

O‘ZBEKISTON RESPUBLIKASI SPORT VAZIRLIGI

O‘ZBEKISTON RESPUBLIKASI
OLIY TA’LIM, FAN VA INNOVATSIYALAR VAZIRLIGI

O‘ZBEKISTON DAVLAT JISMONIY TARBIYA VA SPORT UNIVERSITETI

“Kiritdi”

O‘zbekiston davlat
jismoniy tarbiya va
sport universiteti rektori
R. Matkarimov
“ ” 2026-y.

“Kelishildi”

O‘zbekiston Respublikasi
Oliy ta’lim, fan va
innovatsiyalar vazirining
birinchi o‘rinbosari
S. Radjabov
“ ” 2026-y.

“Tasdiqlayman”

O‘zbekiston Respublikasi
Sport vazirining
o‘rinbosari
Sh. Maxmudov
“ ” 2026-y.

IJODIY (KASBIY) IMTIHONLAR DASTURI
VA BAHOLASH MEZONI

61010200 - Sport faoliyati (*basketbol, boks, voleybol, velosport, gimnastika, suzish, yengil atletika, gandbol, qilichbozlik, og‘ir atletika, eshkak eshish, tennis, futbol, badiiy gimnastika, dzyu-do, erkin kurash, belbog‘li kurash, taekvondo WT, sambo, kurash, sinxron suzish, badminton, yunon-rim kurashi, ot sporti, triatlon, biatlon, xokkey, regbi, shaxmat, karate WKF, tog‘ chang‘isi, stol tennisi, figurali uchish, chim ustida xokkey, kik-boks, mini-futbol, kamondan otish, muay-tay, kibersport, suv polosi, akademik eshkak eshish, zamonaviy beshkurash, bodybuilding va fitnes, snovbord, qo‘l jangi, ayollar kurashi, figital sport, o‘q otish va stenddan otish, o‘zbek jang sana‘ti, kriket, sport akrobatikasi, pencak silat, turon*) ta’lim yo‘nalishlari uchun.

61010300 - Adaptiv jismoniy tarbiya va sport ta’lim yo‘nalishi uchun.

O‘zbekiston davlat jismoniy tarbiya va sport universiteti Kuzatuv Kengashida ko‘rib chiqilgan va ma’qullangan. 2026 yil ___ ___dagi ___-sonli majlis bayoni.

O‘zbekiston Respublikasi hududlarida jismoniy tarbiya va ommaviy sportni yanada rivojlantirish, aholining barcha qatlamlari, ayniqsa yoshlarni jismoniy tarbiya va sport bilan muntazam shug‘ullanishga jalb etish, mamlakatimizda bu borada yaratilgan sharoitlardan samarali foydalanish hamda natijalarini oshirish muhim ahamiyat kasb etadi. Mamlakatimizda mazkur soha rivojiga qaratilgan qator me’yoriy – huquqiy hujjatlar qabul qilingan va jadallikda hayotga tatbiq etib kelinmoqda.

Jumladan, O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2020-yil 24-yanvardagi “O‘zbekiston Respublikasida jismoniy tarbiya va sportni yanada takomillashtirish va ommalashtirish chora-tadbirlari to‘g‘risida”gi **PF-5924-son farmoni**, 2021-yil 24-dekabrda “Davlat oliy ta’lim muassasalarining akademik va tashkiliy-boshqaruv mustaqilligini ta’minlash bo‘yicha qo‘shimcha chora-tadbirlar to‘g‘risida”gi **PQ-60-son qarori**, 2022-yil 3-noyabrda “Jismoniy tarbiya va sport sohasida kadrlarni tayyorlash hamda ilmiy tadqiqotlar tizimini yanada takomillashtirish chora-tadbirlari to‘g‘risida”gi **PQ-414-son qaror va farmonlari** ijrosini sifatli bajarish ko‘rsatib o‘tilgan.

O‘zbekiston davlat jismoniy tarbiya va sport universiteti va uning Nukus filialidagi Sport faoliyati (faoliyat turlari bo‘yicha) ta’lim yo‘nalishi bo‘yicha kasbiy (ijodiy) imtihon dasturlari sport maktablari hamda Respublika Olimpiy va paralimpiy sport turlariga tayyorlash markazlarining jismoniy tarbiya va sport dasturlari asosida tuzilgan va abituriyentlarning jismoniy mashqlari bajarishdagi amaliy harakat ko‘nikma va malakalarini baholashga mo‘ljallangan.

Mazkur dasturlarni tuzishda sport assotsiatsiyasi, sport federatsiyalar, oliy sport mahorati maktablari va sport maktablari takliflari inobatga olingan hamda ular tomonidan taqrizlar berilgan.

Dastur 61010200–Sport faoliyati (faoliyat turlari bo‘yicha) ta’lim yo‘nalishi (basketbol, boks, voleybol, velosport, gimnastika, suzish, yengil atletika, gandbol, qilichbozlik, og‘ir atletika, eshkak eshish, tennis, futbol, badiiy gimnastika, dzyu-do, erkin kurash, belbog‘li kurash, taekvondo WT, sambo, kurash, sinxron suzish, badminton, yunon-rim kurashi, ot sporti, triatlon, biatlon, xokkey, regbi, shaxmat, karate WKF, tog‘ chang‘isi, stol tennisi, figurali uchish, chim ustida xokkey, kik-boks, mini-futbol, kamondan otish, muay tay, kibersport, suv polosi, akademik eshkak eshish, zamonaviy beshkurash, bodybuilding va fitnes, snoubord, qo‘l jangi, ayollar kurashi, figital sport, o‘q otish va stendan o‘q otish, o‘zbek jang sana’ti, kriket, sport akrobatikasi, pencak silat, turon, 61010300–Adaptiv jismoniy tarbiya va sport kabi sport turlari bo‘yicha (kasbiy) ijodiy imtihonlarni o‘tkazish tartibi, abituriyentlarning jismoniy tarbiya va sport sohasidagi amaliy mahorati, ko‘nikma va malakalariga qo‘yilgan talablar hamda baholash mezonlari o‘z aksini topgan.

MUNDARIJA

T/r	Ta'lim yo'nalishlari	Betlar
1.	Sport faoliyati: basketbol	4
2.	Sport faoliyati: boks	9
3.	Sport faoliyati: voleybol	14
4.	Sport faoliyati: velosport	19
5.	Sport faoliyati: gimnastika	21
6.	Sport faoliyati: suzish	23
7.	Sport faoliyati: yengil atletika	31
8.	Sport faoliyati: gandbol	47
9.	Sport faoliyati: qilichbozlik	51
10.	Sport faoliyati: og'ir atletika	55
11.	Sport faoliyati: eshkak eshish	60
12.	Sport faoliyati: tennis	65
13.	Sport faoliyati: futbol	71
14.	Sport faoliyati: badiiy gimnastika	77
15.	Sport faoliyati: dzyu-do	79
16.	Sport faoliyati: erkin kurash	85
17.	Sport faoliyati: belbog'li kurash	95
18.	Sport faoliyati: taekvondo WTF	100
19.	Sport faoliyati: sambo	104
20.	Sport faoliyati: kurash	112
21.	Sport faoliyati: sinxron suzish	116
22.	Sport faoliyati: badminton	124
23.	Sport faoliyati: yunon-rim kurashi	130
24.	Sport faoliyati: ot sporti	135
25.	Sport faoliyati: triatlon	139
26.	Sport faoliyati: biatlon	141
27.	Sport faoliyati: xokkey	143
28.	Sport faoliyati: regbi	150
29.	Sport faoliyati: shaxmat	154
30.	Sport faoliyati: karate WKF	164
31.	Sport faoliyati: tog' chang'isi	167
32.	Sport faoliyati: stol tennis	174
33.	Sport faoliyati: figurali uchish	181
34.	Sport faoliyati: chim ustida xokkey	188
35.	Sport faoliyati: kik-boks	195
36.	Sport faoliyati: mini futbol	200
37.	Sport faoliyati: kamondan otish	205
38.	Sport faoliyati: muay tay	208
39.	Sport faoliyati: kibersport	213
40.	Sport faoliyati: suv polosi	220
41.	Sport faoliyati: akademik eshkak eshish	224
42.	Sport faoliyati: zamonaviy beshkurash	227
43.	Sport faoliyati: bodybuilding va fitnes	230
44.	Sport faoliyati: snoubord	235
45.	Sport faoliyati: qo'l jangi	242
46.	Sport faoliyati: ayollar kurashi	248
47.	Sport faoliyati: fijital basketbol	253
48.	Sport faoliyati: fijital futbol	260
49.	Sport faoliyati: o'q otish va stend otish	268

50.	Sport faoliyati: o'zbek jang san'ati	275
51.	Sport faoliyati: kriket	278
52.	Sport faoliyati: sport akrobatikasi	283
53.	Sport faoliyati: pencak silat	285
54.	Sport faoliyati: turon	288
55.	Adaptiv jismoniy tarbiya va sport	296
56.	Sport faoliyati: para yengil atletika	300
57.	Sport faoliyati: para paurlifting	320
58.	Sport faoliyati: para taekvondo	333
59.	Sport faoliyati: para voleybol	335
60.	Sport faoliyati: para velosport	348
61.	Sport faoliyati: para suzish	360
62.	Sport faoliyati: para dzyudo	374

2026/2027 O'QUV YILI UCHUN **VOLEYBOL** IXTISOSLIGIDAN KASBIY (IJODIY)
IMTIHONLARINING ME'YORIY TALABLARI VA BAHOLASH MEZONLARI
(Ixtisoslik bo'yicha maksimal ball - 93 ball)

Erkaklar va ayollar uchun

1-test: Diametri 2 m aylana chiziq ichida navbatma-navbat pastdan va yuqoridan o'z ustida to'p uzatish (30 marta)				2-test: 1 marta o'ng tomon bo'ylab, 1 marta chap tomon bo'ylab ko'krakka yiqilib, to'p qabul qilish taqlidi (o'g'il bolalar) va 1 marta o'ng tomon bo'ylab, 1 marta chap tomon bo'ylab orqaga yiqilib, to'p qabul qilish taqlidi (qizlar uchun)ni bajarish va 1,5 zonalarga 2 martadan. Izoh: har bir zonaga to'p kiritishdan oldin taqlidiy mashqlar bajariladi				3-test :4 zonadan 1, 5 zonalarga 2 martadan hujum zarbasini ijro etish (imtihon oluvchi ko'rsatmasiga muvofiq)			
Natija	Ball	Texnika uchun ball	Test uchun umumiy ball	Natija	Ball	Texnika uchun ball	Test uchun umumiy ball	Natija	Ball	Texnika uchun ball	Test uchun umumiy ball
30	18	0-10	28	4	18	0-10	28	4	27	0-10	37
29	17,4	0-10	27,4	3	12	0-10	22	3	20	0-10	30
28	16,8	0-10	26,8	2	6	0-10	16	2	13	0-10	23
27	16,2	0-10	26,2	1	1	0-10	11	1	6	0-10	16
26	15,6	0-10	25,6	0	0	0	0	0	0	0-10	0
25	15	0-10	25								
24	14,4	0-10	24,4								
23	13,8	0-10	23,8								
22	13,2	0-10	23,2								
21	12,6	0-10	22,6								
20	12	0-10	22								
19	11,4	0-10	21,4								
18	10,8	0-10	20,8								

17	10,2	0-10	20,2									
16	9,6	0-10	19,6									
15	9	0-10	19									
14	8,4	0-10	18,4									
13	7,8	0-10	17,8									
12	7,2	0-10	17,2									
11	6,6	0-10	16,6									
10	6	0-10	16									
9	5,4	0-10	15,4									
8	4,8	0-10	14,8									
7	4,2	0-10	14,2									
6	3,6	0-10	13,6									
5	3	0-10	13									
4	2,4	0-10	12,4									
3	1,8	0-10	11,8									
2	1,2	0-10	11,2									
1	0,6	0-10	10,6									
0	0	0	0									

Har bir test mashqi son, vaqt hamda texnik jihatlardan to'g'ri va maksimal natija bilan bajarilsa, maksimal ball qo'yiladi. Lekin test mashqini bajarishda yo'l qo'yilgan har bir texnik xato uchun 1 ball olib tashlanadi, 10 ta texnik xato – minus 10 ball.

1-test – 18 ball va texnika uchun – 10 ball, jami – 28 ball.

1-test: Yuqoridan va pastdan ketma-ket ikki qo'llab diametri 2 m doira chiziq ichida o'z ustida to'p uzatish (15 martadan 30 marta)dagi texnik xatolar:

1. Oyoqlar yozilgan holatda (tik) to'p uzatish;
2. Oyoqlar faqat bukilgan holatda to'p uzatish;
3. Qo'llarni to'pga oldinma-keyin tegishi;
4. To'pni kaft bilan uzatish;
5. To'pni pastdan uzatishda doiradan chiqib ketish;
6. To'pni 3 metrdan kam uzatish;
7. Gavdani o'ng yoki chap tomonidan to'p uzatish;
8. Pastdan to'p uzatishda qo'lni bukilishi;
9. Pastdan to'p uzatishda to'pni sirpanib harakatlanishi;
10. Bir qo'lda to'p uzatish

Izoh: Testni bajarishda doiradan chiqib ketish qayta takrorlash huquqini bermaydi, test to'xtatiladi. Testni bajarish paytida to'pni ilib va to'pni erga tushurib yuborish qayta takrorlash huquqini bermaydi. Ikki marta tepadan yoki ikki marta pastdan ketma-ket to'p uzatilganda, test to'xtatiladi.

2-test – 18 ball va texnika uchun – 10 ball, jami – 28 ball.

2-test: 1 marta o'ng tomon bo'ylab, 1 marta chap tomon bo'ylab belga yiqilib, to'p qabul qilish taqlidi (qizlar uchun) va 1 marta o'ng tomon bo'ylab, 1 marta chap tomon bo'ylab ko'krakka yiqilib, to'p qabul qilish taqlidi (o'g'il bolalar)ni bajarish va 1, 5 zonalarga 2 martadan, jami 4 marta to'p kiritish texnik xatolar:

1. Zarba berish vaqtida chiziqni bosish;
2. Zarba berish vaqtida 9 mli zonadan chiqib ketish;
3. To'p kiritishni ilib uzatish;
4. To'pni qo'ldan o'yinga kiritish;
5. To'pni pastdan va yondan o'yinga kiritish;
6. To'pni 8 sekund ichida o'yinga kiritish;
7. To'pni o'yinga kiritish paytida uni ilib olish, xato deb, topiladi;
8. To'p kiritishda tana qismining nomuvofiqligi;
9. To'p kiritishda, bir vaqtning o'zida maydonga qadam bosish;
10. Kiritilgan to'pning 1, 5 zonalari chegaralovchi chiziq ustiga tushishi.

Izoh: To'pni o'yinga kiritish imtihon oluvchining ko'rsatmasiga binoan bajariladi. Har bir zonaga to'p kiritishdan oldin taqlidiy mashq bajariladi.

3-test – 27 ball texnika uchun – 10 ball, jami – 37 ball.

3-test: Imtihon oluvchining ko'rsatmasiga, asosan 4 zonadan 1, 5 zonalarga hujum zarbasini aniq ijro etish (har zonaga 2 martadan – 4 imkoniyatdan)dagi texnik xatolar:

1. Zarba berish vaqtida to'rga qo'l va to'pni tegib ketish;
2. Zarba berish vaqtida qo'lni bukish;
3. Chegaralovchi lenta va antennadan tashqari zarba berish;
4. Qo'nish vaqtida o'rta chiziqni bosib o'tib ketish;
5. To'pni ilib zarba berish;
6. Noto'g'ri qadam tashlab, yugurib kelib noto'g'ri sakrab zarba berish;
7. Kiritilgan to'pning 1, 5 zonalari chegaralovchi chiziq ustiga tushishi;
8. 3-zonadan hujum zarbasini berish;
9. Imtihon oluvchining ko'rsatmasidan avval to'pga zarba berish;
10. Vazifada belgilangan zonadan boshqa zonaga zarba berish.

Izoh: Faqat to'g'ri uzatilgan to'pdan zarba berish mumkin, abituriyent to'p uzatuvchini o'zi tanlashi mumkin. Hujum zarbasi aniq, to'pni yuqoridan pastga va kuchli zarba berganda hisoblanadi.

Umumiy izoh:

1. Abituriyentga testdan oldin 10 daqiqa qizib olish uchun vaqt beriladi.
2. Bir testni bajarish uchun faqat bir marta imkoniyat beriladi.
3. Barcha test natijalarining maksimal bali – 93.

**2026/2027 O'QUV YILI UCHUN VOLEYBOL IXTISOSLIGIDAN KASBIY (IJODIY)
IMTIHONLARINING ME'YORIY TALABLARI VA BAHOLASH MEZONLARI**

(Jismoniy tayyorgarlik bo'yicha maksimal ball - 63 ball)

Erkaklar va ayollar uchun

1-test: «Archasimon» yo'nalishda yugurish testi (92 m)			2-test :Sakrash chidamkorligi: qabul qilish tartibi – tekshiriluvchi ikki qo'lini vertikal ko'taradi; qo'llar barmoqlaridan o'g'il bolalarga 40 sm., qiz bolalarga 30 sm. to'ldirma to'p osiladi; signal berilishi bilan u maksimal marta sakrab to'ldirma to'pga ikki qo'lini tekkizishi kerak. Qo'llar to'ldirma to'pga tegmay qolsa test to'xtatiladi va sakrash soni aniqlanadi.		
Natija (o'g'il bolalar)	Natija (qiz bolalar)	Ball	Natija (o'g'il bolalar)	Natija (qiz bolalar)	Ball
23	25	30	35	30	33
23,10	25,10	29,4	34	29	31
23,20	25,20	28,8	33	28	29
23,30	25,30	28,2	32	27	27
23,40	25,40	27,6	31	26	25
23,50	25,50	27	30	25	23
23,60	25,60	26,4	29	24	21
23,70	25,70	25,8	28	23	19
23,80	25,80	25,2	27	22	17
23,90	25,90	24,6	26	21	15
24	26	24	25	20	13
24,10	26,10	23,4	24	19	11
24,20	26,20	22,8	23	18	9
24,30	26,30	22,2	22	17	7
24,40	26,40	21,6	21	16	5
24,50	26,50	21	20	15	3
24,60	26,60	20,4	19	14	1
24,70	26,70	19,8	18 va kam	13 va kam	0
24,80	26,80	19,2			
24,90	26,90	18,6			
25	27	18			
25,10	27,10	17,4			
25,20	27,20	16,8			
25,30	27,30	16,2			
25,40	27,40	15,6			
25,50	27,50	15			
25,60	27,60	14,4			
25,70	27,70	13,8			
25,80	27,80	13,2			
25,90	27,90	12,6			
26	28	12			
26,10	28,10	11,4			
26,20	28,20	10,8			

26,30	28,30	10,2			
26,40	28,40	9,6			
26,50	28,50	9			
26,60	28,60	8,4			
26,70	28,70	7,8			
26,80	28,80	7,2			
26,90	28,90	6,6			
27	29	6			
27,10	29,10	5,4			
27,20	29,20	4,8			
27,30	29,30	4,2			
27,40	29,40	3,6			
27,50	29,50	3			
27,60	29,60	2,4			
27,70	29,70	1,8			
27,80	29,80	1,2			
27,90	29,90	0,6			
28 dan yuqori	30 dan yuqori	0			

1-testda ko'rsatilgan maksimal natija uchun – 30 ball.

1-test: Archasimon yo'nalishda makkisimon yugurish – 92m, (sek.) dagi texnik xatolar:

Testni o'tkazish shartlari:

1. Startda va yon chiziqlarda joylashtirilgan to'ldirma to'plarga qo'l tekkizilishi shart;
2. Biron-bir to'ldirma to'pga yugurilmay va qo'l tegmay qolsa, natija hisobga olinmaydi.
3. Markazda joylashgan yuz chiziqda turgan to'ldirma to'pga qo'li tekkanda sekundomer to'xtatiladi.

2-testda ko'rsatilgan maksimal natija uchun – 33 ball.

2-test: Sakrash chidamkorligi: qabul qilish tartibi – tekshiriluvchi ikki qo'lini vertikal ko'taradi; qo'llar o'g'il bolalarga 40 sm., qiz bolalarga 30 sm. to'ldirma to'p osiladi; signal berilishi bilan u maksimal marta sakrab to'ldirma to'pga ikki qo'lini tekkizishi kerak. Qo'llar to'ldirma to'pga tegmay qolsa test to'xtatiladi va sakrash soni aniqlanadigan testdagi texnik xatolar.

Testni o'tkazish shartlari:

1. Signal berilishi bilan u maksimal marta sakrab to'ldirma to'pga ikki qo'lini tekkazishi kerak;
2. Ikki qo'llar to'ldirma to'pga tegmay qolsa test to'xtatiladi;
3. Sakrashda ikki marta sapchib sakraganda test to'xtatiladi;
4. Uzoq vaqt o'tirib sakrashga tayyorlanganda test to'xtatiladi;
5. Sakrab ikki qo'lab to'pga tekkazish soni aniqlanadi.

Umumiy izoh:

1. Abituriyentga testdan oldin 10 min. razminka beriladi.
2. 1 va 2 testlarni bajarish uchun faqat bir marta imkoniyat beriladi.
3. Barcha test natijalarining maksimal bali – 63.

Kafedra mudiri

Imzo

F.I.Sh