

2025/2026 O'QUV YILI UCHUN **GANDBOL** IXTISOSLIGIDAN KASBIY (IJODIY)
IMTIHONLARINING ME'YORIY TALABLARI VA BAHOLASH MEZONLARI
(Ixtisoslik bo'yicha maksimal ball - 93 ball)

Erkaklar va ayollar uchun

1.	30 m to'pni yerga urib yugurish (soniya). Baholash mezoni - 23 ball.											
	Erkaklar						Ayollar					
	Natija	ball	Natija	ball	Natija	ball	Natija	ball	Natija	ball	Natija	ball
	4,30	23,0	4,54	14,6	4,78	6,2	4,60	23,0	4,84	14,6	5,08	6,2
	4,31	22,9	4,55	14,5	4,79	6,1	4,61	22,9	4,85	14,5	5,09	6,1
	4,32	22,8	4,56	14,4	4,80	5,0	4,62	22,8	4,86	14,4	5,10	5,0
	4,33	22,7	4,57	14,3	4,81	4,9	4,63	22,7	4,87	14,3	5,11	4,9
	4,34	22,6	4,58	14,2	4,82	4,8	4,64	22,6	4,88	14,2	5,12	4,8
	4,35	22,5	4,59	14,1	4,83	4,7	4,65	22,5	4,89	14,1	5,13	4,7
	4,36	22,4	4,60	10,0	4,84	4,6	4,66	22,4	4,90	10,0	5,14	4,6
	4,37	22,3	4,61	9,9	4,85	4,5	4,67	22,3	4,91	9,9	5,15	4,5
	4,38	22,2	4,62	9,8	4,86	4,4	4,68	22,2	4,92	9,8	5,16	4,4
	4,39	22,1	4,63	9,7	4,87	4,3	4,69	22,1	4,93	9,7	5,17	4,3
	4,40	20,0	4,64	9,6	4,88	4,2	4,70	20,0	4,94	9,6	5,18	4,2
	4,41	19,9	4,65	9,5	4,89	4,1	4,71	19,9	4,95	9,5	5,19	4,1
	4,42	19,8	4,66	9,4	4,90	3,0	4,72	19,8	4,96	9,4	5,20	3,0
	4,43	19,7	4,67	9,3	4,91	2,9	4,73	19,7	4,97	9,3	5,21	2,9
	4,44	19,6	4,68	9,2	4,92	2,8	4,74	19,6	4,98	9,2	5,22	2,8
	4,45	19,5	4,69	9,1	4,93	2,7	4,75	19,5	4,99	9,1	5,23	2,7
	4,46	19,4	4,70	7,0	4,94	2,6	4,76	19,4	5,00	7,0	5,24	2,6
	4,47	19,3	4,71	6,9	4,95	2,5	4,77	19,3	5,01	6,9	5,25	2,5
	4,48	19,2	4,72	6,8	4,96	2,4	4,78	19,2	5,02	6,8	5,26	2,4
	4,49	19,1	4,73	6,7	4,97	2,3	4,79	19,1	5,03	6,7	5,27	2,3
	4,50	15,0	4,74	6,6	4,98	2,2	4,80	15,0	5,04	6,6	5,28	2,2
	4,51	14,9	4,75	6,5	4,99	2,1	4,81	14,9	5,05	6,5	5,29	2,1
	4,52	14,8	4,76	6,4	5,00	0	4,82	14,8	5,06	6,4	5,30	0
	4,53	14,7	4,77	6,3			4,83	14,7	5,07	6,3		
2.	Yuza chiziqdan uch qadamdan so'ng, aniqlikka 5 marta to'p uzatish (marta). (Qizlar mashqni darvozabonni cheklovchi chiziq ustidan boshlaydilar) Baholash mezoni - 35 ball.								5 aniq to'p uzatish – 25 ball 4 aniq to'p uzatish – 20 ball 3 aniq to'p uzatish – 15 ball 2 aniq to'p uzatish – 10 ball 1 aniq to'p uzatish – 5 ball 0 aniq to'p uzatish – 0 ball			
	1. To'p uzatishda oyoq harakati texnikasi to'g'riligiga. 2. Uch qadamdan ortiq qadam tashlamaslik. 3. To'p uzatishda qo'l texnikasining tog'riligi. 4. To'p uzatishda tirsak yelkadan past bo'lmasligiga 5. To'p uzatish texnikasini bajarishda oyoq, qo'l harakatlarining o'zaro mutanosibligiga								2 ballgacha 2 ballgacha 2 ballgacha 2 ballgacha 2 ballgacha Texnika uchun 0 dan 10 ballgacha			

1.	Darvozaning yuqori va pastki burchaklariga 40x40 sm li nishonlar o'rnatiladi va har bir burchakdagi nishonga 24 soniya ichida 12 metrli masofadan 3 qadam qilinib, 9 metrdan to'p otish tayangan holda bajariladi. Baholash mezoni - 35 ball.	8 aniq tegsa 25 ball 7 aniq tegsa 20 ball 6 aniq tegsa 15 ball 5 aniq tegsa 10 ball 4 aniq tegsa 7 ball 3 aniq tegsa 5 ball 2 aniq tegsa 3 ball 1 aniq tegsa 0 ball
	1. To'p otishda oyoq harakati texnikasi to'g'riligiga. 2. Uch qadamdan ortiq qadam tashlamaslik. 3. To'p otishda qo'l texnikasining tog'riligi. 4. To'p otishda tirsak yelkadan past bo'lmasligiga 5. To'p otishda texnikasini bajarishda oyoq, qo'l harakatlarining mutanosibligiga	2 ballgacha 2 ballgacha 2 ballgacha 2 ballgacha 2 ballgacha Texnika uchun 0 dan 10 ballgacha

2025/2026 O'QUV YILI UCHUN **GANDBOL** IXTISOSLIGIDAN KASBIY (IJODIY)
IMTIHONLARINING ME'YORIY TALABLARI VA BAHOLASH MEZONLARI
(Jismoniy tayyorgarlik bo'yicha maksimal ball - 63 ball)

Erkaklar va ayollar uchun

1.	30 m ga yugurish (soniya) Baholash mezoni - 21 ball.											
	Erkaklar						Ayollar					
	Natija	ball	Natija	ball	Natija	ball	Natija	ball	Natija	ball	Natija	ball
	4,20	21,0	4,44	15,6	4,68	9,2	4,50	21,0	4,74	15,6	4,98	9,2
	4,21	19,9	4,45	15,5	4,69	9,1	4,51	19,9	4,75	15,5	4,99	9,1
	4,22	19,8	4,46	15,4	4,70	5,0	4,52	19,8	4,76	15,4	5,00	5,0
	4,23	19,7	4,47	15,3	4,71	4,9	4,53	19,7	4,77	15,3	5,01	4,9
	4,24	19,6	4,48	15,2	4,72	4,8	4,54	19,6	4,78	15,2	5,02	4,8
	4,25	19,5	4,49	15,1	4,73	4,7	4,55	19,5	4,79	15,1	5,03	4,7
	4,26	19,4	4,50	14,0	4,74	4,6	4,56	19,4	4,80	14,0	5,04	4,6
	4,27	19,3	4,51	13,9	4,75	4,5	4,57	19,3	4,81	13,9	5,05	4,5
	4,28	19,2	4,52	13,8	4,76	4,4	4,58	19,2	4,82	13,8	5,06	4,4
	4,29	19,1	4,53	13,7	4,77	4,3	4,59	19,1	4,83	13,7	5,07	4,3
	4,30	18,0	4,54	13,6	4,78	4,2	4,60	18,0	4,84	13,6	5,08	4,2
	4,31	17,9	4,55	13,5	4,79	4,1	4,61	17,9	4,85	13,5	5,09	4,1
	4,32	17,8	4,56	13,4	4,80	3,0	4,62	17,8	4,86	13,4	5,10	3,0
	4,33	17,7	4,57	13,3	4,81	2,9	4,63	17,7	4,87	13,3	5,11	2,9
	4,34	17,6	4,58	13,2	4,82	2,8	4,64	17,6	4,88	13,2	5,12	2,8
	4,35	17,5	4,59	13,1	4,83	2,7	4,65	17,5	4,89	13,1	5,13	2,7
	4,36	17,4	4,60	12,0	4,84	2,6	4,66	17,4	4,90	12,0	5,14	2,6
	4,37	17,3	4,61	9,9	4,85	2,5	4,67	17,3	4,91	9,9	5,15	2,5
	4,38	17,2	4,62	9,8	4,86	2,4	4,68	17,2	4,92	9,8	5,16	2,4
	4,39	17,1	4,63	9,7	4,87	2,3	4,69	17,1	4,93	9,7	5,17	2,3
	4,40	16,0	4,64	9,6	4,88	2,2	4,70	16,0	4,94	9,6	5,18	2,2
	4,41	15,9	4,65	9,5	4,89	2,1	4,71	15,9	4,95	9,5	5,19	2,1
	4,42	15,8	4,66	9,4	4,90	0	4,72	15,8	4,96	9,4	5,20	0
	4,43	15,7	4,67	9,3			4,73	15,7	4,97	9,3		
2.	Turgan joydan uch hatlab sakrash (metr). Baholash mezoni - 21 ball.						Erkaklar			Ayollar		
							8,0 – 21 ball			7,0 – 21 ball		
							7,90-7,99 – 19 ball			6,90-6,99 – 19 ball		
							7,80-7,89 – 17 ball			6,80-6,89 – 17 ball		
							7,70-7,79 – 15 ball			6,70-6,79 – 15 ball		
							7,60-7,69 – 13 ball			6,60-6,79 – 13 ball		
							7,50-7,59 – 10 ball			6,50-6,59 – 10 ball		
							7,40-7,49 – 7 ball			6,40-6,49 – 7 ball		
							7,39 – 5 ball			6,30-6,39 – 5 ball		
							7,20-7,29 – 3 ball			6,20-6,29 – 3 ball		
							7,00-7,19 – 1 ball			6,00-6,19 – 1 ball		
							0-6,99 – 0 ball			0-5,99 – 0 ball		
3.	100 metrga mokisimon yugurish (soniya). Baholash mezoni - 21 ball.						Erkaklar			Ayollar		
							22,0 – 21 ball			24,0 – 21 ball		
							22,1-22,5 – 20 ball			24,1-24,5 – 20 ball		

Dastlabki xolat: imtixon topshiruvchi darvoza yonida yuza chiziqda turib, imtixon oluvchining ishorasidan so'ng maydonning 6 metrni belgilovchi chizig'iga yugurib borib, orqaga qaytib keladi, 9 metrda eoylashgan erkin to'p tashlash chizig'iga borib orqaga qaytadi, so'ng maydonning o'rta chizig'iga borib orqaga qaytib keladi, so'ng yana 9 metrga borib qaytadi 6 metrga borib qaytib va yuza chiziqni kesib o'tib mashqni tugatadi.	22,6-23,0 – 18 ball	24,6-25,0 – 18 ball
	23,1-23,5 – 15 ball	25,1-25,5 – 15 ball
	23,6-24,0 – 10 ball	25,6-26,0 – 10 ball
	24,1-24,5 – 5 ball	26,1-26,5 – 5 ball
	24,6-25,0 – 3 ball	26,6-27,0 – 3 ball
	25,1-25,5 – 1 ball	27,1-27,5 – 1 ball

Kafedra mudiri

Imzo

F.I.Sh