

O‘ZBEKISTON RESPUBLIKASI SPORT VAZIRLIGI

**O‘ZBEKISTON RESPUBLIKASI
OLIV 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



“ 18 ” 2025-y

“Kelishildi”

O‘zbekiston Respublikasi
Oliy ta’lim, fan va
innovatsiyalar vazirligi



2025-y

“Tasdiqlayman”

O‘zbekiston Respublikasi
Sport vaziri o‘rinbosari

Sh. Maxmudov



“ 18 ” 04 2025-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 stend otish, o‘zbek jang sana’ti, kriket), 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. 2025 yil ____dagi ____-sonli majlis bayoni.

O‘zbekiston Respublikasi xududlarida 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 hamd 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” **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‘risidagi” **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‘risidagi” **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 tayorlash 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 assosatsiyalar, sport federatsiyalar, oliy sport mahorati maktablar va sport maktablar takliflari inobatga olingan hamda ular tomonidan taqrizlar berilgan.

Dastur 61010300–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-rum 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 stendan o‘q otish, o‘zbek jang sana’ti, kriket, 61010300–Adaptiv jismoniy tarbiya va sport kabi sport turlari bo‘yicha (kasbiy) ijodiy imtihonlarni o‘tkazish tartibi, abuturiyentlarning jismoniy tarbiya va sport sohasidagi amaliy mahorati, ko‘nikma va malakalariga qo‘yilgan talablar hamda baholash mezonlari o‘z aksini topgan.

2025/2026 O'QUV YILI UCHUN KUNDUZGI TA'LIM **BOKS** IXTISOSLIGI
BO'YICHA KASBIY (IJODIY) IMTIHONLARNING ME'YORIY
TALABLARI VA BAHOLASH MEZONLARI
(Ixtisoslik bo'yicha maksimal ball - 93)

Erkaklar va ayollar uchun

1. "Soya bilan jang"da boksning texnik va taktik harakatlarini baholash.

Barcha texnik va taktik harakatlarning to'g'ri bajarilishi maksimal – **24 ball**.

Bitta texnik yoki taktik harakat noto'g'ri bajarilgan, yoki bajarilmagan taqdirda quyidagi ballar **olib tashlanadi**:

- 1) chalg'ituvchi harakatlar - 2 ball.
- 2) masofa manyovri -2 ball.
- 3) frontal manyovr - 2 ball.
- 4) flang manyovri - 2 ball.
- 5) hujum qilish harakatlari – 2 ball.
- 6) seriyali zarbalar – 2 ball.
- 7) kombinatsiyalashgan zarbalar – 2 ball.
- 8) hujum va himoyada qo'l va oyoqlarni mutanosib harakatlantirish – 2 ball.
- 9) himoyalaniş harakatlari – 2 ball.
- 10) qarshi hujum – 2 ball.
- 11) hujum va himoyalarda zarur masofani yo'qotish – 2 ball.
- 12) noaniq, katta quloqlar bilan va muvozanatni yo'qotgan holda zarbalar bajarish – 2 ball.
- 13) Hammasi to'g'ri bajarildi – 0 ball.

2. Sherik bilan "shartli jang"da kombinatsiyalashgan hujum va himoyalanişda texnik-taktik harakatlarni baholash.

Barcha texnik-taktik harakatlarning to'g'ri bajarilishi maksimal – **20 ball**.

Bitta texnik-taktik harakat noto'g'ri bajarilgan yoki bajarilmagan taqdirda quyidagi ballar **olib tashlanadi**:

- 1) tayyorlov harakatlari – 2 ball.
- 2) chalg'ituvchi harakatlar – 2 ball.
- 3) shaxsiy hujum bilan yaqindan turib jang qilishga o'tish – 2 ball.
- 4) raqib hujumiga qarshi yaqindan turib jang qilishga o'tish - 2 ball.
- 5) yaqindan turib jang qilishdan chiqish – 2 ball.
- 6) yaqin jangda himoyalana olish - 5 ball.
- 7) kechikib reaksiya qilishlar, aniq zarbalarni o'tkazib yuborish-5 ball.
- 8) Hammasi to'g'ri bajarildi – 0 ball.

3. Raqib bilan bellashuv "erkin jang"da boksning texnik-taktik harakatlari samaradorligini baholash.

Jangovar harakatlarning butun texnik va taktik arsenalini, himoyadagi to'g'ri hamda o'z vaqtida bajarilgan harakatlarni namoyish qilish uchun – **25 ball**.

Xatolar uchun quyidagi ballar olib tashlanadi:

- 1) harakatlanish texnikasini bajarishdagi xatolar - 1 ball.
- 2) zarba berish texnikasini bajarishdagi xatolar - 2 ball.
- 3) himoyalaniş harakatlari texnikasini bajarishdagi xatolar - 3 ball.
- 4) tayyorlov, razvedka qilish va chalg'ituvchi harakatlarni bajarishdagi

xatolar - 3 ball.

5) taktik fikrlashning yo'qligi – 3 ball.

6) 1 ta ogohlantirish olish – 5 ball.

7) 2 ta ogohlantirish olish – 8 ball.

8) Hammasi to'g'ri bajarildi – 0 ball.

4. Raqib bilan bellashuvda, "erkin jang"da, boksning psixologik va maxsus jismoniy tayyorgarligini baholash (24 ball).

Xatolar uchun quyidagi ballar olib tashlanadi:

1) noaniq zarbalar - 1 ball.

2) sho'ng'ib ketishlar - 3 ball.

3) yiqilishlar - 1 ball.

4) aniq zarbalar o'tkazib yuborish - 5 ball.

5) "ochiq" qo'lqop bilan zarbalar – 5 ball.

6) beldan past qismiga zarbalar – 4 ball.

7) bosh bilan havfli harakatlarni bajarish - 5 ball.

8) Hammasi to'g'ri bajarildi – 0 ball.

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

Erkaklar va ayollar uchun

1. 30 m. ga past startdan yugurish (soniya) (maksimal -21 ball)

Ballar	Erkaklar uchun		
	50-65 kg.	70-80 kg.	85 - +90 kg.
21	... -4,05	... -4,10	... -4,20
19	4,06-4,15	4,11-4,20	4,21-4,30
17	4,16-4,25	4,21-4,30	4,31-4,40
15	4,26-4,35	4,31-4,40	4,41-4,50
13	4,36-4,45	4,41-4,50	4,51-4,55
11	4,46-4,50	4,51-4,55	4,56-4,60
9	4,51-4,55	4,56-4,60	4,61-4,65
7	4,56-4,60	4,61-4,65	4,66-4,70
5	4,61-4,65	4,66-4,70	4,71-4,75
3	4,66-4,70	4,71-4,75	4,76- 4,80
1	4,71-4,75	4,76- 4,80	4,81-4,85
0	4,76- ...	4,81-...	4,86-...
Ballar	Ayollar uchun		
	48-57 kg.	60-70 kg.	75 - +80 kg.
21	...-4,60	... -4,70	...-4,80
19	4,61-4,70	4,71-4,80	4,81-4,90
17	4,71-4,80	4,81-4,90	4,91-5,00
15	4,81-4,90	4,91-5,00	5,01-5,05
13	4,91-5,00	5,01-5,05	5,06-5,10
11	5,01-5,05	5,06-5,10	5,11-5,15
9	5,06-5,10	5,11-5,15	5,16-5,20
7	5,11-5,15	5,16-5,20	5,21-5,25
5	5,16-5,20	5,21-5,25	5,26-5,30
3	5,21-5,25	5,26-5,30	5,31-5,35
1	5,26-5,30	5,31-5,35	5,36-5,40
0	5,31-	5,36 - ...	5,41-...

**2. Gimnastik devorda oyoqlarni ko'tarib tushurish (maksimal - 21 ball)
90° da tizzalarni bukmasdan**

Ballar	Erkaklar uchun		
	50-65 kg.	70-80 kg.	85 - +90 kg.
21	45+	43+	41+
20	44	42	40
19	43	41	39
18	42	40	38
17	41	39	37
16	40	38	36
15	39	37	35

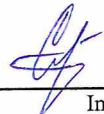
14	38	36	34
13	37	35	33
12	36	34	32
11	35	33	31
10	34	32	30
9	33	31	29
8	32	30	28
7	31	29	27
6	30	28	26
5	29	27	25
4	28	26	24
3	27	25	23
2	26	24	22
1	25	23	21
0	24	22	20
Ballar	Ayollar uchun		
	48-57 kg.	60-70 kg.	75 - +80 kg.
21	40-...	38-...	36-...
20	39	37	35
19	38	36	34
18	37	35	33
17	36	34	32
16	35	33	31
15	34	32	30
14	33	31	29
13	32	30	28
12	31	29	27
11	30	28	26
10	29	27	25
9	28	26	24
8	27	25	23
7	26	24	22
6	25	23	21
5	24	22	20
4	23	21	19
3	22	20	18
2	21	19	17
1	20	18	16
0	...-19	...-17	...-15

3. Turnikda tortilish (marta) (maksimal -21 ball)

Ballar	Erkaklar uchun		
	50-65 kg.	70-80 kg.	85 - +90 kg.

21	20-21	19-20	18-19
19	18-19	17-18	16-17
17	16-17	15-16	14-15
15	14-15	13-14	12-13
13	13	11-12	10-11
11	11-12	9-10	8-9
9	9-10	8	7
7	8	7	6
5	7	6	5
3	6	5	4
1	5	4	3
0	4	3	2
Ballar	Ayollar uchun		
	48-57 kg.	60-70 kg.	75 - +80 kg.
21	17-...	16-...	15-...
19	15-16	14-15	13-14
17	13-14	12-13	11-12
15	11-12	10-11	9-10
13	9-10	8-9	7-8
11	8-9	6-7	6
9	6-7	5	5
7	4-5	4	4
5	3	3	3
3	2	2	2
1	1	1	1
0	0	0	0

Kafedra mudiri


Imzo


F.I.Sh