O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI OLIY TA'LIM, FAN VA INNOVATSIYALAR VAZIRLIGI

NAMANGAN DAVLAT PEDAGOGIKA INSTITUTI

"Tasdiqlayman"
Namangan davlat
pedagogika instituti rektori
________ B.E Xusanov
"13" 08 2024-y

IJODIY (KASBIY) IMTIHONLAR DASTURI VA BAHOLASH MEZONI

60112200 – «Jismoniy madaniyat» *(kunduzgi va sirtqi)* **ta'lim yo'nalishi uchun**

Namangan– 2024

Dastur Namangan davlat pedagogika instituti o‘quv-uslubiy kengashida ko‘rib chiqilgan va ma’qullangan. 2024-yil _____dagi ____-sonli majlis bayoni.

Tuzuvchilar:

S.V.Azizov	- NamDPI, “Jismoniy madaniyat va sport” kafedrasi mudiri, pfn.dotsent
R.N.Ummatov	- NamDPI, “Jismoniy madaniyat va sport” kafedrasi dotsenti
SH.K.Satiyev	- NamDPI, “Jismoniy madaniyat va sport” kafedrasi katta o’qituvchisi
A.M.Izatullayev	- NamDPI, “Jismoniy madaniyat va sport” kafedrasi o’qituvchisi
D.N.Ergashaliyev	- NamDPI, “Jismoniy madaniyat va sport” kafedrasi o’qituvchisi
A.A.Mahmudjonov	- NamDPI, “Jismoniy madaniyat va sport” kafedrasi o’qituvchisi

Taqrizchilar:

N.N.Azizov	- NamDU, “Sport faolyati kafedrasi ” mudiri p.f.n., vb professor
T.U.Ismoilov	- NamDU, “Sport faolyati kafedrasi ” p.f.n., professor

Namangan davlat pedagogika instituti 60112200 – «Jismoniy madaniyat» ta'lim yo'nalishi bo'yicha kasbiy (ijodiy) imtihon o'tkazish mezoni va dasturi

Kirish

Mustaqil O'zbekiston Respublikasida aholining, ayniqsa yosh avlodning salomatligini saqlash, jismoniy madaniyat va sportni rivojlantirish masalalariga katta e`tibor berib kelinmoqda.

Mamlakatimizda mazkur soha rivojiga qaratilgan qator me'yoriy-huquqiy hujjatlar qabul qilingan va jadallikda hayotga tatbiq etib kelinmoqda. Jumladan O'zbekiston Respublikasining «Jismoniy tarbiya va sport to'g'risida»gi, «Ta'lim to'g'risida»gi qonunlari, «Kadrlar tayyorlash milliy dasturi», O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2002-yil 24-oktyabrda qabul qilingan «O'zbekiston Bolalar sportini rivojlantirish jamg'armasini tuzish to'g'risida»gi farmoni, O'zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining 1999-yil 27-maydagi 271-sonli «O'zbekistonda jismoniy tarbiya va sportni yanada rivojlantirish chora-tadbirlari to'g'risida»gi qarori, O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2017-yil 3-iyundagi PQ-3031-sonli "Jismoniy tarbiya va ommaviy sportni yanada rivojlantirish choratadbirlari to'g'risida"gi qarori, O'zbekiston Respublikasi Prezidentining «Jismoniy tarbiya va sport sohasida davlat boshqaruvi tizimini tubdan takomillashtirish chora-tadbirlari to'g'risida»gi 2018-yil 5-martdagi PF-5368-sonli farmoni, O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2018-yil 18-dekabrdagi PQ-4063-sonli "Yuqumli bo'lmagan kasalliklar profilaktikasi, sog'lom turmush tarzini qo'llabquvvatlash va aholining jismoniy faolligi darajasini oshirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi qarori, O'zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining 2019 yil 29 yanvardagi 65-sonli «O'zbekistonda sog'lom turmush tarzini keng targ'ib qilish va aholini jismoniy tarbiya va ommaviy sportga jalb etish to'g'risida»gi qarori, O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2020-yil 30-oktyabrdagi "Sog'lom turmush tarzini keng tatbiq etish va ommaviy sportni yanada rivojlantirish choratadbirlari to'g'risida" PF 6099-sonli farmoni, O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2020-yil 4-noyabrdagi "Kurash milliy sport turini rivojlantirish va uning xalqaro nufuzini yanada oshirish chora-tadbirlari to'g'risida" PQ-4881-sonli Qarori shular jumlasidandir.

60112200 – «Jismoniy madaniyat» ta'lim yo'nalishi bo'yicha kasbiy (ijodiy) imtihon dasturi umumiy o'rta va o'rta maxsus kasb-hunar ta`limi jismoniy tarbiya dasturlari asosida tuzilgan bo'lib, abituriyentlarning jismoniy mashqlarni bajarishdagi amaliy harakat ko'nikma va malakalarini darajasini aniqlash hamda baholashga mo'ljallangan.

Dasturda kasbiy (ijodiy) imtihonni o'tkazish tartibi, abituriyentlarning bilim, ko'nikma va malakalariga qo'yilgan talablar hamda ularni baholash mezonlari o'z aksini topgan.

Dasturning maqsadi va vazifalari

Dasturning asosiy maqsadi – abituriyentlarning jismoniy tarbiya fanidan egallagan bilim, ko‘nikma va malakalari (yengil atletika turlari bo‘yicha maxsus tayyorgarlik) holati darajasini belgilangan mezonlar asosida aniqlash hamda baholashdan iboratdir.

Dasturda jismoniy tarbiya fanidan kasbiy (ijodiy) imtihon jarayonida quyidagi vazifalarni amalga oshirish ko‘zda tutilgan.

Yengil atletika turlari bo‘yicha;

- 100 metrga yugurish bo‘yicha sinov-nazorat mashqini tashkil qilish va o‘tkazish;
- 1000 metrga yugurish bo‘yicha sinov-nazorat mashqini tashkil qilish va o‘tkazish.

Kasbiy (ijodiy) imtihon uchun – **156 ball** ajratilgan bo‘lib, turlar bo‘yicha ballar quyidagicha taqsimlangan:

1. 100 metrga yugurish – 78 ball
2. 1000 metrga yugurish – 78 ball

Kasbiy (ijodiy) imtihonni o‘tkazish va mashqlarni bajarish tartibi

Barcha imtihon sinovlariga abituriyentlar o‘zi bilan sport kiyimi (ust-bosh kiyim, sport poyabzali) hamda shaxsini tasdiqlovchi hujjatlarini (pasport, qabul hay`ati tomonidan berilgan tilxat va ruxsatnoma) olib kelishi va imtihon komissiyasiga taqdim etishi shart, aks holda abituriyent imtihonga qo‘yilmaydi.

Kasbiy (ijodiy) imtihon sinovlari bir kun davomida (***kuni va vaqti ko‘rsatilgan holda tasdiqlangan jadval asosida***) belgilangan muddatlarda o‘tkaziladi.

Yengil atletika turlari bo‘yicha:

100 metrga yugurish. Pastki start. Abituriyentlar ro‘yxatga ko‘ra yugurish uchun 2 kishidan ajratiladi. Ushbu mashqni bajarish uchun har bir abituriyentga bir martadan urinish beriladi. Yugurish vaqtida har bir abituriyent o‘ziga belgilangan yo‘lakdan yugurishi shart. Boshqa yo‘lakka o‘tib ketsa va yonida yugurayotgan sherigiga halaqit bersa natija hisobga olinmaydi.

1000 metrga yugurish. Yuqori start. Har bir yugurishda 6-10 nafar abituriyent qatnashadi. Start va finish chiziqlari joylari aniq belgilangan bo‘lishi shart. Masofani bosib o‘tish davomida yugurishdan yurish holatiga o‘tgan yoki yugurish yo‘lagidan chiqib ketgan abituriyentning natijasi hisobga olinmaydi.

Yengil atletika bo'yicha 100 va 1000 metrga yugurish qobiliyatini aniqlash yuzasidan kasbiy (ijodiy) imtihonning baholash M E Z O N L A R I

2. YENGIL ATLETIKA – 156 ball (Erkaklar)

№	Sinov-nazorat mashqlarini topshirish me'yorlari (erkaklar uchun)			
	100 metrga yugurish (soniya hisobida) maksimal 78 ball		1000 metrga yugurish (daqiqa va soniya hisobida) maksimal 78 ball	
	Natijalar	Ballar	Natijalar	Ballar
1.	11,49 va undan yaxshi	**78**	2,44 va undan yaxshi	**78**
2.	11,50	**77**	2,46	**77**
3.	11,55	**76**	2,48	**76**
4.	11,60	**75**	2,50	**75**
5.	11,65	**74**	2,52	**74**
6.	11,70	**73**	2,54	**73**
7.	11,75	**72**	2,56	**72**
8.	11,80	**71**	2,58	**71**
9.	11,85	**70**	3,00	**70**
10.	11,90	**69**	3,02	**69**
11.	11,95	**68**	3,04	**68**
12.	12,00	**67**	3,06	**67**
13.	12,05	**66**	3,08	**66**
14.	12,10	**65**	3,10	**65**
15.	12,15	**64**	3,12	**64**
16.	12,20	**63**	3,14	**63**
17.	12,25	**62**	3,16	**62**
18.	12,30	**61**	3,18	**61**
19.	12,35	**60**	3,20	**60**
20.	12,40	**59**	3,22	**59**
21.	12,45	**58**	3,24	**58**
22.	12,50	**57**	3,26	**57**
23.	12,55	**56**	3,28	**56**
24.	12,60	**55**	3,30	**55**
25.	12,65	**54**	3,32	**54**
26.	12,70	**53**	3,34	**53**
27.	12,75	**52**	3,36	**52**
28.	12,80	**51**	3,38	**51**
29.	12,85	**50**	3,40	**50**
30.	12,90	**49**	3,42	**49**
31.	12,95	**48**	3,44	**48**
32.	13,00	**47**	3,46	**47**
33.	13,05	**46**	3,48	**46**

34.	13,10	**45**	3,50	**45**
35.	13,15	**44**	3,52	**44**
36.	13,20	**43**	3,54	**43**
37.	13,25	**42**	3,56	**42**
38.	13,30	**41**	3,58	**41**
39.	13,35	**40**	4,00	**40**
40.	13,40	**39**	4,02	**39**
41.	13,45	**38**	4,04	**38**
42.	13,50	**37**	4,06	**37**
43.	13,55	**36**	4,08	**36**
44.	13,60	**35**	4,10	**35**
45.	13,65	**34**	4,12	**34**
46.	13,70	**33**	4,14	**33**
47.	13,75	**32**	4,16	**32**
48.	13,80	**31**	4,18	**31**
49.	13,85	**30**	4,20	**30**
50.	13,90	**29**	4,22	**29**
51.	13,95	**28**	4,24	**28**
52.	14,00	**27**	4,26	**27**
53.	14,05	**26**	4,28	**26**
54.	14,10	**25**	4,30	**25**
55.	14,15	**24**	4,32	**24**
56.	14,20	**23**	4,34	**23**
57.	14,25	**22**	4,36	**22**
58.	14,30	**21**	4,38	**21**
59.	14,35	**20**	4,40	**20**
60.	14,40	**19**	4,42	**19**
61.	14,45	**18**	4,44	**18**
62.	14,50	**17**	4,46	**17**
63.	14,55	**16**	4,48	**16**
64.	14,60	**15**	4,49	**15**
65	14,65	**14**	4,50	**14**
66	14,70	**13**	4,51	**13**
67	14,75	**12**	4,52	**12**
68	14,80	**11**	4,53	**11**
69	14,85	**10**	4,54	**10**
70	14,90	**9**	4,55	**9**
71	14,95	**8**	4,56	**8**
72	15,00	**7**	4,57	**7**
73	15,05	**6**	4,58	**6**
74	15,10	**5**	4,59	**5**
75	15,15	**4**	5,00	**4**
76	15,20	**3**	5,01	**3**
77	15,25	**2**	5,02	**2**
78	15,30	**1**	5,03	**1**
79	15,31 va undan ko‘p	**0**	5,04 va undan ko‘p	**0**

YENGIL ATLETIKA (Ayollar)

№	Sinov-nazorat mashqlarini topshirish me'yorlari (ayollar uchun)			
	100 metrga yugurish (soniya hisobida) maksimal 78 ball		1000 metrga yugurish (daqiqa va soniya hisobida) maksimal 78 ball	
	Natijalar	Ballar	Natijalar	Ballar
1.	13,49 va undan yaxshi	78	3,10 va undan yaxshi	78
2.	13,50	77	3,12	77
3.	13,55	76	3,14	76
4.	13,60	75	3,16	75
5.	13,65	74	3,18	74
6.	13,70	73	3,20	73
7.	13,75	72	3,22	72
8.	13,80	71	3,24	71
9.	13,85	70	3,26	70
10.	13,90	69	3,28	69
11.	13,95	68	3,30	68
12.	14,00	67	3,32	67
13.	14,05	66	3,34	66
14.	14,10	65	3,36	65
15.	14,15	64	3,38	64
16.	14,20	63	3,40	63
17.	14,25	62	3,42	62
18.	14,30	61	3,44	61
19.	14,35	60	3,46	60
20.	14,40	59	3,48	59
21.	14,45	58	3,50	58
22.	14,50	57	3,52	57
23.	14,55	56	3,54	56
24.	14,60	55	3,56	55
25.	14,65	54	3,58	54
26.	14,70	53	4,00	53
27.	14,75	52	4,02	52
28.	14,80	51	4,04	51
29.	14,85	50	4,06	50
30.	14,90	49	4,08	49
31.	14,95	48	4,10	48
32.	15,00	47	4,12	47
33.	15,05	46	4,14	46
34.	15,10	45	4,16	45
35.	15,15	44	4,18	44
36.	15,20	43	4,20	43

37.	15,25	**42**	4,22	**42**
38.	15,30	**41**	4,24	**41**
39.	15,35	**40**	4,26	**40**
40.	15,40	**39**	4,28	**39**
41.	15,45	**38**	4,30	**38**
42.	15,50	**37**	4,32	**37**
43.	15,55	**36**	4,34	**36**
44.	15,60	**35**	4,36	**35**
45.	15,65	**34**	4,38	**34**
46.	15,70	**33**	4,40	**33**
47.	15,75	**32**	4,42	**32**
48.	15,80	**31**	4,44	**31**
49.	15,85	**30**	4,46	**30**
50.	15,90	**29**	4,48	**29**
51.	15,95	**28**	4,50	**28**
52.	16,00	**27**	4,52	**27**
53.	16,05	**26**	4,54	**26**
54.	16,10	**25**	4,56	**25**
55.	16,15	**24**	4,58	**24**
56.	16,20	**23**	5,00	**23**
57.	16,25	**22**	5,02	**22**
58.	16,30	**21**	5,04	**21**
59.	16,35	**20**	5,06	**20**
60.	16,40	**19**	5,08	**19**
61.	16,45	**18**	5,10	**18**
62.	16,50	**17**	5,12	**17**
63.	16,55	**16**	5,14	**16**
64.	16,60	**15**	5,15	**15**
65	16,65	**14**	5,16	**14**
66	16,70	**13**	5,17	**13**
67	16,75	**12**	5,18	**12**
68	16,80	**11**	5,19	**11**
69	16,85	**10**	5,20	**10**
70	16,90	**9**	5,21	**9**
71	16,95	**8**	5,22	**8**
72	17,00	**7**	5,23	**7**
73	17,05	**6**	5,24	**6**
74	17,10	**5**	5,25	**5**
75	17,15	**4**	5,26	**4**
76	17,20	**3**	5,27	**3**
77	17,25	**2**	5,28	**2**
78	17,30	**1**	5,29	**1**
79	17,31 va undan ko‘p	**0**	5,30 va undan ko‘p	**0**

Apellyatsiya tartibi

Abituriyentlar ijodiy imtihon natijalari bo'yicha institut qabul komissiyasining apellyatsiyalar bilan ishlash hay'atiga imtihon natijalari e'lon qilingandan so'ng 24 soat davomida murojaat qilishlari mumkin. Murojaat mazmuni faqat o'zlarining to'plagan ballari yuzasidan bo'lsa qabul qilinadi.

Apellyatsiya komissiyasi a'zolari oliy ta'lim muassasasi rektori buyrug'i bilan tasdiqlanadi.