

**BADMINTON BO'YICHA KASBIY (IJODIY) IMTIXONLARNING ME'YORIY
TALABLARI VA BAHOLASH MEZONLARI**
(kunduzgi, sirtqi ta'lim erkaklar uchun)
Jismoniy tayyorgarlik bo'yicha maksimal ball 63

№	Me'yor mazmuni							
	1 Turnikda tortilish (marotaba.)*				(Maksimal ball – 21)			
Erkaklar								
Natija	Ball	Natija	Ball	Natija	Ball	Natija	Ball	
21	21	15	15	9	9	3	3	
20	20	14	14	8	8	2	2	
19	19	13	13	7	7	1	1	
18	18	12	12	6	6	0	0	
17	17	11	11	5	5			
16	16	10	10	4	4			

Izoh: Turnikga qo'llarda osilgan holda harakat bajariladi. Gavdani siltalamagan holda bajarilgan mashqlar baholanadi. Shuningdek tortilgan paytda daxon faqat turnikdan yuqoriga o'tgan holati hisoblanadi. Mashq bajarilayotgan paytda gavdani to'g'ri ushlab qo'llarni oxirigacha bukish va gavdani to'g'ri ushlab qo'llarni oxirigacha to'g'ri holatga keltirish.

2	Moksimon yugurish 6x5 metr.				(Maksimal ball – 21)			
	Erkaklar							
Natija	Ball	Natija	Ball	Natija	Ball	Natija	Ball	
8,00	21	8,35	15	8,65	9	8,95	3	
8,10	20	8,40	14	8,70	8	9,00	2	
8,15	19	8,45	13	8,75	7	9,01	1	
8,20	18	8,50	12	8,80	6	9,02	0	
8,25	17	8,55	11	8,85	5			
8,30	16	8,60	10	8,90	4			

Izoh: Mashq nazorat chizig'idan yuqori startdan boshlanadi "Start", "Marsh" komandasi bilan startni boshlaydilar. Tekkis maydonda 5 m masofadagi oralig'idagi belgilangan chiziqqa qo'l yoki oyoqni tekkizib orqaga qaytish xuddi shu tarzda 3 ta uzulishni amalga oshiradilar.

**Badminton, tennis nazariyasi
va uslubiyati kafedrasi mudiri**



Sh. Pulatov

3									
Turgan joydan uzunlikka sakrash.					(Maksimal ball – 21)				
Erkaklar									
Natija	Ball	Natija	Ball	Natija	Ball	Natija	Ball	Natija	Ball
2,70	21,0	2,45	16,7	2,20	10,9	1,95	5,0	1,70	0,0
2,69	20,9	2,44	16,5	2,19	10,7	1,94	4,8		
2,68	20,7	2,43	16,3	2,18	10,3	1,93	4,6		
2,67	20,3	2,42	16,0	2,17	10,0	1,92	4,4		
2,66	20,0	2,41	15,9	2,16	9,9	1,91	4,2		
2,65	19,9	2,40	15,7	2,15	9,7	1,90	4,0		
2,64	19,7	2,39	15,5	2,14	9,3	1,89	3,8		
2,63	19,3	2,38	15,3	2,13	9,0	1,88	3,6		
2,62	19,2	2,37	15,0	2,12	8,9	1,87	3,4		
2,61	19,1	2,36	14,9	2,11	8,7	1,86	3,2		
2,60	19,0	2,35	14,7	2,10	8,3	1,85	3,0		
2,59	18,9	2,34	14,3	2,09	8,0	1,84	2,8		
2,58	18,8	2,33	14,0	2,08	7,9	1,83	2,6		
2,57	18,7	2,32	13,9	2,07	7,7	1,82	2,4		
2,56	18,6	2,31	13,7	2,06	7,3	1,81	2,2		
2,55	18,5	2,30	13,3	2,05	7,0	1,80	2,0		
2,54	18,4	2,29	13,0	2,04	6,8	1,79	1,8		
2,53	18,3	2,28	12,9	2,03	6,6	1,78	1,6		
2,52	18,2	2,27	12,7	2,02	6,4	1,77	1,4		
2,51	18,1	2,26	12,3	2,01	6,2	1,76	1,2		
2,50	17,9	2,25	12,0	2,00	6,0	1,75	1,0		
2,49	17,6	2,24	11,9	1,99	5,8	1,74	0,8		
2,48	17,3	2,23	11,7	1,98	5,6	1,73	0,6		
2,47	17,0	2,22	11,3	1,97	5,4	1,72	0,4		
2,46	16,9	2,21	11,0	1,96	5,2	1,71	0,2		

Izoh: Oyoqlar chiziq oldida turadi bajarish oldidan ikki oyoqlar bilan tepsingan holda sakrab ikki oyoq bilan belgilangan masofaga tushadi, bunda hisob orqada qolgan tana qismidan hisoblanadi sportchiga 3ta imkoniyat beriladi.

**Badminton, tennis nazariyasi
va uslubiyati kafedrasi mudiri**



Sh.Pulatov

**BADMINTON BO'YICHA KASBIY (IJODIY) IMTIXONLARNING ME'YORIY
TALABLARI VA BAHOLASH MEZONLARI**
(kunduzgi, sirtqi ta'lim ayollar uchun)
Jismoniy tayyorgarlik bo'yicha maksimal ball 63

№	Me'yor mazmuni							
	1	Qo'llarga tayangan holda qo'llarni bukish va yozish. (<i>marotaba</i>)						
(Maksimal ball – 21)								
Ayollar								
Natija		Ball	Natija	Ball	Natija	Ball	Natija	Ball
30		21	24	15	18	9	12	3
29	20	23	14	17	8	11	2	
28	19	22	13	16	7	10	1	
27	18	21	12	15	6	9	0	
26	17	20	11	14	5			
25	16	19	10	13	4			

Izoh: Qo'llarga tayangan holda qo'llarni bukish va yozish to'liq bajarigan harakat baholanadi, ya'ni gavdani tayanch nuqtasigacha tushirib bajarilgan harakatlar.

2	Moksimon yugurish 6x5 metr. (Maksimal ball – 21)							
	Ayollar							
	Natija	Ball	Natija	Ball	Natija	Ball	Natija	Ball
	9,00	21	9,60	15	10,20	9	10,80	3
	9,10	20	9,70	14	10,30	8	10,90	2
9,20	19	9,80	13	10,40	7	11,00	1	
9,30	18	9,90	12	10,50	6	11,01	0	
9,40	17	10,00	11	10,60	5			
9,50	16	10,10	10	10,70	4			

Izoh: Mashq nazorat chizig'idan yuqori startdan boshlanadi "Start", "Marsh" komandasi bilan startni boshlaydilar. Tekkis maydonda 5 m masofadagi oralig'idagi belgilangan chiziqqa qo'l yoki oyqni tekkizib orqaga qaytish xuddi shu tarzda 3 ta uzulishni amalga oshiradilar.

**Badminton, tennis nazariyasi
va uslubiyati kafedrasi mudiri**



Sh. Pulatov

3	Turgan joydan uzunlikka sakrash. (Maksimal ball – 21)									
	Ayollar									
	Natija	Ball	Natija	Ball	Natija	Ball	Natija	Ball	Natija	Ball
2,20	21,0	1,95	16,7	1,70	10,9	1,45	5,0	1,20	0,0	
2,19	20,9	1,94	16,5	1,69	10,7	1,44	4,8			
2,18	20,7	1,93	16,3	1,68	10,3	1,43	4,6			
2,17	20,3	1,92	16,0	1,67	10,0	1,42	4,4			
2,16	20,0	1,91	15,9	1,66	9,9	1,41	4,2			
2,15	19,9	1,90	15,7	1,65	9,7	1,40	4,0			
2,14	19,7	1,89	15,5	1,64	9,3	1,39	3,8			
2,13	19,3	1,88	15,3	1,63	9,0	1,38	3,6			
2,12	19,2	1,87	15,0	1,62	8,9	1,37	3,4			
2,11	19,1	1,86	14,9	1,61	8,7	1,36	3,2			
2,10	19,0	1,85	14,7	1,60	8,3	1,35	3,0			
2,09	18,9	1,84	14,3	1,59	8,0	1,34	2,8			
2,08	18,8	1,83	14,0	1,58	7,9	1,33	2,6			
2,07	18,7	1,82	13,9	1,57	7,7	1,32	2,4			
2,06	18,6	1,81	13,7	1,56	7,3	1,31	2,2			
2,05	18,5	1,80	13,3	1,55	7,0	1,30	2,0			
2,04	18,4	1,79	13,0	1,54	6,8	1,29	1,8			
2,03	18,3	1,78	12,9	1,53	6,6	1,28	1,6			
2,02	18,2	1,77	12,7	1,52	6,4	1,27	1,4			
2,01	18,1	1,76	12,3	1,51	6,2	1,26	1,2			
2,00	17,9	1,75	12,0	1,50	6,0	1,25	1,0			
1,99	17,6	1,74	11,9	1,49	5,8	1,24	0,8			
1,98	17,3	1,73	11,7	1,48	5,6	1,23	0,6			
1,97	17,0	1,72	11,3	1,47	5,4	1,22	0,4			
1,96	16,9	1,71	11,0	1,46	5,2	1,21	0,2			

Izoh: Oyoqlar chiziq oldida turadi bajarish oldidan ikki oyoqlar bilan tepsingan holda sakrab ikki oyoq bilan belgilangan masofaga tushadi, bunda hisob orqada qolgan tana qismidan hisoblanadi sportchiga 3ta imkoniyat beriladi.

**Badminton, tennis nazariyasi
va uslubiyati kafedrasi mudiri**



Sh.Pulatov

**BADMINTON BO'YICHA KASBIY (IJODIY) IMTIXONLARNING ME'YORIY TALABLARI VA BAHOLASH
MEZONLARI (kunduzgi, sirtqi ta'lim erkaklar uchun)
Ixtisoslik bo'yicha maksimal ball 93**

Volan kiritish chizig'idan o'yin maydoni ortigacha 30 sm kenglikda chizilgan koridorga qisqa to'p kiritish -5 ta ochiq raketka bilan (Forehand). -5 ta yopiq raketka bilan (Backhand)			Volan kiritish chizig'idan orqa chiziq bo'ylab chizilgan 1 metr koridorga Smesh zarbasini orqa chiziq bo'ylab to'g'ridan zarba berish -5 ta ochiq raketka bilan zarba berish -5 ta yopiq raketka bilan zarba berish			Orqa chiziqdan orqa chiziqga baland-uzoq zarba berish -topshiruvchi baland trayektoriya bilan volanni raqib koridoriga 5,18x80sm 10 marta zarba berish		
Natija	Ball	Texnika uchun ball	Natija	Ball	Texnika uchun ball	Natija	Ball	Texnika uchun ball
10	16	0-15	10	16	0-15	10	16	0-15
9	14		9	14		9	14	
8	12		8	12		8	12	
7	10		7	10		7	10	
6	8		6	8		6	8	
5	6		5	6		5	6	
4	4		4	4		4	4	
3	3		3	3		3	3	
2	2		2	2		2	2	
1	1		1	1		1	1	
0	0	0	0	0	0			

1. Chiziqni bosib turmaslik; 2. Raketka beidan tepada bo'lsa; 3. Raketkani boshi (golovkasi) tepaga karab tursa; 4. Podacha urganda raketkani golovkasi ko'rsatgich barmoqdan ko'tarilib ketsa; 5. Qo'llar yonga ochilib ketsa; 6. Oyoqlar ko'tarilisa yoki joyidan siljisa; 7. Vollandni otib ursaa; 8. Raketkani to'g'ri ushlamasa; 9. Raketkani ortikcha xarakatlanirsa; 10. Podacha vaqtida raketka volanga 2 marta tegsa;			1. Turish holati; 2. Zarba berish vaqtida qadam harakatlarini to'g'ri bajarilmasa; 3. Volanga yon tomondan zarba bermasa; 4. Sakrab zarba berilganidan so'ng qo'nish vaqtida oyoq harakatlari to'g'ri tushmasa; 5. Volanga zarba berilganidan so'ng volan tepaga qarab uchsa; 6. Raketkani to'g'ri ushlab zarba berish; Forehand 7. Raketkani yopik Backhand tomoni bilan zarba berishda raketkani to'g'ri ushlash 8. Volanga chiqishda yelka va qollar holati to'g'ri bajarilmasa 9. Smesh zarbasini bajarishda qadam tashlash texnikasi to'g'ri bajarish. 10. Backhand zarbasini bajarishda qadam tashlash texnikasi to'g'ri bajarish.			1. Turish holati; 2. Raketkani to'g'ri ushlashi; 3. Volanga kesib zarba bermaslik; 4. Volanga chiqishda to'g'ri qadam tashlash texnikasi; 5. Volanga past trayektoriya bilan zarba berilisa; 6. Volan baland trayektoriya bilan uchib belgilangan joyga tushsa; 7. Volanga yondan yoki pardan zarba bermaslik; 8. Volanni elka balandligidan pastga tushirib bukilgan tirsaklar bilan zarba berish; 9. Volan parashutsimon uchib tushmasa; 10. Volanga bosh yuqorisidan zarba berish;		
---	--	--	---	--	--	--	--	--

Badminton, tennis nazariyasi va uslubiyati kafedrasini mudiri

Sh.Pulatov

BADMINTON BO'YICHA KASBIY (JODIY) IMTIXONLARNING ME'YORIY TALABLARI VA BAHOLASH
MEZONLARI (kunduzgi, sirtqi ta'lim ayollar uchun)
Ixtisoslik bo'yicha maksimal ball 93

Maksimal ball - 93 ball

Volan kiritish chizig'idan o'yin maydoni ortigacha 30 sm kenglikda chizilgan koridorlarga qisqa to'p kiritish -5 ta ochiq raketka bilan (Forehand). -5 ta yopiq raketka bilan Backhand)			Volan kiritish chizig'idan orqa chiziq bo'ylab chizilgan I metr koridorlarga Smesh zarbasini orqa chiziq bo'ylab to'g'ridan zarba berish -5 ta ochiq raketka bilan zarba berish -5 ta yopiq raketka bilan zarba berish			Orqa chiziqdan orqa chiziqqa baland-uzoq zarba berish -topshiruvchi baland trayektoriya bilan volanni raqib koridoriga 5,18x80sm 10 marta zarba berish		
Natija	Ball	Texnika uchun ball	Natija	Ball	Texnika uchun ball	Natija	Ball	Texnika uchun ball
10	16	0-15	10	16	0-15	10	16	0-15
9	14		9	14		9	14	
8	12		8	12		8	12	
7	10		7	10		7	10	
6	8		6	8		6	8	
5	6		5	6		5	6	
4	4		4	4		4	4	
3	3		3	3		3	3	
2	2		2	2		2	2	
1	1		1	1		1	1	
0	0	0	0	0	0	0	0	0

1. Chiziqni bosib turnaslik;
2. Raketka beldan tepada bo'lsa;
3. Raketkani boshi (golvokasi) tepaga karab tursa;
4. Podacha urganda raketkani golvokasi ko'rsatgich barmogdan ko'tarilib ketasa;
5. Qo'llar yonga ochilib ketasa;
6. Oyoglar ko'tarilisa yoki joyidan siljisa;
7. Vollanni otib ursas;
8. Raketkani to'g'ri ushlamasas;
9. Raketkani ortiche xarakatlanirsa;
10. Podacha vaqtida raketka volanga 2 marta tegsa;

1. Turish holati.
2. Zarba berish vaqtida qadam harakatlari to'g'ri bajarilmasa;
3. Volanga yon tomondan zarba bermasa;
4. Sakrab zarba berilganidan so'ng qo'nish vaqtida oyoq harakatlari to'g'ri tushmasa;
5. Volanga zarba berilganidan so'ng volan tepaga qarab uchsa;
6. Raketkani to'g'ri ushlab zarba berish; Forehand
7. Raketkani yopik Backhand tomoni bilan zarba berishda raketkani to'g'ri ushlash
8. Volanga chiqishda yelka va qo'llar holati to'g'ri bajarilmasa
9. Smesh zarbasini bajarishda qadam tashlash texnikasi to'g'ri bajarish.
10. Backhand zarbasini bajarishda qadam tashlash texnikasi to'g'ri bajarish.

1. Turish holati;
2. Raketkani to'g'ri ushlashi;
3. Volanga kesib zarba bermaslik;
4. Volanga chiqishda to'g'ri qadam tashlash texnikasi;
5. Volanga past trayektoriya bilan zarba berilisa;
6. Volan baland trayektoriya bilan uchib belgilangan joyga tushsa;
7. Volanga yondan yoki paddan zarba bermaslik;
8. Volanni elka balandligidan pastga tushirib bukilgan tirsaklar bilan zarba berish;
9. Volan parashuvsimon uchib tushmasa;
10. Volanga bosh yuqorisidan zarba berish;

Badminton, tennis nazariyasi va uslubiyati kafedrası mudiri

146



Sh. Pulatov

Badminton ixtisosligi bo'yicha ijodiy (kirish) imtihonlarining baholash mezonlari

Har bir test mashqi son 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 1,5 ball olib tashlanadi, 10 ta texnik xato – minus 15 ball.

1-test – 16 ball va texnika uchun – 15 ball, jami – 31 ball.

1-test: Volan kiritish chizig'idan o'yin maydoni ortigacha 30 sm kenglikda chizilgan koridorga qisqa Volan kiritish

-5 ta ochiq raketka bilan (Forehand).

-5 ta yopiq raketka bilan Backhand):

1. Chiziqni bosib turmaslik;
2. Raketka beldan tepada bo'lsa;
3. Raketkani boshi (golovkasi) tepaga karab tursa;
4. Podacha urganda raketkani golovkasi ko'rsatgich barmoqdan ko'tarilib ketsa;
5. Qo'llar yonga ochilib ketsa;
6. Oyoqlar ko'tarilsa yoki joyidan siljisa;
7. Vollanni otib ursa;
8. Raketkani to'g'ri ushlamasa;
9. Raketkani ortikcha xarakatlantirsa;
10. Podacha vaqtida raketka volanga 2 marta tegsa;

Izoh: Testni bajarishda volanni maydonning belgilangan joyiga emas volan kiritish maydonchasiga tushirish test topshiruvchiga hech qanday istisno tariqasidagi ballni qo'lga kiritish yoki testni qayta takrorlash huquqini bermaydi. Nazoratchi ogohlantirishidan so'ng uch marotaba texnik xatoga yo'l qo'ygan holda volan uzatilganda test to'xtatiladi.

2-test – 16 ball va texnika uchun – 15 ball, jami – 31 ball.

2-test: Volan kiritish chizig'idan orqa chiziq bo'ylab chizilgan 1 metr koridorga Smesh zarbasini orqa chiziq bo'ylab to'g'ridan zarba berish

-5 ta ochiq raketka bilan zarba berish

-5 ta yopiq raketka bilan zarba berish:

1. Turish holati.
2. Zarba berish vaqtida qadam harakatlarini to'g'ri bajarilmasa;
3. Volanga yon tomondan zarba bermasa;
4. Sakrab zarba berilganidan so'ng qo'nish vaqtida oyoq harakatlari to'g'ri tushmasa;
5. Volanga zarba berilganidan so'ng volan tepaga qarab uchsa;
6. Raketkani to'g'ri ushlab zarba berish; Forehand
7. Raketkani yopik Backhand tomoni bilan zarba berishda raketkani to'g'ri ushlash
8. Volanga chiqishda yelka va qo'llar holati to'g'ri bajarilmasa
9. Smesh zarbasini bajarishda qadam tashlash texnikasi to'g'ri bajarish.
10. Backhand zarbasini bajarishda qadam tashlash texnikasi to'g'ri bajarish.

Izoh: Faqat to'g'ri texnika bilan zarba berish orqali ballni qo'lga kiritish mumkin. Bu yerda zarba kuchi hech qanday ballni qo'shib olish imkonini bermaydi.

3-test – 16 ball va texnika uchun – 15 ball, jami – 31 ball.

3-test: Orqa chiziqdan orqa chiziqga baland-uzoq zarba berish –topshiruvchi baland trayektoriya bilan volanni raqib koridoriga 5,18x80sm 5 marta berish:

1. Turish holati;
2. Raketkani to'g'ri ushlashi;
3. Volanga kesib zarba bermaslik;
4. Volanga chiqishda to'g'ri qadam tashlash texnikasi;
5. Volanga past trayektoriya bilan zarba berilsa;
6. Volan baland trayektoriya bilan uchib belgilangan joyga tushsa;
7. Volanga yondan yoki patdan zarba bermaslik;
8. Volanni elka balandligidan pastga tushirib bukilgan tirsaklar bilan zarba berish;
9. Volan parashutsimon uchib tushmasa;
10. Volanga bosh yuqorisidan zarba berish;

Izoh: Faqat to'g'ri texnika bilan zarba berish orqali ballni qo'lga kiritish mumkin. Bu yerda zarba kuchi hech qanday ballni qo'shib olish imkonini bermaydi. Nazoratchi ogohlantirishidan so'ng 3 marotaba xatolikka yo'l qo'yilsa test to'xtatiladi.

Umumiy izoh:

1. Abiturientga testdan oldin 10 min. razminka beriladi.
2. Barcha test natijalarining maksimal bali – 93.

1 test bajarilishini baholash:

Natija	Ball	Texnika uchun ball	Test uchun umumiy ball
10	16	0-15	31
9	14	0-15	29
8	12	0-15	27
7	10	0-15	25
6	8	0-15	23
5	6	0-15	21
4	4	0-15	19
3	3	0-15	18
2	2	0-15	17
1	1	0-15	16
0	0	0	0

Estlama: 1 testlarni o'yin usulini ijro etish bilan bog'liq texnik mahorat darajasi 15 ballik ekspert tizim asosida baholanadi.

2 test bajarilishini baholash:

Natija	Ball	Texnika uchun ball	Test uchun umumiy ball
10	16	0-15	31
9	14	0-15	29
8	12	0-15	27
7	10	0-15	25
6	8	0-15	23
5	6	0-15	21
4	4	0-15	19
3	3	0-15	18
2	2	0-15	17
1	1	0-15	16
0	0	0	0

Estlama: 2 testlarni o'yin usulini ijro etish bilan bog'liq texnik mahorat darajasi 15 ballik ekspert tizim asosida baholanadi.

3 test bajarilishini baholash:

Natija	Ball	Texnika uchun ball	Test uchun umumiy ball
10	16	0-15	31
9	14	0-15	29
8	12	0-15	27
7	10	0-15	25
6	8	0-15	23
5	6	0-15	21
4	4	0-15	19
3	3	0-15	18
2	2	0-15	17
1	1	0-15	16
0	0	0	0

Estlama: 3 testlarni o'yin usulini ijro etish bilan bog'liq texnik mahorat darajasi 15 ballik ekspert tizim asosida baholanadi.

Badminton, tennis nazariyasi va uslubiyati kafedrasi mudiri



Sh. Pulatov