

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 **KARATE WKF** IXTISOSLIGIDAN KASBIY (IJODIY)
IMTIHONLARINING ME'YORIY TALABLARI VA BAHOLASH MEZONLARI
(Ixtisoslik bo'yicha maksimal ball - 93 ball)

Erkaklar va ayollar uchun

1. Ukemi: (yiqilishlar, o'z o'zini ehtiyotlash)

Izoh: yiqilishlarni bajarish orqali maksimal **18.6 ball** qo'yiladi. Yiqilishlar texnik jihatdan to'g'ri bajarilishi kerak. Beldan oldin qo'l kafti bilab tatamiga zarb bilan urish, bosh ko'krak qafasiga tortilib, boshni chayqatmaslik lozim. Agarda texnika bajarilmasa jarima ball sifatida olib tashlanadi.

Jarima ballari:

- Oldinga o'nga yiqilish **3.1 ball**
- Oldinga chapga yiqilish **3.1 ball**
- Oldinga to'g'riga yiqilish **3.1 ball**
- Orqaga to'g'riga yiqilish **3.1 ball**
- Orqaga o'nga yiqilish **3.1 ball**
- Orqaga chapga yiqilish **3.1 ball**

2. Kihon:

Izoh: Kihon harakatlarini bajarish orqali maksimal **18.6 ball** qo'yiladi. Kihon texnik jihatdan to'g'ri bajarilishi kerak. Zarbalar aniq va kuch bilab bajariladi, oyoq va qo'l harakatlarining ketma-ketligi buzulmasligi lozim. Agarda texnika bajarilmasa, jarima ball sifatida olib tashlanadi.

Jarima ballari:

- 1) Dzenkutsu-dachi sanbon-dzuki, 270⁰ aylanib dzenkutsu-dachi oya-dzuki dzodan 180⁰ aylanib dzenkutsu-dachi tetsuyi giyako-dzuki chudan 180⁰ aylanib dzenkutsu-dach mavashi-geriy gedonbaray giyako-dzuk **4.6 ball**
- 2) Kizami dzuki suri ashi giyako dzuki suri ashi **3.5**
- 3) Dzenkutsu-dachi soto-uke kibo-dachi Empi-uchi uraken ushiro-ashi kokutsu-dachi shuto uke maya-ashi mayageri dzenkutsu-dachi nukite. **3.5 ball**
- 4) Oyad-dzuki giako- dzuki maya-geri gedan baray giyako dzuki **3.5 ball**
- 5) Dzenkutsu-dach Sambon-dzyuki ushira-ashi age-uke tate urake giyako-dzuki gidanbaray **(3.5.ball)**

3. Kata: Ganka-ku, Sochin katasini texnik jihatdan to'g'ri bajarish orqalmaksimal **18.6 ball** qo'yiladi.

Jarima ballari:

- Balans (muvozanat saqlashning buzulishi) **4.6 ball**
- Katanning harakatlarining ketma-ketligini buzulishi **3.5 ball**
- Atletik holati, kataning kuch bilan bajarilish **3.5 ball**
- Katani bajarish jarayonida to'g'ri nafas olish **3.5 ball**
- Ruyuha: Yo'nalishga oidligi (Ganka-ku, Sochin, Chinto) **3.5 ball**

4. Dzyu ipon kumite: maksimal 18.6 ball

Izoh: zarbaga faqatgina iponga teng bo'lgan qarshi hujum harakatlari ishlatilishi lozim.

Qarshi hujum harakatlari turli xil bo'lishi shart.

Jarima ballari:

- 1.Oya-dzuki dzodan **6.2 ball**
2. Maya-geri chudan **6.2 ball**
3. Mavashe-geri dzodan **6.2 ball**

Kumite: maksimal 18.6 ball

Izoh : 15 sekund ichida birinch olingan baho hisoblanadi. Kumitechining maxsus kiyimlari bo'lishi shart. Protektor, futa, shingalka va kapa

Ippon- g'alabasi uchun **18.6 ball** qo'yiladi

Wazari- g'alabasi uchun **13.6 ball** qo'yiladi

Yuko g'alabasi uchun **8.6 ball** qo'yiladi

During (ikki ishtirokchi tomonidan baho qo'lga kiritilmasa) **3.6 ball**

Mag'lubiyat **0 ball**

2026/2027 O'QUV YILI UCHUN **KARATE WKF** IXTISOSLIGIDAN KASBIY (IJODIY)
IMTIHONLARINING ME'YORIY TALABLARI VA BAHOLASH MEZONLARI
(Jismoniy tayyorgarlik bo'yicha maksimal ball - 63 ball)

Erkaklar uchun

1. 30 m. ga yugurish (se.)
2. 30 m. ga yugurish (se.)

Ballar	Vazn toifasi		
	55-60 kg.	67-75 kg.	84-84+kg.
21	4.00	4.10	4.30
19	4.01-4.10	4.11 – 4.20	4.31-4.40
17	4.11-4.20	4.21- 4.30	4.41-4.50
13	4.21-4.30	4.31-4.40	4.51-4.60
9	4.31-4.40	4.41-4.50	4.61-4.70
6	4.41-4.50	4.51-4.60	4.71-4.80
0	4.51	4.61	4.81

Izoh: yuqori starda yuguriladi.

2. Joydan turib uzunlikka sakrash (sm.)

Ballar	Vazn toifasi		
	55-60 kg.	67-75 kg.	84-84+kg.
21	260	255	250
19	250-259	245-254	240-249
17	240-249	235-244	230-239
13	230-239	225-234	220-229
9	220-229	215-224	210-219
6	210-219	205-214	200-209
0	209	204	199

**3. Gimnastik devorda oyoqlarni ko'tarib tushurish (90° da tizzalarni bukmasdan)
(marta)**

Ballar	Vazn toifasi		
	55-60 kg.	67-75 kg.	84-84+kg.
21	45	43	41
19	42	40	38
17	39	37	35
13	36	34	32
9	33	31	29
6	30	28	26
0	29	27	25

Ayollar uchun

1. 30 m. ga yugurish (se.)

Ballar	Vazn toifasi		
	50-55 kg.	61-68 kg.	68+ 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
13	4.81-4.90	4.91-5.00	5.01-5.10
9	4.91-5.00	5.01-5.10	5.11-5.20
6	5.01-5.10	5.11-5.20	5.21-5.30

0	5.11	5.21	5.31
---	------	------	------

Izoh: yuqori starda yuguriladi.

2. Joydan turib uzunlikka sakrash (sm.)

Ballar	Vazn toifasi		
	50-55 kg.	61-68 kg.	68+ kg.
21	220	215	212
19	219-214	214-210	211-206
17	213-208	209-204	205-200
13	207-202	203-198	199-194
9	201-196	197-192	193-188
6	195-190	191-186	187-182
0	189	185	181

3. Gimnastik devorda oyoqlarni ko'tarib tushurish (90° da tizzalarni bukmasdan) (marta)

Ballar	Vazn toifasi		
	50-55 kg.	61-68 kg.	68+ kg.
21	40	38	36
19	37	35	34
17	34	33	32
13	32	31	30
9	30	29	28
6	28	27	26
0	27	26	25

Kafedra mudir _____

(Signature)
Imzo

F.I.Sh