

**O‘ZBEKISTON RESPUBLIKASI
MAKTABGACHA VA MAKTAB TA’LIMI VAZIRLIGI**

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

**NIZOMIY NOMIDAGI
O‘ZBEKISTON MILLIY PEDAGOGIKA UNIVERSITETI**

“Tasdiqlayman”

Nizomiy nomidagi
O‘zbekiston milliy
pedagogika universiteti



“Kelishildi”

Maktabgacha va
maktab ta’limi
vazirligi



“Kelishildi”

Oliy ta’lim, fan va
innovatsiyalar vazirligi



**KASBIY (IJODIY) IMTIHON
DASTURI VA BAHOLASH MEZONLARI
(Kunduzgi ta’lim uchun)**

Jismoniy tarbiya fani (Yengil atletika) fanlari

60111200 – Jismoniy madaniyat
bakalavriat ta’lim yo‘nalishi uchun

Dastur va baholash mezonlari Nizomiy nomidagi O‘zbekiston milliy pedagogika universiteti O‘quv-uslubiy kengashining 2026-yil “10” iyundagi 11-son qarori bilan tasdiqlangan.

Tuzuvchilar:

- **E.M.Soatov**
O‘zMPU, “Jismoniy tarbiya va sport” kafedrası mudiri,
p.f.f.d., (PhD).
- **F.T.Miraxmedov**
O‘zMPU, “Jismoniy tarbiya va sport” kafedrası
professori
- **T.B.Zayniddinov**
O‘zMPU, “Jismoniy tarbiya va sport” kafedrası
professori v.b.

Taqrizchi:

- **F.Q.Axmedov**
A.Qodiriy nomli JDPU, Jismoniy madaniyat fakulteti
dekani, p.f.n., professor.
- **J.Q.Xurramov**
Qarshi davlat universiteti, “Sport faoliyati” kafedrası
mudiri,p.f.f.d., (PhD), professor.

KIRISH

60111200 – «Jismoniy madaniyat» ta'lim yo'nalishi bo'yicha kasbiy (ijodiy) imtihon dasturi umumiy o'rta va o'rta maxsus kasb-hunar ta'limi jismoniy tarbiya dasturlari asosida tuzilgan bo'lib, abituriyentlarning jismoniy mashqlarni bajarishdagi amaliy harakat ko'nikma va malakalarini darajasini aniqlash hamda baholashga mo'ljallangan.

Dasturda kasbiy (ijodiy) imtihonni o'tkazish tartibi, abituriyentlarning bilim, ko'nikma va malakalariga qo'yilgan talablar hamda ularni baholash mezonlari o'z aksini topgan.

I. Abituriyent bilimiga qo'yiladigan talablar.

Dasturda jismoniy tarbiya fanidan kasbiy (ijodiy) imtihon jarayonida quyidagi vazifalarni amalga oshirish ko'zda tutilgan.

Yengil atletika turlari bo'yicha;

- 100 metrga yugurish bo'yicha sinov-nazorat mashqini tashkil qilish va o'tkazish;
- 1000 metrga yugurish bo'yicha sinov-nazorat mashqini tashkil qilish va o'tkazish.

Kasbiy (ijodiy) imtihon uchun – **156 ball** ajratilgan bo'lib, turlar bo'yicha ballar quyidagicha taqsimlangan:

1. 100 metrga yugurish – 93 ball
2. 1000 metrga yugurish – 63 ball

Yengil atletika bo'yicha 100 va 1000 metrga yugurish qobiliyatini aniqlash yuzasidan kasbiy (ijodiy) imtihonning baholash

M E Z O N L A R I

YENGIL ATLETIKA – 156 ball

(Erkaklar)

№	Sinov-nazorat mashqlarini topshirish me'yorlari (erkaklar uchun)			
	100 metrga yugurish (soniya hisobida) maksimal 93 ball		1000 metrga yugurish (daqiq va soniya hisobida) maksimal 63 ball	
	Natijalar	Ballar	Natijalar	Ballar
1.	11,49 va undan yaxshi	93	2,44 va undan yaxshi	63
2.	11,50	92	2,47	62
3.	11,55	91	2,50	61
4.	11,60	90	2,53	60
5.	11,65	89	2,56	59
6.	11,70	88	2,59	58

7.	11,75	87	3,02	57
8.	11,80	86	3,05	56
9.	11,85	85	3,08	55
10.	11,90	84	3,11	54
11.	11,95	83	3,14	53
12.	12,00	82	3,17	52
13.	12,05	81	3,20	51
14.	12,10	80	3,23	50
15.	12,15	79	3,26	49
16.	12,20	78	3,29	48
17.	12,25	77	3,32	47
18.	12,30	76	3,35	46
19.	12,35	75	3,38	45
20.	12,40	74	3,41	44
21.	12,45	73	3,44	43
22.	12,50	72	3,47	42
23.	12,55	71	3,50	41
24.	12,60	70	3,53	40
25.	12,65	69	3,56	39
26.	12,70	68	3,59	38
27.	12,75	67	4,02	37
28.	12,80	66	4,05	36
29.	12,85	65	4,08	35
30.	12,90	64	4,11	34
31.	12,95	63	4,14	33
32.	13,00	62	4,17	32
33.	13,05	61	4,20	31
34.	13,10	60	4,23	30
35.	13,15	59	4,26	29
36.	13,20	58	4,29	28
37.	13,25	57	4,32	27
38.	13,30	56	4,35	26
39.	13,35	55	4,38	25
40.	13,40	54	4,41	24
41.	13,45	53	4,44	23
42.	13,50	52	4,47	22
43.	13,55	51	4,50	21
44.	13,60	50	4,53	20
45.	13,65	49	4,56	19
46.	13,70	48	4,59	18
47.	13,75	47	5,02	17
48.	13,80	46	5,05	16
49.	13,85	45	5,08	15

50.	13,90	44	5,11	14
51.	13,95	43	5,14	13
52.	14,00	42	5,17	12
53.	14,05	41	5,20	11
54.	14,10	40	5,23	10
55.	14,15	39	5,26	9
56.	14,20	38	5,29	8
57.	14,25	37	5,32	7
58.	14,30	36	5,35	6
59.	14,35	35	5,38	5
60.	14,40	34	5,41	4
61.	14,45	33	5,44	3
62.	14,50	32	5,47	2
63.	14,55	31	5,50	1
64.	14,60	30	5,51 va undan ko‘p	0
65.	14,65	29		
66.	14,70	28		
67.	14,75	27		
68.	14,80	26		
69.	14,85	25		
70.	14,90	24		
71.	14,95	23		
72.	15,00	22		
73.	15,05	21		
74.	15,10	20		
75.	15,15	19		
76.	15,20	18		
77.	15,25	17		
78.	15,30	16		
79.	15,35	15		
80.	15,40	14		
81.	15,45	13		
82.	15,50	12		
83.	15,55	11		
84.	16,00	10		
85.	16,05	9		
86.	16,10	8		
87.	16,15	7		
88.	16,20	6		
89.	16,25	5		
90.	16,30	4		
91.	16,35	3		

92.	16,40	2		
93.	16,45	1		
94.	16,46 va undan ko'p	0		

YENGIL ATLETIKA
(Ayollar)

№	Sinov-nazorat mashqlarini topshirish me'yorlari (ayollar uchun)			
	100 metrga yugurish (soniya hisobida) maksimal 93 ball		1000 metrga yugurish (daqiq va soniya hisobida) maksimal 63 ball	
	Natijalar	Ballar	Natijalar	Ballar
1.	13,49 va undan yaxshi	93	3,10 va undan yaxshi	63
2.	13,50	92	3,13	62
3.	13,55	91	3,17	61
4.	13,60	90	3,20	60
5.	13,65	89	3,23	59
6.	13,70	88	3,26	58
7.	13,75	87	3,29	57
8.	13,80	86	3,32	56
9.	13,85	85	3,35	55
10.	13,90	84	3,38	54
11.	13,95	83	3,41	53
12.	14,00	82	3,44	52
13.	14,05	81	3,47	51
14.	14,10	80	3,50	50
15.	14,15	79	3,53	49
16.	14,20	78	3,56	48
17.	14,25	77	3,59	47
18.	14,30	76	4,02	46
19.	14,35	75	4,05	45
20.	14,40	74	4,08	44
21.	14,45	73	4,11	43
22.	14,50	72	4,14	42
23.	14,55	71	4,17	41
24.	14,60	70	4,20	40
25.	14,65	69	4,23	39
26.	14,70	68	4,26	38
27.	14,75	67	4,29	37
28.	14,80	66	4,32	36
29.	14,85	65	4,35	35
30.	14,90	64	4,38	34

31.	14,95	63	4,41	33
32.	15,00	62	4,44	32
33.	15,05	61	4,47	31
34.	15,10	60	4,50	30
35.	15,15	59	4,53	29
36.	15,20	58	4,56	28
37.	15,25	57	4,59	27
38.	15,30	56	5,02	26
39.	15,35	55	5,05	25
40.	15,40	54	5,08	24
41.	15,45	53	5,11	23
42.	15,50	52	5,14	22
43.	15,55	51	5,17	21
44.	15,60	50	5,20	20
45.	15,65	49	5,23	19
46.	15,70	48	5,26	18
47.	15,75	47	5,29	17
48.	15,80	46	5,32	16
49.	15,85	45	5,35	15
50.	15,90	44	5,38	14
51.	15,95	43	5,41	13
52.	16,00	42	5,44	12
53.	16,05	41	5,47	11
54.	16,10	40	5,50	10
55.	16,15	39	5,53	9
56.	16,20	38	5,55	8
57.	16,25	37	5,58	7
58.	16,30	36	6,01	6
59.	16,35	35	6,04	5
60.	16,40	34	6,07	4
61.	16,45	33	6,10	3
62.	16,50	32	6,13	2
63.	16,55	31	6,16	1
64.	16,60	30	6,17 va undan ko‘p	0
65.	16,65	29		
66.	16,70	28		
67.	16,75	27		
68.	16,80	26		
69.	16,85	25		
70.	16,90	24		
71.	16,95	23		
72.	17,00	22		

73.	17,05	21		
74.	17,10	20		
75.	17,15	19		
76.	17,20	18		
77.	17,25	17		
78.	17,30	16		
79.	17,35	15		
80.	17,40	14		
81.	17,45	13		
82.	17,50	12		
83.	17,55	11		
84.	18,00	10		
85.	18,05	9		
86.	18,10	8		
87.	18,15	7		
88.	18,20	6		
89.	18,25	5		
90.	18,30	4		
91.	18,35	3		
92.	18,40	2		
93.	18,45	1		
94.	18,46 va undan ko‘p	0		

II. Kasbiy (ijodiy) imtihon o‘tkazish tartibi

Barcha imtihon sinovlariga abituriyentlar o‘zi bilan sport kiyimi (ust-bosh kiyim, sport poyabzali) hamda shaxsini tasdiqlovchi hujjatlarini (pasport, qabul hay’ati tomonidan berilgan tilxat va ruxsatnoma) olib kelishi va imtihon komissiyasiga taqdim etishi shart, aks holda abituriyent imtihonga qo‘yilmaydi.

Kasbiy (ijodiy) imtihon sinovlari bir kun davomida (**kuni va vaqti ko‘rsatilgan holda tasdiqlangan jadval asosida**) belgilangan muddatlarda o‘tkaziladi.

Yengil atletika turlari bo‘yicha:

100 metrga yugurish. Pastki start. Abituriyentlar ro‘yxatga ko‘ra yugurish uchun 2 kishidan ajratiladi. Ushbu mashqni bajarish uchun har bir abituriyentga **bir martadan** urinish beriladi. Yugurish vaqtida har bir abituriyent o‘ziga belgilangan yo‘lakdan yugurishi shart. Boshqa yo‘lakka o‘tib ketsa va yonida yugurayotgan sherigiga halaqit bersa natija hisobga olinmaydi.

1000 metrga yugurish. Yuqori start. Har bir yugurishda 6-10 nafar abituriyent qatnashadi. Start va finish (marra) chiziqlari joylari aniq belgilangan bo‘lishi shart. Masofani bosib o‘tish davomida yugurishdan yurish holatiga o‘tgan yoki yugurish yo‘lagidan chiqib ketgan abituriyentning natijasi hisobga olinmaydi.

III. Kasbiy (ijodiy) imtihonlar natijalar bo'yicha apellyatsiya tartibi

Abituriyentlar tomonidan kasbiy (ijodiy) imtihon natijalari bo'yicha universitet qabul komissiyasining apellyatsiyalar bilan ishlash hay'atiga natijalar e'lon qilingan kundan boshlab 24 soat davomida murojaat qilishlari mumkin.

Murojaatlar faqat ularning baholari va kasbiy imtihon bilan bog'liq bo'lgan taqdirda qabul qilinadi, ammo boshqa abituriyentlarning ijodiy ishlari to'g'risida shikoyatlar qabul qilinmaydi.