



**O‘ZBEKISTON RESPUBLIKASI SPORT VAZIRLIGI
O‘ZBEKISTON RESPUBLIKASI SOG‘LIQNI SAQLASH VAZIRLIGI
O‘ZBEKISTON RESPUBLIKASI MUDOFAA VAZIRLIGI
O‘ZBEKISTON RESPUBLIKASI MAKTABGACHA VA MAKTAB
TA‘LIMI VAZIRLIGINING
QARORI**

**Umumiy o‘rta ta‘lim maktablari o‘quvchilarining jismoniy
tayyorgarlik darajasini sinovdan o‘tkazish to‘g‘risida**

O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2021-yil 16-iyundagi “Aholining jismoniy tayyorgarlik darajasini baholash tizimini joriy etishning tashkiliy chora-tadbirlari to‘g‘risida”gi PQ–5148-son, 2024-yil 15-noyabrdagi “Umumiy o‘rta ta‘lim maktablarida jismoniy tarbiya fani o‘qitilishini tubdan takomillashtirish hamda ushbu fan o‘qituvchilarining kasbiy faoliyatini rivojlantirish chora-tadbirlari to‘g‘risida”gi PQ–392-son hamda 2024-yil 15-noyabrdagi “O‘quvchi-yoshlarni chaqiruvga qadar boshlang‘ich tayyorlash tizimini yangi bosqichga olib chiqish chora-tadbirlari to‘g‘risida”gi PQ–393-son qarorlariga muvofiq O‘zbekiston Respublikasi Sport vazirligi, Sog‘liqni saqlash vazirligi, Mudofaa vazirligi hamda Maktabgacha va maktab ta‘limi vazirligi **qaror qiladi:**

1. Umumiy o‘rta ta‘lim maktablari (keyingi o‘rinlarda – maktablar) o‘quvchilarining jismoniy tayyorgarlik darajasini aniqlash maqsadida har o‘quv yili yakunida 1–11-sinflar bo‘yicha o‘g‘il va qiz bolalar uchun alohida yosh guruhlari kesimida **“Jismoniy tayyorgarlik darajasi”** sport sinovlari (keyingi o‘rinlarda – sport sinovlari) tashkil etilsin.

Bunda, sport sinovlari 2025-yildan boshlab 5-bosqichda o‘tkazilsin:

1-bosqich: sport sinovlarini tashkil etish yuzasidan targ‘ibot va tashviqot ishlarini amalga oshirish;

2-bosqich: sport sinovlarida ishtirok etish bo‘yicha 1–11-sinf o‘quvchilarini ixtiyoriylik asosida my.sport.uz platformasidan ro‘yxatdan o‘tkazish;

3-bosqich: 1–11-sinf o‘quvchilaridan ta‘lim muassasalarida ixtiyoriylik asosida jismoniy tarbiya va chaqiruvga qadar boshlang‘ich tayyorgarlik fani darslari doirasida ixtiyoriy talablar bo‘yicha sport sinovlarini qabul qilish;

4-bosqich: ixtiyoriy talablardan eng yuqori natija (ball) to‘plagan 13–17 yoshdagi o‘quvchilardan tuman (shahar)lardagi sport maktablarida maxsus talablar bo‘yicha sport sinovlari qabul qilish;

5-bosqich: maxsus talablar bo'yicha g'olib bo'lgan o'quvchilarni rag'batlantirish.

2. Quyidagilar:

O'quvchilarning jismoniy tayyorgarlik darajasini baholash bo'yicha sport sinovlarini tashkil etish va o'tkazish to'g'risidagi nizom 1-ilovaga muvofiq;

O'quvchilarning jismoniy tayyorgarligini bosqichma-bosqich kuchaytirib borish va ularning yoshidan kelib chiqqan holda dastlabki normativlar topshirishi bo'yicha sport sinovlaring turlari va mezonlari 2-ilovaga muvofiq;

O'quvchilarning jismoniy tayyorgarlik darajasini baholash bo'yicha sport sinovlarini tashkil etish va o'tkazish bo'yicha Respublika ishchi guruhi (keyingi o'rinlarda – Respublika ishchi guruhi) tarkibi 3-ilovaga muvofiq;

O'quvchilarning jismoniy tayyorgarlik darajasini baholash bo'yicha sport sinovlarini tashkil etish va o'tkazish bo'yicha Qoraqalpog'iston Respublikasi, viloyatlar va Toshkent shahrida tashkil etiladigan hududiy ishchi guruhlarining (keyingi o'rinlarda – hududiy ishchi guruhlari) namunaviy tarkibi 4-ilovaga muvofiq tasdiqlansin.

3. Sport vazirligi (Sh.Momindjanov):

a) Maktabgacha va maktab ta'limi vazirligi (F.Boqiyev) bilan birgalikda har o'quv yili yakunida o'quvchilarning sinflar bo'yicha jismoniy tayyorgarlik darajasini "ERP-sport" yagona elektron boshqaruv tizimi orqali aniqlashni yo'lga qo'ysin.

Bunda, my.sport.uz platformasi orqali sport sinovlarini topshirish uchun elektron ariza yuborish xizmatini soddalashtirsin hamda sinflar kesimida o'quvchilarning ariza topshirishini yo'lga qo'ysin;

adm.sport.uz platformasida sinflar kesimida baholash va natijalarni tahlil qilish, g'oliblarni aniqlash, tanlash va saralab olish bo'yicha texnik imkoniyatlarni joriy etsin;

b) sport sinovlarini tashkil etish va o'tkazish yuzasidan o'quv qo'llanmalar tayyorlash va elektron ko'rinishda sport maktablari, ta'lim muassasalariga yetkazish;

d) tuman (shahar)larda sport sinovlarini o'tkazish bo'yicha sport maktablari direktorlarining ommaviy sportni rivojlantirish va seleksiya bo'yicha o'rinbosari hamda seleksioner trenerlarni biriktirish;

e) Maktabgacha va maktab ta'limi vazirligi (F.Boqiyev) bilan birgalikda Qoraqalpog'iston Respublikasi, viloyatlar va Toshkent shahrida mazkur qarorning mazmun-mohiyatini sport boshqarmalari hamda Maktabgacha va maktab ta'limi boshqarmalaridan biriktirilgan mas'ul xodimlariga yetkazish bo'yicha sayyor o'quv-seminar tashkil etish;

f) tuman (shahar)larda sport sinovlari o'tkazilishining tashkil etilishi, shuningdek, bu borada yaratilgan sharoitlarni muntazam ravishda o'rganib borish;

g) sport sinovlarining 4-bosqichini tuman (shahar)larda alohida tayyorgarlik ko'rgan holda bayramona tashkil etilishini ta'minlash;

h) sport sinovlarining (maxsus talablarini bajargan) g'olib o'quvchilarini taqdirlash ishlarini tantanali ravishda amalga oshirish;

i) O'zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining "Aholining jismoniy tayyorgarlik darajasini baholash bo'yicha sport sinovlarini tashkil etish va o'tkazish to'g'risida" 2022-yil 15-yanvardagi 23-son qaroriga muvofiq sport sinovlari ishtirokchilariga yosh toifasi va guruhlari bo'yicha egallagan o'rni hamda darajasiga qarab I, II va III darajali "Jismoniy tayyorgarlik darajasi" ko'krak nishonlari va esdalik sovg'alar bilan rag'batlantirish choralarini ko'rish vazifalari yuklatilsin.

4. Sog'liqni saqlash vazirligi (E.Basitxanova)ga:

a) sport sinovlarini topshirishda ishtirok etadigan o'quvchilarni bepul tibbiy ko'rikdan o'tkazishda yaqindan yordam berish;

b) o'quvchilarning antropometrik ko'rsatkichlarini (semizlik darajasini, vazn indeksini kamaytirish, salomatlikni mustahkamlash) tahlil qilish hamda tahliliy ma'lumotlarni Sport vazirligi, Mudofaa vazirligi, Maktabgacha va maktab ta'limi vazirligiga kiritish;

d) sport sinovlari o'tadigan joylarning sanitariya normalari, qoidalari va gigiyena normativlariga mos bo'lishini ta'minlash vazifalari yuklatilsin.

5. Mudofaa vazirligi (X.Karshiyev) sport sinovlarining maxsus talablarini bajarib g'olib bo'lgan 10-11-sinf o'quvchilarni "Vatan tayanchi" otryadlariga jalb etish choralarini ko'rish vazifasi yuklatilsin.

6. Maktabgacha va maktab ta'limi vazirligi (F.Boqiyev)ga:

a) Sport vazirligi (Sh.Momindjanov) bilan birgalikda mazkur qarorning mazmun-mohiyatini jismoniy tarbiya fani va chaqiruvga qadar boshlang'ich tayyorgarlik rahbarlariga yetkazish bo'yicha tuman (shahar)larda o'quv-seminarlar tashkil etish;

b) ta'lim muassasalarida haftaning har shanba kunini jismoniy tarbiya va sport kuni sifatida belgilash hamda jismoniy tarbiya va sport kunlarida ommaviy badantarbiya, sport sinovlarini qabul qilish, ommaviy sport musobaqalarini o'tkazish;

d) belgilangan muddatlarda o'quvchilaridan sport sinovlari qabul qilinishini (my.sport.uz platformasi orqali ro'yxatdan o'tkazish, adm.sport.uz platformasiga natijalarni kiritish ishlarini) doimiy nazorat qilish;

e) sport sinovlarini tashkil etishda alohida mas'ullar belgilash va joylarda tashkiliy hamda amaliy ishlarni yuqori darajada tashkil etilishini nazoratga olish;

f) sport sinovlarining 4-bosqichida ishtirok etuvchi o'quvchilarning xavfsizligini ta'minlagan holda sport sinovlarini topshirish uchun sport maktablariga olib borish bo'yicha ta'lim muassasalarining rahbarlariga shaxsiy javobgarlik va mas'uliyat yuklash;

g) sport sinovlarini qabul qilish va baholash jarayonlariga ta'lim muassasalaridagi jismoniy tarbiya fani o'qituvchilarini biriktirish;

h) sport sinovlarida eng yaxshi natija ko'rsatgan o'quvchilarni rag'batlantirish hamda ularning yutuqlari bo'yicha ma'lumotlarni tegishli vazirliklarning rasmiy web-saytlarida e'lon qilish vazifalari yuklatilsin.

7. Hududiy ishchi guruhlariga:

sport sinovlari tashkil etilishida tibbiyot, ichki ishlar va milliy gvardiya xodimlarini jalb qilish choralarini ko'rish;

sport sinovlarini qabul qilish jarayonlarini yuqori saviyada tashkil etish vazifalari yuklatilsin.

Bunda, sport sinovlarini o'tkazish uchun O'zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining 2024-yil 29-iyuldagi 205-sonli qarori bilan tasdiqlangan "Ommaviy tadbirlarni o'tkazish qoidalari"ga asosan vakolatli organdan maxsus elektron axborot tizimi orqali ruxsatnoma olsin.

8. Mazkur qaror qabul qilinishi munosabati bilan O'zbekiston Respublikasi Yoshlar siyosati va sport vazirligi hamda O'zbekiston Respublikasi Maktabgacha va maktab ta'limi vazirligining 2023-yil 8-avgustdagi "Umumiy o'rta ta'lim maktablari o'quvchilari o'rtasida "Jismoniy tayyorgarlik darajasi" sport sinovlarini tashkil etish va o'tkazish to'g'risida" 22-QQ-son, 29-QQ-son qarori o'z kuchini yo'qotgan deb hisoblansin.

9. Ushbu qarorning bajarilishini nazorat qilishni o'z zimmamizda qoldiramiz.

Sport vaziri

Toshkent sh.,
2025-yil "14"-mart
11 son



A. Ikramov

**Maktabgacha va maktab
ta'limi vaziri**

Toshkent sh.,
2025-yil "14"-mart
12 son



X. Umarova

**Sog'liqni saqlash
vaziri**

Toshkent sh.,
2025-yil "14"-mart
01-06 son



A. Xudayarov

Mudofaa vaziri

Toshkent sh.,
2025-yil "14"-mart
8 son



Sh. Xalmuxamedov

O'zbekiston Respublikasi
Sport vazirligi, Sog'liqni saqlash
vazirligi, Mudofaa vazirligi,
Maktabgacha va maktab ta'limi
vazirligining
2025-yil "14" - martdagi
11-9/9, 1d, 01-06
va 8 - son qaroriga
I-ILOVA

**O'quvchilarining jismoniy tayyorgarlik darajasini baholash bo'yicha
sport sinovlarini tashkil etish va o'tkazish to'g'risidagi
NIZOM**

1-bob. Umumiy qoidalar

1. Mazkur Nizom O'zbekiston Respublikasi Maktabgacha va maktab ta'limi vazirligi tizimidagi umumiy o'rta ta'lim muassasalari (keyingi o'rinlarda - maktab) o'quvchilarining jismoniy tayyorgarlik darajasini baholash bo'yicha sport sinovlarini (keyingi o'rinlarda - sport sinovlari) tashkil etish va o'tkazish tartibini belgilaydi.

2. Sport sinovlari ixtiyoriylik va ommaviylik tamoyillariga asoslanadi.

3. Sport sinovlari har yili 1-11-sinf o'quvchilaridan (o'g'il bola va qizlar uchun alohida yosh guruhlarida) yiliga bir marta o'quv yili yakunida mart-aprel oylarida sinflar kesimida qabul qilinadi.

Sport sinovlarini qabul qilish muddatlariga istisno tariqasida o'zgartish kiritish faqatgina Sport vazirligi, Sog'liqni saqlash vazirligi, Mudofaa vazirligi, Maktabgacha va maktab ta'limi vazirligi kelishuvi bilan amalga oshiriladi.

4. Sport sinovlari ixtiyoriy va maxsus talablardan tarkib topgan turlar va mezonlardan iborat bo'ladi.

Sport sinovlari O'zbekiston Respublikasi Sport vazirligi, Sog'liqni saqlash vazirligi, Mudofaa vazirligi, Maktabgacha va maktab ta'limi vazirligining ishchi guruhi tomonidan ishlab chiqilgan hamda tasdiqlangan sport sinovlari turlari va mezonlari asosida qabul qilinadi.

5. Sport sinovlari ixtiyoriy talablar bo'yicha maktablarda, maxsus talablar bo'yicha sport maktablarida qabul qilinadi.

O'quvchilar sport sinovini topshirish uchun sinf rahbarlari tomonidan my.sport.uz platformasidan ro'yxatdan o'tkaziladi hamda belgilangan sanalarda sport sinovlarini topshiradi.

Har bir o'quvchining sport sinovlari talablarini bajarishda ko'rsatgan natijalari mas'ullar tomonidan adm.sport.uz platformasiga kiritiladi.

6. Har o'quv yili yakunida o'quvchilarning sinflar bo'yicha jismoniy tayyorgarlik darajasi adm.sport.uz elektron platformasi orqali aniqlanadi va e'lon qilinadi.

**2-bob. O'quvchilardan sport sinovlarini qabul
qilish maqsadi va asosiy vazifalari**

7. Sport sinovlarining maqsadi - o'quvchilar o'rtasida jismoniy tarbiya va sportni ommalashtirish orqali ularning jismoniy qobiliyati va harakat faolligini takomillashtirish, mehnatga layoqatini oshirish, zararli odatlar hamda turli kasalliklarning oldini olish va sog'lom turmush tarzi ko'nikmalarini shakllantirishdan iborat.

8. Sport sinovlarini o'tkazishning asosiy vazifalari quyidagilar hisoblanadi:
o'quvchilarni jismoniy harakatlanishga yo'naltirish orqali ularni salomatligini mustahkamlash;

o'quvchilar o'rtasida jismoniy tarbiya va sport tadbirlarini muntazam o'tkazish orqali ularni jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlariga jalb etish hamda sport bilan shug'ullanuvchi o'quvchilar safini kengaytirish;

jismoniy tarbiya va sog'lomlashtirish tadbirlari orqali o'quvchilarning salomatligi va jismoniy imkoniyatlari darajasini oshirish;

o'quvchilarni jismonan baquvvat, barkamol va sog'lom bo'lishiga, ularning sport bilan chiniqishiga, jismoniy tarbiya va sportni kundalik turmush tarziga aylantirishiga erishish;

o'quvchilarning jismoniy tarbiya va sport bilan shug'ullanish bo'yicha bilim va ko'nikmalarini oshirish;

o'quvchilarning sportga bo'lgan qiziqishini oshirish, ayniqsa, sog'lom turmush tarzi madaniyatini shakllantirish, immunitetini mustahkamlash, salomatligini ta'minlash hamda sport bilan muntazam shug'ullanishlari uchun zarur shart-sharoitlar va infratuzilmani yaratish;

yosh avlodni jismonan va ruhan sog'lom, Vatanga sadoqat ruhida tarbiyalash, Vatan mudofaasiga munosib zaxira kadrlar tayyorlash tizimini joriy etish.

3-bob. Sport vazirligi, Maktabgacha va maktab ta'limi vazirliklari quyi tashkilotlarining sport sinovlarini tashkil etish va o'tkazish bo'yicha asosiy vazifalari

9. Qoraqalpog'iston Respublikasi sport vazirligi, viloyatlar va Toshkent shahar sport boshqarmalari:

sport sinovlarini tashkil etish va o'tkazish bo'yicha hududiy ishchi guruhi faoliyatini yo'lga qo'yadi;

sport sinovlarining maxsus talablari o'tkaziladigan sana, o'tish joylari ro'yxatini shakllantiradi;

hamkor tashkilotlar bilan birgalikda ommaviy axborot vositalari va internet nashrlari orqali sport sinovlarining targ'ibotini amalga oshiradi;

sport sinovlarini tashkil etish va o'tkazish uchun shart-sharoitlarni yaratadi;

sport sinovlari natijalari joylarda rasmiylashtirilishini adolatli va shaffoflikni ta'minlagan holda tashkil etilishi yuzasidan nazoratni amalga oshiradi;

sport sinovlari g'oliblarini munosib taqdirlash yuzasidan Qoraqalpog'iston Respublikasi Vazirlar Kengashi, viloyatlar va Toshkent shahar hokimliklariga takliflar kiritadi;

sport sinovlarining maxsus talablarini bajargan g'oliblarni taqdirlash haqidagi yakuniy xulosani Respublika ishchi guruhiga kiritadi;

sport sinovlari g'olib va sovrindorlarini taqdirlash marosimlarini tuman (shahar)larda tantanali tarzda tashkil etilishini ta'minlaydi.

10. Qoraqalpog'iston Respublikasi Maktabgacha va maktab ta'limi vazirligi viloyatlar va Toshkent shahar maktabgacha va maktab ta'limi boshqarmalari, tuman (shahar) maktabgacha va maktab ta'limi bo'limlari:

sport sinovlarining ixtiyoriy talablarini barcha maktablarda sinflar kesimida o'tkazish va 7-17 yoshgacha o'quvchilardan qabul qilish bo'yicha zaruriy chora-tadbirlarni belgilaydi;

sport sinovlarini tashkil etish va o'tkazish bo'yicha jismoniy tarbiya fani o'qituvchilari, harbiy chaqiriqqacha tayyorgarlik rahbarlari hamda sinf rahbarlarini mas'ul etib belgilaydi, ularga shaxsiy javobgarlikni yuklaydi;

barcha maktablarda belgilangan muddatlarda ixtiyoriy talablar bo'yicha sport sinovlari qabul qilinishini ta'minlaydi;

belgilangan muddatlarda sport sinovlarining maxsus talablarini topshiruvchi maktab jamoalarini shakllantiradi;

maktablarda ixtiyoriy talablar bo'yicha sport sinovlari qabul qilinganligi yuzasidan yakuniy natijalarni umumlashtiradi hamda Qoraqalpog'iston Respublikasi sport vazirligi, viloyatlar va Toshkent shahar sport boshqarmalariga kiritadi;

tuman (shahar)larda o'tkaziladigan maxsus talablar bo'yicha sport sinovlarini qabul qilish jarayonlarida maktab jamoalari ishtirokini ta'minlaydi;

tuman (shahar)larda sport sinovlari g'oliblarini taqdirlash marosimlarini Qoraqalpog'iston Respublikasi sport vazirligi, viloyatlar va Toshkent shahar sport boshqarmalari bilan birgalikda tashkil etadi;

tuman (shahar)larda o'tkaziladigan taqdirlash marosimlarida g'olib o'quvchilar ishtirokini ta'minlaydi.

11. Sport maktablari:

sport sinovlari (maxsus talablari bo'yicha) o'tkaziladigan va qabul qilinadigan obyektlarni (sport zali, stadion, zarur jihoz va sport inventarlari) tayyorlaydi hamda zaruriy shart-sharoitlarni yaratadi;

sport sinovlarini qabul qilish bo'yicha mas'ul trenerlarni belgilaydi, ularga shaxsiy javobgarlikni yuklaydi;

belgilangan muddatlarda nizomda ko'rsatilgan talablar bo'yicha sport sinovlarini qabul qilinishini ta'minlaydi;

sport sinovlarining natijalarini adm.sport.uz platformasida qayd etish bo'yicha javobgar hisoblanadi;

sport sinovlarini qabul qilish natijalarini bayonnoma bilan rasmiylashtiriladi hamda sport sinovlarini topshirish jarayonlarini videotasvirga olinishini ta'minlaydi;

sport sinovlari qabul qilinganligi yuzasidan yakuniy natijalarni tegishlilikiga ko'ra Qoraqalpog'iston Respublikasi sport vazirligi, viloyatlar va Toshkent shahar sport boshqarmalariga kiritadi;

sport sinovlari g'olib va sovrindorlarini taqdirlash marosimlarini tuman (shahar)larda tantanali tarzda tashkil etish bo'yicha mas'ul hisoblanadi.

12. Maktablar:

sport sinovlarini o'tkazish yuzasidan o'quvchilar o'rtasida targ'ibot-tashviqot ishlarini amalga oshiradi;

sport sinovlarida ishtirok etish bo'yicha sinf rahbarlari tomonidan o'quvchilarning my.sport.uz platformasidan elektron ro'yxatdan o'tishini ta'minlaydi;

sport sinovlari o'tkaziladigan va qabul qilinadigan obyektlarni (sport zali, stadion, zarur jihoz va sport inventarlari) tayyorlaydi hamda zaruriy shart-sharoitlarni yaratadi;

sport sinovlarini qabul qilish bo'yicha jismoniy tarbiya o'qituvchilari, harbiy chaqiriqqacha tayyorgarlik rahbarlari hamda sinf rahbarlarini mas'ul etib belgilaydi, ularga shaxsiy javobgarlikni yuklaydi;

Nizomda ko'rsatilgan talablar bo'yicha sport sinovlarini qabul qilinishini ta'minlaydi;

ixtiyoriy talablar bo'yicha sport sinovlarini topshirgan o'quvchilarining natijalarini adm.sport.uz platformasiga kiritish bo'yicha javobgar hisoblanadi;

sport sinovlarining qabul qilinganligi yuzasidan yakuniy natijalarini va maxsus talablarni topshiruvchi maktab jamoasi ro'yxatini tuman (shahar) Maktabgacha va maktab ta'limi bo'limlari va sport maktablariga kiritadi;

ixtiyoriy talablar bo'yicha sport sinovlarining g'oliblarini sertifikatlar bilan taqdirlaydi;

maxsus talablarni topshiradigan maktab jamoasini keyingi bosqichda ishtirok etishini ta'minlaydi.

4-bob. Sport sinovlarini qabul qilish komissiyasini tashkil etish va ular faoliyati

13. Sport sinovlarini tashkil etish va qabul qilish bo'yicha sport maktabi tomonidan toq sonli malakali mutaxassislardan iborat tarkibda Sport sinovlarini tashkil etish va qabul qilish komissiyasi (keyingi o'rinlarda - komissiya) tuziladi va sport sinovlarini o'tkazishni amalga oshiradi.

Ixtiyoriy talablar bo'yicha komissiya tarkibiga maktab rahbarlari, maxsus talablar bo'yicha sport maktablari rahbarlari raislik qiladi.

14. Komissiya mazkur Nizom, sport jihozlaridan foydalanish, xavfsizlik texnikasi qoidalariga va tasdiqlangan ixtiyoriy va maxsus talablarning turlari va mezonlariga rioya qilgan holda sport sinovlarini o'tkazadi.

15. Komissiya tarkibi a'zolari jismoniy tarbiya va sport sohasida tajribaga ega mutaxassislardan shakllantiriladi. Komissiya raisi qaroriga asosan manfaatdor sport tashkilotlari vakillari komissiya tarkibida ishtirok etishlariga ruxsat etiladi.

16. Komissiyasiga quyidagi asosiy vazifalar yuklanadi:

sport sinovlarini qabul qilishda shaffoflikni ta'minlash;

sport sinovlarini odilona baholab, qabul qilish;

rekordlarni aniqlash;

ma'lumotlarni umumlashtirish;

sport sinovlarini natijalarni tahlil qilish.

5-bob. Sport sinovlarini topshiruvchi o'quvchilarning yosh guruhlari, o'tkazish muddatlari va baholash tartibi, g'olib va sovrindorlarni taqdirlash

17. Sport sinovlari o'quvchilar o'rtasida quyidagi 5 ta yosh guruhi bo'yicha sinflar kesimida o'tkaziladi:

1-guruh — 7–8 yosh;

2-guruh — 9–10 yosh;

3-guruh — 11–12 yosh;

4-guruh — 13–15 yosh;

5-guruh — 16–17 yosh.

18. Sport sinovlari ixtiyoriy va maxsus talablardan iborat.

Umumiy o'rta ta'lim maktablarining o'quvchilaridan ixtiyoriy talablar bo'yicha sport sinovlari qabul qilinadi va eng yaxshi natijani qayd etgan o'quvchilargina maxsus talablarni topshirish imkoniyati beriladi.

19. Ixtiyoriy talablar murakkablik darajasi asosida quyidagi jismoniy sifatlarni rivojlantirishga qaratilgan:

tezlik va kuchlanish imkoniyatlarining rivojlanish darajasi;

harakatlarni muvofiqlashtiruvchi qobiliyatining rivojlanish darajasi;

egallagan amaliy ko'nikmalarining rivojlanish darajasi.

20. Maxsus talablar murakkablik darajasi asosida quyidagi jismoniy sifatlarni rivojlantirishga qaratilgan:

chidamlilik imkoniyatlarining rivojlanish darajasi;
kuch imkoniyatlarining rivojlanish darajasi;
egiluvchanlik imkoniyatlarining rivojlanish darajasi;
tezlik imkoniyatlarining rivojlanish darajasi.

Sport sinovlarining turlari va mezonlari yosh guruhlari bo'yicha (7 yosh va undan katta yoshli o'quvchilarning) jismoniy tayyorgarligi darajasini aniqlaydi.

21. Sport sinovlarini o'tkazish, g'olib va sovrindorlarni rag'batlantirish mazkur Nizomning ilovasida keltirilgan sport sinovlarini tashkil etish sxemasiga muvofiq amalga oshiriladi.

22. Umumiy o'rta ta'lim maktablari o'quvchilarining jismoniy tayyorgarlik darajasini baholash bo'yicha sport sinovlari 5-bosqichda o'tkaziladi:

1-bosqich: sport sinovlarini tashkil etish yuzasidan targ'ibot va tashviqot ishlarini amalga oshirish;

2-bosqich: sport sinovlarida ishtirok etish bo'yicha 1–11-sinf o'quvchilari ixtiyoriylik asosida my.sport.uz platformasidan ro'yxatdan o'tkazish;

3-bosqich: 1–11-sinf o'quvchilaridan ta'lim muassasalarida ixtiyoriylik asosida jismoniy tarbiya va chaqiruvga qadar boshlang'ich tayyorgarlik fani darslari doirasida ixtiyoriy talablar bo'yicha sport sinovlarini qabul qilish;

4-bosqich: 7, 8, 9, 10, 11-sinf kesimida ixtiyoriy talablardan eng yuqori natija (ball) qayd etgan 13–17 yoshdagi o'quvchilardan tuman (shahar)lardagi sport maktablarida maxsus talablar bo'yicha sport sinovlarini qabul qilish;

Bunda, sport sinovlarini qabul qilish jarayonlariga sport maktablarining Ommaviy sportni rivojlantirish va seleksiya bo'yicha direktor o'rinbosari, trenerlari va trener-seleksionerlar mas'ul etib belgilanadi.

5-bosqich: maxsus talablar bo'yicha g'olib bo'lgan o'quvchilarning mazkur Nizomning 23-bandida belgilangan tartibda rag'batlantirish.

23. Maxsus talablarni bajarish istagini bildirgan ishtirokchilarning sport sinovlarini qabul qilish natijalari adm.sport.uz platformasiga kiritiladi hamda yozma bayonnoma bilan rasmiylashtiriladi.

Sport sinovlarini topshirish jarayonlari to'liq videotasvirga olinadi, videotasvirga olinmagan holatlar inobatga olinmaydi.

har bir tuman (shahar) bo'yicha maxsus talablarni topshirib eng yuqori natija (ball) qayd etgan 5 ta yosh guruhida (o'g'il va qiz bolalar alohida) I, II va III darajali "Jismoniy tayyorgarlik darajasi" ko'krak nishoni bilan, I darajali "Jismoniy tayyorgarlik darajasi" ko'krak nishoni bilan taqdirlangan g'oliblar esa esdalik sovg'alari bilan taqdirlanadi.

24. Sog'lig'i holatiga ko'ra ro'yxatda turuvchi o'quvchilarga sport sinovlarini topshirishga ruxsat berilmaydi.

25. Quyidagi holatlarda sport sinovlarida qo'lga kiritilgan natijalar bekor qilinadi: jismoniy va yuridik shaxslarning ishonchli (asosli) murojaatlari;

ishtirokchilarning natijalari qayd etilgan bayonnomalar va videotasvirlarni ko'rib chiqish asosida.

26. Sport sinovlarini o'tkazish bilan bog'liq shikoyatlarni ko'rib chiqish uchun hududiy ishchi guruhlar qarori asosida malakali mutaxassislardan (trenerlar, jismoniy tarbiya va sport sohasi vakillari hamda jamoatchilik vakillaridan) iborat uch kishidan kam bo'lmagan toq sonli tarkibda Appelyatsiya komissiyasi tuziladi.

27. Sport sinovlari natijalaridan norozi bo'lgan o'quvchilar sinov natijalari e'lon qilingan kundan keyin bir ish kuni ichida Appelyatsiya komissiyasiga o'zi, ota-onasi (ularni o'rnini bosuvchi shaxslar) yoki sinf rahbari orqali yozma ariza bilan murojaat qilishi mumkin hamda murojaatlarni ko'rib chiqishda ishtirok etishi lozim.

Murojaat amaldagi qonunchilik hujjatlariga muvofiq taqdim etiladi va ko'rib chiqiladi.

28. Apellatsiya komissiyasi ariza qabul qilingan kundan boshlab uch ish kuni ichida arizani va sport sinovlari natijalarini ko'rib chiqib, yozma xulosa beradi.

6-bob. Yakunlovchi qoida

29. Mazkur Nizom talablari buzilishida aybdor bo'lgan shaxslar qonunchilikka muvofiq javob beradilar.

O'quvchilarining jismoniy tayyorgarlik
darajasini baholash bo'yicha sport sinovlarini
tashkil etish va o'tkazish to'g'risidagi nizomga
ILOVA

**Sport sinovlarini tashkil etish
SXEMASI**

Bosqichlar	Ishtirokchilar (sinflar) kesimida	Chora-tadbirlar	Muddat	Mas'ullar
1-bosqich	1-11-sinf o'quvchilari (maktablarda)	Sport sinovlarini tashkil etish yuzasidan targ'ibot va tashviqot ishlari	31-mart kuniga qadar	maktab direktori, jismoniy tarbiya fani o'qituvchisi, harbiy chaqiriqqacha tayyorgarlik rahbari
2-bosqich	1-11-sinf o'quvchilari (maktablarda)	Sport sinovlarida ishtirok etish bo'yicha maxsus platformadan ro'yxatdan o'tish	1-5-aprel kunlari	maktab direktori, jismoniy tarbiya fani o'qituvchisi, harbiy chaqiriqqacha tayyorgarlik rahbari
3-bosqich	1-11-sinf o'quvchilari (maktablarda)	Ixtiyoriy talablar bo'yicha sport sinovlarini qabul qilish	7-30-aprel kunlari	maktab direktori, jismoniy tarbiya fani o'qituvchisi, harbiy chaqiriqqacha tayyorgarlik rahbari
4-bosqich	7-11-sinf o'quvchilari (sport maktablarida)	Maxsus talablar bo'yicha sport sinovlarini qabul qilish	1-15-may kunlari	sport maktabi direktori, Ommaviy sportni rivojlantirish va seleksiya bo'yicha direktor o'rinbosari, trenerlar
5-bosqich	7-11- sinf o'quvchilari	Maxsus talablar bo'yicha Sport sinovlari g'oliblarini taqdirlash	20-24-may kunlari	Qoraqalpog'iston Respublikasi, viloyatlar va Toshkent shahrida tashkil etiladigan hududiy ishchi guruhlar

O'zbekiston Respublikasi
Sport vazirligi, Sog'liqni saqlash
vazirligi, Mudofaa vazirligi,
Maktabgacha va maktab ta'limi
vazirligining
2025-yil "14" - martdagi
14.9/9, 12, 01.06
va 8 - son qaroriga
2-ILOVA

"Jismoniy tayyorgarlik darajasi" sport sinovlarining turlari va mezonlari
BIRINCHI YOSH TOIFASI
7 YOSH O'G'IL BOLALAR

T/r	Talab (sinov) turlari	Ko'rsatkich va unga beriladigan ballar		
		10 ball	8 ball	6 ball
Maxsus talab bo'yicha				
1.	30 m. ga yuqori startdan yugurish (s)	5,8-6,0	6,1-6,3	6,4-6,6
2.	Turgan joydan uzunlikka sakrash (sm), (3 ta imkoniyatdan eng yaxshisi hisoblanadi)	140-136	135-131	130-126
3.	Gimnastika o'rindig'ida tizzalarni bukmasdan oldinga egilish (sm) *	+13 +11	+10 +8	+7 +5
4.	Yerga tayangan holda qo'llarni bukib yozish (30 soniyada marta)	25-21	20-16	15-11
5.	Arg'imchida sakrash (1 daqiqa)	60-51	50-41	40-31
Bajarilishi lozim talab (sinov)lar soni		5	5	5
Ko'krak nishoni olish uchun talab etiladigan ball		I daraja	II daraja	III daraja
		50-48	46-38	36-30
Kelasi yilda to'g'ridan-to'g'ri maxsus talabni bajarish uchun tavsiya beriladi		48	-	-
G'oliblik uchun talab etiladigan ball		50	-	-
Ixtiyoriy talab bo'yicha				
1.	10 m. ga slalom yugurish (s). Bir chiziqqa 9 ta fishka qo'yiladi oralig'i 1 metr. **	5,6-5,8	5,9-6,1	6,2-6,4
2.	3 m klassik o'yinida borib qaytish (s) (umumiy 6 metr) xar bir katakning uzunligi 50 sm.	4,6-4,8	4,9-5,1	5,2-5,4
3.	Chiziq bo'ylab sakrash (10 soniyada marta)	35-33	32-30	29-27
4.	3x10 m makkisimon yugurish (s)	8,8-9,0	9,1-9,3	9,4-9,6
5.	Kurakda yotgan holda oyoqlarni juftlashtirib gavgani yuqoriga 90 ^o ga ko'tarish (30 soniyada marta)	25-21	20-16	15-11
Bajarilishi lozim talab (sinov)lar soni		5	5	5
Daraja olish uchun talab etiladigan ball		I daraja	II daraja	III daraja
		50-48	46-38	36-30
Maxsus talabni topshirish uchun talab etiladigan ball		50-48	-	-

Izoh: * + belgisi 0 dan pastga hisoblanadi.

** Ushbu sinovni bajarishda 9 ta fishkalarni aylanib yugurib o'tish (*sakrab emas*) talab etiladi, start va finish chizig'iga fishka qo'yilmaydi.

“Jismoniy tayyorgarlik darajasi” sport sinovlarining turlari va mezonlari

BIRINCHI YOSH TOIFASI

7 YOSH QIZ BOLALAR

T/r	Talab (sinov) turlari	Ko'rsatkich va unga beriladigan ballar		
		10 ball	8 ball	6 ball
Maxsus talab bo'yicha				
1.	30 m. ga yuqori startdan yugurish (s)	6,0-6,2	6,3-6,5	6,6-6,8
2.	Turgan joydan uzunlikka sakrash (sm), (3 ta imkoniyatdan eng yaxshisi hisoblanadi)	130-126	125-121	120-116
3.	Gimnastika o'rindig'ida tizzalarni bukmasdan oldinga egilish (sm)*	+16 +14	+13 +11	+10 +8
4.	Gimnastika o'rindig'iga (skameyka) tayangan holda qo'llarni bukib yozish (30 soniyada marta)	25-21	20-16	15-11
5.	Arg'imchida sakrash (1 daqiqa)	70-61	60-51	50-41
Bajarilishi lozim talab (sinov)lar soni		5	5	5
Ko'krak nishoni olish uchun talab etiladigan ball		I daraja	II daraja	III daraja
		50-48	46-38	36-30
Kelasi yilda to'g'ridan-to'g'ri maxsus talabni bajarish uchun tavsiya beriladi		48	-	-
G'oliblik uchun talab etiladigan ball		50	-	-
Ixtiyoriy talab bo'yicha				
1.	10 m. ga slalom yugurish (s). Bir chiziqqa 9 ta fishka qo'yiladi oralig'i 1 metr.**	5,8-6,0	6,1-6,3	6,4-6,6
2.	3 m klassik o'yinida borib qaytish (s) (umumiy 6 metr) xar bir katakning uzunligi 50 sm.	4,6-5,0	5,1-5,3	5,4-5,6
3.	Chiziq bo'ylab sakrash (10 soniyada marta)	30-28	27-25	24-22
4.	3x10 m makkisimon yugurish (s)	9,0-9,2	9,3-9,5	9,6-9,8
5.	Kurakda yotgan holda oyoqlarni juflashtirib gavdani yuqoriga 90°ga ko'tarish (30 soniyada marta)	25-21	20-16	15-11
Bajarilishi lozim talab (sinov)lar soni		5	5	5
Daraja olish uchun talab etiladigan ball		I daraja	II daraja	III daraja
		50-48	46-38	36-30
Maxsus talabni topshirish uchun talab etiladigan ball		50-48	-	-

Izoh: * + belgisi 0 dan pastga hisoblanadi.

** Ushbu sinovni bajarishda 9 ta fishkalarni aylanib yugurib o'tish (*sakrab emas*) talab etiladi, start va finish chizig'iga fishka qo'yilmaydi.

“Jismoniy tayyorgarlik darajasi” sport sinovlarining turlari va mezonlari

BIRINCHI YOSH TOIFASI

8 YOSH O‘G‘IL BOLALAR

T/r	Talab (sinov) turlari	Ko'rsatkich va unga beriladigan ballar		
		10 ball	8 ball	6 ball
Maxsus talab bo'yicha				
1.	30 m. ga yuqori startdan yugurish (s)	5,6-5,8	5,9-6,1	6,2-6,4
2.	Turgan joydan uzunlikka sakrash (sm), (3 ta imkoniyatdan eng yaxshisi hisoblanadi)	145-141	140-136	135-131
3.	Gimnastika o'rindig'ida tizzalarni bukmasdan oldinga egilish (sm) *	+ 13 +11	+10 +8	+7 +5
4.	Yerga tayangan holda qo'llarni bukib yozish (30 soniyada marta)	27-23	22-18	17-13
5.	Arg'imchida sakrash (1 daqiqa)	70-61	60-51	50-41
Bajarilishi lozim talab (sinov)lar soni		5	5	5
Ko'krak nishoni olish uchun talab etiladigan ball		I daraja	II daraja	III daraja
		50-48	46-38	36-30
Kelasi yilda to'g'ridan-to'g'ri maxsus talabni bajarish uchun tavsiya beriladi		48	-	-
G'oliblik uchun talab etiladigan ball		50	-	-
Ixtiyoriy talab bo'yicha				
1.	10 m. ga slalom yugurish (s). Bir chiziqga 9 ta fishka qo'yiladi oralig'i 1 metr. **	5,4-5,6	5,7-5,9	6,0-6,2
2.	3 m klassik o'yinida borib qaytish (s) (umumiy 6 metr) xar bir katakning uzunligi 50 sm.	4,6-4,8	4,9-5,1	5,2-5,4
3.	Chiziq bo'ylab sakrash (10 soniyada marta)	35-33	32-30	29-27
4.	3x10 m mokkisimon yugurish (s)	8,8-9,0	9,1-9,3	9,4-9,6
5.	Kurakda yotgan holda oyoqlarni juftlashtirib gavdani yuqoriga 90 ⁰ ga ko'tarish (30 soniyada marta)	27-23	22-18	17-13
Bajarilishi lozim talab (sinov)lar soni		5	5	5
Daraja olish uchun talab etiladigan ball		I daraja	II daraja	III daraja
		50-48	46-38	36-30
Maxsus talabni topshirish uchun talab etiladigan ball		50-48	-	-

Izoh: * + belgisi 0 dan pastga hisoblanadi.

** Ushbu sinovni bajarishda **9 ta** fishkalarni aylanib yugurib o‘tish (*sakrab emas*) talab etiladi, start va finish chizig‘iga fishka qo‘yilmaydi.

“Jismoniy tayyorgarlik darajasi” sport sinovlarining turlari va mezonlari
BIRINCHI YOSH TOIFASI
8 YOSH QIZ BOLALAR

T/r	Talab (sinov) turlari	Ko'rsatkich va unga beriladigan ballar		
		10 ball	8 ball	6 ball
Maxsus talab bo'yicha				
1.	30 m. ga yuqori startdan yugurish (s)	5,8-6,0	6,1-6,3	6,4-6,6
2.	Turgan joydan uzunlikka sakrash (sm), (3 ta imkoniyatdan eng yaxshisi hisoblanadi)	135-131	130-126	125-121
3.	Gimnastika o'rindig'ida tizzalarni bukmasdan oldinga egilish (sm)*	+16 +14	+13 +11	+10 +8
4.	Gimnastika o'rindig'iga (skameyka) tayangan holda qo'llarni bukib yozish (30 soniyada marta)	27-23	22-18	17-13
5.	Arg'imchida sakrash (1 daqiqa)	80-71	70-61	60-51
Bajarilishi lozim talab (sinov)lar soni		5	5	5
Ko'krak nishoni olish uchun talab etiladigan ball		I daraja	II daraja	III daraja
		50-48	46-38	36-30
Kelasi yilda to'g'ridan-to'g'ri maxsus talabni bajarish uchun tavsiya beriladi		48	-	-
G'oliblik uchun talab etiladigan ball		50	-	-
Ixtiyoriy talab bo'yicha				
1.	10 m. ga slalom yugurish (s). Bir chiziqqa 9 ta fishka qo'yiladi oralig'i 1 metr.**	5,6-5,8	5,9-6,1	6,2-6,4
2.	3 m klassik o'yinida borib qaytish (s) (umumiy 6 metr) xar bir katakning uzunligi 50 sm.	4,8-5,0	5,1-5,3	5,4-5,6
3.	Chiziq bo'ylab sakrash (10 soniyada marta)	30-28	27-25	24-22
4.	3x10 m makkisimon yugurish (s)	9,0-9,2	9,3-9,5	9,6-9,8
5.	Kurakda yotgan holda oyoqlarni juftlashtirib gavgdani yuqoriga 90 ⁰ ga ko'tarish (30 soniyada marta)	27-23	22-18	17-13
Bajarilishi lozim talab (sinov)lar soni		5	5	5
Daraja olish uchun talab etiladigan ball		I daraja	II daraja	III daraja
		50-48	46-38	36-30
Maxsus talabni topshirish uchun talab etiladigan ball		50-48	-	-

Izoh: * + belgisi 0 dan pastga hisoblanadi.

** Ushbu sinovni bajarishda **9 ta** fishkalarni aylanib yugurib o'tish (*sakrab emas*) talab etiladi, start va finish chizig'iga fishka qo'yilmaydi.

“Jismoniy tayyorgarlik darajasi” sport sinovlarining turlari va mezonlari
IKKINCHI YOSH TOIFASI
9 YOSH O‘G‘IL BOLALAR

T/r	Talab (sinov) turlari	Ko'rsatkich va unga beriladigan ballar		
		10 ball	8 ball	6 ball
Maxsus talab bo'yicha				
1.	30 m. ga yuqori startdan yugurish (s)	5,4-5,6	5,7-5,9	6,0-6,2
2.	Turgan joydan uzunlikka sakrash (sm), (3 ta imkoniyatdan eng yaxshisi hisoblanadi)	150-146	145-141	140-136
3.	Gimnastika o'rindig'ida tizzalarni bukmasdan oldinga egilish (sm) *	+ 13 +11	+10 +8	+7 +5
4.	Yerga tayangan holda qo'llarni bukib yozish (30 soniyada marta)	29-25	24-20	19-15
5.	Arg'imchida sakrash (1 daqiqa)	80-71	70-61	60-51
Bajarilishi lozim talab (sinov)lar soni		5	5	5
Ko'krak nishoni olish uchun talab etiladigan ball		I daraja	II daraja	III daraja
		50-48	46-38	36-30
Kelasi yilda to'g'ridan-to'g'ri maxsus talabni bajarish uchun tavsiya beriladi		48	-	-
G'oliblik uchun talab etiladigan ball		50	-	-
Ixtiyoriy talab bo'yicha				
1.	10 m. ga slalom yugurish (s). Bir chiziqga 9 ta fishka qo'yiladi oralig'i 1 metr. **	5,2-5,4	5,5-5,7	5,8-6,0
2.	3 m klassik o'yinida borib qaytish (s) (umumiy 6 metr) xar bir katakning uzunligi 50 sm.	4,4-4,6	4,7-4,9	5,0-5,2
3.	Chiziq bo'ylab sakrash (10 soniyada marta)	33-31	30-28	27-25
4.	3x10 m mokkisimon yugurish (s)	8,6-8,8	8,9-9,1	9,2-9,4
5.	Kurakda yotgan holda oyoqlarni juftlashtirib gavdani yuqoriga 90 ⁰ ga ko'tarish (30 soniyada marta)	29-25	24-20	19-15
Bajarilishi lozim talab (sinov)lar soni		5	5	5
Daraja olish uchun talab etiladigan ball		I daraja	II daraja	III daraja
		50-48	46-38	36-30
Maxsus talabni topshirish uchun talab etiladigan ball		50-48	-	-

Izoh: * + belgisi 0 dan pastga hisoblanadi.

** Ushbu sinovni bajarishda **9 ta** fishkalarni aylanib yugurib o‘tish (*sakrab emas*) talab etiladi, start va finish chizig‘iga fishka qo‘yilmaydi.

“Jismoniy tayyorgarlik darajasi” sport sinovlarining turlari va mezonlari

IKKINCHI YOSH TOIFASI

9 YOSH QIZ BOLALAR

T/r	Talab (sinov) turlari	Ko'rsatkich va unga beriladigan ballar		
		10 ball	8 ball	6 ball
Maxsus talab bo'yicha				
1.	30 m. ga yuqori startdan yugurish (s)	5,6-5,8	5,9-6,1	6,2-6,4
2.	Turgan joydan uzunlikka sakrash (sm), (3 ta imkoniyatdan eng yaxshisi hisoblanadi)	140-136	135-131	130-126
3.	Gimnastika o'rindig'ida tizzalarni bukmasdan oldinga egilish (sm)*	+14 +12	+11 +9	+8 +6
4.	Gimnastika o'rindig'iga (skameyka) tayangan holda qo'llarni bukib yozish (30 soniyada marta)	29-25	24-20	19-15
5.	Arg'imchida sakrash (1 daqiqa)	90-81	80-71	70-61
Bajarilishi lozim talab (sinov)lar soni		5	5	5
Ko'krak nishoni olish uchun talab etiladigan ball		I daraja	II daraja	III daraja
		50-48	46-38	36-30
Kelasi yilda to'g'ridan-to'g'ri maxsus talabni bajarish uchun tavsiya beriladi		48	-	-
G'oliblik uchun talab etiladigan ball		50	-	-
Ixtiyoriy talab bo'yicha				
1.	10 m. ga slalom yugurish (s). Bir chiziqqa 9 ta fishka qo'yiladi oralig'i 1 metr.**	5,4-5,6	5,7-5,9	6,0-6,2
2.	3 m klassik o'yinida borib qaytish (s) (umumiy 6 metr) xar bir katakning uzunligi 50 sm.	4,6-4,8	4,9-5,1	5,2-5,4
3.	Chiziq bo'ylab sakrash (10 soniyada marta)	28-26	25-23	22-20
4.	3x10 m mokkisimon yugurish (s)	8,8-9,0	9,1-9,3	9,4-9,6
5.	Kurakda yotgan holda oyoqlarni juftlashtirib gavdani yuqoriga 90 ⁰ ga ko'tarish (30 soniyada marta)	29-25	24-20	19-15
Bajarilishi lozim talab (sinov)lar soni		5	5	5
Daraja olish uchun talab etiladigan ball		I daraja	II daraja	III daraja
		50-48	46-38	36-30
Maxsus talabni topshirish uchun talab etiladigan ball		50-48	-	-

Izoh: * + belgisi 0 dan pastga hisoblanadi.

** Ushbu sinovni bajarishda 9 ta fishkalarni aylanib yugurib o'tish (*sakrab emas*) talab etiladi, start va finish chizig'iga fishka qo'yilmaydi.

“Jismoniy tayyorgarlik darajasi” sport sinovlarining turlari va mezonlari
IKKINCHI YOSH TOIFASI
10 YOSH O‘G‘IL BOLALAR

T/r	Talab (sinov) turlari	Ko'rsatkich va unga beriladigan ballar		
		10 ball	8 ball	6 ball
Maxsus talab bo'yicha				
1.	30 m. ga yuqori startdan yugurish (s)	5,2-5,4	5,5-5,7	5,8-6,0
2.	Turgan joydan uzunlikka sakrash (sm), (3 ta imkoniyatdan eng yaxshisi hisoblanadi)	155-151	150-146	145-141
3.	Gimnastika o'rindig'ida tizzalarni bukmasdan oldinga egilish (sm) *	+13 +11	+10 +8	+7 +5
4.	Yerga tayangan holda qo'llarni bukib yozish (30 soniyada marta)	31-27	26-22	21-17
5.	Arg'imchida sakrash (1 daqiqa)	90-81	80-71	70-61
Bajarilishi lozim talab (sinov)lar soni		5	5	5
Ko'krak nishoni olish uchun talab etiladigan ball		I daraja	II daraja	III daraja
		50-48	46-38	36-30
Kelasi yilda to'g'ridan-to'g'ri maxsus talabni bajarish uchun tavsiya beriladi		48	-	-
G'oliblik uchun talab etiladigan ball		50	-	-
Ixtiyoriy talab bo'yicha				
1.	10 m. ga slalom yugurish (s). Bir chiziqga 9 ta fishka qo'yiladi oralig'i 1 metr. **	5,0-5,2	5,3-5,5	5,6-5,8
2.	3 m klassik o'yinida borib qaytish (s) (umumiy 6 metr) xar bir katakning uzunligi 50 sm.	4,4-4,6	4,7-4,9	5,0-5,2
3.	Chiziq bo'ylab sakrash (10 soniyada marta)	33-31	30-28	27-25
4	3x10 m mokkisimon yugurish (s)	8,6-8,8	8,9-9,1	9,2-9,4
5	Kurakda yotgan holda oyoqlarni juftlashtirib gavgdani yuqoriga 90 ⁰ ga ko'tarish (30 soniyada marta)	31-27	26-22	21-17
Bajarilishi lozim talab (sinov)lar soni		5	5	5
Daraja olish uchun talab etiladigan ball		I daraja	II daraja	III daraja
		50-46	45-40	39-30
Maxsus talabni topshirish uchun talab etiladigan ball		50-48	-	-

Izoh: * + belgisi 0 dan pastga hisoblanadi.

** Ushbu sinovni bajarishda **9 ta** fishkalarni aylanib yugurib o‘tish (*sakrab emas*) talab etiladi, start va finish chizig‘iga fishka qo‘yilmaydi.

“Jismoniy tayyorgarlik darajasi” sport sinovlarining turlari va mezonlari
IKKINCHI YOSH TOIFASI
10 YOSH QIZ BOLALAR

T/r	Talab (sinov) turlari	Ko'rsatkich va unga beriladigan ballar		
		10 ball	8 ball	6 ball
Maxsus talab bo'yicha				
1.	30 m. ga yuqori startdan yugurish (s)	5,4-5,6	5,7-5,9	6,0-6,2
2.	Turgan joydan uzunlikka sakrash (sm), (3 ta imkoniyatdan eng yaxshisi hisoblanadi)	145-141	140-136	135-131
3.	Gimnastika o'rindig'ida tizzalarni bukmasdan oldinga egilish (sm)*	+14 +12	+11 +9	+8 +6
4.	Gimnastika o'rindig'iga (skameyka) tayangan holda qo'llarni bukib yozish (30 soniyada marta)	31-27	26-22	21-17
5.	Arg'imchida sakrash (1 daqiqa)	100-91	90-81	80-71
Bajarilishi lozim talab (sinov)lar soni		5	5	5
Ko'krak nishoni olish uchun talab etiladigan ball		I daraja	II daraja	III daraja
		50-48	46-38	36-30
Kelasi yilda to'g'ridan-to'g'ri maxsus talabni bajarish uchun tavsiya beriladi		48	-	-
G'oliblik uchun talab etiladigan ball		50	-	-
Ixtiyoriy talab bo'yicha				
1.	10 m. ga slalom yugurish (s). Bir chiziqqa 9 ta fishka qo'yiladi oralig'i 1 metr.**	5,2-5,4	5,5-5,7	5,8-6,0
2.	3 m klassik o'yinida borib qaytish (s) (umumiy 6 metr) xar bir katakning uzunligi 50 sm.	4,6-4,8	4,9-5,1	5,2-5,4
3.	Chiziq bo'ylab sakrash (10 soniyada marta)	28-26	25-23	22-20
4	3x10 m makkisimon yugurish (s)	8,8-9,0	9,1-9,3	9,4-9,6
5	Kurakda yotgan holda oyoqlarni juftlashtirib gavdani yuqoriga 90 ⁰ ga ko'tarish (30 soniyada marta)	31-27	26-22	21-17
Bajarilishi lozim talab (sinov)lar soni		5	5	5
Daraja olish uchun talab etiladigan ball		I daraja	II daraja	III daraja
		50-46	45-40	39-30
Maxsus talabni topshirish uchun talab etiladigan ball		50-48	-	-

Izoh: * + belgisi 0 dan pastga hisoblanadi.

** Ushbu sinovni bajarishda **9 ta** fishkalarni aylanib yugurib o'tish (*sakrab emas*) talab etiladi, start va finish chizig'iga fishka qo'yilmaydi.

“Jismoniy tayyorgarlik darajasi” sport sinovlarining turlari va mezonlari

UCHINCHI YOSH TOIFASI

11 YOSH O‘G‘IL BOLALAR

II YOSH O'G'IL BOLALAR				
T/r	Talab (sinov) turlari	Ko'rsatkich va unga beriladigan ballar		
		10 ball	8 ball	6 ball
Maxsus talab bo'yicha				
1.	30 m. ga yuqori startdan yugurish (s)	5,0-5,2	5,3-5,5	5,6-5,8
2.	Turgan joydan uzunlikka sakrash (sm), (3 ta imkoniyatdan eng yaxshisi hisoblanadi)	160-156	155-151	150-146
3.	Gimnastika o'rindig'ida tizzalarni bukmasdan oldinga egilish (sm) *	+11 +9	+8 +6	+5 +3
4.	Yerga tayangan holda qo'llarni bukib yozish (30 soniyada marta)	33-29	28-24	23-19
5.	Arg'imchida sakrash (1 daqiqa)	100-91	90-81	80-71
Bajarilishi lozim talab (sinov)lar soni		5	5	5
Ko'krak nishoni olish uchun talab etiladigan ball		I daraja	II daraja	III daraja
		50-48	46-38	36-30
Kelasi yilda to'g'ridan-to'g'ri maxsus talabni bajarish uchun tavsiya beriladi		48	-	-
G'oliblik uchun talab etiladigan ball		50	-	-
Ixtiyoriy talab bo'yicha				
1.	10 m. ga slalom yugurish (s). Bir chiziqqa 9 ta fishka qo'yiladi oralig'i 1 metr. **	4,8-5,0	5,1-5,3	5,4-5,6
2.	3 m klassik o'yinida borib qaytish (s) (umumiy 6 metr) xar bir katakning uzunligi 50 sm.	4,2-4,4	4,5-4,7	4,8-5,0
3.	Chiziq bo'ylab sakrash (10 soniyada marta)	31-29	28-26	25-23
4	3x10 m mokkisimon yugurish (s)	8,4-8,6	8,7-8,9	9,0-9,2
5	Kurakda yotgan holda oyoqlarni juftlashtirib gavdani yuqoriga 90 ⁰ ga ko'tarish (30 soniyada marta)	33-29	28-24	23-19
Bajarilishi lozim talab (sinov)lar soni		5	5	5
Daraja olish uchun talab etiladigan ball		I daraja	II daraja	III daraja
		50-46	45-40	39-30
Maxsus talabni topshirish uchun talab etiladigan ball		50-48	-	-

Izoh: * + belgisi 0 dan pastga hisoblanadi.

** Ushbu sinovni bajarishda 9 ta fishkalarni aylanib yugurib o‘tish (*sakrab emas*) talab etiladi, start va finish chizig‘iga fishka qo‘yilmaydi.

“Jismoniy tayyorgarlik darajasi” sport sinovlarining turlari va mezonlari
UCHINCHI YOSH TOIFASI
11 YOSH QIZ BOLALAR

T/r	Talab (sinov) turlari	Ko'rsatkich va unga beriladigan ballar		
		10 ball	8 ball	6 ball
Maxsus talab bo'yicha				
1.	30 m. ga yuqori startdan yugurish (s)	5,2-5,4	5,5-5,7	5,8-6,0
2.	Turgan joydan uzunlikka sakrash (sm), (3 ta imkoniyatdan eng yaxshisi hisoblanadi)	150-146	145-141	140-136
3.	Gimnastika o'rindig'ida tizzalarni bukmasdan oldinga egilish (sm)*	+12 +10	+9 +7	+6 +4
4.	Gimnastika o'rindig'iga (skameyka) tayangan holda qo'llarni bukib yozish (30 soniyada marta)	33-29	28-24	23-19
5.	Arg'imchida sakrash (1 daqiqa)	110-101	100-91	90-81
Bajarilishi lozim talab (sinov)lar soni		5	5	5
Ko'krak nishoni olish uchun talab etiladigan ball		I daraja	II daraja	III daraja
		50-48	46-38	36-30
Kelasi yilda to'g'ridan-to'g'ri maxsus talabni bajarish uchun tavsiya beriladi		48	-	-
G'oliblik uchun talab etiladigan ball		50	-	-
Ixtiyoriy talab bo'yicha				
1.	10 m. ga slalom yugurish (s). Bir chiziqqa 9 ta fishka qo'yiladi oralig'i 1 metr.**	5,0-5,2	5,3-5,5	5,6-5,8
2.	3 m klassik o'yinida borib qaytish (s) (umumiy 6 metr) xar bir katakning uzunligi 50 sm.	4,4-4,6	4,7-4,9	5,0-5,2
3.	Chiziq bo'ylab sakrash (10 soniyada marta)	26-24	23-21	20-18
4	3x10 m makkisimon yugurish (s)	8,6-8,8	8,9-9,1	9,2-9,4
5	Kurakda yotgan holda oyoqlarni juftlashtirib gavdani yuqoriga 90 ⁰ ga ko'tarish (30 soniyada marta)	33-29	28-24	23-19
Bajarilishi lozim talab (sinov)lar soni		5	5	5
Daraja olish uchun talab etiladigan ball		I daraja	II daraja	III daraja
		50-46	45-40	39-30
Maxsus talabni topshirish uchun talab etiladigan ball		50-48	-	-

Izoh: * + belgisi 0 dan pastga hisoblanadi.

** Ushbu sinovni bajarishda **9 ta** fishkalarni aylanib yugurib o'tish (*sakrab emas*) talab etiladi, start va finish chizig'iga fishka qo'yilmaydi.

“Jismoniy tayyorgarlik darajasi” sport sinovlarining turlari va mezonlari

UCHINCHI YOSH TOIFASI

12 YOSH O‘G‘IL BOLALAR

T/r	Talab (sinov) turlari	Ko'rsatkich va unga beriladigan ballar		
		10 ball	8 ball	6 ball
Maxsus talab bo'yicha				
1.	30 m. ga yuqori startdan yugurish (s)	4,8-5,0	5,1-5,3	5,4-5,6
2.	Turgan joydan uzunlikka sakrash (sm), (3 ta imkoniyatdan eng yaxshisi hisoblanadi)	165-161	160-156	155-151
3.	Gimnastika o'rindig'ida tizzalarni bukmasdan oldinga egilish (sm) *	+11 +9	+8 +6	+5 +3
4.	Yerga tayangan holda qo'llarni bukib yozish (30 soniyada marta)	35-31	30-26	25-21
5.	Arg'imchida sakrash (1 daqiqa)	110-101	100-91	90-81
Bajarilishi lozim talab (sinov)lar soni		5	5	5
Ko'krak nishoni olish uchun talab etiladigan ball		I daraja	II daraja	III daraja
		50-48	46-38	36-30
Kelasi yilda to'g'ridan-to'g'ri maxsus talabni bajarish uchun tavsiya beriladi		48	-	-
G'oliblik uchun talab etiladigan ball		50	-	-
Ixtiyoriy talab bo'yicha				
1.	10 m. ga slalom yugurish (s). Bir chiziqga 9 ta fishka qo'yiladi oralig'i 1 metr. **	4,6-4,8	4,9-5,1	5,2-5,4
2.	3 m klassik o'yinida borib qaytish (s) (umumiy 6 metr) xar bir katakning uzunligi 50 sm.	4,2-4,4	4,5-4,7	4,8-5,0
3.	Chiziq bo'ylab sakrash (10 soniyada marta)	31-29	28-26	25-23
4	3x10 m makkisimon yugurish (s)	8,4-8,6	8,7-8,9	9,0-9,2
5	Kurakda yotgan holda oyoqlarni juftlashtirib gavgdani yuqoriga 90 ⁰ ga ko'tarish (30 soniyada marta)	35-31	30-26	25-21
Bajarilishi lozim talab (sinov)lar soni		5	5	5
Daraja olish uchun talab etiladigan ball		I daraja	II daraja	III daraja
		50-46	45-40	39-30
Maxsus talabni topshirish uchun talab etiladigan ball		50-48	-	-

Izoh: * + belgisi 0 dan pastga hisoblanadi.

** Ushbu sinovni bajarishda **9 ta** fishkalarni aylanib yugurib o‘tish (*sakrab emas*) talab etiladi, start va finish chizig‘iga fishka qo‘yilmaydi.

“Jismoniy tayyorgarlik darajasi” sport sinovlarining turlari va mezonlari
UCHINCHI YOSH TOIFASI
12 YOSH QIZ BOLALAR

T/r	Talab (sinov) turlari	Ko'rsatkich va unga beriladigan ballar		
		10 ball	8 ball	6 ball
Maxsus talab bo'yicha				
1.	30 m. ga yuqori startdan yugurish (s)	5,0-5,2	5,3-5,5	5,6-5,8
2.	Turgan joydan uzunlikka sakrash (sm), (3 ta imkoniyatdan eng yaxshisi hisoblanadi)	155-151	150-146	145-141
3.	Gimnastika o'rindig'ida tizzalarni bukmasdan oldinga egilish (sm)*	+12 +10	+9 +7	+6 +4
4.	Gimnastika o'rindig'iga (skameyka) tayangan holda qo'llarni bukib yozish (30 soniyada marta)	35-31	30-26	25-21
5.	Arg'imchida sakrash (1 daqiqa)	120-111	110-101	100-91
Bajarilishi lozim talab (sinov)lar soni		5	5	5
Ko'krak nishoni olish uchun talab etiladigan ball		I daraja	II daraja	III daraja
		50-48	46-38	36-30
Kelasi yilda to'g'ridan-to'g'ri maxsus talabni bajarish uchun tavsiya beriladi		48	-	-
G'oliblik uchun talab etiladigan ball		50	-	-
Ixtiyoriy talab bo'yicha				
1.	10 m. ga slalom yugurish (s). Bir chiziqqa 9 ta fishka qo'yiladi oralig'i 1 metr.**	4,8-5,0	5,1-5,3	5,4-5,6
2.	3 m klassik o'yinida borib qaytish (s) (umumiy 6 metr) xar bir katakning uzunligi 50 sm.	4,4-4,6	4,7-4,9	5,0-5,2
3.	Chiziq bo'ylab sakrash (10 soniyada marta)	26-24	23-21	20-18
4	3x10 m mokkisimon yugurish (s)	8,6-8,8	8,9-9,1	9,2-9,4
5	Kurakda yotgan holda oyoqlarni juftlashtirib gavdani yuqoriga 90 ⁰ ga ko'tarish (30 soniyada marta)	35-31	30-26	25-21
Bajarilishi lozim talab (sinov)lar soni		5	5	5
Daraja olish uchun talab etiladigan ball		I daraja	II daraja	III daraja
		50-46	45-40	39-30
Maxsus talabni topshirish uchun talab etiladigan ball		50-48	-	-

Izoh: * + belgisi 0 dan pastga hisoblanadi.

** Ushbu sinovni bajarishda **9 ta** fishkalarni aylanib yugurib o'tish (*sakrab emas*) talab etiladi, start va finish chizig'iga fishka qo'yilmaydi.

“Jismoniy tayyorgarlik darajasi” sport sinovlarining turlari va mezonlari
TO‘RTINCHI YOSH TOIFASI
13 YOSH O‘G‘IL BOLALAR

T/r	Talab (sinov) turlari	Ko'rsatkich va unga beriladigan ballar		
		10 ball	8 ball	6 ball
Maxsus talab bo'yicha				
1.	100 m. ga pastki startdan yugurish (s)	14,2-14,4	14,5-14,7	14,8-15,0
2.	400 m. ga pastki startdan yugurish (daq, s)	1:20-1:24	1:25-1:29	1:30-1:34
3.	Turgan joydan uzunlikka sakrash (sm), (3 ta imkoniyatdan eng yaxshisi hisoblanadi)	170-166	165-161	160-156
4.	Gimnastika o'rindig'ida tizzalarni bukmasdan oldinga egilish (sm) *	+13 +11	+10 +8	+7 +5
5.	Turnikda tortilish (marta)	15-13	12-10	9-7
Bajarilishi lozim talab (sinov)lar soni		5	5	5
Ko'krak nishoni olish uchun talab etiladigan ball		I daraja	II daraja	III daraja
		50-48	46-38	36-30
Kelasi yilda to'g'ridan-to'g'ri maxsus talabni bajarish uchun tavsiya beriladi		48	-	-
G'oliblik uchun talab etiladigan ball		50	-	-
Ixtiyoriy talab bo'yicha				
1.	60 m. ga pastki startdan yugurish (s)	8,8-9,0	9,1-9,3	9,4-9,6
2.	Yerga tayangan holda qo'llarni bukib yozish (30 soniyada marta)	37-33	32-28	27-23
3.	3x10 m makkisimon yugurish (s)	8,2-8,4	8,5-8,7	8,8-9,0
4	Kurakda yotgan holda oyoqlarni juftlashtirib gavgdani yuqoriga 90 ⁰ ga ko'tarish (30 soniyada marta)	37-33	32-28	27-23
5	Arg'imchida sakrash (1 daqiqa)	90-81	80-71	70-61
Bajarilishi lozim talab (sinov)lar soni		5	5	5
Daraja olish uchun talab etiladigan ball		I daraja	II daraja	III daraja
		50-46	45-40	39-30
Maxsus talabni topshirish uchun talab etiladigan ball		50-48	-	-

Izoh: * + belgisi 0 dan pastga hisoblanadi.

“Jismoniy tayyorgarlik darajasi” sport sinovlarining turlari va mezonlari
TO‘RTINCHI YOSH TOIFASI
13 YOSH O‘Z BOLALAR

T/r	Talab (sinov) turlari	Ko'rsatkich va unga beriladigan ballar		
		10 ball	8 ball	6 ball
Maxsus talab bo'yicha				
1.	100 m. ga pastki startdan yugurish (s)	16,2-16,4	16,5-16,7	16,8-17,0
2.	400 m. ga pastki startdan yugurish (daq, s)	1:40-1:44	1:45-1:49	1:50-1:54
3.	Turgan joydan uzunlikka sakrash (sm), (3 ta imkoniyatdan eng yaxshisi hisoblanadi)	160-156	155-151	150-146
4.	Gimnastika o'rindig'ida tizzalarni bukmasdan oldinga egilish (sm) *	+12 +10	+9 +7	+6 +4
5.	Gimnastika o'rindig'iga (skameyka) tayangan holda qo'llarni bukib yozish (30 s marta)	37-33	32-28	27-23
Bajarilishi lozim talab (sinov)lar soni		5	5	5
Ko'krak nishoni olish uchun talab etiladigan ball		I daraja	II daraja	III daraja
		50-48	46-38	36-30
Kelasi yilda to'g'ridan-to'g'ri maxsus talabni bajarish uchun tavsiya beriladi		48	-	-
G'oliblik uchun talab etiladigan ball		50	-	-
Ixtiyoriy talab bo'yicha				
1.	60 m. ga pastki startdan yugurish (s)	9,8-10,0	10,1-10,3	10,4-10,6
2.	3x10 m makkisimon yugurish (s)	8,4-8,6	8,7-8,9	9,0-9,2
3.	Kurakda yotgan holda oyoqlarni juftlashtirib gavgani yuqoriga 90 ⁰ ga ko'tarish (30 soniyada marta)	37-33	32-28	27-23
4	Basketbol to'pini 3 metrdan savatga tashlash (6 ta imkoniyatdan)	6	5	4
5	Arg'imchida sakrash (1 daqiqa)	100-91	90-81	80-71
Bajarilishi lozim talab (sinov)lar soni		5	5	5
Daraja olish uchun talab etiladigan ball		I daraja	II daraja	III daraja
		50-46	45-40	39-30
Maxsus talabni topshirish uchun talab etiladigan ball		50-48	-	-

Izoh: * + belgisi 0 dan pastga hisoblanadi.

“Jismoniy tayyorgarlik darajasi” sport sinovlarining turlari va mezonlari

TO‘RTINCHI YOSH TOIFASI

14 YOSH O‘G‘IL BOLALAR

T/r	Talab (sinov) turlari	Ko'rsatkich va unga beriladigan ballar		
		10 ball	8 ball	6 ball
Maxsus talab bo'yicha				
1.	100 m. ga pastki startdan yugurish (s)	14,0-14,2	14,3-14,5	14,6-14,8
2.	400 m. ga pastki startdan yugurish (daq, s)	1:15-1:19	1:20-1:24	1:25-1:29
3.	Turgan joydan uzunlikka sakrash (sm), (3 ta imkoniyatdan eng yaxshisi hisoblanadi)	180-176	175-171	170-166
4.	Gimnastika o'rindig'ida tizzalarni bukmasdan oldinga egilish (sm) *	+13 +11	+10 +8	+7 +5
5.	Turnikda tortilish (marta)	17-15	14-12	11-9
Bajarilishi lozim talab (sinov)lar soni		5	5	5
Ko'krak nishoni olish uchun talab etiladigan ball		I daraja	II daraja	III daraja
		50-48	46-38	36-30
Kelasi yilda to'g'ridan-to'g'ri maxsus talabni bajarish uchun tavsiya beriladi		48	-	-
G'oliblik uchun talab etiladigan ball		50	-	-
Ixtiyoriy talab bo'yicha				
1.	60 m. ga pastki startdan yugurish (s)	8,6-8,8	8,9-9,1	9,2-9,4
2.	Yerga tayangan holda qo'llarni bukib yozish (30 soniyada marta)	39-35	34-30	29-25
3.	3x10 m makkisimon yugurish (s)	8,0-8,2	8,3-8,5	8,6-8,8
4	Kurakda yotgan holda oyoqlarni juftlashtirib gavgani yuqoriga 90 ⁰ ga ko'tarish (30 soniyada marta)	39-35	34-30	29-25
5	Arg'imchida sakrash (1 daqiqa)	100-91	90-81	80-71
Bajarilishi lozim talab (sinov)lar soni		5	5	5
Daraja olish uchun talab etiladigan ball		I daraja	II daraja	III daraja
		50-46	45-40	39-30
Maxsus talabni topshirish uchun talab etiladigan ball		50-48	-	-

Izoh: * + belgisi 0 dan pastga hisoblanadi.

“Jismoniy tayyorgarlik darajasi” sport sinovlarining turlari va mezonlari
TO‘RTINCHI YOSH TOIFASI
14 YOSH QIZ BOLALAR

T/r	Talab (sinov) turlari	Ko'rsatkich va unga beriladigan ballar		
		10 ball	8 ball	6 ball
Maxsus talab bo'yicha				
1.	100 m. ga pastki startdan yugurish (s)	16,0-16,2	16,3-16,5	16,6-16,8
2.	400 m. ga pastki startdan yugurish (daq, s)	1:35-1:39	1:40-1:44	1:45-1:49
3.	Turgan joydan uzunlikka sakrash (sm), (3 ta imkoniyatdan eng yaxshisi hisoblanadi)	170-166	165-161	160-156
4.	Gimnastika o'rindig'ida tizzalarni bukmasdan oldinga egilish (sm) *	+14 +12	+11 +9	+8 +6
5.	Gimnastika o'rindig'iga (skameyka) tayangan holda qo'llarni bukib yozish (30 s marta)	39-35	34-30	29-25
Bajarilishi lozim talab (sinov)lar soni		5	5	5
Ko'krak nishoni olish uchun talab etiladigan ball		I daraja	II daraja	III daraja
		50-48	46-38	36-30
Kelasi yilda to'g'ridan-to'g'ri maxsus talabni bajarish uchun tavsiya beriladi		48	-	-
G'oliblik uchun talab etiladigan ball		50	-	-
Ixtiyoriy talab bo'yicha				
1.	60 m. ga pastki startdan yugurish (s)	9,6-9,8	9,9-10,1	10,2-10,4
2.	3x10 m makkisimon yugurish (s)	8,2-8,4	8,5-8,7	8,8-9,0
3.	Kurakda yotgan holda oyoqlarni juftlashtirib gavdani yuqoriga 90 ⁰ ga ko'tarish (30 soniyada marta)	39-35	34-30	29-25
4	Basketbol to'pini 3 metrdan savatga tashlash (6 ta imkoniyatdan)	6	5	4
5	Arg'imchida sakrash (1 daqiqa)	110-101	100-91	90-81
Bajarilishi lozim talab (sinov)lar soni		5	5	5
Daraja olish uchun talab etiladigan ball		I daraja	II daraja	III daraja
		50-46	45-40	39-30
Maxsus talabni topshirish uchun talab etiladigan ball		50-48	-	-

Izoh: * + belgisi 0 dan pastga hisoblanadi.

“Jismoniy tayyorgarlik darajasi” sport sinovlarining turlari va mezonlari
TO‘RTINCHI YOSH TOIFASI
15 YOSH O‘G‘IL BOLALAR

T/r	Talab (sinov) turlari	Ko'rsatkich va unga beriladigan ballar		
		10 ball	8 ball	6 ball
Maxsus talab bo'yicha				
1.	100 m. ga pastki startdan yugurish (s)	13,8-14,0	14,4-14,6	14,7-14,9
2.	400 m. ga pastki startdan yugurish (daq, s)	1:15-1:19	1:20-1:24	1:25-1:29
3.	Turgan joydan uzunlikka sakrash (sm), (3 ta imkoniyatdan eng yaxshisi hisoblanadi)	190-186	185-181	180-176
4.	Gimnastika o'rindig'ida tizzalarni bukmasdan oldinga egilish (sm) *	+13 +11	+10 +8	+7 +5
5.	Turnikda tortilish (marta)	19-17	16-14	13-11
Bajarilishi lozim talab (sinov)lar soni		5	5	5
Ko'krak nishoni olish uchun talab etiladigan ball		I daraja	II daraja	III daraja
		50-48	46-38	36-30
Kelasi yilda to'g'ridan-to'g'ri maxsus talabni bajarish uchun tavsiya beriladi		48	-	-
G'oliblik uchun talab etiladigan ball		50	-	-
Ixtiyoriy talab bo'yicha				
1.	60 m. ga pastki startdan yugurish (s)	8,4-8,6	8,7-8,9	9,0-9,2
2.	Yerga tayangan holda qo'llarni bukib yozish (30 soniyada marta)	41-37	36-32	31-27
3.	3x10 m makkisimon yugurish (s)	7,8-8,0	8,1-8,3	8,4-8,6
4	Kurakda yotgan holda oyoqlarni juftlashtirib gavgdani yuqoriga 90 ⁰ ga ko'tarish (30 soniyada marta)	41-37	36-32	31-27
5	Arg'imchida sakrash (1 daqiqa)	110-101	100-91	90-81
Bajarilishi lozim talab (sinov)lar soni		5	5	5
Daraja olish uchun talab etiladigan ball		I daraja	II daraja	III daraja
		50-46	45-40	39-30
Maxsus talabni topshirish uchun talab etiladigan ball		50-48	-	-

Izoh: * + belgisi 0 dan pastga hisoblanadi.

“Jismoniy tayyorgarlik darajasi” sport sinovlarining turlari va mezonlari
TO‘RTINCHI YOSH TOIFASI
15 YOSH O‘Z BOLALAR

T/r	Talab (sinov) turlari	Ko'rsatkich va unga beriladigan ballar		
		10 ball	8 ball	6 ball
Maxsus talab bo'yicha				
1.	100 m. ga pastki startdan yugurish (s)	15,8-16,0	16,1-16,3	16,4-16,6
2.	400 m. ga pastki startdan yugurish (daq, s)	1:30-1:34	1:35-1:39	1:40-1:44
3.	Turgan joydan uzunlikka sakrash (sm), (3 ta imkoniyatdan eng yaxshisi hisoblanadi)	180-176	175-171	170-166
4.	Gimnastika o'rindig'ida tizzalarni bukmasdan oldinga egilish (sm) *	+14 +12	+11 +9	+8 +6
5.	Gimnastika o'rindig'iga (skameyka) tayangan holda qo'llarni bukib yozish (30 s marta)	41-37	36-32	31-27
Bajarilishi lozim talab (sinov)lar soni		5	5	5
Ko'krak nishoni olish uchun talab etiladigan ball		I daraja	II daraja	III daraja
		50-48	46-38	36-30
Kelasi yilda to'g'ridan-to'g'ri maxsus talabni bajarish uchun tavsiya beriladi		48	-	-
G'oliblik uchun talab etiladigan ball		50	-	-
Ixtiyoriy talab bo'yicha				
1.	60 m. ga pastki startdan yugurish (s)	9,4-9,6	9,7-9,9	10,0-10,2
2.	3x10 m mokkisimon yugurish (s)	8,0-8,2	8,3-8,5	8,6-8,8
3.	Kurakda yotgan holda oyoqlarni juftlashtirib gavgani yuqoriga 90 ⁰ ga ko'tarish (30 soniyada marta)	41-37	36-32	31-27
4	Basketbol to'pini 3 metrdan savatga tashlash (6 ta imkoniyatdan)	6	5	4
5	Arg'imchida sakrash (1 daqiqa)	120-111	110-101	100-91
Bajarilishi lozim talab (sinov)lar soni		5	5	5
Daraja olish uchun talab etiladigan ball		I daraja	II daraja	III daraja
		50-46	45-40	39-30
Maxsus talabni topshirish uchun talab etiladigan ball		50-48	-	-

Izoh: * + belgisi 0 dan pastga hisoblanadi.

“Jismoniy tayyorgarlik darajasi” sport sinovlarining turlari va mezonlari
TO‘RTINCHI YOSH TOIFASI
16 YOSH O‘G‘IL BOLALAR

T/r	Talab (sinov) turlari	Ko'rsatkich va unga beriladigan ballar		
		10 ball	8 ball	6 ball
Maxsus talab bo'yicha				
1.	100 m. ga pastki startdan yugurish (s)	13,6-13,8	13,9-14,1	14,2-14,4
2.	400 m. ga pastki startdan yugurish (daq, s)	1:10-1:14	1:15-1:19	1:20-1:24
3.	Turgan joydan uzunlikka sakrash (sm), (3 ta imkoniyatdan eng yaxshisi hisoblanadi)	200-196	195-191	190-186
4.	Gimnastika o'rindig'ida tizzalarni bukmasdan oldinga egilish (sm) *	+15 +13	+12 +10	+9 +7
5.	Turnikda tortilish (marta)	21-19	18-16	15-13
Bajarilishi lozim talab (sinov)lar soni		5	5	5
Ko'krak nishoni olish uchun talab etiladigan ball		I daraja	II daraja	III daraja
		50-48	46-38	36-30
Kelasi yilda to'g'ridan-to'g'ri maxsus talabni bajarish uchun tavsiya beriladi		48	-	-
G'oliblik uchun talab etiladigan ball		50	-	-
Ixtiyoriy talab bo'yicha				
1.	60 m. ga pastki startdan yugurish (s)	8,2-8,4	8,5-8,7	8,8-9,0
2.	Yerga tayangan holda qo'llarni bukib yozish (30 soniyada marta)	43-39	38-34	33-29
3.	3x10 m makkisimon yugurish (s)	7,6-7,8	7,9-8,1	8,2-8,4
4	Kurakda yotgan holda oyoqlarni juftlashtirib gavdani yuqoriga 90 ⁰ ga ko'tarish (30 soniyada marta)	43-39	38-34	33-29
5	Arg'imchida sakrash (1 daqiqa)	120-111	110-101	100-91
Bajarilishi lozim talab (sinov)lar soni		5	5	5
Daraja olish uchun talab etiladigan ball		I daraja	II daraja	III daraja
		50-46	45-40	39-30
Maxsus talabni topshirish uchun talab etiladigan ball		50-48	-	-

Izoh: * + belgisi 0 dan pastga hisoblanadi.

“Jismoniy tayyorgarlik darajasi” sport sinovlarining turlari va mezonlari
TO‘RTINCHI YOSH TOIFASI
16 YOSH QIZ BOLALAR

T/r	Talab (sinov) turlari	Ko'rsatkich va unga beriladigan ballar		
		10 ball	8 ball	6 ball
Maxsus talab bo'yicha				
1.	100 m. ga pastki startdan yugurish (s)	15,6-15,8	15,9-16,1	16,2-16,4
2.	400 m. ga pastki startdan yugurish (daq, s)	1:25-1:29	1:30-1:34	1:35-1:39
3.	Turgan joydan uzunlikka sakrash (sm), (3 ta imkoniyatdan eng yaxshisi hisoblanadi)	190-186	185-181	180-176
4.	Gimnastika o'rindig'ida tizzalarni bukmasdan oldinga egilish (sm) *	+16 +14	+13 +11	+10 +8
5.	Gimnastika o'rindig'iga (skameyka) tayangan holda qo'llarni bukib yozish (30 s marta)	43-39	38-34	33-29
Bajarilishi lozim talab (sinov)lar soni		5	5	5
Ko'krak nishoni olish uchun talab etiladigan ball		I daraja	II daraja	III daraja
		50-48	46-38	36-30
Kelasi yilda to'g'ridan-to'g'ri maxsus talabni bajarish uchun tavsiya beriladi		48	-	-
G'oliblik uchun talab etiladigan ball		50	-	-
Ixtiyoriy talab bo'yicha				
1.	60 m. ga pastki startdan yugurish (s)	9,2-9,4	9,5-9,7	9,8-10,0
2.	3x10 m makkisimon yugurish (s)	7,8-8,0	8,1-8,3	8,4-8,6
3.	Kurakda yotgan holda oyoqlarni juftlashtirib gavyani yuqoriga 90 ⁰ ga ko'tarish (30 soniyada marta)	43-39	38-34	33-29
4	Basketbol to'pini 3 metrdan savatga tashlash (6 ta imkoniyatdan)	6	5	4
5	Arg'imchida sakrash (1 daqiqa)	130-121	120-111	110-101
Bajarilishi lozim talab (sinov)lar soni		5	5	5
Daraja olish uchun talab etiladigan ball		I daraja	II daraja	III daraja
		50-46	45-40	39-30
Maxsus talabni topshirish uchun talab etiladigan ball		50-48	-	-

Izoh: * + belgisi 0 dan pastga hisoblanadi.

“Jismoniy tayyorgarlik darajasi” sport sinovlarining turlari va mezonlari
TO‘RTINCHI YOSH TOIFASI
17 YOSH O‘G‘IL BOLALAR

T/r	Talab (sinov) turlari	Ko'rsatkich va unga beriladigan ballar		
		10 ball	8 ball	6 ball
Maxsus talab bo'yicha				
1.	100 m. ga pastki startdan yugurish (s)	13,4-13,6	13,7-13,9	14,0-14,2
2.	400 m. ga pastki startdan yugurish (daq, s)	1:05-1:09	1:10-1:14	1:15-1:19
3.	Turgan joydan uzunlikka sakrash (sm), (3 ta imkoniyatdan eng yaxshisi hisoblanadi)	210-206	205-201	200-196
4.	Gimnastika o'rindig'ida tizzalarni bukmasdan oldinga egilish (sm) *	+15 +13	+12 +10	+9 +7
5.	Turnikda tortilish (marta)	23-21	20-18	17-15
Bajarilishi lozim talab (sinov)lar soni		5	5	5
Ko'krak nishoni olish uchun talab etiladigan ball		I daraja	II daraja	III daraja
		50-48	46-38	36-30
Kelasi yilda to'g'ridan-to'g'ri maxsus talabni bajarish uchun tavsiya beriladi		48	-	-
G'oliblik uchun talab etiladigan ball		50	-	-
Ixtiyoriy talab bo'yicha				
1.	60 m. ga pastki startdan yugurish (s)	8,0-8,2	8,3-8,5	8,6-8,8
2.	Yerga tayangan holda qo'llarni bukib yozish (30 soniyada marta)	45-41	40-36	35-31
3.	3x10 m makkisimon yugurish (s)	7,4-7,6	7,7-7,9	8,0-8,2
4	Kurakda yotgan holda oyoqlarni juftlashtirib gavgdani yuqoriga 90 ⁰ ga ko'tarish (30 soniyada marta)	45-41	40-36	35-31
5	Arg'imchida sakrash (1 daqiqa)	120-111	110-101	100-91
Bajarilishi lozim talab (sinov)lar soni		5	5	5
Daraja olish uchun talab etiladigan ball		I daraja	II daraja	III daraja
		50-46	45-40	39-30
Maxsus talabni topshirish uchun talab etiladigan ball		50-48	-	-

Izoh: * + belgisi 0 dan pastga hisoblanadi.

“Jismoniy tayyorgarlik darajasi” sport sinovlarining turlari va mezonlari
TO‘RTINCHI YOSH TOIFASI
17 YOSH QIZ BOLALAR

T/r	Talab (sinov) turlari	Ko'rsatkich va unga beriladigan ballar		
		10 ball	8 ball	6 ball
Maxsus talab bo'yicha				
1.	100 m. ga pastki startdan yugurish (s)	15,4-15,6	15,7-15,9	16,0-16,2
2.	400 m. ga pastki startdan yugurish (daq. s)	1:20-1:24	1:25-1:29	1:30-1:34
3.	Turgan joydan uzunlikka sakrash (sm), (3 ta imkoniyatdan eng yaxshisi hisoblanadi)	200-196	195-191	190-186
4.	Gimnastika o'rindig'ida tizzalarni bukmasdan oldinga egilish (sm) *	+16 +14	+13 +11	+10 +8
5.	Gimnastika o'rindig'iga (skameyka) tayangan holda qo'llarni bukib yozish (30 s marta)	45-41	40-36	35-31
Bajarilishi lozim talab (sinov)lar soni		5	5	5
Ko'krak nishoni olish uchun talab etiladigan ball		I daraja	II daraja	III daraja
		50-48	46-38	36-30
Kelasi yilda to'g'ridan-to'g'ri maxsus talabni bajarish uchun tavsiya beriladi		48	-	-
G'oliblik uchun talab etiladigan ball		50	-	-
Ixtiyoriy talab bo'yicha				
1.	60 m. ga pastki startdan yugurish (s)	9,0-9,2	9,3-9,5	9,6-9,8
2.	3x10 m makkisimon yugurish (s)	7,6-7,8	7,9-8,1	8,2-8,4
3.	Kurakda yotgan holda oyoqlarni juftlashtirib gavdani yuqoriga 90 ⁰ ga ko'tarish (30 soniyada marta)	45-41	40-36	35-31
4	Basketbol to'pini 3 metrdan savatga tashlash (6 ta imkoniyatdan)	6	5	4
5	Arg'imchida sakrash (1 daqiqa)	130-121	120-111	110-101
Bajarilishi lozim talab (sinov)lar soni		5	5	5
Daraja olish uchun talab etiladigan ball		I daraja	II daraja	III daraja
		50-46	45-40	39-30
Maxsus talabni topshirish uchun talab etiladigan ball		50-48	-	-

Izoh: * + belgisi 0 dan pastga hisoblanadi.

O'zbekiston Respublikasi
Sport vazirligi, Sog'liqni saqlash
vazirligi, Mudofaa vazirligi,
Maktabgacha va maktab ta'limi
vazirligining

2025-yil "14" - martdagi

11-919, 12, 01-06

va 8 - son qaroriga

3-ILOVA

**O'quvchilarining jismoniy tayyorgarlik darajasini baholash bo'yicha
sport sinovlarini tashkil etish va o'tkazish bo'yicha Respublika ishchi guruhi
TARKIBI**

1. A.I.Ikramov - Sport vaziri, *Ishchi guruh raisi*
2. X.U.Umarova - Maktabgacha va maktab ta'limi vaziri, *Ishchi guruh hamraisi*
3. E.I.Basitxanova - Sog'liqni saqlash vaziri o'rinbosari, *Ishchi guruh raisi o'rinbosari*
4. X.A.Karshiyev - Mudofaa vaziri o'rinbosari, *Ishchi guruh raisi o'rinbosari*
5. F.E.Boqiyev - Maktabgacha va maktab ta'limi vaziri o'rinbosari, *a'zo*
6. Sh.F.Momindjanov - Sport vaziri maslahatchisi, *a'zo*
7. F.A.Fazilova - Sog'liqni saqlash vazirligi boshqarma boshlig'i, *a'zo*
8. B.B.Zulfiqorov - Mudofaa vazirligi Chaqiruvga qadar boshlang'ich tayyorgarlik va yoshlar bilan ishlash departamenti boshlig'i, *a'zo*
9. I.A.Xoldorova - Maktabgacha va maktab ta'limi vazirligining Maktabdan tashqari ta'limni tashkil etish bo'limi boshlig'i, *a'zo*
10. U.M.Davronov - Maktabgacha va maktab ta'limi vazirligining Vatanparvarlik va chaqiruvga qadar boshlang'ich tayyorgarlikni muvofiqlashtirish bo'limi boshlig'i, *a'zo*
11. U.Z.Djurayev - O'zbekiston Respublikasi sport vazirligi Etnosport turlarini rivojlantirish va sport normativlarini o'tkazish bo'limi boshlig'i, *katib*

O'zbekiston Respublikasi
Sport vazirligi, Sog'liqni saqlash
vazirligi, Mudofaa vazirligi,
Maktabgacha va maktab ta'limi
vazirligining

2025-yil "14" - martdagi

11-2/9 . 12 . 01-06

va 8 - son qaroriga

4-ILOVA

**O'quvchilarining jismoniy tayyorgarlik darajasini baholash bo'yicha
sport sinovlarini tashkil etish va o'tkazish bo'yicha Qoraqalpog'iston Respublikasi,
viloyatlar va Toshkent shahrida tashkil etiladigan hududiy ishchi guruhlarining
NAMUNAVIY TARKIBI**

1. Lavozimi bo'yicha - Qoraqalpog'iston Respublikasi sport vaziri, viloyatlar va Toshkent shahar sport boshqarmalari boshlig'lari, *hududiy ishchi guruh rahbari*
2. Lavozimi bo'yicha - Qoraqalpog'iston Respublikasi Maktabgacha va maktab ta'limi vaziri, viloyatlar va Toshkent shahar Maktabgacha va maktab ta'limi boshqarmalari boshliqlari, *hududiy ishchi guruh rahbari o'rinbosari*
3. Lavozimi bo'yicha - Qoraqalpog'iston Respublikasi, viloyatlar va Toshkent shahar Mudofaa ishlari boshqamalari boshliqlari, *a'zo*
4. Lavozimi bo'yicha - Qoraqalpog'iston Respublikasi Sog'liqni saqlash vaziri, viloyatlar va Toshkent shahar sog'liqni saqlash boshqarmalari boshliqlari, *a'zo*
5. Lavozimi bo'yicha - Tuman (shahar) Maktabgacha va maktab ta'limi bo'limlari boshliqlari, *a'zo*
6. Lavozimiga ko'ra - Qoraqalpog'iston Respublikasi sport vazirligi, viloyatlar va Toshkent shahar sport boshqarmalarining ommaviy va etno sport turlarini rivojlantirish, sport normativlarini o'tkazish sho'basi boshliqlari, *kotib*

Izoh: Hududiy ishchi guruh tarkibiga ichki ishlar boshqarmalari xodimlarini kiritish tavsiya etiladi.