

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

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 25 may dagi 2 -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.

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

Erkaklar uchun

T/r	Normativlar	11,1-13	9,1-11	6,1- 9	3,1-6	0-3
1.	O'z-o'zini yiqilishdan himoya qilish o'ng va chap tomonlarga 5 martadan bajarish	Tez suratda aniq bajarildi.	Egilishda va qo'lini tushirish holatda sekin bajarildi.	Past tezlikda qo'l va oyoq tegishi va sust bajarildi.	Harakatlar ahamiyatli xato bajarildi.	Texnik harakatlar bajarilmadi
2.	O'ngga va chapga tizza yordamida ko'tarib tashlash	Tashlash yaxshi ilish bilan bajarildi., qo'l va oyoqlar bir-biriga mos ravishda harakatda, uchish yuqori sur'atda o'ng va chap tomonga bajarildi..	Tashlash sust ilish bilan o'rtacha sur'atda bir tomonga bajarildi..	Tashlash sust ilish orqali past sur'atda bajarildi..	Tashlash ahamiyatli texnik xatolar bilan bajarildi..	Texnik harakatlar bajarilmadi
3.	O'ngga va chapga qaytarma usulida tashlashlar	Tashlash yaxshi bajarildi.. Harakatlar to'xtovsiz tez sur'atda bajarildi..	Tashlash yaxshi bajarildi, kurashchi harakati o'rtacha sur'atda bir tomonga bajarildi..	Tashlash xatolar bilan bajarildi. kurashchi harakatlari o'rtacha suratda bajarildi..	Tashlash ahamiyatli texnik xatolar bilan bajarildi..	Texnik harakatlar bajarilmadi
4.	O'ng va chapga beldan oshirib tashlashlar	Tashlashlar yaxshi ko'tarilish bilan bajarildi., qo'l va oyoqlar harakati bir-biriga mos ravishda yuqori sur'atda bajarildi..	Tashlashlar sust ko'tarilish bilan o'rtacha sur'atda bir tomonga bajarildi..	Tashlash kichik ko'tarilish orqali past sur'atda bajarildi..	Tashlash ahamiyatli texnik xatolar bilan bajarildi..	Texnik harakatlar bajarilmadi

5.	O'ng va chapga to'sib tashlash	Tashlash yaxshi egilib bajarildi., qo'l va oyoqlar bir-biriga mos ravishda harakatda, uchish amplitudasi katta, yuqori sur'atda bajarildi..	Tashlash sust ko'tarilish bilan kichik va o'rtacha sur'atda bir tomonga bajarildi..	Tashlash xatolar bilan past sur'atda bajarildi..	Tashlash ahamiyatli texnik xatolar bilan bajarildi..	Texnik harakatlar bajarilmadi
6.	Ko'krakdan oshirib tashlash.	Tashlash yaxshi egilib bajarildi., qo'l va oyoqlar bir-biriga mos ravishda harakatda, uchish amplitudasi katta, yuqori sur'atda bajarildi..	Tashlash sust egilib va kichik amplitudada va o'rtacha sur'atda bajarildi..	Tashlash kichik amplituda bilan sust egilib va past sur'atda bajarildi..	Tashlash ahamiyatli texnik xatolar bilan bajarildi..	Texnik harakatlar bajarilmadi
7.	Bellashuv	<b>12,1-15</b>	<b>9,1-12</b>	<b>5,1-8</b>	<b>3,1-5</b>	<b>0-3</b>
		Hujum va qarshi xujum harakatlarini qo'llagan holda yuqori sur'atda o'tdi, hujumni tayyorlash uchun taktikaning turli usullari qo'llanildi.	Hujum harakatlarini qo'llagan holda yuqori sur'atda o'tdi, hujumni tayyorlash uchun taktik tayyorgarlik usullaridan cheklangan holda foydalanildi.	Bellashuv o'rtacha sur'atda o'tkazildi. Hujum harakatlari cheklangan holda qo'llanildi.	Bellashuv sust sur'atda o'tdi, hujum va qarshi hujum harakatlari qo'llanilmadi.	Sust sur'atda o'tdi.

Ayollar uchun

T/r	Normativlar	11,1-13	9,1-11	6,1- 9	3,1-6	0-3
1.	O'z-o'zini yiqilishdan himoya qilish o'ng va chap tomonlarga 5 martadan bajarish	Tez suratda aniq bajarildi..	Egishda va qo'lini tushirish holatda sekin bajarildi.	Past tezlikda qo'l va oyoq tegishi va sust bajarildi.	Harakatlar ahamiyatli xato bajarildi.	Texnik harakatlar bajarilmadi

2.	O'ngga va chapga tizza yordamida ko'tarib tashlash	Tashlash yaxshi ilish bilan bajarildi., qo'l va oyoqlar bir-biriga mos ravishda harakatda, uchish yuqori sur'atda o'ng va chap tomonga bajarildi..	Tashlash sust ilish bilan o'rtacha sur'atda bir tomonga bajarildi..	Tashlash sust ilish orqali past sur'atda bajarildi..	Tashlash ahamiyatli texnik xatolar bilan bajarildi..	Texnik harakatlar bajarilmadi
3.	O'ngga va chapga qaytarma usulida tashlashlar	Tashlash yaxshi bajarildi.. Harakatlar to'xtovsiz tez sur'atda bajarildi..	Tashlash yaxshi bajarildi, kurashchi harakati o'rtacha sur'atda bir tomonga bajarildi..	Tashlash xatolar bilan bajarildi. kurashchi harakatlari o'rtacha sur'atda bajarildi..	Tashlash ahamiyatli texnik xatolar bilan bajarildi..	Texnik harakatlar bajarilmadi
4.	O'ng va chapga beldan oshirib tashlashlar	Tashlashlar yaxshi ko'tarilish bilan bajarildi., qo'l va oyoqlar harakati bir-biriga mos ravishda yuqori sur'atda bajarildi..	Tashlashlar sust ko'tarilish bilan o'rtacha sur'atda bir tomonga bajarildi..	Tashlash kichik ko'tarilish orqali past sur'atda bajarildi..	Tashlash ahamiyatli texnik xatolar bilan bajarildi..	Texnik harakatlar bajarilmadi
5.	O'ng va chapga to'sib tashlash	Tashlash yaxshi egilib bajarildi., qo'l va oyoqlar bir-biriga mos ravishda harakatda, uchish amplitudasi katta, yuqori sur'atda bajarildi..	Tashlash sust ko'tarilish bilan kichik va o'rtacha sur'atda bir tomonga bajarildi..	Tashlash xatolar bilan past sur'atda bajarildi..	Tashlash ahamiyatli texnik xatolar bilan bajarildi..	Texnik harakatlar bajarilmadi
6.	Ko'krakdan oshirib tashlash.	Tashlash yaxshi egilib bajarildi., qo'l va oyoqlar bir-biriga mos ravishda harakatda, uchish amplitudasi katta, yuqori sur'atda bajarildi..	Tashlash sust egilib va kichik amplitudada va o'rtacha sur'atda bajarildi..	Tashlash kichik amplituda bilan sust egilib va past sur'atda bajarildi..	Tashlash ahamiyatli texnik xatolar bilan bajarildi..	Texnik harakatlar bajarilmadi
7.	Bellashuv	<b>12,1-15</b>	<b>9,1-12</b>	<b>5,1-8</b>	<b>3,1-5</b>	<b>0-3</b>
		Hujum va qarshi hujum harakatlarini qo'llagan holda yuqori sur'atda o'tdi, hujumni tayyorlash uchun taktikaning turli usullari qo'llanildi.	Hujum harakatlarini qo'llagan holda yuqori sur'atda o'tdi, hujumni tayyorlash uchun taktik tayyorgarlik usullaridan cheklangan holda foydalanildi.	Bellashuv o'rtacha sur'atda o'tkazildi. Hujum harakatlari cheklangan xolda qo'llanildi.	Bellashuv sust sur'atda o'tdi, hujum va qarshi hujum harakatlari qo'llanilmadi.	Sust sur'atda o'tdi.

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

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

Erkaklar uchun

**1.TURNIKDA OSILISHDA 90° BURCHAKNI USHLASH (SEK)**

<i>Me'zonlar</i>	<b>Ballar</b>															
	16	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
<b>90 kg gacha</b>	30	29	28	27	26	25	24	23	22	21	20	19	18	17	16	15
<b>+90 kg dan yuqori</b>	20	19	18	17	16	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5

**2.TURNIKDA TORTILISH (MARTA)**

<i>Me'zonlar</i>	<b>Ballar</b>															
	16	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
<b>90 kg gacha</b>	20	19	18	17	16	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5
<b>+90 kg dan yuqori</b>	16	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1

**3.KO'PRIK HOLATIDA BOSH ATROFIDA AYLANISH (umumiy 15 ball)**

<b>Egiluvchanlik darajasiga 3 ball</b>	<b>O'ng va chap tomonlarga aylanishga 12 ball</b>
-qo'llar va boshni to'g'ri joylashmagani uchun; -oyoqlarni noto'g'ri joylashishi; -bel sohasini past egilishi uchun; Har bir texnik xatolik uchun 1 jarima ball beriladi.	-qo'llar va bosh bir joyda gavdani har bir tomonga bir xil sur'atda 3 martadan aylanishi uchun ballar taqsimlanadi; Har bir aylana uchun 2 jarima ball beriladi.

**4.KO'PRIK HOLATIGA TUSHISH VA KO'PRIK HOLATIDAN OSHIB O'TISH (umumiy 16 ball)**

<b>Ko'prik holatiga tushish va turish darajasiga 4 ball</b>	<b>Ko'prik holatidan oshib o'tish darajasiga 12 ball</b>
-ko'prik holatiga tushishda bosh gilamga tegsa; -qo'llarni to'g'ri gilamga qo'yilishi; -bel sohasini past egilishi uchun; -oshib o'tishdagi tezlikni sustligi; Har bir texnik xatolik uchun 1 jarima ball beriladi.	Ko'prik holatidan oshib o'tishda 4 marta imkoniyat beriladi, har bir oshib o'tgani uchun ballar taqsimlanadi. Har bir oshib o'tmaganligi uchun 3 jarima ball beriladi.

**1.GORIZONTAL HOLATDA QO‘LLARGA TAYANIB TIRSAK BO‘G‘INLARINI BUKISH VA YOZISH.  
(OTJIMANIYA) (MARTA)**

<i>Me‘zonlar</i>	<b>Ballar</b>															
	<b>16</b>	<b>15</b>	<b>14</b>	<b>13</b>	<b>12</b>	<b>11</b>	<b>10</b>	<b>9</b>	<b>8</b>	<b>7</b>	<b>6</b>	<b>5</b>	<b>4</b>	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>1</b>
<b>70 kg gacha</b>	30	29	28	27	26	25	24	23	22	21	20	19	18	17	16	15
<b>+70 kg dan yuqori</b>	22	21	20	19	18	17	16	15	14	13	12	11	10	9	8	7

**2.CHALQANCHA YOTGAN HOLDA QO‘LLAR BOSH ORQASIDA GAVDANI KO‘TARISH. (PRESS)  
(MARTA)**

<i>Me‘zonlar</i>	<b>Ballar</b>															
	<b>16</b>	<b>15</b>	<b>14</b>	<b>13</b>	<b>12</b>	<b>11</b>	<b>10</b>	<b>9</b>	<b>8</b>	<b>7</b>	<b>6</b>	<b>5</b>	<b>4</b>	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>1</b>
<b>70 kg gacha</b>	32	31	30	29	28	27	26	25	24	23	22	21	20	19	18	17
<b>+70 kg dan yuqori</b>	26	25	24	23	22	21	20	19	18	17	16	15	14	13	12	11

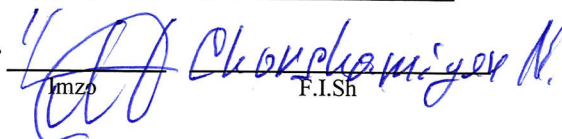
**3.KO‘PRIK HOLATIDA BOSH ATROFIDA AYLANISH (umumiy 15 ball)**

<b>Egiluvchanlik darajasiga 3 ball</b>	<b>O‘ng va chap tomonlarga aylanishga 12 ball</b>
-qo‘llar va boshni to‘g‘ri joylashmagani uchun; -oyoqlarni noto‘g‘ri joylashishi; -bel sohasini past egilishi uchun; Har bir texnik xatolik uchun 1 jarima ball beriladi.	-qo‘llar va bosh bir joyda gavdani har bir tomonga bir xil sur‘atda 3 martadan aylanishi uchun ballar taqsimlanadi; Har bir aylana uchun 2 jarima ball beriladi.

**4.KO‘PRIK HOLATIGA TUSHISH VA KO‘PRIK HOLATIDAN OSHIB O‘TISH (umumiy 16 ball)**

<b>Ko‘prik holatiga tushish va turish darajasiga 4 ball</b>	<b>Ko‘prik holatidan oshib o‘tish darajasiga 12 ball</b>
-ko‘prik holatiga tushishda bosh gilamga tegsa; -qo‘llarni to‘g‘ri gilamga qo‘yilishi; -bel sohasini past egilishi uchun; -oshib o‘tishdagi tezlikni sustligi; Har bir texnik xatolik uchun 1 jarima ball beriladi.	Ko‘prik holatidan oshib o‘tishda 4 marta imkoniyat beriladi, har bir oshib o‘tgani uchun ballar taqsimlanadi. Har bir oshib o‘tmaganligi uchun 3 jarima ball beriladi.

Kafedra mudir

  
 imzo F.I.Sh