

(Ixtisoslik bo'yicha maksimal ball - 93 ball)

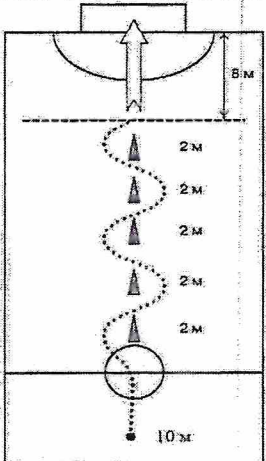
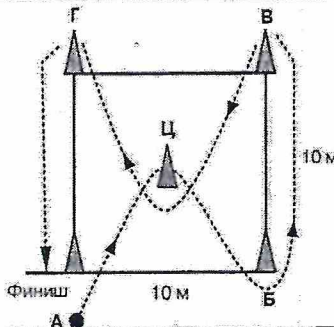
Erkaklar uchun

Test me'yorlarining mazmuni								
№								
1 To'pni ustunlar oralatib olib yurish va darvozaga zarba berish. (33 ball)								
Test narmativi o'yin maydonida amalga oshiriladi. To'p bilan bo'lgan sinaluvchi maydonning qarama-qarshi tomonidagi 10 metrlik belgi chizig'ida pozitsiyani egallaydi. Signaldan so'ng u to'pni oldinga olib yurib harakatlanadi, maydonning boshqa yarmiga har 2 m da o'rnatilgan 5 ta ustunlarni aylana harakatlanib, 8 m masofadan darvozaga zarba beradi. Agar to'p darvozaga kiritilmasa, urinish hisoblanmaydi. Sinaluvchi 2 urinishni bajaradi. Eng yaxshi natija hisobga olinadi.								
№	Natija	Ball	№	Natija	Ball	№	Natija	Ball
11.	6,00 gacha	33	12.	6,51-6,55	22	23.	7,06-7,10	11
12.	6,01-6,05	32	13.	6,56-6,60	21	24.	7,11-7,15	10
13.	6,06-6,10	31	14.	6,61-6,65	20	25.	7,16-7,20	9
14.	6,11-6,15	30	15.	6,66-6,70	19	26.	7,21-7,25	8
15.	6,16-6,20	29	16.	6,71-6,75	18	27.	7,26-7,30	7
16.	6,21-6,25	28	17.	6,76-6,80	17	28.	7,31-7,35	6
17.	6,26-6,30	27	18.	6,81-6,85	16	29.	7,36-7,40	5
18.	6,31-6,35	26	19.	6,86-6,90	15	30.	7,41-7,45	4
19.	6,36-6,40	25	20.	6,91-6,95	14	31.	7,46-7,50	3
20.	6,41-6,45	24	21.	6,95-7,00	13	32.	7,51-7,55	2
21.	6,46-6,50	23	22.	7,01-7,05	12	33.	7,56-10,00	1
2 "Sakkiz" shaklida to'pni olib yurish. (30 ball)								
Maydonda ustunlar bilan tomonlari 10 m bo'lgan kvadrat bigilanadi. Maydonning o'rtasiga bitta ustun o'rnatilgan. Signaldan so'ng sinaluvchi to'pni "sakkizta" shaklida ustundan ustungacha to'pni olib boradi. Sinaluvchi 2 urinishni bajaradi. Eng yaxshi natija hisobga olinadi.								

[illegible]

Sinaluvchi 20 metr masofadaga, 3x3 metr kvadratga to`pni tushirish kerek. Sinaluvchi chap oyog`i bilan 3 urinishni va o`ng oyog`i bilan 3 urinishni amalga oshiradi. Har bir muvaffaqiyatli urinish 5 ballga baholanadi					
№	Natija	Ball	№	Natija	Ball
	Chap oyog			O`ng oyog	
1.	1 marta	5 ball	1.	1 marta	5 ball
2.	2 marta	10 ball	2.	2 marta	10 ball
3.	3 marta	15 ball	3.	3 marta	15 ball

Ayollar uchun

Test me'yorlarining mazmuni								
№								
1	To'pni ustunlar oralatib olib yurish va darvozaga zarba berish. (33 ball) Test narmativi o'yin maydonida amalga oshiriladi. To'p bilan bo'lgan sinaluvchi maydonning qarama-qarshi tomonidagi 10 metrlik belgi chizig'ida pozitsiyani egallaydi. Signalidan so'ng u to'pni oldinga olib yurib harakatladi, maydonning boshqa yarmiga har 2 m da o'rnatilgan 5 ta ustunlarni aylana harakatlatlanib, 8 m masofadan darvozaga zarba beradi. Agar to'p darvozaga kiritilmasa, urinish hisoblanmaydi. Sinaluvchi 2 urinishni bajaradi. Eng yaxshi natija hisobga olinadi.							
								
№	Natija	Ball	№	Natija	Ball	№	Natija	Ball
1.	7,00 gacha	33	12.	7,51-7,55	22	23.	8,06-8,10	11
2.	7,01-7,05	32	13.	7,56-7,60	21	24.	8,11-8,15	10
3.	7,06-7,10	31	14.	7,61-7,65	20	25.	8,16-8,20	9
4.	7,11-7,15	30	15.	7,66-7,70	19	26.	8,21-8,25	8
5.	7,16-7,20	29	16.	7,71-7,75	18	27.	8,26-8,30	7
6.	7,21-7,25	28	17.	7,76-7,80	17	28.	8,31-8,35	6
7.	7,26-7,30	27	18.	7,81-7,85	16	29.	8,36-8,40	5
8.	7,31-7,35	26	19.	7,86-7,90	15	30.	8,41-8,45	4
9.	7,36-7,40	25	20.	7,91-7,95	14	31.	8,46-8,50	3
10.	7,41-7,45	24	21.	7,96-8,00	13	32.	8,51-8,55	2
11.	7,46-7,50	23	22.	8,01-8,05	12	33.	8,56-11,00	1
2	"Sakkiz" shaklida to'pni olib yurish. (30 ball) Maydonda ustunlar bilan tomonlari 10 m bo'lgan kvadrat bigilanadi. Maydonning o'rtasiga bitta ustun o'rnatilgan. Signalda so'ng sinaluvchi to'pni "sakkizta" shaklida ustundan ustungacha to'pni olib boradi. Sinaluvchi 2 urinishni bajaradi. Eng yaxshi natija hisobga olinadi.							
								
№	Natija	Ball	№	Natija	Ball	№	Natija	Ball
1.	16,00 gacha	30	11.	16,91-17,00	20	21.	17,91-18,00	10
2.	16,01-16,10	29	12.	17,01-17,10	19	22.	18,01-18,10	9
3.	16,11-16,20	28	13.	17,11-17,20	18	23.	18,11-18,20	8

4.	16,21-16,30	27	14.	17,21-17,30	17	24.	18,21-18,30	7
5.	16,31-16,40	26	15.	17,31-17,40	16	25.	18,31-18,40	6
6.	16,41-16,50	25	16.	17,41-17,50	15	26.	18,41-18,50	5
7.	16,51-16,60	24	17.	17,51-17,60	14	27.	18,51-18,60	4
8.	16,61-16,70	23	18.	17,61-17,70	13	28.	18,61-18,70	3
9.	16,71-16,80	22	19.	17,71-17,80	12	29.	18,71-18,80	2
10.	16,81-16,90	21	20.	17,81-17,90	11	30.	18,81-26,00	1
3	To'pni uzoq masofaga aniq uzatish (30 ball) Sinaluvchi 18 metr masofadaga, 3x3 metr kvadratga to'pni tushirish kerek. Sinaluvchi chap oyog'i bilan 3 urinishni va o'ng oyog'i bilan 3 urinishni amalga oshiradi. Har bir muvaffaqiyatli urinish 5 ballga baholanadi							
№	Natija	Ball	№	Natija	Ball			
	Chap oyog			O'ng oyog				
1.	1 marta	5 ball	1.	1 marta	5 ball			
2.	2 marta	10 ball	2.	2 marta	10 ball			
3.	3 marta	15 ball	3.	3 marta	15 ball			

**2025/2026 O'QUV YILI UCHUN MINI FUTBOL IXTISOSLIGIDAN KASBIY (IJODIY)
IMTIHONLARINING ME'YORIY TALABLARI VA BAHOLASH MEZONLARI
(Jismoniy tayyorgarlik bo'yicha maksimal ball - 63 ball)**

Erkaklar uchun

1. 400 m. ga yugurish (21 Ball) (daqiq, soniya)

400 m. ga yugurish (21 Ball) (daqiq, soniya)					
№	Natija	Ball	№	Natija	Ball
1.	1,00,00 gacha	21	12.	1,10,01-1,11,00	10
2.	1,00,01-1,01,00	20	13.	1,11,01-1,12,00	9
3.	1,01,01-1,02,00	19	14.	1,12,01-1,13,00	8
4.	1,02,01-1,03,00	18	15.	1,13,01-1,14,00	7
5.	1,03,01-1,04,00	17	16.	1,14,01-1,15,00	6
6.	1,04,01-1,05,00	16	17.	1,15,01-1,16,00	5
7.	1,05,01-1,06,00	15	18.	1,16,01-1,17,00	4
8.	1,06,01-1,07,00	14	19.	1,17,01-1,18,00	3
9.	1,07,01-1,08,00	13	20.	1,18,01-1,19,00	2
10.	1,08,01-1,09,00	12	21.	1,19,01-1,50,00	1
11.	1,09,01-1,10,00	11			

2. Ikki oyoqda deysinib joydan uzunlikka sakrash (21 Ball) (sm)

№	Natija	Ball	№	Natija	Ball
1.	260 yuqori	21	12.	209-205	10
2.	259-255	20	13.	204-200	9
3.	254-250	19	14.	199-195	8
4.	249-245	18	15.	194-190	7
5.	244-240	17	16.	189-185	6
6.	239-235	16	17.	184-180	5
7.	234-230	15	18.	179-175	4
8.	229-225	14	19.	174-170	3
9.	224-220	13	20.	169-165	2
10.	219-215	12	21.	164-160	1
11.	214-210	11			

3. Mokisimon yugurish 4x10 metr. (21 Ball) (soniya)

№	Natija	Ball	№	Natija	Ball
1.	9,00 gacha	21	12.	10,01-10,10	10
2.	9,01-9,10	20	13.	10,11-10,20	9
3.	9,11-9,20	19	14.	10,21-10,30	8
4.	9,21-9,30	18	15.	10,31-10,40	7
5.	9,31-9,40	17	16.	10,41-10,50	6
6.	9,41-9,50	16	17.	10,51-10,60	5
7.	9,51-9,60	15	18.	10,61-10,70	4
8.	9,61-9,70	14	19.	10,71-10,80	3
9.	9,71-9,80	13	20.	10,81-10,90	2
10.	9,81-9,90	12	21.	10,91-13,00	1
11.	9,91-10,00	11	22.		

Ayollar uchun

1. 400 m. ga yugurish (21 Ball) (daqiq, soniya)

№	Natija	Ball	№	Natija	Ball
1.	1,11,00 gacha	21	12.	1,21,01-1,22,00	10
2.	1,11,01-1,12,00	20	13.	1,22,01-1,23,00	9
3.	1,12,01-1,13,00	19	14.	1,23,01-1,24,00	8

4.	1,13,01-1,14,00	18	15.	1,24,01-1,25,00	7
5.	1,14,01-1,15,00	17	16.	1,25,01-1,26,00	6
6.	1,15,01-1,16,00	16	17.	1,26,01-1,27,00	5
7.	1,16,01-1,17,00	15	18.	1,27,01-1,28,00	4
8.	1,17,01-1,18,00	14	19.	1,28,01-1,29,00	3
9.	1,18,01-1,19,00	13	20.	1,29,01-1,30,00	2
10.	1,19,01-1,20,00	12	21.	1,30,01-2,50,00	1
11.	1,20,01-1,21,00	11	22.		

2. Ikki oyoqda deysinib joydan uzunlikka sakrash (21 Ball) (sm)

№	Natija	Ball	№	Natija	Ball
1.	230 yuqori	21	12.	179-175	10
2.	229-225	20	13.	174-170	9
3.	224-220	19	14.	169-165	8
4.	219-215	18	15.	164-160	7
5.	214-210	17	16.	159-155	6
6.	209-205	16	17.	154-150	5
7.	204-200	15	18.	149-145	4
8.	199-195	14	19.	144-140	3
9.	194-190	13	20.	139-135	2
10.	189-185	12	21.	134-100	1
11.	184-180	11	22.		

3. Mokisimon yugurish 4x10 metr. (21 Ball) (soniya)

№	Natija	Ball	№	Natija	Ball
1.	10,00 gacha	21	12.	11,01-11,10	10
2.	10,01,10,10	20	13.	11,11-11,20	9
3.	10,11-10,20	19	14.	11,21-11,30	8
4.	10,21-10,30	18	15.	11,31-11,40	7
5.	10,31-10,40	17	16.	11,41-11,50	6
6.	10,41-10,50	16	17.	11,51-11,60	5
7.	10,51-10,60	15	18.	11,61-11,70	4
8.	10,61-10,70	14	19.	11,71-11,80	3
9.	10,71-10,80	13	20.	11,81-11,90	2
10.	10,81-10,90	12	21.	11,91-14,00	1
11.	10,91-11,00	11	22.		

Kafedra mudiri

Imzo

F.I.Sh