

2024-2025-ОКУУ ЖЫЛЫНДА

ЖАЛПЫ БИЛИМ БЕРYY МЕКТЕПТЕРИНИН

9-КЛАСС

ОКУУЧУЛАРЫ YЧYН

ДЕНЕ ТАРБИЯ

ПРЕДМЕТИНЕН **ЖЫЙЫНТЫКТООЧУ АТТЕСТАЦИЯНЫ ӨТКӨРҮҮ**  БОЮНЧА МЕТОДИКАЛЫК СУНУШ ЖАНА МАТЕРИАЛДАР

**2024/2025** – **ОКУУ ЖЫЛЫНДА ЖАЛПЫ БИЛИМ БЕРҮҮЧҮ МЕКТЕПТЕРИНИН 9-КЛАСС ОКУУЧУЛАРЫ ҮЧҮН ЖЫЙЫНТЫКТООЧУ ТЕКШЕРҮҮ ЭКЗАМЕНИН ӨТКӨРҮҮ БОЮНЧА ДЕНЕ ТАРБИЯ ПРЕДМЕТИНИН СПЕЦИФИКАЦИЯСЫ.**

**Түзүүчүлөр:** Бердиева Дилназа Абдиюсуповна

**Рецензенттер:** Матназарова Наргиза Юлдашевна

**Которгон:** М . Сатволдиев Абдулазиз уулу Андижан мамлекеттик педагогикалык институту Филология факультети Кыргыз тили таалими кафедраси ассистент-окутуучу.

**ӨЗБЕКСТАН РЕСПУБЛИКАСЫ МЕКТЕПКЕ ЧЕЙИНКИ ЖАНА МЕКТЕПТЕ БИЛИМ БЕРҮҮ МИНСТРИНИН 2025-жыл 20-февралдагы «2024/2025-окуу жылында жалпы орто билим берүүчү мекемелеринде окуучулардын жыйынтыктоочу мамлекеттик аттестациясын уюштуруу жана өткөрүү жөнүндөгү» 65-сандуу буйругу**

Окуучулардын алган билим, көндүм жана тажрыйбаларын аныктоо үчүн 2024/2025 – окуу жылында 9-класстарда жыйынтыктоочу экзамен практикалык түрдө өткөрүлөт. 9 – классты бүтүргөн окуучулар дене тарбия предметинен билим берүү программасы боюнча стандарттардын негизинде белгиленген компетенцияларга ээ болушат.

Ар бир экзамен билетинин тапшырмалары дене тарбия предмети боюнча 8-9-класстардын темаларын камтыйт. Ошондой эле, сунуштамада тапшырмалар боюнча баалоо критерийлери да берилген.

Окуучуларга сунушталган базалык суроолордон турган 10 билет (5 кыз балдар үчүн, 5 уул балдар үчүн) берилет. Билетте окуучуга 3 төн (1 жеңил атлетика, 1 гимнастика жана 1 спорт оюндары) практикалык тапшырма берилет. Билет тапшырмаларын практикалык аткаруу убактысы, билеттин өзүндө көрсөтүлгөн. Берилген тапшырмалардан жыйынтыктоочу мамлекеттик аттестацияны өткөрүү белгиленген күндөн бир күн мурда, ишчи топ тарабынан чүчү кулак таштоо жолу менен 2 вариант түзүлүп, жарыяланат.

Окуучулардын дене тарбия предметинен практикалык тапшырмаларды аткаруусу 100 балдык системанын негизинде:

0 – 29% – «канааттандырарлык эмес»;

30 – 65% – «канааттандырарлык»;

66 – 85% – «жакшы»;

86 – 100% – «эң жакшы»

балл сыяктуу бааланат. Ар бир тапшырма үчүн белгиленген баллдан жогоруу балл коюуга жол берилбейт.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Дене тарбия** | **Саны** | **Колдонуу** |
| **Жеңил атлетика** | **1** | **1** |
| **Гимнастика** | **1** | **1** |
| **Спорт оюндары** | **1** | **1** |
|  | **3** | **3** |

**ТАПШЫРМА БОЮНЧА БААЛОО КРИТЕРИЙЛЕРИ**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Бөлүмдүн аты | Tапшырма түрү | Баалоо критерийси |
| 1 | **Жеңил атлетика** | Практикалык | Толук, туура жана стандарттык талаптын негизинде аткарылган тапшырмага **30 балл** коюлат.  **Эскертүү:** тапшырманы белгиленген нормалардын негизинде аткаруусуна карай **8 балл, 15 балл, 23 балл, 30 балл** ажыратылат. |
| 2 | **Гимнастика** | Практикалык | Толук, туура жана стандарттык талаптын негизинде аткарылган тапшырмага **30 балл** коюлат.  **Эскертүү:** тапшырманы белгиленген нормалардын негизинде аткаруусуна карай **8 балл, 15 балл, 23 балл, 30 балл** ажыратылат. |
| 3 | **Спорт оюндары** | Практикалык | Толук, туура жана стандарттык талаптын негизинде аткарылган тапшырмага **40 балл** коюлат.  **Эскертүү:** тапшырманы белгиленген нормалардын негизинде аткаруусуна карай **10 балл, 20 балл, 30 балл, 40 балл** ажыратылат. |

**ГИМНАСТИКА**

**Taянып секирүү.** Гимнастикалык «козёлдон» көпүрөкчөнү алыстатуу жана жакындатуу аркылуу депсинип секирүүлөр; узунуна орнотулган гимнастикалык «козёл» үстүнөн таянып секирүү (уул балдардын 120 см бийиктиктеги гимнастикалык көпүрөөсүнүн аралыгы 1 м аралыкта) буттарды керип секирүү.

Кыз балдар 110 см бийиктиктеги узунуна орнотулган гимнастикалык «козёл» үстүнөн буттарын керип, секирип өтүү; жанаша коюлган гимнастикалык «козёл» үстүнөн буттарын бүгүп секирип өтүү.

**Тырмашып чыгуу.** 5 м лүү арканга, колдордун жардамында (убакыт эсебинде) тырмашып чыгуу; токтоп-токтоп тырмашып чыгуу (белгилүү бийиктикте токтоо үчүн белгилер коюлат).

**Асылуулар жана таянуулар:** төмөнкү турникте асылуудан күч менен таянууга көтөрүлүү; денени бүгүп-жазуу абалынан термелүүгө өтүү; асылып термелүүдө денени кескин жазуу менен таянычка көтөрүлүү; турникте таянуудан бут жана дене менен алдыга жарым ай сымал аракет кылып, асылууга түшүп термелүү; бийик турникте асылган абалда колдорду бүгүү жана жазуу. Полдо колдорго таянып колду бүгүү жана жазуу.

Кыз балдар **-**  төмөн турникте (бийиктиги 100 см) буттар жерге таянып, колдорго асылган абалда, колдорду бүгүү жана жазуу; гимнастикалык орундукта колдорго таянып колдорду бүгүү жана жазуу

Уул балдар; брусста колдорго таянган түрдө термелип, алдыга шилтенүү менен таянычка көтөрүлүү; гимнастикалык брусста булчуңга таянып туруудан термелип, артка шилтенүү менен таянычка көтөрүлүү; гимнастикалык брусста таянып алдыдан жана арттан термелүүдө, каптал жактарга 900 бурулуп секирип түшүүлөр.

**Aкробатика.** *Уул балдар* үчүн: ар түрдүү алгачкы абалдан алдыга думалап ашып өтүү; 40-50 см бийиктиктеги буюмдар үстүнөн думалап ашып өтүү: жүгүрүп келип узактыкка думалап өтүү; шеригинин жардамында колдордо же башта тик туруу;

*Кыздар үчүн:* эки жолу алдыга, артка думалап ашуу; күрөктө туруу; тик турган абалдан «көпүрө» пайда кылуу жана каптал тарапка айланып туруу. Улуттук бий элементтерин шайкештирүү; «Муножат», «Рахат», «Taнавар» жана башкалар ритмикалык гимнастика элементтери; колдор жардамында ассиметрик аракеттер менен ар түрдүү нормада түрдүү көнүгүүлөр аткаруу; ар түрдүү ылдамдыкта колдор менен (түлкү абалда) көнүгүүлөр аткарууда колдордун багытталуу аракеттери абалын термелтүү; 85-90 см лүү алкак менен көнүгүүлөр аткаруу. Бий аракеттери динамикасы жана ритмине дал келүү менен татаалдаштыруу; элдик бий элементтеринен түзүлгөн көнүгүүлөр.

**Туруктуулукту сактоо көнүгүүлөрү.** Жармашып жеке устунга чыгуу; жеке устунга таянуудан бир бутту ашыруу менен 90° бурулуп минип отуруу, эки бутта жана абалдарын алмашып секирүүлөр; жарым чөккөлөп буттар менен шилтенип жүрүү, бут учтарына көтөрүлүп бурулуулар, оң (сол) бутта «чабалекей» пайда кылуу; отуруп бурчтук пайда кылуу жана жана колдорго таянып, буттарды керип артка шилтенүү менен керишип секирип туруу.

**ЖЕҢИЛ АТЛЕТИКА**

**Чуркоо.** Атайын чуркоо көнүгүүлөрү техникасын жакшыртуу; төмөн старттан чыгып 60 метрге чуркоо; 4x60 метрге эстафета чуркоо; 200-300 метрден 4-5 жолу алмашып чуркоо; түрдүү аралыктарга бир нормада 6 мүнөт бою жеңил чуркоо.

**Mакисымал чуркоо** 4 x10 м мокисымал чуркоо

**Kросс даярдыгы** 800, 1000 м аралыктарда чуркоо; алмашып 6 мүнөт бою чуркоо; багытты өзгөртүрө барып төмөн-бийик жерлерден чуркоо; 2000 м аралыкка кросс чуркоо.

**Секирүү.** Бийиктик жана узундукка секирүүнүн атайын көнүгүүлөрү; чуркап келип узундукка «бутту бүгүү» усулунда секирүү; чуркап келип бийиктикке «аттап өтүү» усулунда секирүү.

**Ыргытуу**.Түрдүү абалдарда турган жайдан теннис тобун ыргытуу; теннис тобун марага ыргытуу; тенис тобун чуркап келип узактыкка ыргытуу

**СПОРТ ОЮНДАРЫ**

**(футбол, баскетбол, волейбол, гандбол)**

**Баскетбол.** Баскетбол оюнунун элементтеринин негизинде ар кандай машыгуу ыкмаларын аткаруу; топту бир кол менен алып жүрүү жана узатуу; атаандашты айланып өтүү; топту эки кол менен баш тараптан берүү; майданда жеке жана жамааттык коргонуу ыкмаларын үйрөтүү; 2х1х2 жана 1х2х2 тактикалары; айып топторун себетке ыргытуу; баскетбол оюнун эрежелеринин негизинде эки жактуу оюн; оюнда калыстык кылууну үйрөтүү.

**Волейбол.** Жуптукта топту, тор үстүнөн өйдө жана ылдыйдан бири-бирине өткөрүп берүү; тордон кайтарылган топту кабыл алуу; топту кабыл алуу жана берүү; техникалык ыкмалар; топту оюнга киргизүүнүн ыкмалары; тор аркылуу сокку ыкмалары; тосмокоюу (жеке жана жупта), коргоо ыкмалары; чабуулда жана коргонууда жеке, топтук жана жамааттык тактикалык аракеттер; Волейбол оюну; волейбол оюну эреженин негизинде; Волейбол боюнча турган абалда кыймыл; Волейбол оюнунда туруу, кыймылдоо, токтоо, ылдамдатуу элементтерин үйрөнүү жана бекемдөө; Таянычта, аракетте, секирүүдө топту артка узатуу техникасын чыңдоо; тордо тескери туруп, каршылашынын талаасында топту бутага таштоо; топту оюнга жогору жактан киргизүүнү күчөтүү; түз чабуулду күчөтүү; топту ылдый жактан кабыл алууну күчөтүү; Алдыга жыгылып, бир кол менен кабыл алууну күчөтүү; жөнөкөйлөштүрүлгөн эрежелер боюнча волейбол оюну; Эки жактуу оюн.

**Гандбол.** Гандбол оюнунда атайын техникалык көнүгүүлөрдү колдонуу менен окуучуларда ылдамдык, күч, багыт алуу сыяктуу сапаттарды өнүктүрүү; топ менен иштөөнүн техникасын өркүндөтүү (ылдамдыкта жай алмашууда топту ар кандай жолдор менен берүү, «восмёрка», алдыга кетүүдө топту кабыл алуу); коргонуу ыкмаларын өркүндөтүү, каршылаштарды коргонуу аянтчасынан алыс кармоо, аларды аралыкта кармоо, «линейка оюнчусун» көзөмөлдөө; чабуул тактикасын (4х1, 3х2, восмёрка, стяжка, б.а. атаандаштын коргоочусун алаксытуу, бөгөт коюу) жакшыртуу; дарбазачынын техникалык абалын жакшыртуу; үйрөнүлгөн элементтердин негизинде жарыш түрүндөгү оюн.

**Футбол.** Аракеттеги топторду буттун ички жана сырткы капталдары менен токтотуу; учуп келе жаткан топтун секирип башы менен уруп кайтарууну аткаруу; топту кыймыл багытын өзгөртүү менен алып жүрүү, алаксытуу аракеттерин колдоно билүү; топту атаандашынан тартып алуу; топту башы менен дарбазага багыттоо көндүм жана тажрыйбаларын пайда кылуу; оң жана сол бут менен узакка тебүүнү үйрөтүү; окуучуларды атаандашынан топту тартып алуу техникасы; тик турган абалда топту таманы менен токтотуу; техника жана тактика ыкмалары; футбол эрежеси боюнча эки тараптуу оюн; сынактарга калыстык кылуу.

**ЭКЗАМЕН МАТЕРИАЛДАРЫ**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | **Бөлүмдөр** | **Тапшырмалар** | **Балл** | **Вариант** |
| 1 | Жеңил атлетика | Төмөн старттан 60 метр аралыкка чуркоо | 30 | 1(К) |
| 2 | Гимнастика | Туруктуулукту сактоо көнүгүүлөрүн гимнастикалык таякта аткаруу | 30 |
| 3 | Спорт оюндары | Гандбол тобун техникага көңүл буруу менен 30 метр аралыкка алып жүрүү | 40 |
| 4 | Жеңил атлетика | 1000 метр аралыкка убакытты эсепке алуу менен чуркоо | 30 | 2(К) |
| 5 | Гимнастика | Бийиктиги 110 см болгон гимнасикалык «козёлдун» үстүнөн буттарды жайып секирүү | 30 |
| 6 | Спорт оюндары | Волейбол тобун оюнга киргизүү. Топту 5 мүмкүнчүлүктө каршылаш майдандын оң жана сол зонасына түшүрүү | 40 |
| 7 | Жеңил атлетика | Чуркоо менен алмашып 6 мүнөт бою чуркоо | 30 | 3(К) |
| 8 | Гимнастика | Гимнастикалык элементтерден түзүлгөн акробатика комбинациясы: Эки жолу алдыга жана бир жолу аркага тегеренүү, күрөктө туруу, «көпүрөө» пайда кылуу | 30 |
| 9 | Спорт оюндары | Баскетбол себетчесине белгиленген айып тобун 8 мүмкүнчүлүктө таштоо | 40 |
| 10 | Жеңил атлетика | 4 x 10 метрге макисымал чуркоо | 30 | 4(К) |
| 11 | Гимнастика | Секиргичда 1 мүнөт бою секирүү | 30 |
| 12 | Спорт оюндары | Волейбол тобун эки колу менен баш үстүндө өз-өзүнө ашыруу | 40 |
| 13 | Жеңил атлетика | Чуркап келип кичине (150 гр) теннис тобун алыстыкка ыргытуу | 30 | 5(К) |
| 14 | Гимнастика | Гимнастикалык орундукка таянып, колдорду бүгүү жана жазуу | 30 |
| 15 | Спорт оюндары | Футбол тобун «ауттан» оюнга киргизүү | 40 |
| 16 | Жеңил атлетика | Төмөн старттан 60 метр аралыкка чуркоо | 30 | 1(У) |
| 17 | Гимнастика | Бийик турникте тартынуу | 30 |
| 18 | Спорт оюндары | Гандбол тобун, техникага көңүл бурган абалда 30 метр аралыкка топчу чекитип чуркоо | 40 |
| 19 | Жеңил атлетика | 2000 метр аралыкка убакытты эсепке алган абалда чуркоо | 30 | 2(У) |
| 20 | Гимнастика | Гимнастика көпүрөөсү менен 1 метр аралыкка узунасына орнотулган, бийиктиги 120 см болгон гимнастикалык «козел» үстүнөн таянып, буттарды керип секирүү | 30 |
| 21 | Спорт оюндары | Волейбол тобун оюнга киргизүү. Топту 5 мүмкүнчүлүктө каршылаш майдандын оң жана сол зонасына түшүрүү | 40 |
| 22 | Жеңил атлетика | 1000 метр аралыкка убакытты эсепке алган абалда чуркоо | 30 | 3(У) |
| 23 | Гимнастика | Колдор баштын артында, чалканча жаткан абалда 1 мүнөт бою денени көтөрүү жана түшүрүү | 30 |
| 24 | Спорт оюндары | Баскетбол себетчесине белгиленген айып тобун 8 мүмкүнчүлүктө таштоо | 40 |
| 25 | Жеңил атлетика | 4 x 10 метрге макисымал чуркоо | 30 | 4(У) |
| 26 | Гимнастика | Секиргичда 1 мүнөт бою секирүү | 30 |
| 27 | Спорт оюндары | Фудбол тобун оң жана сол бутта күч менен узак аралыкка тебүү | 40 |
| 28 | Жеңил атлетика | Чуркап келип кичине (150 гр) теннис тобун алыстыкка ыргытуу | 30 | 5(У) |
| 29 | Гимнастика | Полго таянган абалда, колдорду бүгүү жана жазуу | 30 |
| 30 | Спорт оюндары | Футбол тобун «ауттан» оюнга киргизүү | 40 |

**9-класс үчүн жыйынтыктоочу экзамен билеттери**

**КЫЗ БАЛДАР  
1-БИЛЕТ**

1. Жеңил атлетика.Төмөн старттан 60 метр аралыкка чуркоо.

**Норматив:** (секунд) 9,5 – 9,7 – 10,0 – 10,5

2. Гимнастика: Туруктуулукту сактоо көнүгүүлөрүн гимнастикалык жеке устунда аткаруу (жөнөкөй жүрүү, отуруп бурулуу, буттарды силкитип жүрүү, «Чабалекей» пайда кылуу буттарды силкитип жүрүү, тик абалда бурулуу, жөнөкөй жүрүү, секирип жүрүү) .

**Норматив**: Туура аткаруу техникасын баалоо.  
3. Гандбол. Гандбол тобун техникага көңүл буруу менен 30 метр аралыкта алып жүрүү   
**Норматив**: (секунд) 6,8 – 6,9 – 7,0 – 7,2

**2-БИЛЕТ**

1. Жеңил атлетика. 1000 метр аралыкка убакытты эсепке алган абалда чуркоо.  
**Норматив:** (мүнөт) 5,00 – 5,30 – 6,00

2. Гимнастика: Бийиктиги 110 см болгон гимнастикалык «козёл» үстүнөн буттарды керип секирип өтүү

**Норматив:** Туура аткаруу техникасын баалоо   
3. Волейбол. Валейбол тобун оюнга киргизүү. Топту 5 мүмүкүнчүлүктө атаандаш майданынын оң жана сол зонасына түшүрүү .

**Норматив:** (жолу) 3 – 2– 1

**3-БИЛЕТ**

1. Жеңил атлетика. Жүрүү менен алмашып 6 мүнөт аралыгында чуркоо.

**Норматив:** (метр) 1200 – 1000 – 800   
2. Гимнастика: Гимнастика элементтеринен түзүлгөн акробатика комбинациясы: эки жолу алдыга жана бир жолу артка думалап ашуу, күрөктөрдө туруу, «көпүрө» пайда кылуу.

**Норматив:** Туура аткаруу техникасын баалоо**.**  
3. Баскетбол. Баскетбол себетине белгиленген айып тобун 8 мүмкүнчүлүктө ыргытуу.

**Норматив**: (жолу) 4 – 3 – 2

**4-БИЛЕТ**

**1. Жеңил атлетика.** 4 x 10 метрге макисымал чуркоо.  
**Норматив.** (секунд) 10,0 – 10,5–11,0   
**2. Гимнастика. Секиргичда** 1 мүнөт аралыгында секирүү

**Норматив:** (жолу) 100 – 90 — 80

**3.Волейбол.** Волейбол тобун эки колдо баш үстүндө өз-өзүнө ашыруу.  
**Норматив:** (жолу)20 – 15 – 10

**5-БИЛЕТ**

**1. Жеңил атлетика.** Чуркап келип (150 гр) теннис тобун алыстыкка ыргытуу.  
**Норматив:** (метр) 28 – 23 – 18  
**2. Гимнастика.** Гимнастикалык орундукка таянган түрдө, колдорду бүгүү жана жазуу (аткаруу техникасына көңүл буруу).

**Норматив:** (жолу) 13 – 10 – 8

**3.** **Футбол.** Футбол тобун «аут»тан оюнга киргизүү (аткаруу техникасына көңүл буруу).  
**Норматив:** (метр) 8 – 7 – 5

УУЛ БАЛДАР **1-БИЛЕТ**

1. Жеңил атлетика. Төмөн старттан 60 метр аралыкка чуркоо.

**Норматив**: (секунд) 9,0 – 9,5 – 10,0

2. Гимнастика: Бийик турникте тартылуу (аткаруу техникасына көңүл буруу).  
**Норматив**: (жолу) 9 – 7 – 5

3. Гандбол. Кол тобун аткаруу техникасына көңүл буруу менен 30 метр аралыкка топту уруп чуркоо.  
**Норматив:** (секунд) 6,6 – 6,7 – 6,8

**2-БИЛЕТ**

1. Жеңил атлетика. 2000 метр аралыкка убакыт эсепке алынган абалда чуркоо.  
**Норматив:** (мүнөт) 9,30 – 10,00 – 11,00

2. Гимнастика:. Гимнастика көпүрөсү менен 1 метр аралыкта узунасына ортотулган, бийиктиги 120 см болгон гимнастикалык «козёл» үстүнөн буттарды керип секирүү.

**Норматив:** Туура аткаруу техникасын баалоо.

3. **Валейбол**. Валейбол тобун оюнга киргизүү. Топту 5 мүмүкүнчүлүктө атаандаш майдандын оң жана сол зонасына түшүрүү. .  
**Норматив:** (жолу) 4 – 3– 2

**3-БИЛЕТ**

1. Жеңил атлетика. 1000 метр аралыкка убакыт эсепке алынган абалда чуркоо.  
**Норматив:** (мүнөт) 3,40 — 4,00 – 4,30

2. Гимнастика: Колдор баш аркасында, чалканча жаткан абалда 1 мүнөт ичинде денени көтөрүү жана түшүрүү (аткаруу техникасына көңүл буруу).  
**Норматив:** (жолу) 30 – 23 – 18

3. Баскетбол. Баскетбол себетине белгиленген айып тобун 8 мүмкүнчүлүктөн ыргытуу.  
**Норматив:** (жолу) 5 – 4 – 2

**4-БИЛЕТ**

**1. Жеңил атлетика.** 4 x 10 метрге макисымал жүгүрүү  
**Норматив.** (секунд) 9,5 – 9,8 – 10,3

**2. Гимнастика.** Секиргичда 1 мүнөт аралыгында секирүү.  
**Норматив:** (жолу) 90 – 80 – 70

**3.** Футбол**.** Футбол тобун оң жана сол бутта күч менен алыска тебүү (оң жана сол бут натыйжалары жыйындысы бааланат).  
**Норматив: (**метр) 60 – 55 – 50

**5-БИЛЕТ**

1.Жеңил атлетика. Чуркап келип кичине (150 гр) теннис тобун алыстыкка ыргытуу.

**Норматив**: (метр) 45 – 40 – 33

2. Гимнастика: Полго таянган абалда, колдорду бүгүү жана жазуу (аткаруу техникасына көңүл буруу).

**Норматив**: (жолу) 23 – 17 – 13

**3.Футбол**: Футбол тобун “аут”тан оюнга киргизүү (аткаруу техникасына көңүл буруу).  
**Норматив:** (метр) 12 – 10 – 8

**9-класс жыйынтыктоочу экзамен боюнча баалоо критерийлери**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№**  **Тапшырма** | **1- БИЛЕТ (кыздар)** | **Балл** |
| 1 | Төмөн старттан 60 метр аралыкка чуркоо, чуркоодо төмөн стартта туруу, старттан чыгуу, старттан кийинки чуркоо, аралык бойлоп чуркоо, финиш (мара) сызыгына кирүү жана кесип келүү техникаларына көңүл буруу менен тапшырманы 9,5 секунда жана андан уз убакытта аткарса. | **30** |
| Төмөн старттан 60 метр аралыкка чуркоо, чуркоодо төмөн стартта туруу, старттан чыгуу, старттан кийинки чуркоо, аралык бойлоп чуркоо, финиш (мара) сызыгына кирүү жана кесип келүү техникаларына көңүл буруу менен тапшырманы 9,7 секундадан 10,0 секундага чейин аткарса. | **23** |
| Төмөн старттан 60 метр аралыкка чуркоо, чуркоодо төмөн стартта туруу, старттан чыгуу, старттан кийинки чуркоо, аралык бойлоп чуркоо, финиш (мара) сызыгына кирүү жана кесип келүү техникаларына көңүл буруу менен тапшырманы 10,1 секундадан 10,5 секундага чейин аткарса. | **15** |
| Төмөн старттан 60 метр аралыкка чуркоо, чуркоодо төмөн стартта туруу, старттан чыгуу, старттан кийинки чуркоо, аралык бойлоп чуркоо, финиш (мара) сызыгына кирүү жана кесип келүү техникаларына көңүл буруу менен тапшырманы 10,, жана андан көп убакытта аткарса. | **8** |
|  | | |
| 2 | Туруктуулукту сактоо көнүгүүлөрүн, гимнастикалык жеке устунда жөнөкөй жүрүү, отуруп бурулуу, буттарды силкитип жүрүү, «Чабалекей» пайда кылуу, буттарды силкитип жүрүү, тик абалда бурулуу, жөнөкөй жүрүү, секирип түшүү көнүгүүлөрүн техникага көңүл буруу менен туура аткарышы. | **30** |
| Туруктуулукту сактоо көнүгүүлөрүн, гимнастикалык жеке устунда жөнөкөй жүрүү, отуруп бурулуу, буттарды силкитип жүрүү, «Чабалекей» пайда кылуу, буттарды силкитип жүрүү, тик абалда бурулуу, жөнөкөй жүрүү, секирип түшүү көнүгүүлөрүн техникага көңүл буруу менен бир аз туура эмес аткарышы. | **23** |
| Туруктуулукту сактоо көнүгүүлөрүн, гимнастикалык жеке устунда жөнөкөй жүрүү, отуруп бурулуу, буттарды силкитип жүрүү, «Чабалекей» пайда кылуу, буттарды силкитип жүрүү, тик абалда бурулуу, жөнөкөй жүрүү, секирип түшүү көнүгүүлөрүн техникага көңүл буруу менен туура эмес аткарышы. | **15** |
| Туруктуулукту сактоо көнүгүүлөрүн, гимнастикалык жеке устунда жөнөкөй жүрүү, отуруп бурулуу, буттарды силкитип жүрүү, «Чабалекей» пайда кылуу, буттарды силкитип жүрүү, тик абалда бурулуу, жөнөкөй жүрүү, секирип түшүү көнүгүүлөрүн техникага көңүл буруу менен аткара албастыгы | **8** |
|  | | |
|  | Стартта туруу, старттан чыгуу, старттан кийинки топту жерге уруп чуркоо, аралык бойлоп топту жерге уруп чуркоо, финиш (мара) сызыгына кирүү жана кесип келүү техникаларына көңүл буруу менен Гандбол тобун 30 метр аралыкка алып жүрүүнү 6,8 секунда жана андан аз убакытта аткарса. | **40** |
| Стартта туруу, старттан чыгуу, старттан кийинки топту жерге уруп чуркоо, аралык бойлоп топту жерге уруп чуркоо, финиш (мара) сызыгына кирүү жана кесип келүү техникаларына көңүл буруу менен Гандбол тобун 30 метр аралыкка алып жүрүүнү 6,9 секундада аткарса. | **30** |
| Стартта туруу, старттан чыгуу, старттан кийинки топту жерге уруп чуркоо, аралык бойлоп топту жерге уруп чуркоо, финиш (мара) сызыгына кирүү жана кесип келүү техникаларына көңүл буруу менен Гандбол тобун 30 метр аралыкка алып жүрүүнү 7,0 секундада аткарса. | **20** |
| Стартта туруу, старттан чыгуу, старттан кийинки топту жерге уруп чуркоо, аралык бойлоп топту жерге уруп чуркоо, финиш (мара) сызыгына кирүү жана кесип келүү техникаларына көңүл буруу менен Гандбол тобун 30 метр аралыкка алып жүрүүнү 7,1 секунда жана андан көп убакытта аткарса. | **10** |
| **ЖАЛПЫ:** | | **100** |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№**  **Тапшырма** | **2-БИЛЕТ (кыздар)** | **Балл** |
| 1 | 1000 метр аралыкка убакыт эсепке алынган абалда чуркоодо стартта туруу, старттан чыгуу, старттан кийинки чуркоо, аралык бойлоп чуркоо, финиш (мара) сызыгына кирүү жана кесип келүү техникасы негизинде тапшырманы 5,00 мүнөт жана андан аз убакытта аткарса | **30** |
| 1000 метр аралыкка убакыт эсепке алынган абалда чуркоодо стартта туруу, старттан чыгуу, старттан кийинки чуркоо, аралык бойлоп чуркоо, финиш (мара) сызыгына кирүү жана кесип келүү техникасы негизинде тапшырманы 5,10 мүнөттөн 5,30 мүнөткө чейин аткарса | **23** |
| 1000 метр аралыкка убакыт эсепке алынган абалда чуркоодо стартта туруу, старттан чыгуу, старттан кийинки чуркоо, аралык бойлоп чуркоо, финиш (мара) сызыгына кирүү жана кесип келүү техникасы негизинде тапшырманы 5,40 мүнөттөн 6,00 мүнөткө чейин аткарса | **15** |
| 1000 метр аралыкка убакыт эсепке алынган абалда чуркоодо стартта туруу, старттан чыгуу, старттан кийинки чуркоо, аралык бойлоп чуркоо, финиш (мара) сызыгына кирүү жана кесип келүү техникасы негизинде тапшырманы 6,10 мүнөт жана андан көп убакытта аткарса | **8** |
|  | | |
| 2 | Бийиктиги 110 см болгон гимнастикалык «козёл» үстүнөн секирүүдө чуркап келүү, депсинүү, таянып секирүү жана учуу, конуу, туруктуулукту сактоо техникаларына көңүл буруу менен буттарды керип секирип өтүүнү туура аткарышы | **30** |
| Бийиктиги 110 см болгон гимнастикалык «козёл» үстүнөн секирүүдө чуркап келүү, депсинүү, таянып секирүү жана учуу, конуу, туруктуулукту сактоо техникаларына көңүл буруу менен буттарды керип секирип өтүүнү бир аз туура эмес аткарышы | **23** |
| Бийиктиги 110 см болгон гимнастикалык «козёл» үстүнөн секирүүдө чуркап келүү, депсинүү, таянып секирүү жана учуу, конуу, туруктуулукту сактоо техникаларына көңүл буруу менен буттарды керип секирип өтүүнү туура эмес аткарышы | **15** |
| Бийиктиги 110 см болгон гимнастикалык «козёл» үстүнөн секирүүдө чуркап келүү, депсинүү, таянып секирүү жана учуу, конуу, туруктуулукту сактоо техникаларына көңүл буруу менен буттарды керип секирип өтүүнү аткара албастыгы | **8** |
|  | | |
| 3 | Волейбол тобун оюнга киргизүү. Турушу, сызыкты баспастыгы, жетекчинин сигналына көңүл бурушу, топко сокку бериши, белгиленген зонага топту түшүрө алуу техникаларына көңүл буруу менен топту 5 мүмкүнчүлүктөн жалпы 3 жолу атаандаш аянтынын оң жана сол зонасына түшүрүшү | **40** |
| Волейбол тобун оюнга киргизүү. Турушу, сызыкты баспастыгы, жетекчинин сигналына көңүл бурушу, топко сокку бериши, белгиленген зонага топту түшүрө алуу техникаларына көңүл буруу менен топту 5 мүмкүнчүлүктөн жалпы 2 жолу атаандаш аянтынын оң жана сол зонасына түшүрүшү | **30** |
| Волейбол тобун оюнга киргизүү. Турушу, сызыкты баспастыгы, жетекчинин сигналына көңүл бурушу, топко сокку бериши, белгиленген зонага топту түшүрө алуу техникаларына көңүл буруу менен топту 5 мүмкүнчүлүктөн жалпы 1 жолу атаандаш аянтынын оң жана сол зонасына түшүрүшү | **20** |
| Волейбол тобун оюнга киргизүү. Турушу, сызыкты баспастыгы, жетекчинин сигналына көңүл бурушу, топко сокку бериши, белгиленген зонага топту түшүрө алуу техникаларына көңүл буруу менен топту 5 мүмкүнчүлүктөн жалпы 0 жолу атаандаш аянтынын оң жана сол зонасына түшүрүшү | **10** |
| **ЖАЛПЫ:** | | **100** |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№**  **Тапшырма** | **3-БИЛЕТ (кыздар)** | **Балл** |
| **1** | Стартта туруу, старттан чыгуу, старттан кийинки чуркоо, аралык бойлоп чуркоо, финиш (мара) сызыгына кирүү жана кесип келүү техникаларына көңүл буруу менен 6 мүнөт аралыгында жүрүү менен алмашып чуркоо тапшырмасын аткарууда 1200 метр жана андан алыс аралыкты басып өтсө. | **30** |
| Стартта туруу, старттан чыгуу, старттан кийинки чуркоо, аралык бойлоп чуркоо, финиш (мара) сызыгына кирүү жана кесип келүү техникаларына көңүл буруу менен 6 мүнөт аралыгында жүрүү менен алмашып чуркоо тапшырмасын аткарууда 1000 метрден 1199 метрге чейинки аралыкты басып өтсө. | **23** |
| Стартта туруу, старттан чыгуу, старттан кийинки чуркоо, аралык бойлоп чуркоо, финиш (мара) сызыгына кирүү жана кесип келүү техникаларына көңүл буруу менен 6 мүнөт аралыгында жүрүү менен алмашып чуркоо тапшырмасын аткарууда 800 метрден 999 метрге чейинки аралыкты басып өтсө. | **15** |
| Стартта туруу, старттан чыгуу, старттан кийинки чуркоо, аралык бойлоп чуркоо, финиш (мара) сызыгына кирүү жана кесип келүү техникаларына көңүл буруу менен 6 мүнөт аралыгында жүрүү менен алмашып чуркоо тапшырмасын аткарууда 799 метр жана андан аз аралыкты басып өтсө | **8** |
|  | | |
| **2** | Гимнастикалык элементтерден түзүлгөн акробатика комбинациясын: эки жолу алдыга жана бир жолу артка думалап ашуу, күрөктөрдө туруу, «көпүрөө» пайда кылуу техникаларына көңүл буруу менен туура аткарышы. | **30** |
| Гимнастикалык элементтерден түзүлгөн акробатика комбинациясын: эки жолу алдыга жана бир жолу артка думалап ашуу, күрөктөрдө туруу, көпүрөө» пайда кылуу техникаларына көңүл буруу менен бир аз туура эмес аткарышы. | **23** |
| Гимнастикалык элементтерден түзүлгөн акробатика комбинациясын: эки жолу алдыга жана бир жолу артка думалап ашуу, күрөктөрдө туруу, «көпүрөө» пайда кылуу техникаларына көңүл буруу менен туура эмес аткарышы. | **15** |
| Гимнастикалык элементтерден түзүлгөн акробатика комбинациясын: эки жолу алдыга жана бир жолу артка думалап ашуу, күрөктөрдө туруу, “көпүрөө» пайда кылуу техникаларына көңүл буруу менен аткара албастыгы. | **8** |
|  | | |
| **3** | Баскетбол себетчесине белгиленген айып тобун ыргытууда турушу, бут жана кол абалы, топту кармашы, эки колдо топту көкүрөктөн ыргытуу техникаларына көңүл буруу менен 8 мүмкүнчүлүктөн 4 жолу жана андан көп түшүрүшү. | **40** |
| Баскетбол себетчесине белгиленген айып тобун ыргытууда турушу, бут жана кол абалы, топту кармашы, эки колдо топту көкүрөктөн ыргытуу техникаларына көңүл буруу менен 8 мүмкүнчүлүктөн 3 жолу түшүрүшү. | **30** |
| Баскетбол себетчесине белгиленген айып тобун ыргытууда турушу, бут жана кол абалы, топту кармашы, эки колдо топту көкүрөктөн ыргытуу техникаларына көңүл буруу менен 8 мүмкүнчүлүктөн 2 жолу түшүрүшү. | **20** |
| Баскетбол себетчесине белгиленген айып тобун ыргытууда турушу, бут жана кол абалы, топту кармашы, эки колдо топту көкүрөктөн ыргытуу техникаларына көңүл буруу менен 8 мүмкүнчүлүктөн 0 же 1 жолу түшүрүшү. | **10** |
| **ЖАЛПЫ:** | | **100** |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№**  **Тапшырма** | **4-БИЛЕТ (кыздар)** | **Балл** |
| **1** | Стартта туруу, старттан чыгуу, старттан кийинки чуркоо, аралык бойлоп чуркоо, ар 10 метрде сызыкка колду тийгизүү, финиш (мара) сызыгына кирүү жана кесип өтүү техникаларына көңүл буруу менен 4x10 метрге макисымал чуркоонү 10,0 секунда жана андан аз убакытта аткарса. | **30** |
| Стартта туруу, старттан чыгуу, старттан кийинки чуркоо, аралык бойлоп чуркоо, ар 10 метрде сызыкка колду тийгизүү, финиш (мара) сызыгына кирүү жана кесип өтүү техникаларына көңүл буруу менен 4x10 метрге макисымал чуркоонү 10,1 секундадан 10,5 секундага чейин аткарса. | **23** |
| Стартта туруу, старттан чыгуу, старттан кийинки чуркоо, аралык бойлоп чуркоо, ар 10 метрде сызыкка колду тийгизүү, финиш (мара) сызыгына кирүү жана кесип өтүү техникаларына көңүл буруу менен 4x10 метрге макисымал чуркоонү 10,6 секундадан 11,0 секундага чейин аткарса. | **15** |
| Стартта туруу, старттан чыгуу, старттан кийинки чуркоо, аралык бойлоп чуркоо, ар 10 метрде сызыкка колду тийгизүү, финиш (мара) сызыгына кирүү жана кесип өтүү техникаларына көңүл буруу менен 4x10 метрге макисымал чуркоону 11,1 секунда жана андан көп убакытта аткарса. | **8** |
|  | | |
| **2** | Секиргичти кармашы, бут кыймылы, секирүү техникаларына көңүл буруу менен секиргичте 1 мүнөт аралыгында 100 жолу жана андан көп секириши. | **30** |
| Секиргичти кармашы, бут кыймылы, секирүү техникаларына көңүл буруу менен секиргичте 1 мүнөт аралыгында 90 дон жана 99 жолуга чейин секириши. | **23** |
| Секиргичти кармашы, бут кыймылы, секирүү техникаларына көңүл буруу менен секиргичте 1 мүнөт аралыгында 80 дон жана 89 жолуга чейин секириши. | **15** |
| Секиргичти кармашы, бут кыймылы, секирүү техникаларына көңүл буруу менен секиргичте 1 мүнөт аралыгында 79 жолу жана андан аз секириши. | **8** |
|  | | |
| **3** | Валейбол тобун эки колдо баш үстүндө өз-өзүнө ашырууну кол абалы, топту ашырышы, топту көтөрүлүү бийиктиги техникаларына көңүл буруу менен 1 мүмкүнчүлүктө 20 жолу жана андан көп аткарышы. | **40** |
| Валейбол тобун эки колдо баш үстүндө өз-өзүнө ашырууну кол абалы, топту ашырышы, топту көтөрүлүү бийиктиги техникаларына көңүл буруу менен 1 мүмкүнчүлүктө 15 тен 19 жолуга чейин аткарышы. | **30** |
| Валейбол тобун эки колдо баш үстүндө өз-өзүнө ашырууну кол абалы, топту ашырышы, топту көтөрүлүү бийиктиги техникаларына көңүл буруу менен 1 мүмкүнчүлүктө 10 дон 14 жолуга чейин аткарышы. | **20** |
| Валейбол тобун эки колдо баш үстүндө өз-өзүнө ашырууну кол абалы, топту ашырышы, топту көтөрүлүү бийиктиги техникаларына көңүл буруу менен 1 мүмкүнчүлүктө 9 жолу жана андан аз аткарышы. | **10** |
| **ЖАЛПЫ:** | | **100** |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№**  **Тапшырма** | **5-БИЛЕТ (кыздар)** | **Балл** |
| **1** | Чуркап келип кичине (150 гр) теннис тобун узактыкка ыргытууда чуркап келиши, топту кармоо, топту ыргытуу техникаларына көңүл буруу менен топту 28 метр жана андан алыс болгон аралыкка ыргыта алса. | **30** |
| Чуркап келип кичине (150 гр) теннис тобун узактыкка ыргытууда чуркап келиши, топту кармоо, топту ыргытуу техникаларына көңүл буруу менен топту 23 метрден 27 метрге чейин болгон аралыкка ыргыта алса. | **23** |
| Чуркап келип кичине (150 гр) теннис тобун узактыкка ыргытууда чуркап келиши, топту кармоо, топту ыргытуу техникаларына көңүл буруу менен топту 18 метрден 22 метрге чейин болгон аралыкка ыргыта алса. | **15** |
| Чуркап келип кичине (150 гр) теннис тобун узактыкка ыргытууда чуркап келиши, топту кармоо, топту ыргытуу техникаларына көңүл буруу менен топту 17 метр жана андан аз болгон аралыкка ыргыта алса. | **8** |
|  | | |
| **2** | Гимнастикалык орундукка таянып, баш жана денени бир тегиздикте кармап, колдорду бүгүлүү жана жазылуу техникаларына көңүл буруу менен, колдорду бүгүү жана жазууну 1 мүмкүнчүлүктө 13 жолу жана андан көп аткарышы. | **30** |
| Гимнастикалык орундукка таянып, баш жана денени бир тегиздикте кармап, колдорду бүгүлүү жана жазылуу техникаларына көңүл буруу менен, колдорду бүгүү жана жазууну 1 мүмкүнчүлүктө 10 жолудан 12 ге чейин аткарышы. | **23** |
| Гимнастикалык орундукка таянып, баш жана денени бир тегиздикте кармап, колдорду бүгүлүү жана жазылуу техникаларына көңүл буруу менен, колдорду бүгүү жана жазууну 1 мүмкүнчүлүктө 8 же 9 жолу аткарышы. | **15** |
| Гимнастикалык орундукка таянып, баш жана денени бир тегиздикте кармап, колдорду бүгүлүү жана жазылуу техникаларына көңүл буруу менен, колдорду бүгүү жана жазууну 1 мүмкүнчүлүктө 7 жолу жана андан аз аткарышы. | **8** |
|  | | |
| **3** | Футбол тобун «аут»тан оюнга киргизүүдө аянтка караган абалда, буттар жерден үзүлбөстөн жана сызык тышкарысында, топту эки кол менен атуу, топту баш аркасынан ыргытуу техникаларына көңүл буруу менен 1 мүмкүнчүлүктө топ 8 метр жана андан аралыкка түшсө. | **40** |
| Футбол тобун «аут»тан оюнга киргизүүдө аянтка караган абалда, буттар жерден үзүлбөстөн жана сызык тышкарысында, топту эки кол менен атуу, топту баш аркасынан ыргытуу техникаларына көңүл буруу менен 1 мүмкүнчүлүктө топ 7 метр аралыкка түшсө. | **30** |
| Футбол тобун «аут»тан оюнга киргизүүдө аянтка караган абалда, буттар жерден үзүлбөстөн жана сызык тышкарысында, топту эки кол менен атуу, топту баш аркасынан ыргытуу техникаларына көңүл буруу менен 1 мүмкүнчүлүктө топ 5 же 6 метр аралыкка түшсө. | **20** |
| Футбол тобун «аут»тан оюнга киргизүүдө аянтка караган абалда, буттар жерден үзүлбөстөн жана сызык тышкарысында, топту эки кол менен атуу, топту баш аркасынан ыргытуу техникаларына көңүл буруу менен 1 мүмкүнчүлүктө топ 4 метр же андан аз аралыкка түшсө. | **10** |
| **ЖАЛПЫ:** | | **100** |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№**  **Тапшырма** | **1-БИЛЕТ (уул балдар)** | **Балл** |
| 1 | Төмөн старттан 60 метр аралыкка чуркоодо төмөн стартта туруу, старттан чыгуу, старттан кийинки чуркоо, аралык бойлоп чуркоо, финиш (мара) сызыгына кирүү жана кесип келүү техникаларына көңүл буруу менен тапшырманы 9,0 секунда жана андан аз убакытта аткарса. | **30** |
| Төмөн старттан 60 метр аралыкка чуркоодо төмөн стартта туруу, старттан чыгуу, старттан кийинки чуркоо, аралык бойлоп чуркоо, финиш (мара) сызыгына кирүү жана кесип келүү техникаларына көңүл буруу менен тапшырманы 9,1 секундадан 9,5 секундага чейинки убакытта аткарса. | **23** |
| Төмөн старттан 60 метр аралыкка чуркоодо төмөн стартта туруу, старттан чыгуу, старттан кийинки чуркоо, аралык бойлоп чуркоо, финиш (мара) сызыгына кирүү жана кесип келүү техникаларына көңүл буруу менен тапшырманы 9,6 секундадан 10,0 секундага чейинки убакытта аткарса. | **15** |
| Төмөн старттан 60 метр аралыкка чуркоодо төмөн стартта туруу, старттан чыгуу, старттан кийинки чуркоо, аралык бойлоп чуркоо, финиш (мара) сызыгына кирүү жана кесип келүү техникаларына көңүл буруу менен тапшырманы 10,1 секунда жана андан көп убакытта аткарса. | **8** |
|  | | |
| 2 | Бийик турникте тартылууда керектүү кеңдик жана кармоо усулун тандоосу, турникке асылышы, тартылып жатканда дем чыгарышы жана түшүп жатканда дем алышы, кыймылды толук амплитудада аткарышы, төмөн чекитте колдорду толук бошоштурушу жана 1 секунд пауза кылуу техникаларына көңүл буруу менен 9 жолу жана андан көп аткарса. | **30** |
| Бийик турникте тартылууда керектүү кеңдик жана кармоо усулун тандоосу, турникке асылышы, тартылып жатканда дем чыгарышы жана түшүп жатканда дем алышы, кыймылды толук амплитудада аткарышы, төмөн чекитте колдорду толук бошоштурушу жана 1 секунд пауза кылуу техникаларына көңүл буруу менен 7 же 8 жолу аткарса. | **23** |
| Бийик турникте тартылууда керектүү кеңдик жана кармоо усулун тандоосу, турникке асылышы, тартылып жатканда дем чыгарышы жана түшүп жатканда дем алышы, кыймылды толук амплитудада аткарышы, төмөн чекитте колдорду толук бошоштурушу жана 1 секунд пауза кылуу техникаларына көңүл буруу менен 5 же 6 жолу аткарса. | **15** |
| Бийик турникте тартылууда керектүү кеңдик жана кармоо усулун тандоосу, турникке асылышы, тартылып жатканда дем чыгарышы жана түшүп жатканда дем алышы, кыймылды толук амплитудада аткарышы, төмөн чекитте колдорду толук бошоштурушу жана 1 секунд пауза кылуу техникаларына көңүл буруу менен 4 же андан аз аткарса. | **8** |
|  | | |
| 3 | Стартта туруу, старттан чыгуу, старттан кийинки топту жерге уруп чуркоо, аралык бойлоп топту жерге уруп чуркоо, финиш (мара) сызыгына кирүү жана кесип келүү техникаларына көңүл буруу менен Гандбол тобун 30 метр аралыкка алып жүрүүнү 6,6 секунда жана андан аз убакыт аткарса. | **40** |
| Стартта туруу, старттан чыгуу, старттан кийинки топту жерге уруп чуркоо, аралык бойлоп топту жерге уруп чуркоо, финиш (мара) сызыгына кирүү жана кесип келүү техникаларына көңүл буруу менен Гандбол тобун 30 метр аралыкка алып жүрүүнү 6,7 секундада аткарса. | **30** |
| Стартта туруу, старттан чыгуу, старттан кийинки топту жерге уруп чуркоо, аралык бойлоп топту жерге уруп чуркоо, финиш (мара) сызыгына кирүү жана кесип келүү техникаларына көңүл буруу менен Гандбол тобун 30 метр аралыкка алып жүрүүнү 6,8 секундада аткарса. | **20** |
| Стартта туруу, старттан чыгуу, старттан кийинки топту жерге уруп чуркоо, аралык бойлоп топту жерге уруп чуркоо, финиш (мара) сызыгына кирүү жана кесип келүү техникаларына көңүл буруу менен Гандбол тобун 30 метр аралыкка алып жүрүүнү 6,9 секунда жана андан көп убакытта аткарса. | **10** |
| **ЖАЛПЫ:** | | **100** |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№**  **Тапшырма** | **2-БИЛЕТ (уул балдар)** | **Балл** |
| 1 | 2000 метр аралыкка убакыт эсепке алынган абалда чуркоодо стартта туруу, старттан чыгуу, старттан кийинки чуркоо, аралык бойлоп чуркоо, финиш (мара) сызыгына кирүү жана кесип келүү техникасы негизинде тапшырманы 9,30 мүнөт жана андан аз убакытта аткарса. | **30** |
| 2000 метр аралыкка убакыт эсепке алынган абалда чуркоодо стартта туруу, старттан чыгуу, старттан кийинки чуркоо, аралык бойлоп чуркоо, финиш (мара) сызыгына кирүү жана кесип келүү техникасы негизинде тапшырманы 9,40 мүнөттөн 10,00 мүнөткө чейин аткарса. | **23** |
| 2000 метр аралыкка убакыт эсепке алынган абалда чуркоодо стартта туруу, старттан чыгуу, старттан кийинки чуркоо, аралык бойлоп чуркоо, финиш (мара) сызыгына кирүү жана кесип келүү техникасы негизинде тапшырманы 10,10 мүнөттөн 11,00 мүнөткө чейин аткарса. | **15** |
| 2000 метр аралыкка убакыт эсепке алынган абалда чуркоодо стартта туруу, старттан чыгуу, старттан кийинки чуркоо, аралык бойлоп чуркоо, финиш (мара) сызыгына кирүү жана кесип келүү техникасы негизинде тапшырманы 11,10 мүнөт жана андан көп убакытта аткарса. | **8** |
|  | | |
| 2 | Гимнастика көпүрөсү менен 1 метр аралыкта узунасына орнотулган, бийиктиги 120 см болгон гимнастикалык «козёл» үстүнөн секирүүдө жүгүрүп келүү, депсинүү, таянып секирүү жана учуу, туруктуулукту сактоо техникаларына көңүл буруу менен буттарды керип секирип өтүүнү туура аткарышы. | **30** |
| Гимнастика көпүрөсү менен 1 метр аралыкта узунасына орнотулган, бийиктиги 120 см болгон гимнастикалык «козёл» үстүнөн секирүүдө жүгүрүп келүү, депсинүү, таянып секирүү жана учуу, туруктуулукту сактоо техникаларына көңүл буруу менен буттарды керип секирип өтүүнү бир аз туура эмес аткарышы. | **23** |
| Гимнастика көпүрөсү менен 1 метр аралыкта узунасына орнотулган, бийиктиги 120 см болгон гимнастикалык «козёл» үстүнөн секирүүдө жүгүрүп келүү, депсинүү, таянып секирүү жана учуу, туруктуулукту сактоо техникаларына көңүл буруу менен буттарды керип секирип өтүүнү туура эмес аткарышы. | **15** |
| Гимнастика көпүрөсү менен 1 метр аралыкта узунасына орнотулган, бийиктиги 120 см болгон гимнастикалык «козёл» үстүнөн секирүүдө жүгүрүп келүү, депсинүү, таянып секирүү жана учуу, туруктуулукту сактоо техникаларына көңүл буруу менен буттарды керип секирип өтүүнү аткара албастыгы. | **8** |
|  | | |
| 3 | Волейбол тобун оюнга киргизүү. Турушу, сызыкты баспастыгы, жетекчинин сигналына көңүл бурушу, топко сокку бериши, белгиленген зонага топту түшүрө алуу техникаларына көңүл буруу менен топту 5 мүмкүнчүлүктөн жалпы 4 же 5 жолу атаандаш аянтынын оң жана сол зонасына түшүрүшү. | **40** |
| Волейбол тобун оюнга киргизүү. Турушу, сызыкты баспастыгы, жетекчинин сигналына көңүл бурушу, топко сокку бериши, белгиленген зонага топту түшүрө алуу техникаларына көңүл буруу менен топту 5 мүмкүнчүлүктөн жалпы 3 жолу атаандаш аянтынын оң жана сол зонасына түшүрүшү. | **30** |
| Волейбол тобун оюнга киргизүү. Турушу, сызыкты баспастыгы, жетекчинин сигналына көңүл бурушу, топко сокку бериши, белгиленген зонага топту түшүрө алуу техникаларына көңүл буруу менен топту 5 мүмкүнчүлүктөн жалпы 2 жолу атаандаш аянтынын оң жана сол зонасына түшүрүшү. | **20** |
| Волейбол тобун оюнга киргизүү. Турушу, сызыкты баспастыгы, жетекчинин сигналына көңүл бурушу, топко сокку бериши, белгиленген зонага топту түшүрө алуу техникаларына көңүл буруу менен топту 5 мүмкүнчүлүктөн жалпы 0 же 1 жолу атаандаш аянтынын оң жана сол зонасына түшүрүшү. | **10** |
| **ЖАЛПЫ:** | | **100** |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№**  **Тапшырма** | **3-БИЛЕТ (уул балдар)** | **Балл** |
| **1** | 1000 метр аралыкка убакыт эсепке алынган абалда чуркоодо стартта туруу, старттан чыгуу, старттан кийинки чуркоо, аралык бойлоп чуркоо, финиш (мара) сызыгына кирүү жана кесип келүү техникасы негизинде тапшырманы 3,40 мүнөт жана андан аз убакытта аткарса. | **30** |
| 1000 метр аралыкка убакыт эсепке алынган абалда чуркоодо стартта туруу, старттан чыгуу, старттан кийинки чуркоо, аралык бойлоп чуркоо, финиш (мара) сызыгына кирүү жана кесип келүү техникасы негизинде тапшырманы 3,50 мүнөттөн 4,00 мүнөткө чейин аткарса. | **23** |
| 1000 метр аралыкка убакыт эсепке алынган абалда чуркоодо стартта туруу, старттан чыгуу, старттан кийинки чуркоо, аралык бойлоп чуркоо, финиш (мара) сызыгына кирүү жана кесип келүү техникасы негизинде тапшырманы 4,10 мүнөттөн 4,30 мүнөткө чейин аткарса. | **15** |
| 1000 метр аралыкка убакыт эсепке алынган абалда чуркоодо стартта туруу, старттан чыгуу, старттан кийинки чуркоо, аралык бойлоп чуркоо, финиш (мара) сызыгына кирүү жана кесип келүү техникасы негизинде тапшырманы 4,00 мүнөт жана андан көп убакытта аткарса. | **8** |
|  | | |
| **2** | «Колдор баш аркасында, чалкасынан жаткан абалда 1 мүнөт аралыгында денени көтөрүү жана түшүрүү» колду баш аркасынан албастык, бутту жерден үзбөстүк, дем алуу ритми, денени түшүргөндө күрөктөрдүн тийиши, денени толук көтөрүү техникаларына көңүл буруу менен тапшырманы 25 жолу жана андан көп аткарса. | **30** |
| «Колдор баш аркасында, чалкасынан жаткан абалда 1 мүнөт аралыгында денени көтөрүү жана түшүрүү» колду баш аркасынан албастык, бутту жерден үзбөстүк, дем алуу ритми, денени түшүргөндө күрөктөрдүн тийиши, денени толук көтөрүү техникаларына көңүл буруу менен тапшырманы 23 же 24 жолу аткарса. | **23** |
| «Колдор баш аркасында, чалкасынан жаткан абалда 1 мүнөт аралыгында денени көтөрүү жана түшүрүү» колду баш аркасынан албастык, бутту жерден үзбөстүк, дем алуу ритми, денени түшүргөндө күрөктөрдүн тийиши, денени толук көтөрүү техникаларына көңүл буруу менен тапшырманы 18 же 22 жолу аткарса. | **15** |
| «Колдор баш аркасында, чалкасынан жаткан абалда 1 мүнөт аралыгында денени көтөрүү жана түшүрүү» колду баш аркасынан албастык, бутту жерден үзбөстүк, дем алуу ритми, денени түшүргөндө күрөктөрдүн тийиши, денени толук көтөрүү техникаларына көңүл буруу менен тапшырманы 17 жолу же андан аз аткарса. | **8** |
|  | | |
| **3** | Баскетбол себетчесине белгиленген айып тобун ыргытууда турушу, бут жана кол абалы, топту кармашы, эки колдо топту көкүрөктөн таштоо техникаларга көңүл буруу менен топту 8 мүмкүнчүлүктөн 5 жолу же андан көп түшүрүшү. | **40** |
| Баскетбол себетчесине белгиленген айып тобун ыргытууда турушу, бут жана кол абалы, топту кармашы, эки колдо топту көкүрөктөн таштоо техникаларга көңүл буруу менен топту 8 мүмкүнчүлүктөн 3 же 4 жолу түшүрүшү. | **30** |
| Баскетбол себетчесине белгиленген айып тобун ыргытууда турушу, бут жана кол абалы, топту кармашы, эки колдо топту көкүрөктөн таштоо техникаларга көңүл буруу менен топту 8 мүмкүнчүлүктөн 2 жолу түшүрүшү. | **20** |
| Баскетбол себетчесине белгиленген айып тобун ыргытууда турушу, бут жана кол абалы, топту кармашы, эки колдо топту көкүрөктөн таштоо техникаларга көңүл буруу менен топту 8 мүмкүнчүлүктөн 0 же 1 жолу түшүрүшү. | **10** |
| **ЖАЛПЫ:** | | **100** |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№**  **Тапшырма** | **4-БИЛЕТ (уул балдар)** | **Балл** |
| **1** | Стартта туруу, старттан чыгуу, старттан кийинки чуркоо, аралык бойлоп чуркоо, ар 10 метрде сызыкка колду тийгизүү, финиш (мара) сызыгына кирүү жана кесип өтүү техникаларына көңүл буруу менен 4x10 метрге макисымал чуркоонү 9,5 секунда жана андан аз убакытта аткарса. | **30** |
| Стартта туруу, старттан чыгуу, старттан кийинки чуркоо, аралык бойлоп чуркоо, ар 10 метрде сызыкка колду тийгизүү, финиш (мара) сызыгына кирүү жана кесип өтүү техникаларына көңүл буруу менен 4x10 метрге макисымал чуркоонү 9,6 секундадан 9,8 секундага чейин аткарса. | **23** |
| Стартта туруу, старттан чыгуу, старттан кийинки чуркоо, аралык бойлоп чуркоо, ар 10 метрде сызыкка колду тийгизүү, финиш (мара) сызыгына кирүү жана кесип өтүү техникаларына көңүл буруу менен 4x10 метрге макисымал чуркоонү 9,9 секундадан 10,3 секундага чейин аткарса. | **15** |
| Стартта туруу, старттан чыгуу, старттан кийинки чуркоо, аралык бойлоп чуркоо, ар 10 метрде сызыкка колду тийгизүү, финиш (мара) сызыгына кирүү жана кесип өтүү техникаларына көңүл буруу менен 4x10 метрге макисымал чуркоонү 10,4 секунда жана андан көп убакытта аткарса. | **8** |
|  | | |
| **2** | Секиргичти кармашы, бут кыймылы, секирүү техникаларына көңүл буруу менен секиргичте 1 мүнөт аралыгында 90 жолу жана андан көп секириши | **30** |
| Секиргичти кармашы, бут кыймылы, секирүү техникаларына көңүл буруу менен секиргичте 1 мүнөт аралыгында 80 ден жана 89 жолуга чейин секириши | **23** |
| Секиргичти кармашы, бут кыймылы, секирүү техникаларына көңүл буруу менен секиргичте 1 мүнөт аралыгында 70 тен жана 79 жолуга чейин секириши | **15** |
| Секиргичти кармашы, бут кыймылы, секирүү техникаларына көңүл буруу менен секиргичте 1 мүнөт аралыгында 69 жана андан аз секириши | **8** |
|  | | |
| **3** | Футбол тобуна сокку берүү техникаларына көңүл буруу менен оң жана сол бутта күч менен узакка тебүүдө оң жана сол бут натыйжалары жыйындысы 60 метр жана андан көп болсо. | **40** |
| Футбол тобуна сокку берүү техникаларына көңүл буруу менен оң жана сол бутта күч менен узакка тебүүдө оң жана сол бут натыйжалары жыйындысы 55 метрден 59 метрге чейин болсо. | **30** |
| Футбол тобуна сокку берүү техникаларына көңүл буруу менен оң жана сол бутта күч менен узакка тебүүдө оң жана сол бут натыйжалары жыйындысы 50 метрден 54 метрге чейин болсо. | **20** |
| Футбол тобуна сокку берүү техникаларына көңүл буруу менен оң жана сол бутта күч менен узакка тебүүдө оң жана сол бут натыйжалары жыйындысы 49 метр жана андан аз болсо. | **10** |
| **ЖАЛПЫ:** | | **100** |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№**  **Тапшырма** | **5-БИЛЕТ (уул балдар)** | **Балл** |
| **1** | Чуркап келип кичине (150 гр) теннис тобун узактыкка ыргытууда чуркап келип, топту кармоо, топту ыргытуу техникаларына көңүл буруу менен топту 45 метр жана андан алыс болгон аралыкка ыргыта алса. | **30** |
| Чуркап келип кичине (150 гр) теннис тобун узактыкка ыргытууда чуркап келип, топту кармоо, топту ыргытуу техникаларына көңүл буруу менен топту 40 метрден 44 метрге чейинки болгон аралыкка ыргыта алса. | **23** |
| Чуркап келип кичине (150 гр) теннис тобун узактыкка ыргытууда чуркап келип, топту кармоо, топту ыргытуу техникаларына көңүл буруу менен топту 33 метрден 39 метрге чейинки болгон аралыкка ыргыта алса. | **15** |
| Чуркап келип кичине (150 гр) теннис тобун узактыкка ыргытууда чуркап келип, топту кармоо, топту ыргытуу техникаларына көңүл буруу менен топту 32 метр жана андан кыскка болгон аралыкка ыргыта алса. | **8** |
|  | | |
| **2** | Полго таянып, баш жана денени бир тегиздикте кармап, колдорду бүгүлүү жана жазылуу техникаларына көңүл буруу менен, колдорду бүгүү жана жазууну 1 мүмкүнчүлүктө 23 жолу жана андан көп аткарышы. | **30** |
| Полго таянып, баш жана денени бир тегиздикте кармап, колдорду бүгүлүү жана жазылуу техникаларына көңүл буруу менен, колдорду бүгүү жана жазууну 1 мүмкүнчүлүктө 17 жолудан 22 жолуга чейин аткарышы. | **23** |
| Полго таянып, баш жана денени бир тегиздикте кармап, колдорду бүгүлүү жана жазылуу техникаларына көңүл буруу менен, колдорду бүгүү жана жазууну 1 мүмкүнчүлүктө 13 жолудан 16 жолуга чейин аткарышы. | **15** |
| Полго таянып, баш жана денени бир тегиздикте кармап, колдорду бүгүлүү жана жазылуу техникаларына көңүл буруу менен, колдорду бүгүү жана жазууну 1 мүмкүнчүлүктө 12 жолу жана андан аз аткарышы. | **8** |
|  | | |
| **3** | Футбол тобун «аут»тан оюнга киргизүүдө аянтка караган абалда, буттар жерден үзүлбөстөн жана сызык тышкарысында, топту эки кол менен атуу, топту баш аркасынан ыргытуу техникаларына көңүл буруу менен 1 мүмкүнчүлүктө топ 12 метр жана андан алыс алыстыкка түшсө. | **40** |
| Футбол тобун «аут»тан оюнга киргизүүдө аянтка караган абалда, буттар жерден үзүлбөстөн жана сызык тышкарысында, топту эки кол менен атуу, топту баш аркасынан ыргытуу техникаларына көңүл буруу менен 1 мүмкүнчүлүктө топ 10 же 11 метр алыстыкка түшсө. | **30** |
| Футбол тобун «аут»тан оюнга киргизүүдө аянтка караган абалда, буттар жерден үзүлбөстөн жана сызык тышкарысында, топту эки кол менен атуу, топту баш аркасынан ыргытуу техникаларына көңүл буруу менен 1 мүмкүнчүлүктө топ 8 же 9 метр алыстыкка түшсө. | **20** |
| Футбол тобун «аут»тан оюнга киргизүүдө аянтка караган абалда, буттар жерден үзүлбөстөн жана сызык тышкарысында, топту эки кол менен атуу, топту баш аркасынан ыргытуу техникаларына көңүл буруу менен 1 мүмкүнчүлүктө топ 7 метр жана андан кыска болгон алыстыкка түшсө. | **10** |
| **ЖАЛПЫ:** | | **100** |