

**O‘ZBEKISTON RESPUBLIKASI
OLIV TA‘LIM, FAN VA INNOVATSIYALAR VAZIRLIGI**

QARSHI DAVLAT UNIVERSITETI



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

SPORT FAOLIYATI “DZYU-DO”

**61010300 - “SPORT FAOLIYATI”
bakalavriat ta‘lim yo‘nalishining barcha shakllari uchun**

ASOS: (Oliy ta‘lim, fan va innovatsiyalar vazirligi tasarrufidagi oliy ta‘lim muassasalarida kasbiy (ijodiy) imtihoni mavjud bo‘lgan ta‘lim yo‘nalishlari bo‘yicha tayanch etib belgilangan “O‘zbekiston davlat jismoniy tarbiya va sport universiteti”dan olingan)

QARSHI-2023

**Qarshi davlat universiteti Kengashida ko‘rib chiqilgan va ma’qullangan.
2023 yil 07.02 dagi 9 - sonli majlis bayoni.**

Тузувчилар:

-
- Egamberdiyev.F.T. - Qarshi davlat universiteti Sport fakulteti dekani
- Sultonov Sh.U. - Qarshi davlat universiteti Sport fakulteti Jismoniy tarbiya va sport turlari” kafedrasini mudiri, dotsenti
- Jabborov A.T. - Qarshi davlat universiteti Sport fakulteti Jismoniy tarbiya va sport turlari” kafedrasini dotsenti
- Nuraliyeva O’.Sh. - Qarshi davlat universiteti Sport fakulteti Jismoniy tarbiya va sport turlari” kafedrasini dotsenti
- Xudoyberdiyev B - Qarshi davlat universiteti Sport fakulteti Jismoniy tarbiya va sport turlari” kafedrasini o‘qituvchisi

Taqrizchilar:

- Boymurodov I - Jismoniy tarbiya va sport turlari kafedrasini dotsenti v.b., p.f.n.
- Arslonov I.T. - Qarshi MII Jismoniy tarbiya kafedrasini mudiri, dotsent

**DZYUDA BO'YICHA KIRISH IJODIY IMTIXONLARINING
IXTISOSLIK ME'YORIY TALABLARI VA BAHOLASH MEZONLARI**

(Erkaklar va ayollar uchun) (kunduzgi, sirtqi, ta'lim)

(maksimal – 93 ball)

№	Normativlar	Ballar				Texnik harakatlar
		6-4,6	4,5-3,1	3-1,6	1,5-0,1	
1	Yiqilishlar: Ukemi (Yiqilish usullari) (6 ball)	6-4,6 Baland sakrash, yerga yumshoq tushish, xarakat texnik jixatdan to'g'ri va aniq bajarildi	4,5-3,1 Sakrash yetarlicha baland emas, bosh yerga tekkan xolda yiqilish	3-1,6 Yo't tomonlarga yiqilish. Bel bilan gilamga urilish	1,5-0,1 'arakat texnik jixatdan noto'g'ri bajarildi	0 Texnik harakatlar bajarilmadi
2	Shintai (muvozanat saqlagan holda harakatlanish) (4 ball)	4-3,1 Baland sakrash, yerga yumshoq tushish, xarakat texnik jixatdan to'g'ri va aniq bajarildi	3-2,1 Svkrash yetarlicha baland emas, bosh yerga tekkan xolda yiqilish	2-1,1 Yon tomanlarga yiqilish. Bel bilan gilamga urilish	1-0,1 Xarakat texnik jixatdan noto'g'ri bajarildi	0 Texnik harakatlar bajarilmadi
3	Yiqilishlar: Okuri-ashi-harai (raqibni yurgizgan holatda yondan ilib tashlash) (6-ball)	6-4,6 Yaxshi ushlagan holda tez harakat bilan to'xtamasdan, raqibning muvozanatidan foydalanib bajarildi	4,5-3,1 Yaxshi ushlash bilan o'rtacha sur'atda bajarildi	3-1,6 Bo'sh ushlash bilan o'rtacha sur'atda bajarildi. Raqibning muvozanatidan foydalanilmadi	1,5-0,1 Texnik harakatlar axamiyatli xatolar bilan bajarildi	0 Texnik harakatlar bajarilmadi
4	Uki-otoshi (muvozanatdan chiqarib oldiga tashlash) (6 ball)	6-4,6 Yaxshi ushlagan holda tez harakat bilan to'xtamasdan, raqibning muvozanatidan foydalanib bajarildi	4,5-3,1 Yaxshi ushlash bilan o'rtacha sur'atda bajarildi	3-1,6 Bo'sh ushlash bilan o'rtacha sur'atda bajarildi. Raqibning muvozanatidan foydalanilmadi	1,5-0,1 Texnik harakatlar axamiyatli xatolar bilan bajarildi	0 Texnik harakatlar bajarilmadi

5.	Nage-vadze: Uchi-mata (Chap tomonga tashlash) (raqib oyoqlari orasidan oyoq bilan ko'tarib tashlash) (9 ball)	9-6,8 Tashlash yaxshi ushlash bilan, yuqori sur'atda katta amplitude bilan bajarildi.	6,7-4,5 Tashlash yaxshi ushlash bilan, lekin kichik amplitude bilan bajarildi. Kurashchi harakatlari o'rtacha sur'atda.	4,4-2,2 Tashlash bo'sh ushlash va kichik amplitude bilan bajarildi. Kurashchi harakatlari o'rtacha sur'atda.	2,1-0,1 Texnik harakatlar axamiyatli xatolar bilan bajarildi.	0 Texnik xarakatlar bajarilmadi
6.	Uch-makikomi (qo'ldan ushlagan holda aylanib yelkadan oshirib tashlash) (9 ball)	9-6,8 Tashlash yaxshi ushlash bilan, yuqori sur'atda katta amplitude bilan bajarildi.	6,7-4,5 Tashlash yaxshi ushlash bilan, lekin kichik amplitude bilan bajarildi. Kurashchi harakatlari o'rtacha sur'atda.	4,4-2,2 Tashlash bo'sh ushlash va kichik amplitude bilan bajarildi. Kurashchi harakatlari o'rtacha sur'atda.	2,1-0,1 Texnik harakatlar axamiyatli xatolar bilan bajarildi.	0 Texnik xarakatlar bajarilmadi
7.	Sume-gaeshi (qol va yelkadan ushlab oyoq bilan bosh ustidan oshirib tashlash) (9 ball)	9-6,8 Tashlash yaxshi ushlash bilan, yuqori sur'atda katta amplitude bilan bajarildi.	6,7-4,5 Tashlash yaxshi ushlash bilan, lekin kichik amplitude bilan bajarildi. Kurashchi harakatlari o'rtacha sur'atda.	4,4-2,2 Tashlash bo'sh ushlash va kichik amplitude bilan bajarildi. Kurashchi harakatlari o'rtacha sur'atda.	2,1-0,1 Texnik harakatlar axamiyatli xatolar bilan bajarildi.	0 Texnik xarakatlar bajarilmadi
8.	O-gruma (buralgan holatda oyoqlar bilan oldindan chalib tashlash) (9 ball)	9-6,8 Tashlash yaxshi ushlash bilan, yuqori sur'atda katta amplitude bilan bajarildi.	6,7-4,5 Tashlash yaxshi ushlash bilan, lekin kichik amplitude bilan bajarildi. Kurashchi harakatlari o'rtacha sur'atda.	4,4-2,2 Tashlash bo'sh ushlash va kichik amplitude bilan bajarildi. Kurashchi harakatlari o'rtacha sur'atda.	2,1-0,1 Texnik harakatlar axamiyatli xatolar bilan bajarildi.	0 Texnik xarakatlar bajarilmadi
9.		9-6,8	6,7-4,5	4,4-2,2	2,1-0,1	0

O-osoto-gruma (ikki oyoqdan orqaga qaytarib tashlash) (9 ball)	Tashlash yaxshi ushlab bilan, yuqori sur'atda katta amplitude bilan bajarildi.	Tashlash yaxshi ushlab bilan, lekin kichik amplitude bilan bajarildi. Kurashchi harakatlari o'rtacha sur'atda.	Tashlash bo'sh ushlab va kichik amplitude bilan bajarildi. Kurashchi harakatlari o'rtacha sur'atda.	Texnik harakatlar axamiyatli xatolar bilan bajarildi.	Texnik xarakteratlar bajarilmadi
10. Ne-vaza: Ude-hishigi-sankaku-gatame (oyoq va qo'l bilan boshni ushlagan holatda tirsakka og'ritish usuli) (10 ball)	10-7,6 Yaxshi ushlab bilan oyoqlarni harakatlantirib bajarildi. Harakat to'xtovsiz aniq va tez sur'atda bajarildi	7,5-5,1 Yaxshi ushlab bilan oyoqlarni harakatlantirgan holda bajarildi. Harakat o'rtacha tezlikda.	5-2,6 Bo'sh ushlab bilan va oyoqlarni sust xaraktlantirgan holda bajarildi. Kurashchi harakatlari o'rtacha sur'atda.	2,5-0,1	0
11. Katame-vaza. Kesa-gatame, yoko-shiho-gatame, kami-shiho-gatame, tate-shiho-gatame (ushlab usullari) (yon tomondan ushlab, oyoq orasiga va boshidan ushlab, bosh tomondan ushlab, ustidan ushlab) (16 ball)	16-12,1 Xarakat texnik jixatdan to'g'ri, xarakat (kuch) gavdaning ma'lum bir qismiga jamlash bilan bajariladi.	12-8,1 Xarakat texnik jixatdan to'g'ri, gavdaning ma'lum qismlarida axamiyatsiz xarakatlar bilan bajarildi	8-4,1 Xarakatlar xatolar bilan bajarildi, kuch noto'g'ri yo'naltirildi.	4-0,1	0

Izox: sportchi bajargan texnik usullarning sifatiga, ushlab xolatlariga, usulni bajarganda raqibning yiqilish amplitudasiga, hamda texnik usulning tugallanishlariga qarab oraliq baxolar qo'yiladi. Texnik usullar oddiydan murakkabga qarab bajariladi, shundan kelib chiqib xar bir noto'g'ri xarakatlarga birinchi, uchinchi va to'rtinchi bloktdagi usullar uchun 1,5 ballgacha ikkinchi bloktdagi usullarga uchun 1 ballgacha, beshinchi va to'qqizinchi bloktdagi usullar uchun 2,3 ballgacha, o'ninchi bloktdagi usullar uchun 2,5 ballgacha, o'n bloktdagi usullar uchun 4 ballgacha olinadi.

*Agar ko'rsatkichlar belgilangan me'yorlar oralig'ida bo'lsa, abiturent xisobiga xal etiladi.

“Jismoniy tarbiya va sport turlari” kafedراس mudiri:



Sh.Sultonov

**DZYUDO BO'YICHA KIRISH IMTIXONLARINING MAXSUS JISMONIY TAYYORGARLIK ME'YORIY
TALABLARI VA BAXOLASH MEZONLARI
(Erkaklar)**

(maksimal-63ball)

		21-16	15-11	10-6	5-1	0	
1	Tik turgan holatdan ko'prik (mos) holatda tushib, aylana chopish qo'llar qulfdak birlashtirilgan, bilaklar gilamga tegib turadi (xar bir tomonga 5 marta)	Bir xil su'ratda tomonlarga chopish Bosh bilan gilamga tayanang xolatdan ko'prik ba ko'prik xolatidan o'tishda to'xtamay yuqori su'ratda sakramasdan bajarish	Tayanchdan ko'prik xolatiga va ko'prikdan tayanch xolatiga asosiy o'tishda bosh va bilakning dastlabki xolatidan 45° dan ortiq siljish	Faqat bir tomonga. Past tezlikda, bosh burilib bajarildi	Harakatlar axamiyatli xatolar bilan bajarildi		Mashq bajarilmadi
	Xar bir noto'g'ri texnik xarakat uchun olinadigan ballar	0-5	0-5	0-5	0-5	0-5	0-5
2	Ko'prik holatda 8 marta boshdan oshib hatlab sakrashlar (soniya)	Vazn	Vazn	Vazn	Vazn	Vazn	
		60 70 80 90 +90 14 14,5 15 15,5 16	60 70 80 90 +90 14,5 14,5 15 15,5 16	60 70 80 90 +90 15 15 15,5 16 16,5	60 70 80 90 +90 15,5 15,5 16 16,5 17	60 70 80 90 +90 15,6 15,6 16,1 16,6 17,1	0-5
3	Tik turgan holatdan ko'prik holatdan ko'prik holatiga 8 marta tushish (soniya)	0-5	0-5	0-5	0-5	0-5	
	Xar bir noto'g'ri texnik xarakat uchun olinadigan ballar	0-5	0-5	0-5	0-5	0-5	

Izox: Maxsus jismoniy tayyorgarlik me'yoriylarni bajarishda yo'l qo'yilgan xar bir noto'g'ri harakat uchun, (vaqt me'yoriidan tashqari) 4-5 ballidan olinadi. Sportchilarning tana vazni keltirilgan vazndan 5 kg dan yuqori bo'lsa (masalan; 66,67,68,69) undan keyingi vazni toifasi me'yoriy bahosi qo'yiladi. Tana vazni qancha og'ir bo'lsa, belgilangan vaqt me'yoriylari ham ortib boradi. Xar bir noto'g'ri texnik xarakat uchun 0-5 ball oraliqda jarima ballari qo'llaniladi.

Agar ko'rsatgichlar belgilangan me'yoriylaralig'ida bo'lsa, abiturent xisobiga xal etiladi.

Jismoniy tarbiya va sport turlari kefedrasi mudiri:



Sh.U.Sultonov

**DZYUDO BO'YICHA KIRISH IMTIXONLARINING MAXSUS JISMONIY TAYYORGARLIK ME'YORIY
TALABLARI VA BAXOLASH MEZONLARI**

(Ayollar)

(maksimal-63ball)

		21-16	15-11	10-6	5-1	0	
1	Tik turgan holatdan ko'priki (mos) holatda tushib, aylana chopish qo'llar qulfddek birlashtirilgan, bilaklar gilamga tegib turadi (xar bir tomonga 5 marta)	Bir xil su'ratda tomonlarga chopish Bosh bilan gilamga tayangan xolatdan ko'priki ba ko'priki xolatidan o'tishda to'xtamay yuqori su'ratda sakramasdan bajarish	Tayanchdan ko'priki xolatiga va ko'priki tayanch xolatiga asosiy o'tishda bosh va bilakning dastlabki xolatidan 45° dan ortiq siliyish	Faqat bir tomonga. Past tezlikda, bosh burilib bajarildi.	Harakatlar axamiyatli xatolar bilan bajarildi	Mashq bajarilmadi	
	Xar bir noto'g'ri texnik xarakat uchun olinadigan ballar	0-5	0-5	0-5	0-5	0-5	
2	Ko'priki holatda 8 marta boshdan oshib hatlab sakrashlar (soniya)	Vazn	Vazn	Vazn	Vazn	Vazn	
		50 60 70 80 +80 15 15,5 16 16,5	50 60 70 80 +80 15,5 15,5 16 16,5 17	50 60 70 80 +80 16 16,5 17 17,5 17,5 16,5 16,5 18	50 60 70 80 +80 16,5 16,5 17 17,5 18	50 60 70 80 +80 16,6 16,6 17,1 17,6 18,1	
3	Tik turgan holatdan ko'priki holatdan ko'priki holatiga 8 marta tushish (soniya)	0-5	0-5	0-5	0-5	0-5	
	Xar bir noto'g'ri texnik xarakat uchun olinadigan ballar	15 15,5 16 16,5 0-5	15,5 15,5 16 16,5 17 0-5	16 16,5 17 17,5 17,5 16,5 16,5 18 0-5	16 16,5 17 17,5 18 0-5	16,6 16,6 17,1 17,6 18,1 0-5	

Izoh: Maxsus jismoniy tayyorgarlik me'yoriy baxorishda yo'l qo'yilgan xar bir noto'g'ri harakat uchun, (vaqt me'yoriyidan tashqari) 4-5 balldan olinadi. Sportchilarning tana vazni ketirilgan vazndan 5 kg dan yuqori bo'lsa (masalan; 66,67,68,69) undan keyingi vazni toifasi me'yoriy bahosi qo'yiladi. Tana vazni qancha og'ir bo'lsa belgilangan vaqt me'yoriy lari ham ortib boradi. Xar bir noto'g'ri texnik xarakat uchun 0-5 ball oralig'ida jarima ballari qo'llaniladi.

Agar ko'rsatgichlar belgilangan me'yorlaroralig'ida bo'lsa, abiturent xisobiga xal etiladi.

Jismoniy tarbiya va sport turlari kefedrasi mudiri:



Sh.U. Sultonov