

**2023-2024-NJI OKUW ÝYLYNDA  
UMUMY ORTA BILIM BERÝÄN  
MEKDEPLERIN 9-NJY SYNP  
OKUWÇYLARY ÜÇIN**

# Bedenterbiýe

**PREDMETINDEN JEMLEÝJI ATTESTATSİYASNY  
GEÇIRMEK BOYUNÇA METODIK TEKLIP WE  
MATERIALLAR**



# 2023-2024-NJI OKUW ÝYLYNDA UMUMY ORTA BILIM BERYÄN MEKDEPLERINIŇ 9-NJY SYNYP OKUWÇULARY ÜÇIN JEMLEÝJI BARLAG SYNAGYNY GEÇIRMEK BOÝUNÇA BEDENTERBIÝE PREDMETINDEN SPESIFIKASIÝASY

**Düzüjiler:** Rahmatowa Nigata Djumaýewna – Daşkent şäher Mürze Ulugbek etrap 208-nji mekdebiniň bedenterbiýe mugallymy.

**Syn ýazanlar:** Halikov Akmal Aliýewiç – Daşkent şäher Yunusabad etrap 86-nji mekdebiniň bedenterbiýe mugallymy.

9-njy synpy gutaran okuwçylar bedenterbiýe predmetinden bilim magsatnamasy boýunça standartlar esasynda belgilenen kompotensiýalara eýe bolýarlar.

Okuwçylaryň alan bilimi, başarnyk we endiklerini anyklamak üçin 2023-2024-nji okuw ýylynda 9-njy synplarda jemleýji barlag synagy amaly görnüşinde geçirilýär.

Her bir synag bileдиниň sorag we ýumuşlary Bedenterbiýe predmeti boýunça umumy bilim mekdebiniň 8-9-njy synplarynyň temalaryny öz içine alýar. Şonuň bilen bilelikde, maslahatda ulanmaga degişli ýumuşlar boýunça bahalamak ölçegleri getirilen.

Okuwçylara hödürlenlen baza soraglarynda düzülen 10 sany bilet (5 sanysy gyzlar üçin, 5 sanysy oğlanlar üçin berilýär. Biletde okuwça 3 sanydan (1 sanysy Ýeňil atletika, 1 sanysy gimnastika, 1 sanysy sport oýunlary) sorag berilýär. Bilediň 3 sanysy ulanmaga degişli bolýar. Bilet tabşyrmalaryny amaly ýerine ýetirmek wagty, bileдиň özünde görkezilen.

Okuwçylaryň amaly işleri ýerine ýetirmegi bedenterbiýe predmeti üçin 100 ballyk sistema esasynda:

0 – 29% – “kanagatlanarsyz”;

30–65% – “kanagatlanarly”;

66–85% – “ýagşy”;

86–100% – “örän gowy” baha ýaly bahalanýar. Her bir wezipe üçin belgilenen balldan ýokary bal goýulmagyna ýol goýulmaýar.

<b>Bedenterbiýe</b>	<b>Sany</b>	<b>Ulanmak</b>
<b>Ýeňil atletika</b>	<b>1</b>	<b>1</b>
<b>Gimnastika</b>	<b>1</b>	<b>1</b>
<b>Sport oýunlary</b>	<b>1</b>	<b>1</b>
	<b>3</b>	<b>3</b>

## WEZIPE BOÝUNÇA BAHALAMAK TAPGYRY

	<b>Bölümiň ady</b>	<b>Wezipe görnüşi</b>	<b>Bahalamak tapgyry</b>
	<b>Ýeňil atletika</b>	Amaly	Eger okuwçy berilen wezipäni: <b>1-ýagdaý.</b> Ýerine ýetirip bilmese- <b>8 bal;</b> <b>2-ýagdaý.</b> Nädogry ý erine ýetirse- <b>15 bal;</b> <b>3-ýagdaý.</b> Bölekleyin ýerine ýetirse – <b>23 bal</b> <b>4-ýagdaý</b> Dogry ýerine ýetirse – <b>30 bal.</b>
	<b>Gimmastika</b>	Amaly	Eger okuwçy berilen wezipäni: <b>1-ýagdaý.</b> Ýerine ýetirip bilmese- <b>8 bal;</b> <b>2-ýagdaý.</b> Nädogry ý erine ýetirse- <b>15 bal;</b> <b>3-ýagdaý.</b> Bölekleyin ýerine ýetirse – <b>23 bal</b> <b>4-ýagdaý</b> Dogry ýerine ýetirse - <b>30bal.</b>
	<b>Sport oýunlary</b>	Amaly	Eger okuwçy berilen wezipäni: <b>1-ýagdaý.</b> Ýerine ýetirip bilmese - <b>10 bal;</b> <b>2-ýagdaý.</b> Nädogry ý erine ýetirse - <b>20 bal;</b> <b>3-ýagdaý.</b> Bölekleyin ýerine ýetirse - <b>30 bal;</b> <b>4-ýagdaý</b> Dogry ýerine ýetirse – <b>40 bal.</b>

## GIMNASTIKA

**Daýanyp bökme.** Gimnastik “kazýol” dan köprijigi uzaklaşdyrmak we ýakynlaşdyrmak bilen silkinip bökme; uzynlygyna ýerleşdirilen “kazýol” üstüne daýanyp bökme (oglanlar 120 cm belentlikdäki gimnastika köprisiniň kömegi bilen 1 m aralykda) aýaklaryny uzadyp bökme.

Gyzlar 110 m belentlikdäki uzynlygyna ýerleşdirilen gimnastik “kazýol”ynyň üstünden aýaklaryny uzadyp, bökip geçmek; gapdallaýyn goýulan gimnastik “kazýol”ynyň üstünden aýaklaryny bükläp, bökip geçmek.

**Dyrmaşyp çykmak.** 5 m -li ýüpe, elleriniň kömeginde (wagtyň hasabyna) dyrmaşyp çykmak; durup-durup dyrmaşyp çykmak (belli bir belentlikde durmak üçin bellikler goýulýar);

**Tartynmak we daýanmak:** pes turnikden asylyp güýç bilen daýanyp göterilmek; göwdäni eplemek ýagdaýyndan titremege geçmek; asylyp titremekde göwdäni ýazmak bilen daýanja göterilmek; turnige daýanyp aýak we göwde bilen öňe ýarym aý şekilli hereket edip asylyp titremek; belent turnige asylan ýagdaýda elleri eplemek we ýazmak; Polda ellere daýanyp elleri eplemek we ýazmak. Gyzlar pes turnikda (belentligi 100 cm) aýaklary ýere daýanyp, ellerine asylan ýagdaýda, ellerini eplemek we ýazmak; gimnastik oturgyjynda ellere daýanyp elleri eplemek we ýazmak.

Oglanlar; brussda ellerine daýanan ýagdaýda titröp, öňe silkinmek bilen daýanja göterilmek; gimnastik burssda tirsege daýanyp duran ýagdaýda, yza silkinmek bilen daýanja göterilmek; dimnastik bursa daýanyp öňe we yza titröp, gapdala 90° öwrülüp bököp düşmek.

**Akrobatika.** *Oglanlar* üçin: her hili ilkinji ýagdaýdan öň aşyr atmak; her 40-50 cm belentlikdäki zatlaryň üstünden aşyr atyp geçmek; ylgap gelip uzaklyga aşyr atmak; synpdaşynyň kömegi bilen ellerinde ýa-da kellesinde dik durmak;

*Gyzlar üçin:* iki gezek öňe, yza aşyr atmak; kürekde durmak; dik duran ýagdaýda “köpri” emele getirmek we gapdal tarapa aýlanyp durmak; Milli tans elementlerini laýyklaşdyrmak; “Munajat”, “Rahat”, “Tanawar” we başkalar ritmik gimnastika elementleri; elleriň kömeginde assimetrik hereketler bilen her hili ölçegde dürli maşklary ýerine ýetirmek; her dürli tizlikde eller bilen (tilki ýagdaýda) maşklary ýerine ýetirende elleriniň ugrunyň hereketleriniň ýagdaýyny titretmek; 85-90 cm-li gerdiň bilen maşklary ýerine ýetirmek. Tans hereketleriniň dinamikasy we äheňe laýyk şekilde çylşyrymlaşdyrmak; halk tanslary elementlerinden ybarat maşklar

**Deňagramlylygy saklamak maşklary.** Silkinip taýajyga çykmak; taýajyga daýanyp bir aýagy ýygşyrmak bilen 90° öwrülip minip oturmak, iki aýakda we ýagdaýlary çalşyryp towusmak; ýarym eňilen ýagdaýda aýaklar bilen silkinip ýöremek, aýak ujyna göterilip öwrülme, sag (çep) aýakda “garlawaç” emele getirmek; burç emele getirmek we ellere daýanyp, aýaklary uzadyp yza silmek bilen gerrişip böküp düşmek.

## ÝEŇIL ATLETIKA

**Ylgamak.** Ýörite ylgamak maşklarynyň tehnikasyny türgenleşdirmek; peski startdan çykyp 60 metre ylgamak; 4x60 metre estafeta ylgamak; 200-300 metrden 4-5 gezek ýöremek bilen çalyşyp ylgamak; dürli aralyga bir normada 6 minut dowamynda ýeňil ylgamak.

**Mäki şekilli ylgamak.** 4 x 10 metre mäki şekilli (üznüksiz) ylgamak.

**Kross taýýarlygy.** 800, 1000 m aralyga ylgamak; ýöremek bilen çalyşyp 6 minut dowamynda ylgamak; ugry üýtgedip pes-belent ýerlerde ylgamak; 200 m aralyga kross ylgamak

**Bökmek.** Belentlik we uzynlyga bökmegiň ýörite maşklary; ylgap gelip uzynlyga “aýagy bükme” şekilinde bökmek; ylgap gelip belentlige “ätläp geçmek” şekilinde bökmek

**Oklamak.** Dürli ýagdaýlarda duran ýerinden tennis topuny oklamak; tennis topuny nyşana oklamak; tennis topuny ylgap gelip uzak aralyga oklamak.

## **SPORT OÝUNLARY** **(futbol, basketbol, woleýbol, el topy)**

**Basketbol.** Basketbol oýny elementleri esasynda her hili maşk usullaryny ýerine ýetirmek; topy bir elde alyp ýörmek we uztmak; bäsdeşinden aýlanyp geçmek; topy kelle tarapdan iki elläp uzatmak; ýeke we toparlaýy goragy meýdanda tutmak usullaryny öwrenmek; 2x1x2 we 1x2x2 taktikalary; jerime toplaryny sewede taşlamak; basketbol oýny düzgünleri esasynda iki taraplama oýun; oýunda eminlik etmegi öwretmek.

**Woleýbol.** Jübüt bolup topy, toruň üstünden, ýokardan we aşakdan bir-birine uzatmak; tordan gaýdan topy kabul etmek; topy kabul etmek we uzatmak; tehnik usullar; topy oýuna girkizmek usullary; tor arkaly hüjüm zarba usullary; päsgelçilik goýmak (ýeke we jübütlikde), goranmak usullary; hüjüm we gorag ýeke we toparlaýyn taktik hereketler; Woleýbol okuw oýuny; Düzgünler esasynda woleýbol oýuny; Woleýbol durmak ýagdaýyda hereketlenmek; Woleýbol oýnunda durmak, hereketlenmek, saklanmak, we çaltlaşdyrmak elementleriniň tehnikasy; gönüden hüjüm zarbyny bermegi türgenleşdirmek; Daýançada, hereketde, towusmakda topy yza uzatmak tehnikasyny öwrenmek we türgenleşdirmek; tora ters duran ýagdaýyda, topy garşy komandanyň meýdanyndaky nyşana düşürmek; topy depeden oýuna girkizmegi türgenleşdirmek; gönüden hüjüm zarbany bermegi türgenleşdirmek; topy aşakdan kabul etmegi türgenleşdirmek; öňe ýykylyp, bir el bilen kabul etmegi türgenleşdirmek; ýönekeýleşdirilen düzgünlere esaslanýan woleýbol oýny; Iki taraplama oýun.

**El topy.** Gandbolda ýörite tehnika maşklaryny ulanmak arkaly okuwçylarda tizlik, güýç, orientasiýa ýaly sypatlaryny ösdürmek; top bilen işlemek tehnikasy türgenleşdirmek, (tizlikde top alyşmak prosesinde topy dürli usullar bilen geçirmek, wosmýorka, öňe geçip gitmekde topy kabul etmek); gorag usullaryny türgenleşdirmek, bäsdeşlerini gorag meýdanyna ýakynlaşdyrmazlyk, aralykda tutup durmak, lineýniý

oýunçyny gözegçilik etmek, hüjüm taktikasy (4x1, 3x2, wosmýorka, stýajka ýagny garşydaş komandanyň goragyny daşlaşdyrmak, päsgelçilik goýmak) türgenleşdirmek; derwezeçiniň tehnik ýagdaýyny türgenleşdirmek; öwrenilen elementler esasynda ýaryň görnüşinde oýun.

**Futbol.** Hereketlenip gelýän toplary aýagyň penje böleginiň içki we daşky taraplary bilen duruzmak; uçup gelýän topy böküp kelle bilen urup gaýtarmagy ýerine ýetirmek; topuň hereket ugruny özgerdip ylgamak; aldaw hereketlerini ulanyp bilmek; topy bäsdeşinden tartyp almak; topy derwezä kelli bilen anyk ugrukdyrmak endik we başarnyklaryny emele getirmek; sag we çep aýak bilen uzaga depmegi gowulaşdyrmak; okuwçylaryň bäsdeşinden topy almak tehnikasy; dik duran ýagdaýda daban bilen duruzmak; tehnika we taktik usuly; futbol kadalaryna görä iki taraplama oýun; ýaryşlarda eminlik etmek.

## 9-njy synplar üçin jemleýji synag biletleri

### Gyzlar

#### 1-BILET

1. **Ýeňil atletika.** Pes startdan 60 metr aralyga ylgamak.

2. **Ölçeg:** (sekunt) 9,5 – 9,7 – 10,0 – 10,5

2. **Gimnastika.** Deňagramlylygy saklamak, maşklary gimnastik taýajykda ýerine ýetirmek (sada ýöremek, oturup aýlanmak, aýaklary silkip ýöremek, “Garlawaç” emele getirmek, aýaklary silkip ýöremek, dik ýagdaýda aýlanmak, sada ýöremek, böküp turmak)

**Ölçeg:** Dogry ýerine ýetirmek tehnikasyny bahalandyrmak.

3. **Gandbol.** Gandbol topuny tehnika üns beren ýagdaýda 30 metr aralyga alyp ýöremek.

**Ölçeg:** (sekunt) 6,8 – 6,9 – 7,0 – 7,2

#### 2-BILET

1. **Ýeňil atletika.** 1000 metr aralyga wagty hasaba alan ýagdaýda ylgamak.

**Ölçeg:** (minut) 5,00 – 5,30 – 6,00 – 6,30

2. **Gimnastika.** Belentligi 110 cm bolan “kozýol”yň üstünden aýaklary uzadyp böküp geçmek.

**Ölçeg:** Dogry ýerine ýetirmek tehnikasyny bahalandyrmak.

3. **Woleýbol.** Woleýbol topuny oýuna girkizmek. Topy 5 pursatda garşy komandanyň meýdanynyň sag we çep zonasyna düşürmek.

**Ölçeg:** (merte) 3 – 2 – 1 – 0



### 3-BILET

**1. Ýeňil atletika.** Ýöremek bilen çalyşyp 6 minut dowamynda ylgamak.

**Ölçeg:** (metr) 1200 – 1000 – 800 — 600

**2. Gimnastika.** Gimnastik elementlerden düzülen akrobatika kombinatsiýasy:  
Iki gezek öňe we bir gezek yza aşyr atmak, küreklerde durmak, “köpri” emele getirmek.

**Ölçeg:** Dogry ýerine ýetirmek tehnikasyny bahalandyrmak.

**3. Basketbol.** Basketbol sewedine belgilenen jerime topuny 8 pursatdan taşlamak.

**Ölçeg:** (merte) 4 – 3 – 2 – 1

### 4-BILET

**1. Ýeňil atletika.** 4 x 10 metre mäki şekilli (üznüksiz) ylgamak.

**Ölçeg.** (sekunt) 10,3 – 10,8 – 11,3 – 11,8

**2. Gimnastika.** Ýüpde 1 minut dowamynda towusmak.

**Ölçeg:** (merte) 120 – 100 — 90 – 80

**3. Woleýbol.** Woleýbol topuny iki elde kelle ütüde öz-özüne geçirmek.

**Ölçeg:** (merte) 20 – 15 – 10 – 5



## 5-BILET

**1. Ýeňil atletika.** Ylgap gelip kiçijik tennis topuny (150gr) uzak aralyga zyňmak.

**Ölçeg:** (metr) 28 – 23 – 18 – 13

**2. Gimnastika.** Gimnastika kürsüsine daýanyp, eller бүкlemek we ýazmak (ýerine ýetirmek tehnikasyna üns bermek).

**Ölçeg:** (merte) 13 – 10 – 7 – 5

**3. Futbol.** Futbol topuny “aut”dan oýuna girkizmek (ýerine ýetirmek tehnikasyna üns bermek).

**Ölçeg:** (metr) 8 – 7 – 5 — 3

## OGLANLAR

### 1-BILET

**1. Ýeňil atletika.** Pes startdan 60 metr aralyga ylgamak.

**Ölçeg:** (sekunt) 8,8 – 9,5 – 10,0 – 10,3

**2. Gimnastika.** Belent turnikden dartylmak (ýerine ýetirmek tehnikasyna üns bermek).

**Ölçeg:** (merte) 10 – 8 – 6 – 4

**3. Gandbol.** El topuny, tehnika üns beren ýagdaýda 30 metr aralyga topy urup ylgamak.

**Ölçeg:** (sekunt) 6,6 – 6,7 – 6,8 – 7,0

### 2-BILET

**1. Ýeňil atletika.** 2000 metr aralyga wagty hasaba alan ýagdaýda ylgamak.

**Ölçeg:** (minut) ) 9,30 – 10,00 – 11,00 – 12,00

**2. Gimnastika.** Gimnastika köprisi bilen 1 metr aralykda uzynlygyna ýerleşdirilen, belentligi 120 cm bolan gimnastik “kozýol” ustine daýanyp aýaklary uzdyp towusmak.

**Ölçeg:** Dogry ýerine ýetirmek tehnikasyny bahalandyrmak.

**3. Woleýbol.** Woleýbol topuny oýuna girkizmek. Topy 5 pursatda garşy komandanyň meýdanynyň sag we çep zonasyna düşürmek.

**Ölçeg:** (merte) 4 – 3 – 2 – 1

### 3-BILET

**1. Ýeňil atletika.** 1000 metr aralyga wagty hasaba alan ýagdaýda ylgamak.

**Ölçeg:** (minut) ) 3,40 — 4,00 – 4,30 – 4,50

**2. Gimnastika.** Eller kelle arkasynda, gapdallaýyn ýatan ýagdaýda 1 minut dowamynda göwdän götermek we düşürmek (ýerine ýetirmek tehnikasyna üns bermek).

**Ölçeg:** (merte) 30 – 25 – 20 – 15

**3. Basketbol.** Basketbol sewedine belgilenen jerime topuny 8 pursatdan taşlamak.

**Ölçeg:** (merte) 5 – 4 – 2 – 1

## 4-BILET

**1. Ýeňil atletika.** 4 x 10 metre mäki şekilli (üznüksiz) ylgamak.

**Ölçeg.** (sekunt) 9,5 – 10,0 – 10,5 – 11,0

**2. Gimnastika.** Ýüpde 1 minut dowamynda towusmak.

**Ölçeg:** (merte) 100 – 90 – 70 – 50

**3. Futbol.** Futbol topuny sag we çep aýakda zarba bilen uzaga depmek (sag we çep aýak netijeleriniň jemi bahalanýar).

**Ölçeg:** (metr) 50 – 45 – 40 – 35

## 5-BILET

**1. Ýeňil atletika.** Ylgap gelip kiçijik tennis topuny (150gr) uzak aralyga zyňmak.

**Ölçeg:** (metr) 45 – 40 – 33 – 25

**2. Gimnastika.** Pola söýenen ýagdaýda, elleri büküp-ýzamak (ýerine ýetirmek tehnikasyna üns bermek)

**Ölçeg:** (merte) 30 – 25 – 20 – 15

**3. Futbol:** Futbol topuny “aut”dan oýuna girkizmek (ýerine ýetirmek tehnikasyna üns bermek)

**Ölçeg:** (metr) 12 – 10 – 8 – 5

## SYNAG MATERIALLARY

№	Bölämler	Wezipeler	Bal	Wariant
1	Yeňil atletika	Pes startdan 60 metr aralyga ylgamak	30	1(G)
2	Gimnasika	Deňagramlylygy saklamak, maşklary gimnastik taýajykda ýerune ýetirmek	30	
3	Sport oýunlary	Gandbol topuny tehnika üns beren ýagdaýda 30 metr aralyga alyp ýöremek	40	
4	Yeňil atletika	1000 metr aralyga wagty hasaba alan ýagdaýda ylgamak	30	2(G)
5	Gimnasika	Belentligi 110 cm bolan “kozýol”yň üstünden aýaklary uzadyp böküp geçmek	30	
6	Sport oýunlary	Woleýbol topuny oýuna girkizmek. Topy 5 pursatda garşy komandanyň meýdanynyň sag we çep zonasyna düşürmek	40	
7	Yeňil atletika	Ýöremek bilen çalyşyp 6 minut dowamynda ylgamak	30	3(G)
8	Gimnasika	Gimnastik elementlerden düzülen akrobatika kombinatsiýasy: Iki gezek öňe we bir gezek yza aşyr atmak, küreklerde durmak, “köpri” emele getirmek	30	
9	Sport oýunlary	Basketbol sewedine belgilenen jerime topuny 8 pursatdan taşlamak	40	
10	Yeňil atletika	4 x 10 metre mäki şekilli (üznüksiz) ylgamak	30	4(G)
11	Gimnasika	Ýüpde 1 minut dowamynda towusmak	30	

12	Sport oýunlary	Woleýbol topuny iki elde kelle ütüde öz-özüne geçirmek	40	
13	Yeňil atletika	Ylgap gelip kiçijik tennis topuny (150gr) uzak aralyga zyňmak	30	5(G)
14	Gimnasika	Gimnastika kürsüsine daýanyp, eller büklemek we ýazmak	30	
15	Sport oýunlary	Futbol topuny “aut” dan oýuna girkizmek	40	
16	Yeňil atletika	Pes startdan 60 metr aralyga ylgamak	30	1(O)
17	Gimnasika	Belent turnikden dartylmak	30	
18	Sport oýunlary	El topuny, tehnika üns beren ýagdaýda 30 metr aralyga topy urup ylgamak	40	
19	Yeňil atletika	2000 metr aralyga wagty hasaba alan ýagdaýda ylgamak	30	2(O)
20	Gimnasika	Gimnastika köprisi bilen 1 metr aralykda uzynlygyna ýerleşdirilen, belentligi 120 cm bolan gimnastik “kozýol” ustine daýanyp aýaklary uzdyp towusmak	30	
21	Sport oýunlary	Woleýbol topuny oýuna girkizmek. Topy 5 pursatda garşy komandanyň meýdanynyň sag we çep zonasyna düşürmek	40	
22	Yeňil atletika	1000 metr aralyga wagty hasaba alan ýagdaýda ylgamak	30	3(O)
23	Gimnasika	Eller kelle arkasynda, gapdallaýyn ýatan ýagdaýda 1 minut dowamynda göwdän göstermek we düşürmek	30	
24	Sport oýunlary	Basketbol sewedine belgilenen jerime topuny 8 pursatdan taşlamak	40	

25	Yeňil atletika	4 x 10 metre mäki şekilli (üznüksiz) ylgamak	30	4(O)
26	Gimnasika	Ýüpde 1 minut dowamynda towusmak	30	
27	Sport oýunlary	Futbol topuny sag we çep aýakda zarba bilen uaga depmek	40	
28	Yeňil atletika	Ylgap gelip kiçijik tenis topuny (150gr) uzak aralyga zyňmak	30	5(O)
29	Gimnasika	Pola söýenen ýagdaýda, elleri büküp-uzatmak	30	
30	Sport oýunlary	Futbol topuny “aut” dan oýuna girkizmek	40	

### 9-njy synp jemleýji synag boýunça bahalamak tapgyry

<b>№</b> <b>Wezipe</b>	<b>1-bilet (gyzlar)</b>	<b>Bal</b>
1	Pes startdan 60 metr aralyga ylgamakda pes startda durmak, çykmak, startdan soňky ylgamak, aralyk ýakalap ylgamak, finiş çyzygyna girmek we kesip gelmek tehnikasyna üns beren ýagdaýda wezipäni 9,5 sekuntda ýerine ýetirse	<b>30</b>
	Pes startdan 60 metr aralyga ylgamakda pes startda durmak, çykmak, startdan soňky ylgamak, aralyk ýakalap ylgamak, finiş çyzygyna girmek we kesip gelmek tehnikasyna üns beren ýagdaýda wezipäni 9,7 sekuntda ýerine ýetirse	<b>23</b>
	Pes startdan 60 metr aralyga ylgamakda pes startda durmak, çykmak, startdan soňky ylgamak, aralyk ýakalap ylgamak, finiş çyzygyna girmek we kesip gelmek tehnikasyna üns beren ýagdaýda wezipäni 10,0 sekuntda ýerine ýetirse	<b>15</b>
	Pes startdan 60 metr aralyga ylgamakda pes startda	<b>8</b>

	durmak, çykmak, startdan soňky ylgamak, aralyk ýakalap ylgamak, finiş çyzygyna girmek we kesip gelmek tehnikasyna üns beren ýagdaýda wezipäni 10,5 sekuntda ýerine ýetirse	
2	Deňagramlylygy saklamak maşklaryny, gimnastik taýajygynda ýönekeý ýöremek, oturup tovlanmak, aýaklary silkip ýöremek, “Garlawaç” emel getirmek, dik ýagdaýda tovlanmak, ýönekeý ýöremek, böküp turmak tehnikasyna üns beren ýagdaýda dogry ýerine ýetirse	<b>30</b>
	Deňagramlylygy saklamak maşklaryny, gimnastik taýajygynda ýönekeý ýöremek, oturup tovlanmak, aýaklary silkip ýöremek, “Garlawaç” emel getirmek, dik ýagdaýda tovlanmak, ýönekeý ýöremek, böküp turmak tehnikasyna üns beren ýagdaýda belli bir derejede dogry ýerine ýetirse	<b>23</b>
	Deňagramlylygy saklamak maşklaryny, gimnastik taýajygynda ýönekeý ýöremek, oturup tovlanmak, aýaklary silkip ýöremek, “Garlawaç” emel getirmek, dik ýagdaýda tovlanmak, ýönekeý ýöremek, böküp turmak tehnikasyna üns beren ýagdaýda nädogry ýerine ýetirse	<b>15</b>
	Deňagramlylygy saklamak maşklaryny, gimnastik taýajygynda ýönekeý ýöremek, oturup tovlanmak, aýaklary silkip ýöremek, “Garlawaç” emel getirmek, dik ýagdaýda tovlanmak, ýönekeý ýöremek, böküp turmak tehnikasyna üns beren ýagdaýda dogry ýerine ýetirip bilmese	<b>8</b>
3	Startda durmak, çykmak, startdan soň topy ýere urup ylgamak, aralyk ýakalap topy ýere urup ylgamak, finiş çyzygyna girmek we kesip gelmek tehnikasyna üns beren ýagdaýda Gandbol topuny 30 metr aralyga alyp algamagy 6,8 sekuntda ýerine ýetirmek	<b>40</b>
	Startda durmak, çykmak, startdan soň topy ýere urup ylgamak, aralyk ýakalap topy ýere urup ylgamak, finiş çyzygyna girmek we kesip gelmek tehnikasyna üns beren ýagdaýda Gandbol topuny 30 metr aralyga alyp algamagy 6,9 sekuntda ýerine ýetirmek	<b>30</b>



	Startda durmak, çykmak, startdan soň topy ýere urup ylgamak, aralyk ýakalap topy ýere urup ylgamak, finiş çyzygyna girmek we kesip gelmek tehnikasyna üns beren ýagdaýda Gandbol topuny 30 metr aralyga alyp algamagy 7,0 sekuntda ýerine ýetirmek	<b>20</b>
	Startda durmak, çykmak, startdan soň topy ýere urup ylgamak, aralyk ýakalap topy ýere urup ylgamak, finiş çyzygyna girmek we kesip gelmek tehnikasyna üns beren ýagdaýda Gandbol topuny 30 metr aralyga alyp algamagy 7,2 sekuntda ýerine ýetirmek	<b>10</b>
<b>JEMI:</b>		<b>100</b>

<b>№</b> <b>Wezipe</b>	<b>2-bilet (gyzlara)</b>	<b>Bal</b>
<b>1</b>	1000 metr aralyga wagty hasaba alan ýagdaýda ylgamaga startda durmak, çykmak, startdan soňky ylgamak, aralyk ýakalap ylgamak, finiş çyzygyna girmek we kesip gelmek tehnikasy esasynda wezipäni 5,00 minutda ýerine ýetirse	<b>30</b>
	1000 metr aralyga wagty hasaba alan ýagdaýda ylgamaga startda durmak, çykmak, startdan soňky ylgamak, aralyk ýakalap ylgamak, finiş çyzygyna girmek we kesip gelmek tehnikasy esasynda wezipäni 5,30 minutda ýerine ýetirse	<b>23</b>
	1000 metr aralyga wagty hasaba alan ýagdaýda ylgamaga startda durmak, çykmak, startdan soňky ylgamak, aralyk ýakalap ylgamak, finiş çyzygyna girmek we kesip gelmek tehnikasy esasynda wezipäni 6,00 minutda ýerine ýetirse	<b>15</b>
	1000 metr aralyga wagty hasaba alan ýagdaýda ylgamaga startda durmak, çykmak, startdan soňky ylgamak, aralyk ýakalap ylgamak, finiş çyzygyna girmek we kesip gelmek tehnikasy esasynda wezipäni 6,30 minutda ýerine ýetirse	<b>8</b>
<b>2</b>	Belentligi 110 cm bolan gimnastika “kozýol”ynyň üstünden towusanda ylgap gelmek, silkinmek, daýanyp towusmak we uçmak, gonmak, deňagramlygy saklamak tehnikalaryna üns beren ýagdaýda aýaklary ýaýyp towusmagy dogry ýerine ýetirse	<b>30</b>
	Belentligi 110 cm bolan gimnastika “kozýol”ynyň üstünden	<b>23</b>

	towusanda ylgap gelmek, silkinmek, daýanyp towusmak we uçmak, gonmak, deňagramlygy saklamak tehnikalaryna üns beren ýagdaýda aýaklary ýaýyp towusmagy belli bir derejede dogry ýerine ýetirse	
	Belentligi 110 cm bolan gimnastika “kozýol”ynyň üstünden towusanda ylgap gelmek, silkinmek, daýanyp towusmak we uçmak, gonmak, deňagramlygy saklamak tehnikalaryna üns beren ýagdaýda aýaklary ýaýyp towusmagy nädogry ýerine ýetirse	<b>15</b>
	Belentligi 110 cm bolan gimnastika “kozýol”ynyň üstünden towusanda ylgap gelmek, silkinmek, daýanyp towusmak we uçmak, gonmak, deňagramlygy saklamak tehnikalaryna üns beren ýagdaýda aýaklary ýaýyp towusmagy ýerine ýetirip bilmese	<b>8</b>
<b>3</b>	Woleýbol topuny oýuna girkizmek. Durmak, çyzygy basmazlyk, bedenterbiýe mugallymyň signalyna üns bermek, topa zarba bermek, belgilenen zona top düşürip bilmek tehnikalaryna üns beren ýagdaýda topy 5 pursatdan jemi 3 gezek garşy komanda meýdanynyň sag we çep zonasyna düşürmegi	<b>40</b>
	Woleýbol topuny oýuna girkizmek. Durmak, çyzygy basmazlyk, bedenterbiýe mugallymyň signalyna üns bermek, topa zarba bermek, belgilenen zona top düşürip bilmek tehnikalaryna üns beren ýagdaýda topy 5 pursatdan jemi 3 gezek garşy komanda meýdanynyň sag we çep zonasyna düşürmegi	<b>30</b>
	Woleýbol topuny oýuna girkizmek. Durmak, çyzygy basmazlyk, bedenterbiýe mugallymyň signalyna üns bermek, topa zarba bermek, belgilenen zona top düşürip bilmek tehnikalaryna üns beren ýagdaýda topy 5 pursatdan jemi 1 gezek garşy komanda meýdanynyň sag we çep zonasyna düşürmegi	<b>20</b>
	Woleýbol topuny oýuna girkizmek. Durmak, çyzygy basmazlyk, bedenterbiýe mugallymyň signalyna üns bermek, topa zarba bermek, belgilenen zona top düşürip bilmek tehnikalaryna üns beren ýagdaýda topy 5 pursatdan jemi 0 gezek garşy komanda meýdanynyň sag we çep	<b>10</b>

	zonasyna düşürmegi	
<b>JEMI:</b>		<b>100</b>

<b>№ Wezipe</b>	<b>3-bilet (gyzlar)</b>	<b>Bal</b>
<b>1</b>	Startda durmak, çykmak, startdan soňky ylgamak, ararlyk boýunça ylgamak, finiş çyzygyna girmek we kesip gelmek tehnikalaryna üns beren ýagdaýda 6 minut dowamynda ýöremek bilen çalyşyp ylgamak wezipesini ýerine ýetirende 1200 metr aralygy basyp geçse	<b>30</b>
	Startda durmak, çykmak, startdan soňky ylgamak, ararlyk boýunça ylgamak, finiş çyzygyna girmek we kesip gelmek tehnikalaryna üns beren ýagdaýda 6 minut dowamynda ýöremek bilen çalyşyp ylgamak wezipesini ýerine ýetirende 1000 metr aralygy basyp geçse	<b>23</b>
	Startda durmak, çykmak, startdan soňky ylgamak, ararlyk boýunça ylgamak, finiş çyzygyna girmek we kesip gelmek tehnikalaryna üns beren ýagdaýda 6 minut dowamynda ýöremek bilen çalyşyp ylgamak wezipesini ýerine ýetirende 800 metr aralygy basyp geçse	<b>15</b>
	Startda durmak, çykmak, startdan soňky ylgamak, ararlyk boýunça ylgamak, finiş çyzygyna girmek we kesip gelmek tehnikalaryna üns beren ýagdaýda 6 minut dowamynda ýöremek bilen çalyşyp ylgamak wezipesini ýerine ýetirende 600 metr aralygy basyp geçse	<b>8</b>
<b>2</b>	Gimnastik elementlerden düzülen akrobatika kombinatsiýasyny iki gezek öňe we biz gezek yza aşyr atmak, küreklerde durmak, “köpri” emele getirmek tehnikalaryna üns beren ýagdaýda dogry ýerine ýetirmegi	<b>30</b>
	Gimnastik elementlerden düzülen akrobatika kombinatsiýasyny iki gezek öňe we biz gezek yza aşyr atmak, küreklerde durmak, “köpri” emele getirmek tehnikalaryna üns beren ýagdaýda belli bir derejede dogry ýerine ýetirmegi	<b>23</b>

	Gimnastik elementlerden düzülen akrobatika kombinatsiýasyny iki gezek öňe we biz gezek yza aşyr atmak, küreklerdedurmak, “köpri” emele getirmek tehnikalaryna üns beren ýagdaýda nädogry ýerine ýetirmegi	<b>15</b>
	Gimnastik elementlerden düzülen akrobatika kombinatsiýasyny iki gezek öňe we biz gezek yza aşyr atmak, küreklerdedurmak, “köpri” emele getirmek tehnikalaryna üns beren ýagdaýda dogry ýerine ýetirip bilmese	<b>8</b>
<b>3</b>	Duruşy, aýak we el ýagdaýy, topy tutuşy, iki elde topy kükrekden taşlamak tehnikalaryna üns beren ýagdaýda basketbol sewedine belgilenen jerime topuny 8 pursatdan 4 gezek düşürmegi	<b>40</b>
	Duruşy, aýak we el ýagdaýy, topy tutuşy, iki elde topy kükrekden taşlamak tehnikalaryna üns beren ýagdaýda basketbol sewedine belgilenen jerime topuny 8 pursatdan 3 gezek düşürmegi	<b>30</b>
	Duruşy, aýak we el ýagdaýy, topy tutuşy, iki elde topy kükrekden taşlamak tehnikalaryna üns beren ýagdaýda basketbol sewedine belgilenen jerime topuny 8 pursatdan 2 gezek düşürmegi	<b>20</b>
	Duruşy, aýak we el ýagdaýy, topy tutuşy, iki elde topy kükrekden taşlamak tehnikalaryna üns beren ýagdaýda basketbol sewedine belgilenen jerime topuny 8 pursatdan 1 gezek düşürmegi	<b>10</b>
<b>JEMI:</b>		<b>100</b>

<b>№</b> <b>Wezipe</b>	<b>4-bilet (gyzlar)</b>	<b>Bal</b>
<b>1</b>	Startda durmak, çykmak, startdan soňky ylgamak, aralyk boýunça ylgamak, her 10 metrde çyzyga elini degirmek finiş çyzygyna girmek we kesip ötmek tehnikalaryna üns beren ýagdaýda 4 x 10 maksimal ylgamagy 10,3 sekuntda	<b>30</b>

	ýerine ýetirse	
	Startda durmak, çykmak, startdan soňky ylgamak, aralyk boýunça ylgamak, her 10 metrde çyzyga elini degirmek finiş çyzygyna girmek we kesip ötmek tehnikalaryna üns beren ýagdaýda 4 x 10 maksimal ylgamagy 10,8 sekuntda ýerine ýetirse	<b>23</b>
	Startda durmak, çykmak, startdan soňky ylgamak, aralyk boýunça ylgamak, her 10 metrde çyzyga elini degirmek finiş çyzygyna girmek we kesip ötmek tehnikalaryna üns beren ýagdaýda 4 x 10 maksimal ylgamagy 11,3 sekuntda ýerine ýetirse	<b>15</b>
	Startda durmak, çykmak, startdan soňky ylgamak, aralyk boýunça ylgamak, her 10 metrde çyzyga elini degirmek finiş çyzygyna girmek we kesip ötmek tehnikalaryna üns beren ýagdaýda 4 x 10 maksimal ylgamagy 11,8 sekuntda ýerine ýetirse	<b>8</b>
<b>2</b>	Ýüpi tutmagy, aýak hereketi, bökmek tehnikalaryna üns beren ýagdaýda ýüpde 1 minut dowamynda 120 gezek bökmek	<b>30</b>
	Ýüpi tutmagy, aýak hereketi, bökmek tehnikalaryna üns beren ýagdaýda ýüpde 1 minut dowamynda 100 gezek bökmek	<b>23</b>
	Ýüpi tutmagy, aýak hereketi, bökmek tehnikalaryna üns beren ýagdaýda ýüpde 1 minut dowamynda 90 gezek bökmek	<b>15</b>
	Ýüpi tutmagy, aýak hereketi, bökmek tehnikalaryna üns beren ýagdaýda ýüpde 1 minut dowamynda 80 gezek bökmek	<b>8</b>
<b>3</b>	Woleýbol topuny iki elde kelle üstünden öz-özüne geçirmek, el ýagdaýy, topy geçirmek, topy götermek	<b>40</b>

	belentliginiň tehnikalaryna üns beren ýagdaýda 1 pursatda 20 gezek ýerine ýetirmegi	
	Woleýbol topuny iki elde kelle üstünden öz-özüne geçirmek, el ýagdaýy, topy geçirmek, topy götermek belentliginiň tehnikalaryna üns beren ýagdaýda 1 pursatda 15 gezek ýerine ýetirmegi	<b>30</b>
	Woleýbol topuny iki elde kelle üstünden öz-özüne geçirmek, el ýagdaýy, topy geçirmek, topy götermek belentliginiň tehnikalaryna üns beren ýagdaýda 1 pursatda 10 gezek ýerine ýetirmegi	<b>20</b>
	Woleýbol topuny iki elde kelle üstünden öz-özüne geçirmek, el ýagdaýy, topy geçirmek, topy götermek belentliginiň tehnikalaryna üns beren ýagdaýda 1 pursatda 5 gezek ýerine ýetirmegi	<b>10</b>
<b>JEMI:</b>		<b>100</b>

<b>№</b> <b>Wezipe</b>	<b>5-bilet (gyzlar)</b>	<b>Bal</b>
<b>1</b>	Ylgap gelemek, topy tutmak, topy zyňmak tehnikalaryna üns beren ýagdaýda ylgap gelip kiçi (150 gr) tennis topuny uzak aralyga zyňanynda top 28 metr uzak aralyga düşse	<b>30</b>
	Ylgap gelemek, topy tutmak, topy zyňmak tehnikalaryna üns beren ýagdaýda ylgap gelip kiçi (150 gr) tennis topuny uzak aralyga zyňanynda top 23 metr uzak aralyga düşse	<b>23</b>
	Ylgap gelemek, topy tutmak, topy zyňmak tehnikalaryna üns beren ýagdaýda ylgap gelip kiçi (150 gr) tennis topuny uzak aralyga zyňanynda top 18 metr uzak aralyga düşse	<b>15</b>
	Ylgap gelemek, topy tutmak, topy zyňmak tehnikalaryna üns beren ýagdaýda ylgap gelip kiçi (150 gr) tennis topuny uzak aralyga zyňanynda top 13 metr uzak aralyga düşse	<b>8</b>
<b>2</b>	Gimnastik oturgyjyna daýanyp, kelle we göwdäni bir tekizlikde saklap, elleri eplemek we ýazmak tehnikalaryna	<b>30</b>

	üns beren ýagdaýda, elleri eplemek we ýazmagy 1 pursatda 13 gezek ýerine ýetirmek	
	Gimnastik oturgyjyna daýanyp, kelle we göwdäni bir tekizlikde saklap, elleri eplemek we ýazmak tehnikalaryna üns beren ýagdaýda, elleri eplemek we ýazmagy 1 pursatda 10 gezek ýerine ýetirmek	<b>23</b>
	Gimnastik oturgyjyna daýanyp, kelle we göwdäni bir tekizlikde saklap, elleri eplemek we ýazmak tehnikalaryna üns beren ýagdaýda, elleri eplemek we ýazmagy 1 pursatda 7 gezek ýerine ýetirmek	<b>15</b>
	Gimnastik oturgyjyna daýanyp, kelle we göwdäni bir tekizlikde saklap, elleri eplemek we ýazmak tehnikalaryna üns beren ýagdaýda, elleri eplemek we ýazmagy 1 pursatda 5 gezek ýerine ýetirmek	<b>8</b>
<b>3</b>	Futbol topuny “aut” dan oýuna girkizende meýdana garan ýagdaýda, aýaklary ýerden aýyrmany we çzyk daşynda, topy zyňmak iki el bilen, kelle arkasyndan zyňmak tehnikalaryna üns beren ýagdaýada 1 pursatda 8 metr uzaklyga düşse	<b>40</b>
	Futbol topuny “aut” dan oýuna girkizende meýdana garan ýagdaýda, aýaklary ýerden aýyrmany we çzyk daşynda, topy zyňmak iki el bilen, kelle arkasyndan zyňmak tehnikalaryna üns beren ýagdaýada 1 pursatda 7 metr uzaklyga düşse	<b>30</b>
	Futbol topuny “aut” dan oýuna girkizende meýdana garan ýagdaýda, aýaklary ýerden aýyrmany we çzyk daşynda, topy zyňmak iki el bilen, kelle arkasyndan zyňmak tehnikalaryna üns beren ýagdaýada 1 pursatda 5 metr uzaklyga düşse	<b>20</b>
	Futbol topuny “aut” dan oýuna girkizende meýdana garan ýagdaýda, aýaklary ýerden aýyrmany we çzyk daşynda, topy zyňmak iki el bilen, kelle arkasyndan zyňmak tehnikalaryna üns beren ýagdaýada 1 pursatda 3 metr uzaklyga düşse	<b>10</b>



<b>№ Wezipe</b>	<b>1-bilet (oglanlar)</b>	<b>Bal</b>
1	Pes startdan 60 metr aralyga ylgamakda pes startda durmak, çykmak, startdan soňky ylgamak, aralykda ylgamak, finiş çyzygyna girmek we kesip gelmek tehnikalaryna üns beren ýagdaýda wezipäni 8,8 sekuntda ýerine ýetirse	<b>30</b>
	Pes startdan 60 metr aralyga ylgamakda pes startda durmak, çykmak, startdan soňky ylgamak, aralykda ylgamak, finiş çyzygyna girmek we kesip gelmek tehnikalaryna üns beren ýagdaýda wezipäni 9,5 sekuntda ýerine ýetirse	<b>23</b>
	Pes startdan 60 metr aralyga ylgamakda pes startda durmak, çykmak, startdan soňky ylgamak, aralykda ylgamak, finiş çyzygyna girmek we kesip gelmek tehnikalaryna üns beren ýagdaýda wezipäni 10,0 sekuntda ýerine ýetirse	<b>15</b>
	Pes startdan 60 metr aralyga ylgamakda pes startda durmak, çykmak, startdan soňky ylgamak, aralykda ylgamak, finiş çyzygyna girmek we kesip gelmek tehnikalaryna üns beren ýagdaýda wezipäni 10,3 sekuntda ýerine ýetirse	<b>8</b>
2	Belent turnikda dartylanda gerek giňlik we tutmak usulyny saýlamak, turnige asylmak, dartylanda dem çykarmak we düşende dem almak hereketini doly amplitudada ýerine ýetirmek, pes nokatda elleri doly boşatmak we 1 sekunt pauza etmek tehnikasyna üns beren ýagdaýda 10 gezek ýerine ýetirse	<b>30</b>
	Belent turnikda dartylandakda gerek giňlik we tutmak usulyny saýlamak, turnige asylmak, dartylanda dem çykarmak we düşende dem almak hereketini doly amplitudada ýerine ýetirmek, pes nokatda elleri doly boşatmak we 1 sekunt pauza etmek tehnikasyna üns beren ýagdaýda 8 gezek ýerine ýetirse	<b>23</b>

	Belent turnikda dartylanda gerek giňlik we tutmak usulyny saýlamak, turnige asylmak, dartylanda dem çykarmak we düşende dem almak hereketini doly amplitudada ýerine ýetirmek, pes nokatda elleri doly boşatmak we 1 sekunt pauza etmek tehnikasyna üns beren ýagdaýda 6 gezek ýerine ýetirse	<b>15</b>
	Belent turnikda dartylanda gerek giňlik we tutmak usulyny saýlamak, turnige asylmak, dartylanda dem çykarmak we düşende dem almak hereketini doly amplitudada ýerine ýetirmek, pes nokatda elleri doly boşatmak we 1 sekunt pauza etmek tehnikasyna üns beren ýagdaýda 4 gezek ýerine ýetirse	<b>8</b>
	<b>JEMI:</b>	
<b>3</b>	Startda durmak, çykmak, startdan soň topy ýere urup ylgamak, aralykda topy ýere urup ylgamak, finiş çyzygyna girmek we kesip gelmek tehnikalaryna üns beren ýagdaýda Gandbol topuny 30 metr aralyga alyp ylgamak 6,6 sekuntda ýerine ýetirse	<b>40</b>
	Startda durmak, çykmak, startdan soň topy ýere urup ylgamak, aralykda topy ýere urup ylgamak, finiş çyzygyna girmek we kesip gelmek tehnikalaryna üns beren ýagdaýda Gandbol topuny 30 metr aralyga alyp ylgamak 6,7 sekuntda ýerine ýetirse	<b>30</b>
	Startda durmak, çykmak, startdan soň topy ýere urup ylgamak, aralykda topy ýere urup ylgamak, finiş çyzygyna girmek we kesip gelmek tehnikalaryna üns beren ýagdaýda Gandbol topuny 30 metr aralyga alyp ylgamak 6,8 sekuntda ýerine ýetirse	<b>20</b>
	Startda durmak, çykmak, startdan soň topy ýere urup ylgamak, aralykda topy ýere urup ylgamak, finiş çyzygyna girmek we kesip gelmek tehnikalaryna üns beren ýagdaýda Gandbol topuny 30 metr aralyga alyp ylgamak 7,0 sekuntda ýerine ýetirse	<b>10</b>
	<b>JEMI:</b>	<b>100</b>

<b>№</b> <b>Wezipe</b>	<b>2-bilet (oglanlar)</b>	<b>Bal</b>
---------------------------	---------------------------	------------

1	2000 metr aralyga wagty hasaba alan ýagdaýda ylgamaga startda durmak, çykmak, startdan soňky ylgamak, aralyk boýunça ylgamak, finiň çyzygyna girmek we kesip gelmek tehnikasy esasynda tabşyrmany 9,30 minutda ýerine ýetirse	<b>30</b>
	2000 metr aralyga wagty hasaba alan ýagdaýda ylgamaga startda durmak, çykmak, startdan soňky ylgamak, aralyk boýunça ylgamak, finiň çyzygyna girmek we kesip gelmek tehnikasy esasynda tabşyrmany 10,00 minutda ýerine ýetirse	<b>23</b>
	2000 metr aralyga wagty hasaba alan ýagdaýda ylgamaga startda durmak, çykmak, startdan soňky ylgamak, aralyk boýunça ylgamak, finiň çyzygyna girmek we kesip gelmek tehnikasy esasynda tabşyrmany 11,00 minutda ýerine ýetirse	<b>15</b>
	2000 metr aralyga wagty hasaba alan ýagdaýda ylgamaga startda durmak, çykmak, startdan soňky ylgamak, aralyk boýunça ylgamak, finiň çyzygyna girmek we kesip gelmek tehnikasy esasynda tabşyrmany 12,00 minutda ýerine ýetirse	<b>8</b>
2	Gimnastika köprüsi bilen 1 metr aralykda uzynlygyna ýerleşdirilen, belentligi 120 cm bolan gimnastika “kazýol”yň üstünden bökmeke ylgap gelmek, silkinmek, daýanyň bökmeke we uçmak, gonmak, deňagramlygy saklamak tehnikalaryna üns beren ýagdaýda aýaklaryny uzadyp böküp geçmegi dogry ýerine ýetirmegi	<b>30</b>
	Gimnastika köprüsi bilen 1 metr aralykda uzynlygyna ýerleşdirilen, belentligi 120 cm bolan gimnastika “kazýol”yň üstünden bökmeke ylgap gelmek, silkinmek, daýanyň bökmeke we uçmak, gonmak, deňagramlygy saklamak tehnikalaryna üns beren ýagdaýda aýaklaryny uzadyp böküp geçmegi belli bir derejede dogry ýerine ýetirmegi	<b>23</b>
	Gimnastika köprüsi bilen 1 metr aralykda uzynlygyna ýerleşdirilen, belentligi 120 cm bolan gimnastika “kazýol”yň üstünden bökmeke ylgap gelmek, silkinmek, daýanyň bökmeke we uçmak, gonmak, deňagramlygy saklamak tehnikalaryna üns beren ýagdaýda aýaklaryny	<b>15</b>

	uzadyp böküp geçmegi nädogry ýerine ýetirmegi	
	Gimnastika köprüsi bilen 1 metr aralykda uzynlygyna ýerleşdirilen, belentligi 120 cm bolan gimnastika “kazýol”yň üstünden bökmeke ylgap gelmek, silkinmek, daýanyp bökmeke we uçmak, gonmak, deňagramlygy saklamak tehnikalaryna üns beren ýagdaýda aýaklaryny uzadyp böküp geçmegi ýerine ýetirip bilmezligi	<b>8</b>
<b>3</b>	Waleýbol topuny oýuna girkizmek. Duruşy, çyzygy basmazlygy, mejbury signallara üns bermegi, topy urmak, bellenen zona topy düşürip bilmek tehnikasyna üns beren ýagdaýda topy 5 pursatdan jemi 4 gezek garşy toparyň meýdanynyň sag we çep zonasyna düşürmegi	<b>40</b>
	Waleýbol topuny oýuna girkizmek. Duruşy, çyzygy basmazlygy, mejbury signallara üns bermegi, topy urmak, bellenen zona topy düşürip bilmek tehnikasyna üns beren ýagdaýda topy 5 pursatdan jemi 3 gezek garşy toparyň meýdanynyň sag we çep zonasyna düşürmegi	<b>30</b>
	Waleýbol topuny oýuna girkizmek. Duruşy, çyzygy basmazlygy, mejbury signallara üns bermegi, topy urmak, bellenen zona topy düşürip bilmek tehnikasyna üns beren ýagdaýda topy 5 pursatdan jemi 3 gezek garşy toparyň meýdanynyň sag we çep zonasyna düşürmegi	<b>20</b>
	Waleýbol topuny oýuna girkizmek. Duruşy, çyzygy basmazlygy, mejbury signallara üns bermegi, topy urmak, bellenen zona topy düşürip bilmek tehnikasyna üns beren ýagdaýda topy 5 pursatdan jemi 1 gezek garşy toparyň meýdanynyň sag we çep zonasyna düşürmegi	<b>10</b>
<b>JEMI:</b>		<b>100</b>

<b>№</b> <b>Wezipe</b>	<b>3-bilet (oglanlar)</b>	<b>Bal</b>
<b>1</b>	1000 metr aralyga wagty hasaba alan ýagdaýda ylgamakda startda durmak, çykmak, startdan soňky ylgamak, aralyk buýunça ylgamak, finiş çyzygyna girmek we kesip gelmek tehnikasy esasynda wezipäni 3,40 minutda ýerine ýetirse	<b>30</b>

	1000 metr aralyga wagty hasaba alan ýagdaýda ylgamakda startda durmak, çykmak, startdan soňky ylgamak, aralyk buýunça ylgamak, finiş çyzygyna girmek we kesip gelmek tehnikasy esasynda wezipäni 4,00 minutda ýerine ýetirse	<b>23</b>
	1000 metr aralyga wagty hasaba alan ýagdaýda ylgamakda startda durmak, çykmak, startdan soňky ylgamak, aralyk buýunça ylgamak, finiş çyzygyna girmek we kesip gelmek tehnikasy esasynda wezipäni 4,30 minutda ýerine ýetirse	<b>15</b>
	1000 metr aralyga wagty hasaba alan ýagdaýda ylgamakda startda durmak, çykmak, startdan soňky ylgamak, aralyk buýunça ylgamak, finiş çyzygyna girmek we kesip gelmek tehnikasy esasynda wezipäni 4,50 minutda ýerine ýetirse	<b>8</b>
<b>2</b>	Eli kelläniň arkasyndan almazlyk, aýagy ýerden götermezlik, dem almak ritmi, göwdäni düşürende döşüň degmegi, göwdäni doly götermek tehnikasyna üns beren ýagdaýda, gapdallap ýatan ýagdaýda “Eller kelle arkasynda, çalkança ýatan ýagdaýda 1 minut dowamynda göwdäni götermek we düşürmek” wezipesini 30 gezek ýerine ýetirse	<b>30</b>
	Eli kelläniň arkasyndan almazlyk, aýagy ýerden götermezlik, dem almak ritmi, göwdäni düşürende döşüň degmegi, göwdäni doly götermek tehnikasyna üns beren ýagdaýda, gapdallap ýatan ýagdaýda “Eller kelle arkasynda, çalkança ýatan ýagdaýda 1 minut dowamynda göwdäni götermek we düşürmek” wezipesini 25 gezek ýerine ýetirse	<b>23</b>
	Eli kelläniň arkasyndan almazlyk, aýagy ýerden götermezlik, dem almak ritmi, göwdäni düşürende döşüň degmegi, göwdäni doly götermek tehnikasyna üns beren ýagdaýda, gapdallap ýatan ýagdaýda “Eller kelle arkasynda, çalkança ýatan ýagdaýda 1 minut dowamynda göwdäni götermek we düşürmek” wezipesini 20 gezek ýerine ýetirse	<b>15</b>

	Eli kelläniň arkasyndan almazlyk, aýagy ýerden götermezlik, dem almak ritmi, göwdäni düşürende döşüň degmegi, göwdäni doly götermek tehnikasyna üns beren ýagdaýda, gapdallap ýatan ýagdaýda “Eller kelle arkasynda, çalkança ýatan ýagdaýda 1 minut dowamynda göwdäni götermek we düşürmek” wezipesini 15 gezek ýerine ýetirse	<b>8</b>
<b>3</b>	Durmak, aýak we el ýagdaýy, topy tutmak, iki elde topy kükrekden taşlamak tehnikasyna üns beren ýagdaýda basketbol sewedine kesgitlenen jerime topuny 8 pursatdan 5 gezek düşürmegi	<b>40</b>
	Durmak, aýak we el ýagdaýy, topy tutmak, iki elde topy kükrekden taşlamak tehnikasyna üns beren ýagdaýda basketbol sewedine kesgitlenen jerime topuny 8 pursatdan 4 gezek düşürmegi	<b>30</b>
	Durmak, aýak we el ýagdaýy, topy tutmak, iki elde topy kükrekden taşlamak tehnikasyna üns beren ýagdaýda basketbol sewedine kesgitlenen jerime topuny 8 pursatdan 2 gezek düşürmegi	<b>20</b>
	Durmak, aýak we el ýagdaýy, topy tutmak, iki elde topy kükrekden taşlamak tehnikasyna üns beren ýagdaýda basketbol sewedine kesgitlenen jerime topuny 8 pursatdan 1 gezek düşürmegi	<b>10</b>
<b>JEMI:</b>		<b>100</b>

<b>№ Wezipe</b>	<b>4-bilet (oglanlar)</b>	<b>Bal</b>
<b>1</b>	Startda durmak, çykmak, startdan soň ylgamak, aralyk boýunça ylgamak, her 10 metrde çyzyga elini degirmek finiş çyzygyna girmek we kesip geçmek tehnikalaryna üns beren ýagdaýda 4 x 10 metre maksimal ylgamagy 9,5 sekuntda ýerine ýetirse	<b>30</b>
	Startda durmak, çykmak, startdan soň ylgamak, aralyk	<b>23</b>

	boýunça ylgamak, her 10 metrde çyzyga elini degirmek finiş çyzygyna girmek we kesip geçmek tehnikalaryna üns beren ýagdaýda 4 x 10 metre maksimal ylgamagy 10,0 sekuntda ýerine ýetirse	
	Startda durmak, çykmak, startdan soň ylgamak, aralyk boýunça ylgamak, her 10 metrde çyzyga elini degirmek finiş çyzygyna girmek we kesip geçmek tehnikalaryna üns beren ýagdaýda 4 x 10 metre maksimal ylgamagy 10,5 sekuntda ýerine ýetirse	<b>15</b>
	Startda durmak, çykmak, startdan soň ylgamak, aralyk boýunça ylgamak, her 10 metrde çyzyga elini degirmek finiş çyzygyna girmek we kesip geçmek tehnikalaryna üns beren ýagdaýda 4 x 10 metre maksimal ylgamagy 11,0 sekuntda ýerine ýetirse	<b>8</b>
<b>2</b>	Ýüpi tutmak, aýak hereketi, bökmek tehnikasyna üns beren ýagdaýda ýüpdä 1 minut dowamynda 100 gezek bökmek	<b>30</b>
	Ýüpi tutmak, aýak hereketi, bökmek tehnikasyna üns beren ýagdaýda ýüpdä 1 minut dowamynda 90 gezek bökmek	<b>23</b>
	Ýüpi tutmak, aýak hereketi, bökmek tehnikasyna üns beren ýagdaýda ýüpdä 1 minut dowamynda 70 gezek bökmek	<b>15</b>
	Ýüpi tutmak, aýak hereketi, bökmek tehnikasyna üns beren ýagdaýda ýüpdä 1 minut dowamynda 600 gezek bökmek	<b>8</b>
<b>3</b>	Futbol topuny urmagyň usullaryna gönükdirilen ýagdaýda sag we çep aýakda güýç bilen uzak aralyda depmekde sag we çep aýaklaryň netijeleriniň jemi 50 metr bolsa	<b>40</b>
	Futbol topuny urmagyň usullaryna gönükdirilen ýagdaýda sag we çep aýakda güýç bilen uzak aralyda depmekde sag we çep aýaklaryň netijeleriniň jemi 45 metr bolsa	<b>30</b>
	Futbol topuny urmagyň usullaryna gönükdirilen ýagdaýda sag we çep aýakda güýç bilen uzak aralyda depmekde sag we çep aýaklaryň netijeleriniň jemi 40 metr bolsa	<b>20</b>



	Futbol topuny urmagyň usullaryna gönükdirilen ýagdaýda sag we çep aýakda güýç bilen uzak aralyda depmekde sag we çep aýaklaryň netijeleriniň jemi 35 metr bolsa	<b>10</b>
<b>JEMI:</b>		<b>100</b>

<b>№ Wezipe</b>	<b>5-bilet (oglanlar)</b>	<b>Bal</b>
<b>1</b>	Ylgap gelmek, topy tutmak, topy zyňmak tehnikasyna üns beren ýagdaýda ylgap gelip kiçi (150 gr) tennis topuny uzak aralyga zyňanynda top 45 metr uzaklyga düşse	<b>30</b>
	Ylgap gelmek, topy tutmak, topy zyňmak tehnikasyna üns beren ýagdaýda ylgap gelip kiçi (150 gr) tennis topuny uzak aralyga zyňanynda top 40 metr uzaklyga düşse	<b>23</b>
	Ylgap gelmek, topy tutmak, topy zyňmak tehnikasyna üns beren ýagdaýda ylgap gelip kiçi (150 gr) tennis topuny uzak aralyga zyňanynda top 33 metr uzaklyga düşse	<b>15</b>
	Ylgap gelmek, topy tutmak, topy zyňmak tehnikasyna üns beren ýagdaýda ylgap gelip kiçi (150 gr) tennis topuny uzak aralyga zyňanynda top 25 metr uzaklyga düşse	<b>8</b>
<b>2</b>	Pola daýanyp, kelle we göwdäni bir tekizlikde tutup, elleri eplemek we ýazmak tehnikasyna üns beren ýagdaýda, elleri eplemek we ýazmak 1 pursatda 30 gezek ýerine ýetirmegi	<b>30</b>
	Pola daýanyp, kelle we göwdäni bir tekizlikde tutup, elleri eplemek we ýazmak tehnikasyna üns beren ýagdaýda, elleri eplemek we ýazmak 1 pursatda 25 gezek ýerine ýetirmegi	<b>23</b>
	Pola daýanyp, kelle we göwdäni bir tekizlikde tutup, elleri eplemek we ýazmak tehnikasyna üns beren ýagdaýda, elleri eplemek we ýazmak 1 pursatda 20 gezek ýerine ýetirmegi	<b>15</b>
	Pola daýanyp, kelle we göwdäni bir tekizlikde tutup, elleri eplemek we ýazmak tehnikasyna üns beren ýagdaýda, elleri eplemek we ýazmak 1 pursatda 15 gezek ýerine ýetirmegi	<b>8</b>

<b>3</b>	Fudbol topuny “aut” dan oýuna girkizmekde meýdana garan ýagdaýda, aýaklary ýerden galdyrman we çyzyk daşynda, topy zyňmak iki el bilen, topy baş arkasyndan zyňmak tehnikasyna üns beren ýagdaýda 1 pursatda top 12 metr uzaklyga düşse.	<b>40</b>
	Fudbol topuny “aut” dan oýuna girkizmekde meýdana garan ýagdaýda, aýaklary ýerden galdyrman we çyzyk daşynda, topy zyňmak iki el bilen, topy baş arkasyndan zyňmak tehnikasyna üns beren ýagdaýda 1 pursatda top 10 metr uzaklyga düşse.	<b>30</b>
	Fudbol topuny “aut” dan oýuna girkizmekde meýdana garan ýagdaýda, aýaklary ýerden galdyrman we çyzyk daşynda, topy zyňmak iki el bilen, topy baş arkasyndan zyňmak tehnikasyna üns beren ýagdaýda 1 pursatda top 8 metr uzaklyga düşse.	<b>20</b>
	Fudbol topuny “aut” dan oýuna girkizmekde meýdana garan ýagdaýda, aýaklary ýerden galdyrman we çyzyk daşynda, topy zyňmak iki el bilen, topy baş arkasyndan zyňmak tehnikasyna üns beren ýagdaýda 1 pursatda top 5 metr uzaklyga düşse.	<b>10</b>
<b>JEMI:</b>		<b>100</b>