10

	бурушу, топко сокку бериши, белгиленген зонага топту түшүрө алуу техникаларына көңүл буруу менен топту 5 мүмкүнчүлүктөн жалпы 0 жолу атаандаш аянтынын оң жана сол зонасына түшүрүшү	
жалпы:		100

Тапшырма	3-билет (кыздар)	Балл
1	Стартта туруу, чыгуу, старттан кийинки жүгүрүү, аралык бойлоп жүгүрүү финиш (марра) сызыгына кирүү жана кесип келүү техникаларына көңүл буруу менен 6 мүнөт аралыгында жүрүү менен алмашып жүгүрүү тапшырмасын аткарууда 1200 метр аралыкты басып өтсө	30
	Стартта туруу, чыгуу, старттан кийинки жүгүрүү, аралык бойлоп жүгүрүү финиш (марра) сызыгына кирүү жана кесип келүү техникаларына көңүл буруу менен 6 мүнөт аралыгында жүрүү менен алмашып жүгүрүү тапшырмасын аткарууда 1000 метр аралыкты басып өтсө	23
	Стартта туруу, чыгуу, старттан кийинки жүгүрүү, аралык бойлоп жүгүрүү финиш (марра) сызыгына кирүү жана кесип келүү техникаларына көңүл буруу менен 6 мүнөт аралыгында жүрүү менен алмашып жүгүрүү тапшырмасын аткарууда 800 метр аралыкты басып өтсө	15
	Стартта туруу, чыгуу, старттан кийинки жүгүрүү, аралык бойлоп жүгүрүү финиш (марра) сызыгына кирүү жана кесип келүү техникаларына көңүл буруу менен 6 мүнөт аралыгында жүрүү менен алмашып жүгүрүү тапшырмасын аткарууда 600 метр аралыкты басып өтсө	8
2	Гимнастик элементтерден түзүлгөн акробатика комбинациясын эки жолу алдынга жана бир жолу артка думалап ашуу, күрөктөрдө туруу, “көкүрөк” пайда кылуу техникаларына көңүл буруу менен туура аткарышы	30

	Гимнастик элементтерден түзүлгөн акробатика комбинациясын эки жолу алдынга жана бир жолу артка думалап ашуу, күрөктөрдө туруу, “көкүрөк” пайда кылуу техникаларына көңүл буруу менен бир аз туура аткарышы	23
	Гимнастик элементтерден түзүлгөн акробатика комбинациясын эки жолу алдынга жана бир жолу артка думалап ашуу, күрөктөрдө туруу, “көкүрөк” пайда кылуу техникаларына көңүл буруу мененката аткарышы	15
	Гимнастик элементтерден түзүлгөн акробатика комбинациясын эки жолу алдынга жана бир жолу артка думалап ашуу, күрөктөрдө туруу, “көкүрөк” пайда кылуу техникаларына көңүл буруу менен аткара албастыгы	8
3	Турушу, бут жана кол абалы, топту кармашы, эки колдо топту көкүрөктөн таштоо техникаларга көңүл буруу менен баскетбол себетине белгиленген штраф тобун 8 мүмкүнчүлүктөн 4 жолу түшүрүшү	40
	Турушу, бут жана кол абалы, топту кармашы, эки колдо топту көкүрөктөн аташы техникаларга көңүл буруу менен баскетбол себетине белгиленген штраф тобун 8 мүмкүнчүлүктөн 3 жолу түшүрүшү	30
	Турушу, бут жана кол абалы, топту кармашы, эки колдо топту көкүрөктөн аташы техникаларга көңүл буруу менен баскетбол себетине белгиленген штраф тобун 8 мүмкүнчүлүктөн 2 жолу түшүрүшү	20
	Турушу, бут жана кол абалы, топту кармашы, эки колдо топту көкүрөктөн аташы техникаларга көңүл буруу менен баскетбол себетине белгиленген штраф тобун 8 мүмкүнчүлүктөн 1 жолу түшүрүшү	10
жалпы:		100

№ Тапшырма	4-билет (кыздар)	Балл
1	Стартта туруу, чыгуу, старттан кийинки жүгүрүү, аралык бойлоп жүгүрүү, ар 10 метрде сызыкка колду тийгизүү финиш (марра) сызыгына кирүү жана кесип өтүү техникаларына көңүл буруу менен 4x10 метрге жүгүрүүнү 10,3 секундада аткарса	30
	Стартта туруу, чыгуу, старттан кийинки жүгүрүү, аралык бойлоп жүгүрүү, ар 10 метрде сызыкка колду тийгизүү финиш (марра) сызыгына кирүү жана кесип өтүү техникаларына көңүл буруу менен 4x10 метрге жүгүрүүнү 10,8 секундада аткарса	23
	Стартта туруу, чыгуу, старттан кийинки жүгүрүү, аралык бойлоп жүгүрүү, ар 10 метрде сызыкка колду тийгизүү финиш (марра) сызыгына кирүү жана кесип өтүү техникаларына көңүл буруу менен 4x10 метрге жүгүрүүнү 11,3 секундада аткарса	15
	Стартта туруу, чыгуу, старттан кийинки жүгүрүү, аралык бойлоп жүгүрүү, ар 10 метрде сызыкка колду тийгизүү финиш (марра) сызыгына кирүү жана кесип өтүү техникаларына көңүл буруу менен 4x10 метрге жүгүрүүнү 11,8 секундада аткарса	8
2	Селкинчекти кармашы, бут кыймылы, секирүү техникаларына көңүл буруу менен селкинчекте 1 мүнөт аралыгында 120 жолу секириши	30
	Селкинчекти кармашы, бут кыймылы, секирүү техникаларына көңүл буруу менен селкинчекте 1 мүнөт аралыгында 100 жолу секириши	23
	Селкинчекти кармашы, бут кыймылы, секирүү техникаларына көңүл буруу менен селкинчекте 1 мүнөт аралыгында 90 жолу секириши	15

	Селкинчекти кармашы, бут кыймылы, секирүү техникаларына көңүл буруу менен селкинчекте 1 мүнөт аралыгында 80 жолу секириши	8
3	Валейбол тобун эки колдо баш үстүндө өз-өзүнө ашырууну кол абалы, топту ашырышы, топту көтөрүлүү бийиктиги техникаларына көңүл буруу менен 1 мүмкүнчүлүктө 20 жолу аткарышы	40
	Валейбол тобун эки колдо баш үстүндө өз-өзүнө ашырууну кол абалы, топту ашырышы, топту көтөрүлүү бийиктиги техникаларына көңүл буруу менен 1 мүмкүнчүлүктө 15 жолу аткарышы	30
	Валейбол тобун эки колдо баш үстүндө өз-өзүнө ашырууну кол абалы, топту ашырышы, топту көтөрүлүү бийиктиги техникаларына көңүл буруу менен 1 мүмкүнчүлүктө 10 жолу аткарышы	20
	Валейбол тобун эки колдо баш үстүндө өз-өзүнө ашырууну кол абалы, топту ашырышы, топту көтөрүлүү бийиктиги техникаларына көңүл буруу менен 1 мүмкүнчүлүктө 5 жолу аткарышы	10
Жалпы :		100

№ Тапшырма	5-билет (кыздар)	Балл
1	Жүгүрүп келип, топту кармоо, топту ыргытуу техникаларына каратуу менен жүгүрүп келип кичик (150гр) теннис тобун узактыкка ыргытууда топ 28 метр узактыкка түшсө	30
	Жүгүрүп келүү, топту кармоо, топту ыргытуу техникаларына каратуу менен жүгүрүп келип кичик (150гр) теннис тобун узактыкка ыргытууда топ 23 метр узактыкка түшсө	23
	Жүгүрүп келип, топту кармоо, топту ыргытуу техникаларына каратуу менен жүгүрүп келип кичик	15

	(150гр) теннис тобун узактыкка ыргытууда топ 18 метр узактыкка түшсө	
	Жүгүрүп келип, топту кармоо, топту ыргытуу техникаларына каратуу менен жүгүрүп келип кичик (150гр) теннис тобун узактыкка ыргытууда топ 13 метр узактыкка түшсө	8
2	Гимнастик орундукка таянып, баш жана денени бир тегиздикте кармап, колдорду бүгүлүү жана жазылышы техникаларына көңүл буруу менен, колдорду бүгүү жана жазууну 1 мүмкүнчүлүктө 13 жолу аткарышы	30
	Гимнастик орундукка таянып, баш жана денени бир тегиздикте кармап, колдорду бүгүлүү жана жазылышы техникаларына көңүл буруу менен, колдорду бүгүү жана жазууну 1 мүмкүнчүлүктө 10 жолу аткарышы	23
	Гимнастик орундукка таянып, баш жана денени бир тегиздикте кармап, колдорду бүгүлүү жана жазылышы техникаларына көңүл буруу менен, колдорду бүгүү жана жазууну 1 мүмкүнчүлүктө 7 жолу аткарышы	15
	Гимнастик орундукка таянып, баш жана денени бир тегиздикте кармап, колдорду бүгүлүү жана жазылышы техникаларына көңүл буруу менен, колдорду бүгүү жана жазууну 1 мүмкүнчүлүктө 5 жолу аткарышы	8
3	Футбол тобун «аут»тан оюнга киритүүдө аянтка караган абалда, буттарын жерден үзүлбөстөн жана сызык тышкарысында, топту атуу эки кол менен, топту баш аркасынан ыргытуу техникаларына көңүл буруу менен 1 мүмкүнчүлүктө топ 8 метр алыстыкка түшсө	40
	Футбол тобун «аут»тан оюнга киритүүдө аянтка караган абалда, буттарын жерден үзүлбөстөн жана сызык тышкарысында, топту атуу эки кол менен, топту баш аркасынан ыргытуу техникаларына көңүл буруу менен 1 мүмкүнчүлүктө топ 7 метр алыстыкка түшсө	30

Футбол тобун «аут»тан оюнга киритүүдө аянтка караган абалда, буттарын жерден үзүлбөстөн жана сызык тышкарысында, топту атуу эки кол менен, топту баш аркасынан ыргытуу техникаларына көңүл буруу менен 1 мүмкүнчүлүктө топ 5 метр алыстыкка түшсө	20
Футбол тобун «аут»тан оюнга киритүүдө аянтка караган абалда, буттарын жерден үзүлбөстөн жана сызык тышкарысында, топту атуу эки кол менен, топту баш аркасынан ыргытуу техникаларына көңүл буруу менен 1 мүмкүнчүлүктө топ 3 метр алыстыкка түшсө	10
Жалпы :	100

№ Тапшырма	1-билет (уул балдаро)	Балл
1	Төмөн старттан 60 метр аралыкка жүгүрүүдө төмөн стартта туруу, чыгуу, старттан кийинки жүгүрүү, аралык бойлоп жүгүрүү, финиш(марра) сызыгына кирүү жана кесип келүү техникаларына көңүл буруу менен тапшырманы 8,8 секундада аткарса	30
	Төмөн старттан 60 метр аралыкка жүгүрүүдө төмөн стартта туруу, чыгуу, старттан кийинки жүгүрүү, аралык бойлоп жүгүрүү, финиш(марра) сызыгына кирүү жана кесип келүү техникаларына көңүл буруу менен тапшырманы 9,5 секундада аткарса	23
	Төмөн старттан 60 метр аралыкка жүгүрүүдө төмөн стартта туруу, чыгуу, старттан кийинки жүгүрүү, аралык бойлоп жүгүрүү, финиш(марра) сызыгына кирүү жана кесип келүү техникаларына көңүл буруу менен тапшырманы 10,0 секундада аткарса	15
	Төмөн старттан 60 метр аралыкка жүгүрүүдө төмөн стартта туруу, чыгуу, старттан кийинки жүгүрүү, аралык бойлоп жүгүрүү, финиш(марра) сызыгына кирүү жана кесип келүү техникаларына көңүл буруу менен тапшырманы 10,3 секундада аткарса	8

2	Бийик турникте тартылууда керектүү кеңдик жана кармоо усулун тандоосу, турникке асылышы, тартылып жатканда чыгарышы, кыймылды толук амплитудада аткарышы, төмөн чекитте колдорду толук бошоштурушу жана 1 секунд пауза кылышы техникаларына көңүл буруу менен 10 жолу аткарса	30
	Бийик турникте тартылууда керектүү кеңдик жана кармоо усулун тандоосу, турникке асылышы, тартылып жатканда чыгарышы, кыймылды толук амплитудада аткарышы, төмөн чекитте колдорду толук бошоштурушу жана 1 секунд пауза кылышы техникаларына көңүл буруу менен 8 жолу аткарса	23
	Бийик турникте тартылууда керектүү кеңдик жана кармоо усулун тандоосу, турникке асылышы, тартылып жатканда чыгарышы, кыймылды толук амплитудада аткарышы, төмөн чекитте колдорду толук бошоштурушу жана 1 секунд пауза кылышы техникаларына көңүл буруу менен 6 жолу аткарса	15
	Бийик турникте тартылууда керектүү кеңдик жана кармоо усулун тандоосу, турникке асылышы, тартылып жатканда чыгарышы, кыймылды толук амплитудада аткарышы, төмөн чекитте колдорду толук бошоштурушу жана 1 секунд пауза кылышы техникаларына көңүл буруу менен 4 жолу аткарса	8
3	Стартта туруу, чыгуу, старттан кийинки топту жерге уруп жүгүрүү, аралык бойлоп топту жерге уруп жүгүрүү, финиш (марра) сызыгына кирүү жана кесип келүү техникаларына көңүл буруу менен Гандбол тобун 30 метр аралыкка алып жүрүүнү 6,6секундада аткарса	40
	Стартта туруу, чыгуу, старттан кийинки топту жерге уруп жүгүрүү, аралык бойлоп топту жерге уруп жүгүрүү, финиш (марра) сызыгына кирүү жана кесип келүү техникаларына көңүл буруу менен Гандбол тобун 30 метр аралыкка алып жүрүүнү 6,7 секундада аткарса	30

	Стартта туруу, чыгуу, старттан кийинки топту жерге уруп жүгүрүү, аралык бойлоп топту жерге уруп жүгүрүү, финиш (марра) сызыгына кирүү жана кесип келүү техникаларына көңүл буруу менен Гандбол тобун 30 метр аралыкка алып жүрүүнү 6,8 секундада аткарса	20
	Стартта туруу, чыгуу, старттан кийинки топту жерге уруп жүгүрүү, аралык бойлоп топту жерге уруп жүгүрүү, финиш (марра) сызыгына кирүү жана кесип келүү техникаларына көңүл буруу менен Гандбол тобун 30 метр аралыкка алып жүрүүнү 7,0 секундада аткарса	10
жалпы:		100

№ Тапшырма	2-билет (уул балдаро)	Балл
1	2000 метр аралыкка убакыт эсепке алынган абалда жүгүрүүдө стартта туруу, чыгуу старттан кийинки жүгүрүү, аралык бойлоп жүгүрүү, финиш(марра) сызыгына кирүү жана кесип келүү техникасы негизинде тапшырманы 9,30 мүнөттө аткарса	30
	2000 метр аралыкка убакыт эсепке алынган абалда жүгүрүүдө стартта туруу, чыгуу старттан кийинки жүгүрүү, аралык бойлоп жүгүрүү, финиш(марра) сызыгына кирүү жана кесип келүү техникасы негизинде тапшырманы 10,00 мүнөттө аткарса	23
	2000 метр аралыкка убакыт эсепке алынган абалда жүгүрүүдө стартта туруу, чыгуу старттан кийинки жүгүрүү, аралык бойлоп жүгүрүү, финиш(марра) сызыгына кирүү жана кесип келүү техникасы негизинде тапшырманы 11,00 мүнөттө аткарса	15
	2000 метр аралыкка убакыт эсепке алынган абалда жүгүрүүдө стартта туруу, чыгуу старттан кийинки жүгүрүү, аралык бойлоп жүгүрүү, финиш(марра) сызыгына кирүү жана кесип келүү техникасы негизинде тапшырманы 12,00 мүнөттө аткарса	8

2	Гимнастика көпүрөсү менен 1 метр аралыкта узунасына орнотулган, бийиктиги 120 см болгон гимнастика “козёл”у үстүнөн секирүүдө жүгүрүп келүү, депсинүү, таянып секирүү жана учуу, баланс кармоо техникаларына көңүл буруу менен буттарды керип секирип өтүүнү туура аткарышы	30
	Гимнастика көпүрөсү менен 1 метр аралыкта узунасына орнотулган, бийиктиги 120 см болгон гимнастика “козёл”у үстүнөн секирүүдө жүгүрүп келүү, депсинүү, таянып секирүү жана учуу, конуу, баланс кармоо техникаларына көңүл буруу менен буттарды керип секирип өтүүнү бир аз туура аткарышы	23
	Гимнастика көпүрөсү менен 1 метр аралыкта узунасына орнотулган, бийиктиги 120 см болгон гимнастика “козёл”у үстүнөн секирүүдө жүгүрүп келүү, депсинүү, таянып секирүү жана учуу, конуу, баланс кармоо техникаларына көңүл буруу менен буттарды керип секирип өтүүнү ката аткарышы	15
	Гимнастика көпүрөсү менен 1 метр аралыкта узунасына орнотулган, бийиктиги 120 см болгон гимнастика “козёл”у үстүнөн секирүүдө жүгүрүп келүү, депсинүү, таянып секирүү жана учуу, конуу, баланс кармоо техникаларына көңүл буруу менен буттарды керип секирип өтүүнү аткара албастыгы	8
3	Волейбол тобун оюнга киритүү. Турушу, сызыкты баспастыгы, жетекчинин сигналына көңүл бурушу, топко сокку бериши, белгиленген зонага топту түшүрө алуу техникаларына көңүл буруу менен топту 5 мүмкүнчүлүктөн жалпы 4 жолу атаандаш аянтынын оң жана сол зонасына түшүрүшү	40
	Волейбол тобун оюнга киритүү. Турушу, сызыкты баспастыгы, жетекчинин сигналына көңүл бурушу, топко сокку бериши, белгиленген зонага топту түшүрө алуу техникаларына көңүл буруу менен топту 5 мүмкүнчүлүктөн жалпы 3 жолу атаандаш аянтынын оң жана сол зонасына түшүрүшү	30

	Волейбол тобун оюнга киритүү. Турушу, сызыкты баспастыгы, жетекчинин сигналына көңүл бурушу, топко сокку бериши, белгиленген зонага топту түшүрө алуу техникаларына көңүл буруу менен топту 5 мүмкүнчүлүктөн жалпы 2 жолу атаандаш аянтынын оң жана сол зонасына түшүрүшү	20
	Волейбол тобун оюнга киритүү. Турушу, сызыкты баспастыгы, жетекчинин сигналына көңүл бурушу, топко сокку бериши, белгиленген зонага топту түшүрө алуу техникаларына көңүл буруу менен топту 5 мүмкүнчүлүктөн жалпы 1 жолу атаандаш аянтынын оң жана сол зонасына түшүрүшү	10
жалпы:		100

№ Тапшырма	3-билет (уул балдар)	Ball
1	1000 метр аралыкка убакыт эсепке алынган абалда жүгүрүүдө стартта туруу, чыгуу старттан кийинки жүгүрүү, аралык бойлоп жүгүрүү, финиш(марра) сызыгына кирүү жана кесип келүү техникасы негизинде тапшырманы 3,40 мүнөттө аткарса	30
	1000 метр аралыкка убакыт эсепке алынган абалда жүгүрүүдө стартта туруу, чыгуу старттан кийинки жүгүрүү, аралык бойлоп жүгүрүү, финиш(марра) сызыгына кирүү жана кесип келүү техникасы негизинде тапшырманы 4,00 мүнөттө аткарса	23
	1000 метр аралыкка убакыт эсепке алынган абалда жүгүрүүдө стартта туруу, чыгуу старттан кийинки жүгүрүү, аралык бойлоп жүгүрүү, финиш(марра) сызыгына кирүү жана кесип келүү техникасы негизинде тапшырманы 4,30 мүнөттө аткарса	15
	1000 метр аралыкка убакыт эсепке алынган абалда жүгүрүүдө стартта туруу, чыгуу старттан кийинки жүгүрүү, аралык бойлоп жүгүрүү, финиш(марра)	8

	сызыгына кирүү жана кесип келүү техникасы негизинде тапшырманы 4,50 мүнөттө аткарса	
2	Колду баш аркасынан албастык, бутту жерден үзбөстүк, дем алуу ритми, денени түшүргөндө күрөктөрдүн тийиши, денени толук көтөрүшү техникаларына көңүл буруу менен “Колдор баш аркасында, чалкасынан жаткан абалда 1 мүнөт аралыгында денени көтөрүү жана түшүрүү” тапшырмасын 30 жолу аткарса	30
	Колду баш аркасынан албастык, бутту жерден үзбөстүк, дем алуу ритми, денени түшүргөндө күрөктөрдүн тийиши, денени толук көтөрүшү техникаларына көңүл буруу менен “Колдор баш аркасында, чалкасынан жаткан абалда 1 мүнөт аралыгында денени көтөрүү жана түшүрүү” тапшырмасын 25 жолу аткарса	23
	Колду баш аркасынан албастык, бутту жерден үзбөстүк, дем алуу ритми, денени түшүргөндө күрөктөрдүн тийиши, денени толук көтөрүшү техникаларына көңүл буруу менен “Колдор баш аркасында, чалкасынан жаткан абалда 1 мүнөт аралыгында денени көтөрүү жана түшүрүү” тапшырмасын 20 жолу аткарса	15
	Колду баш аркасынан албастык, бутту жерден үзбөстүк, дем алуу ритми, денени түшүргөндө күрөктөрдүн тийиши, денени толук көтөрүшү техникаларына көңүл буруу менен “Колдор баш аркасында, чалкасынан жаткан абалда 1 мүнөт аралыгында денени көтөрүү жана түшүрүү” тапшырмасын 15 жолу аткарса	8
3	Турушу, бут жана кол абалы, топту кармашы, эки колдо топту көкүрөктөн таштоо техникаларга көңүл буруу менен баскетбол себетине белгиленген штраф тобун 8 мүмкүнчүлүктөн 5 жолу түшүрүшү	40

	Турушу, бут жана кол абалы, топту кармашы, эки колдо топту көкүрөктөн таштоо техникаларга көңүл буруу менен баскетбол себетине белгиленген штраф тобун 8 мүмкүнчүлүктөн 8 жолу түшүрүшү	30
	Турушу, бут жана кол абалы, топту кармашы, эки колдо топту көкүрөктөн таштоо техникаларга көңүл буруу менен баскетбол себетине белгиленген штраф тобун 8 мүмкүнчүлүктөн 2 жолу түшүрүшү	20
	Турушу, бут жана кол абалы, топту кармашы, эки колдо топту көкүрөктөн таштоо техникаларга көңүл буруу менен баскетбол себетине белгиленген штраф тобун 8 мүмкүнчүлүктөн 1 жолу түшүрүшү	10
жалпы:		100

№ Тапшырма	4-билет (уул балдаро)	Балл
1	Стартта туруу, чыгуу, старттан кийинки жүгүрүү, аралык бойлоп жүгүрүү, ар 10 метрде сызыкка колду тийгизүү финиш (марра) сызыгына кирүү жана кесип өтүү техникаларына көңүл буруу менен 4x10 метрге жүгүрүүнү 9,5 секундада аткарса	30
	Стартта туруу, чыгуу, старттан кийинки жүгүрүү, аралык бойлоп жүгүрүү, ар 10 метрде сызыкка колду тийгизүү финиш (марра) сызыгына кирүү жана кесип өтүү техникаларына көңүл буруу менен 4x10 метрге жүгүрүүнү 10,0 секундада аткарса	23
	Стартта туруу, чыгуу, старттан кийинки жүгүрүү, аралык бойлоп жүгүрүү, ар 10 метрде сызыкка колду тийгизүү финиш (марра) сызыгына кирүү жана кесип өтүү техникаларына көңүл буруу менен 4x10 метрге жүгүрүүнү 10,5 секундада аткарса	15

	Стартта туруу, чыгуу, старттан кийинки жүгүрүү, аралык бойлоп жүгүрүү, ар 10 метрде сызыкка колду тийгизүү финиш (марра) сызыгына кирүү жана кесип өтүү техникаларына көңүл буруу менен 4x10 метрге жүгүрүүнү 11,0 секундада аткарса	8
2	Селкинчекти кармашы, бут кыймылы, секирүү техникаларына көңүл буруу менен селкинчекте 1 мүнөт аралыгында 100 жолу секириши	30
	Селкинчекти кармашы, бут кыймылы, секирүү техникаларына көңүл буруу менен селкинчекте 1 мүнөт аралыгында 90 жолу секириши	23
	Селкинчекти кармашы, бут кыймылы, секирүү техникаларына көңүл буруу менен селкинчекте 1 мүнөт аралыгында 70 жолу секириши	15
	Селкинчекти кармашы, бут кыймылы, секирүү техникаларына көңүл буруу менен селкинчекте 1 мүнөт аралыгында 60 жолу секириши	8
3	Футбол тобуна сокку берүү техникаларына көңүл буруу менен оң жана сол бутта күч менен узакка тебүүдө оң жана сол бут натыйжалары жыйындысы 50 метр болсо	40
	Футбол тобуна сокку берүү техникаларына көңүл буруу менен оң жана сол бутта күч менен узакка тебүүдө оң жана сол бут натыйжалары жыйындысы 45 метр болсо	30
	Футбол тобуна сокку берүү техникаларына көңүл буруу менен оң жана сол бутта күч менен узакка тебүүдө оң жана сол бут натыйжалары жыйындысы 40 метр болсо	20
	Футбол тобуна сокку берүү техникаларына көңүл буруу менен оң жана сол бутка күч берүү техникаларына көңүл буруу менен оң жана сол бутка күч менен узакка тебүүдө оң жана сол бут натыйжалары жыйындысы 35 метр болсо	10

жалпы:		100

№ Тапшырма	5-билет (уул балдар)	Балл
1	Жүгүрүп келип, топту кармоо, топту ыргытуу техникаларына каратуу менен жүгүрүп келип кичик (150гр) теннис тобун узактыкка ыргытууда топ 45 метр узактыкка түшсө	30
	Жүгүрүп келип, топту кармоо, топту ыргытуу техникаларына каратуу менен жүгүрүп келип кичик (150гр) теннис тобун узактыкка ыргытууда топ 40 метр узактыкка түшсө	23
	Жүгүрүп келип, топту кармоо, топту ыргытуу техникаларына каратуу менен жүгүрүп келип кичик (150гр) теннис тобун узактыкка ыргытууда топ 33 метр узактыкка түшсө	15
	Жүгүрүп келип, топту кармоо, топту ыргытуу техникаларына каратуу менен жүгүрүп келип кичик (150гр) теннис тобун узактыкка ыргытууда топ 25 метр узактыкка түшсө	8
2	Полго таянып, баш жана денени бир тегиздикте кармап, колдорду бүгүлүү жана жазылышы техникаларына көңүл буруу менен, колдорду бүгүү жана жазууну 1 мүмкүнчүлүктө 30 жолу аткаруу	30
	Полго таянып, баш жана денени бир тегиздикте кармап, колдорду бүгүлүү жана жазылышы техникаларына көңүл буруу менен, колдорду бүгүү жана жазууну 1 мүмкүнчүлүктө 25 жолу аткаруу	23
	Полго таянып, баш жана денени бир тегиздикте кармап, колдорду бүгүлүү жана жазылышы техникаларына	15

	көңүл буруу менен, колдорду бүгүү жана жазууну 1 мүмкүнчүлүктө 20 жолу аткаруу	
	Полго таянып, баш жана денени бир тегиздикте кармап, колдорду бүгүлүү жана жазылышы техникаларына көңүл буруу менен, колдорду бүгүү жана жазууну 1 мүмкүнчүлүктө 15 жолу аткаруу	8
3	Футбол тобун «аут»тан оюнга киритүүдө аянтка караган абалда, буттарын жерден үзүлбөстөн жана сызык тышкарысында, топту атуу эки кол менен, топту баш аркасынан ыргытуу техникаларына көңүл буруу менен 1 мүмкүнчүлүктө топ 12 метр алыстыкка түшсө	40
	Футбол тобун «аут»тан оюнга киритүүдө аянтка караган абалда, буттарын жерден үзүлбөстөн жана сызык тышкарысында, топту атуу эки кол менен, топту баш аркасынан ыргытуу техникаларына көңүл буруу менен 1 мүмкүнчүлүктө топ 10 метр алыстыкка түшсө	30
	Футбол тобун «аут»тан оюнга киритүүдө аянтка караган абалда, буттарын жерден үзүлбөстөн жана сызык тышкарысында, топту атуу эки кол менен, топту баш аркасынан ыргытуу техникаларына көңүл буруу менен 1 мүмкүнчүлүктө топ 8 метр алыстыкка түшсө	20
	Футбол тобун «аут»тан оюнга киритүүдө аянтка караган абалда, буттарын жерден үзүлбөстөн жана сызык тышкарысында, топту атуу эки кол менен, топту баш аркасынан ыргытуу техникаларына көңүл буруу менен 1 мүмкүнчүлүктө топ 1 метр алыстыкка түшсө	10
жалпы:		100