

O‘ZBEKISTON RESPUBLIKASI SPORT VAZIRLIGI

O‘ZBEKISTON RESPUBLIKASI
OLIY 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 **SUZISH** IXTISOSLIGIDAN KASBIY (IJODIY)
IMTIHONLARINING ME'YORIY TALABLARI VA BAHOLASH MEZONLARI
(Ixtisoslik bo'yicha maksimal ball - 93 ball)

TANLANGAN MASOFA VA USULDA SUZISH

Erkaklar uchun

Masofa va suzish usullari		Erkin usul					
		50m	100m	200m	400m	800m	1500m
Ballar	31	24,25	55,40	2.01,70	4.18,50	9.05,00	17.45,00
	30	24,50	55,80	2.04,00	4.25,50	9.25,00	18.15,00
	29	24,75	56,20	2.06,00	4.30,00	9.35,00	18.30,00
	28	25,00	56,60	2.08,00	4.35,00	9.45,00	18.45,00
	27	25,50	57,00	2.10,00	4.45,00	10.00,00	19.40,00
	26	26,00	57,50	2.12,00	4.55,00	10.10,00	20.00,00
	25	26,50	58,00	2.14,00	5.05,00	10.20,00	20.40,00
	24	27,00	58,50	2.16,00	5.15,00	10.30,00	21.20,00
	23	27,50	59,00	2.20,00	5.25,00	10.40,00	21.50,00
	22	28,00	59,50	2.24,00	5.35,00	10.50,00	22.30,00
	21	28,50	1.00,00	2.28,00	5.45,00	11.00,00	23.00,00
	20	29,00	1.01,00	2.32,00	5.55,00	11.10,00	23.30,00
	19	29,50	1.02,00	2.36,00	6.05,00	11.20,00	24.00,00
	18	29,75	1.03,00	2.40,00	6.15,00	11.30,00	24.30,00
	17	30,00	1.04,00	2.45,00	6.25,00	11.40,00	25.00,00
	16	31,00	1.05,00	2.50,00	6.35,00	11.50,00	25.30,00
	15	32,00	1.06,00	2.55,00	6.45,00	12.00,00	26.00,00
	14	33,00	1.07,00	3.00,00	6.55,00	12.30,00	26.30,00
	13	34,00	1.08,00	3.05,00	7.00,00	13.00,00	27.00,00
	12	35,00	1.09,00	3.10,00	7.15,00	13.30,00	27.30,00
	11	36,00	1.10,00	3.11,50	7.30,00	14.00,00	28.00,00
	10	37,00	1.11,00	3.13,00	7.45,00	15.05,00	28.30,00
	9	38,00	1.15,00	3.15,00	8.00,00	15.20,00	29.00,00
	8	39,00	1.17,00	3.20,00	8.05,00	15.30,00	29.30,00
7	40,00	1.20,00	3.25,00	8.10,00	15.50,00	30.00,00	
6	41,00	1.22,00	3.27,00	8.15,00	16.00,00	30.30,00	
5	42,00	1.25,00	3.30,00	8.20,00	16.20,00	31.00,00	
4	43,00	1.27,00	3.32,00	8.25,00	16.35,00	31.30,00	
3	44,00	1.30,00	3.35,00	8.30,00	16.50,00	32.00,00	
2	45,00	1.32,00	3.38,00	8.40,00	17.00,00	32.30,00	
1	46,00	1.35,00	3.40,00	8.56,00	17.20,00	33.00,00	
Masofa va suzish usullari		Batterflyay			Chalqancha		
		50m	100m	200m	50m	100m	200m
Ballar	31	26,00	1.00,00	2.14,00	28,40	1.02,50	2.15,50
	30	26,50	1.01,00	2.16,00	29,00	1.04,00	2.18,00
	29	27,00	1.02,00	2.18,00	29,50	1.05,00	2.20,00
	28	27,50	1.03,00	2.20,00	30,00	1.06,00	2.22,00
	27	28,00	1.04,00	2.22,00	30,50	1.07,00	2.24,00
	26	28,50	1.05,00	2.24,00	31,00	1.08,00	2.26,00
	25	29,00	1.06,00	2.26,00	31,50	1.09,00	2.28,00
	24	29,50	1.07,00	2.28,00	32,00	1.10,00	2.30,00
	23	30,00	1.08,00	2.30,00	33,00	1.12,00	2.32,00
22	31,00	1.09,00	2.32,00	34,00	1.14,00	2.34,00	

	21	32,00	1.10,00	2.34,00	35,00	1.16,00	2.40,00
	20	34,00	1.12,00	2.36,00	36,00	1.18,00	2.45,00
	19	36,00	1.14,00	2.38,00	36,50	1.20,00	2.50,00
	18	37,00	1.16,00	2.40,00	37,00	1.22,00	2.55,00
	17	38,00	1.18,00	2.45,00	37,50	1.24,00	3.00,00
	16	39,00	1.20,00	2.50,00	38,00	1.26,00	3.05,00
	15	40,00	1.22,00	2.55,00	39,00	1.28,00	3.10,00
	14	41,00	1.24,00	3.00,00	40,00	1.30,00	3.15,00
	13	42,00	1.26,00	3.05,00	41,00	1.32,00	3.20,00
	12	43,00	1.28,00	3.10,00	42,00	1.34,00	3.25,00
	11	44,00	1.30,00	3.15,00	43,00	1.36,00	3.30,00
	10	45,00	1.34,00	3.20,00	44,00	1.38,00	3.35,00
	9	46,00	1.38,00	3.25,00	45,00	1.40,00	3.40,00
	8	47,00	1.42,00	3.30,00	46,00	1.44,00	3.45,00
	7	48,00	1.46,00	3.35,00	47,00	1.48,00	3.50,00
	6	49,00	1.48,00	3.40,00	48,00	1.52,00	3.55,00
	5	50,00	1.50,00	3.45,00	49,00	1.56,00	3.58,00
	4	51,00	1.51,00	3.50,00	52,00	1.58,00	4.00,00
	3	52,00	1.52,00	3.55,00	56,00	1.59,00	4.10,00
	2	53,00	1.54,00	4.00,00	54,00	2.00,00	4.20,00
	1	54,00	1.56,00	4.10,00	1.00,00	2.02,00	4.30,00

Masofa va suzish usullari		Brass			Kompleks		
		50m	100m	200m	100m	200m	400m
Ballar	31	30,80	1.09,00	2.30,50	1.02,00	2.17,50	4.53,00
	30	32,00	1.10,00	2.32,00	1.03,00	2.20,00	4.58,00
	29	33,00	1.11,00	2.33,00	1.04,00	2.22,00	5.10,00
	28	34,00	1.12,00	2.34,00	1.05,00	2.24,00	5.15,00
	27	35,00	1.13,00	2.35,00	1.06,00	2.26,00	5.20,00
	26	36,00	1.14,00	2.36,00	1.07,00	2.28,00	5.25,00
	25	37,00	1.15,00	2.37,00	1.08,00	2.30,00	5.30,00
	24	38,00	1.16,00	2.38,00	1.09,00	2.32,00	5.35,00
	23	39,00	1.17,00	2.39,00	1.10,00	2.34,00	5.40,00
	22	40,00	1.18,00	2.40,00	1.11,00	2.36,00	5.45,00
	21	41,00	1.19,00	2.41,00	1.12,00	2.38,00	5.50,00
	20	42,00	1.20,00	2.43,00	1.14,00	2.40,00	5.55,00
	19	43,00	1.22,00	2.45,00	1.16,00	2.44,00	6.00,00
	18	44,00	1.24,00	2.47,00	1.18,00	2.48,00	6.10,00
	17	45,00	1.26,00	2.49,00	1.20,00	2.52,00	6.20,00
	16	46,00	1.28,00	2.51,00	1.22,00	2.56,00	6.30,00
	15	47,00	1.30,00	2.53,00	1.24,00	3.00,00	6.40,00
	14	48,00	1.32,00	2.55,00	1.26,00	3.05,00	6.50,00
	13	49,00	1.34,00	3.05,00	1.28,00	3.15,00	7.00,00
	12	50,00	1.36,00	3.15,00	1.30,00	3.20,00	7.10,00
	11	51,00	1.38,00	3.25,00	1.34,00	3.25,00	7.20,00
10	52,00	1.40,00	3.35,00	1.38,00	3.30,00	7.30,00	
9	53,00	1.44,00	3.45,00	1.42,00	3.35,00	7.40,00	
8	54,00	1.48,00	3.55,00	1.46,00	3.40,00	7.50,00	
7	55,00	1.52,00	4.00,00	1.50,00	3.45,00	8.00,00	
6	56,00	1.56,00	4.05,00	1.54,00	3.50,00	8.10,00	

	5	57,00	2.00,00	4.10,00	1.58,00	3.55,00	8.20,00
	4	58,00	2.04,00	4.15,00	2.00,00	4.00,00	8.30,00
	3	59,00	2.08,00	4.20,00	2.02,00	4.10,00	8.40,00
	2	1.04,00	2.12,00	4.25,00	2.04,00	4.20,00	8.50,00
	1	1.10,00	2.14,00	4.34,00	2.08,00	4.30,00	9.00,00

UMUMIY QOIDA VA ESLATMALAR:

- Abituriyent o'zi uchun ko'rsatilgan mezonlardan, birini tanlash huquqiga ega;
- Masofani suzib o'tishda vaqt yuqoriga qarab yaxlitlanadi;
- Imtihon o'tkaziladigan suv havzasi uzunligi 25 metr bo'lsa, abituriyent 100 metrga kompleks usulida suzishni tanlashi mumkin.

Imtihon vaqtida abituriyent tomonidan quyidagi holatlar kuzatilsa, diskvalifikatsiya qayd etiladi:

- Startni kechiktirish, start signalidan so'ng, startni bajarmaslik;
- Falshstart;
- Boshqa yo'lakga o'tib suzish va boshqa abutruyentlarga halaqit qilish;
- Suv havzasi tubida qadam bosib yurish va suv havzasi tubidan itarilish;
- Yo'laklarni ajratib turgan "yo'lak ajratgich"ni, zinani, va suv havzasi chetini ushlab tortish va ulardan depsinish;
- Burilishlarda va finishda suv havzasi devoriga tegmasa;
- Erkin, chalqancha va batterflyay usulida suzayotganda startdan va burilishlardan so'ng, 15 metrdan ko'p suv tagida suzsa;

Ayollar uchun

TANLANGAN MASOFA VA USULDA SUZISH

Masofa va suzish usullari		Erkin usul					
		50m	100m	200m	400m	800m	1500m
Ballar	31	27,50	1.02,00	2.16,00	4.45,00	9.49,00	19.00,00
	30	28,00	1.03,00	2.17,00	4.50,00	9.55,00	19.20,00
	29	28,50	1.04,00	2.18,00	4.55,00	10.00,00	19.40,00
	28	29,00	1.05,00	2.19,00	5.00,00	10.10,00	20.00,00
	27	29,50	1.06,00	2.20,00	5.10,00	10.20,00	20.20,00
	26	30,00	1.09,00	2.21,00	5.20,00	10.30,00	20.40,00
	25	30,50	1.10,00	2.22,00	5.30,00	10.40,00	21.00,00
	24	31,00	1.11,00	2.24,00	5.40,00	10.50,00	21.20,00
	23	32,00	1.12,00	2.26,00	5.50,00	11.00,00	21.40,00
	22	33,00	1.13,00	2.28,00	6.00,00	11.20,00	22.00,00
	21	34,00	1.14,00	2.30,00	6.10,00	11.40,00	22.30,00
	20	35,00	1.15,00	2.32,00	6.20,00	12.00,00	23.00,00
	19	36,00	1.16,00	2.34,00	6.30,00	12.20,00	23.30,00
	18	37,00	1.17,00	2.36,00	6.40,00	12.40,00	24.00,00
	17	38,00	1.18,00	2.38,00	6.50,00	13.00,00	24.30,00
	16	39,00	1.19,00	2.40,00	7.00,00	13.30,00	25.00,00
	15	40,00	1.20,00	2.44,00	7.10,00	14.00,00	25.30,00
	14	41,00	1.22,00	2.48,00	7.20,00	14.30,00	26.00,00
	13	42,00	1.24,00	2.52,00	7.30,00	15.00,00	26.30,00
12	43,00	1.26,00	2.56,00	7.40,00	15.30,00	27.00,00	
11	44,00	1.28,00	3.00,00	7.50,00	16.00,00	28.00,00	
10	45,00	1.30,00	3.05,00	8.00,00	16.30,00	29.00,00	

	9	46,00	1.34,00	3.10,00	8.10,00	17.00,00	30.00,00
	8	47,00	1.38,00	3.20,00	8.20,00	17.30,00	31.00,00
	7	48,00	1.45,00	3.30,00	8.30,00	17.50,00	32.00,00
	6	49,00	1.50,00	3.40,00	8.40,00	18.00,00	33.00,00
	5	50,00	1.52,00	3.50,00	8.50,00	18.15,00	34.00,00
	4	51,00	1.54,00	4.00,00	8.55,00	18.30,00	35.00,00
	3	52,00	1.56,00	4.05,00	9.00,00	18.45,00	36.00,00
	2	53,00	1.58,00	4.10,00	9.05,00	19.00,00	37.00,00
	1	54,00	2.00,00	4.20,00	9.10,00	19.30,00	38.00,00

Masofa va suzish usullari		Batterflyay			Chalqancha		
		50m	100m	200m	50m	100m	200m
Ballar	31	29,50	1.07,00	2.30,00	33,00	1.11,00	2.30,00
	30	31,00	1.08,00	2.32,00	33,50	1.12,00	2.32,00
	29	31,50	1.09,00	2.34,00	34,00	1.13,00	2.34,00
	28	32,00	1.10,00	2.36,00	34,50	1.14,00	2.36,00
	27	32,50	1.11,00	2.38,00	35,00	1.15,00	2.38,00
	26	33,00	1.12,00	2.40,00	36,00	1.16,00	2.40,00
	25	34,00	1.13,00	2.42,00	37,00	1.17,00	2.42,00
	24	35,00	1.14,00	2.44,00	38,00	1.18,00	2.44,00
	23	36,00	1.15,00	2.46,00	39,00	1.19,00	2.46,00
	22	37,00	1.16,00	2.48,00	40,00	1.20,00	2.50,00
	21	38,00	1.17,00	2.50,00	41,00	1.21,00	2.55,00
	20	39,00	1.18,00	2.52,00	42,00	1.22,00	3.00,00
	19	40,00	1.19,00	2.54,00	43,00	1.24,00	3.05,00
	18	41,00	1.20,00	2.56,00	44,00	1.26,00	3.10,00
	17	42,00	1.21,00	2.58,00	45,00	1.28,00	3.15,00
	16	43,00	1.22,00	3.00,00	46,00	1.30,00	3.20,00
	15	44,00	1.24,00	3.05,00	47,00	1.34,00	3.25,00
	14	45,00	1.26,00	3.10,00	48,00	1.38,00	3.30,00
	13	46,00	1.28,00	3.15,00	49,00	1.42,00	3.35,00
	12	47,00	1.30,00	3.20,00	50,00	1.46,00	3.40,00
11	48,00	1.35,00	3.25,00	51,00	1.50,00	3.45,00	
10	49,00	1.40,00	3.35,00	52,00	1.52,00	3.50,00	
9	50,00	1.45,00	3.45,00	53,00	1.54,00	3.55,00	
8	51,00	1.50,00	3.50,00	54,00	1.56,00	4.00,00	
7	52,00	1.55,00	3.55,00	55,00	1.58,00	4.05,00	
6	53,00	2.00,00	4.00,00	56,00	2.00,00	4.10,00	
5	54,00	2.05,00	4.10,00	57,00	2.02,00	4.20,00	
4	55,00	2.10,00	4.20,00	58,00	2.05,00	4.30,00	
3	56,00	2.20,00	4.30,00	1.00,00	2.10,00	4.40,00	
2	57,00	2.30,00	4.40,00	1.05,00	2.15,00	4.50,00	
1	58,00	2.40,00	4.50,00	1.10,00	2.20,00	5.00,00	
Masofa va suzish usullari		Brass			Kompleks		
		50m	100m	200m	100m	200m	400m
Ballar	31	35,50	1.18,00	2.48,00	1.10,00	2.33,00	5.25,50
	30	36,00	1.19,00	2.49,00	1.11,00	2.35,00	5.30,00
	29	36.50	1.20,00	2.50,00	1.12,00	2.37,00	5.35,00
	28	37,00	1.21,00	2.51,00	1.13,00	2.39,00	5.40,00
	27	37,50	1.22,00	2.52,00	1.14,00	2.41,00	5.45,00

26	38,00	1.23,00	2.53,00	1.15,00	2.43,00	5.50,00
25	39,00	1.25,00	2.54,00	1.16,00	2.45,00	5.55,00
24	40,00	1.26,00	2.55,00	1.17,00	2.47,00	6.00,00
23	41,00	1.27,00	2.56,00	1.18,00	2.51,00	6.05,00
22	42,00	1.28,00	2.57,00	1.19,00	2.53,00	6.10,00
21	43,00	1.29,00	2.58,00	1.20,00	2.55,00	6.15,00
20	44,00	1.30,00	2.59,00	1.21,00	2.57,00	6.20,00
19	45,00	1.32,00	3.00,00	1.22,00	2.59,00	6.30,00
18	47,00	1.34,00	3.02,00	1.23,00	3.03,00	6.40,00
17	49,00	1.38,00	3.04,00	1.24,00	3.07,00	6.50,00
16	50,00	1.40,00	3.06,00	1.26,00	3.10,00	7.00,00
15	51,00	1.42,00	3.08,00	1.28,00	3.15,00	7.10,00
14	52,00	1.44,00	4.10,00	1.30,00	3.20,00	7.20,00
13	53,00	1.46,00	4.15,00	1.32,00	3.25,00	7.30,00
12	54,00	1.48,00	4.20,00	1.34,00	3.30,00	7.40,00
11	55,00	1.50,00	4.25,00	1.36,00	3.35,00	7.50,00
10	56,00	1.52,00	4.30,00	1.38,00	3.40,00	8.00,00
9	57,00	1.54,00	4.35,00	1.40,00	3.50,00	8.10,00
8	58,00	1.56,00	4.40,00	1.45,00	4.00,00	8.20,00
7	59,00	1.58,00	4.45,00	1.50,00	4.10,00	8.30,00
6	1.00,00	2.00,00	4.50,00	1.55,00	4.20,00	8.40,00
5	1.02,00	2.05,00	4.55,00	2.00,00	4.30,00	8.50,00
4	1.04,00	2.10,00	5.00,00	2.05,00	4.40,00	9.00,00
3	1.06,00	2.15,00	5.03,00	2.10,00	4.50,00	9.20,00
2	1.08,00	2.20,00	5.06,00	2.15,00	5.00,00	9.40,00
1	1.10,00	2.26,00	5.10,00	2.20,00	5.10,00	9.50,00

UMUMIY QOIDA VA ESLATMALAR:

- Abituriyent o'zi uchun ko'rsatilgan mezonlardan, birini tanlash huquqiga ega;
- Masofani suzib o'tishda vaqt yuqoriga qarab yaxlitlanadi;
- Imtihon o'tkaziladigan suv havzasi uzunligi 25 metr bo'lsa abituriyent 100 metrga kompleks usulida suzishni tanlashi mumkin.

Imtihon vaqtida abituriyent tomonidan quyidagi holatlar kuzatilsa, diskvalifikasiya qayd etiladi:

- Startni kechiktirish, start signalidan so'ng, startni bajarmaslik;
- Falshstart;
- Boshqa yo'lakga o'tib suzish va boshqa abituriyentlarga halaqit qilish;
- Suv havzasi tubida qadam bosib yurish va suv havzasi tubidan itarilish;
- Yo'laklarni ajratib turgan "yo'lak ajratgich"ni, zinani, va suv havzasi chetini ushlab tortish va ulardan depsinish;
- Burilishlarda va finishda suv havzasi devoriga tegmasa;
- Erkin, chalqancha va batterflyay usulida suzayotganda startdan va burilishlardan so'ng, 15 metrdan ko'p suv tagida suzsa;

200 METRGA MAJMUALI USULDA SUZISH VAQTI

BALLAR	O'SMIRLAR	QIZLAR
31	2.17,50	2.33,00
30	2.20,00	2.35,00
29	2.22,00	2.37,00
28	2.24,00	2.39,00
27	2.26,00	2.41,00

26	2.28,00	2.43,00
25	2.30,00	2.45,00
24	2.32,00	2.47,00
23	2.34,00	2.51,00
22	2.36,00	2.53,00
21	2.38,00	2.55,00
20	2.40,00	2.57,00
19	2.44,00	2.59,00
18	2.48,00	3.03,00
17	2.52,00	3.07,00
16	2.56,00	3.10,00
15	3.00,00	3.15,00
14	3.05,00	3.20,00
13	3.15,00	3.25,00
12	3.20,00	3.30,00
11	3.25,00	3.35,00
10	3.30,00	3.40,00
9	3.35,00	3.50,00
8	3.40,00	4.00,00
7	3.45,00	4.10,00
6	3.50,00	4.20,00
5	3.55,00	4.30,00
4	4.00,00	4.40,00
3	4.10,00	4.50,00
2	4.20,00	5.00,00
1	4.30,00	5.10,00

Erkaklar va ayollar uchun

200M MASOFAGA MAJMUALI SUZISH USULIDA TEXNIKANI BAHOLASH

Texnika	Ball	31- ball – start, burilish va masofani suzib o‘tish texnikasiga ball qo‘yiladi.
Start	2	Start texnikasini bajarilishi, suv tagida sirpanish harakati va ruxsat etilgan 15m.lik masofadan foydalana olishga qarab baholanadi.
Delfin	5	Qo‘l va oyoq harakatlarining texnikasi, nafas olishning umumiy harakatga mosligi.
Delfin burilish	2	Burilish texnikasi va burilishdan so‘ng, suv tagidagi harakatlar baholanadi.
Chalqancha krol	5	Qo‘l va oyoq harakatlarining texnikasi, nafas olishning umumiy harakatga mosligi.
Chalqancha krol burilish	3	Burilish texnikasini bajarayotganda oddiy yoki murakkab usuldan foydalanganligiga qarab baholanadi.
Brass	5	Qo‘l va oyoq harakatlarining texnikasi, nafas olishning umumiy harakatga mosligi.
Brass burilish	2	Burilish texnikasi va burilishdan so‘ng, suv tagidagi harakatlar baholanadi.
Ko‘krakda krol	5	Qo‘l va oyoq harakatlarining texnikasi, nafas olishning umumiy harakatga mosligi.
Ko‘krakda krol burilish	2	Burilish texnikasini bajarayotganda oddiy yoki murakkab usuldan foydalanganligiga qarab baholanadi.

UMUMIY QOIDA VA ESLATMALAR:

- Start texnikasi, burilishlar va suzish usullari barchasi musobaqa qoidalariga muvofiq baholanadi

- Masofani suzib o'tishda vaqt yuqoriga qarab yaxlitlanadi;

- ikkinchi ustunda maksimal ball ko'rsatib qo'yilgan.

Imtihon vaqtida abituriyent tomonidan quyidagi holatlar kuzatilsa, diskvalifikasiya qayd etiladi:

- Startni kechiktirish, start signalidan so'ng startni bajarmaslik, - Falshstart; - Boshqa yo'lakga o'tib suzish va boshqa abituriyentlarga halaqit qilish; - Suv havzasi tubida qadam bosib yurish va suv havzasi tubidan itarilish; - Yo'laklarni ajratib turgan "yo'lak ajratgich"ni, zinani, va suv havzasi chetini ushlab tortish va ulardan deysinish;

- Burilishlarda va finishda suv havzasi devoriga tegmasa;

- Erkin, chalqancha va batterflyay usulida suzayotganda startdan va burilishlardan so'ng, 15 metrdan ko'p suv tagida suzsa.

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

Erkaklar va ayollar uchun

Ball	Turgan joyda uzunlikga sakrash (sm)		Skameykada turib oldinga egilish (sm)		Mokkisimon yugurish 3x10m (soniya)	
	Erkaklar	Ayollar	Erkaklar	Ayollar	Erkaklar	Ayollar
21	270	240	25	28	6,8	7,8
20	265	235	24	27	6,9	7,9
19	260	230	23	26	7	8
18	255	225	22	25	7,1	8,1
17	250	220	21	24	7,2	8,2
16	245	215	20	23	7,3	8,3
15	240	210	19	22	7,4	8,4
14	235	205	18	21	7,5	8,5
13	230	200	17	20	7,6	8,6
12	225	195	16	19	7,7	8,7
11	220	190	15	18	7,8	8,8
10	215	185	14	17	7,9	8,9
9	210	180	13	16	8	9
8	205	175	12	15	8,1	9,1
7	200	170	11	14	8,2	9,2
6	195	165	10	13	8,3	9,3
5	190	160	9	12	8,4	9,4
4	185	155	8	11	8,5	9,5
3	180	150	7	10	8,6	9,6
2	175	145	6	9	8,7	9,7
1	170	140	5	8	8,8	9,8

Kafedra mudir

Imzo

F.I.Sh