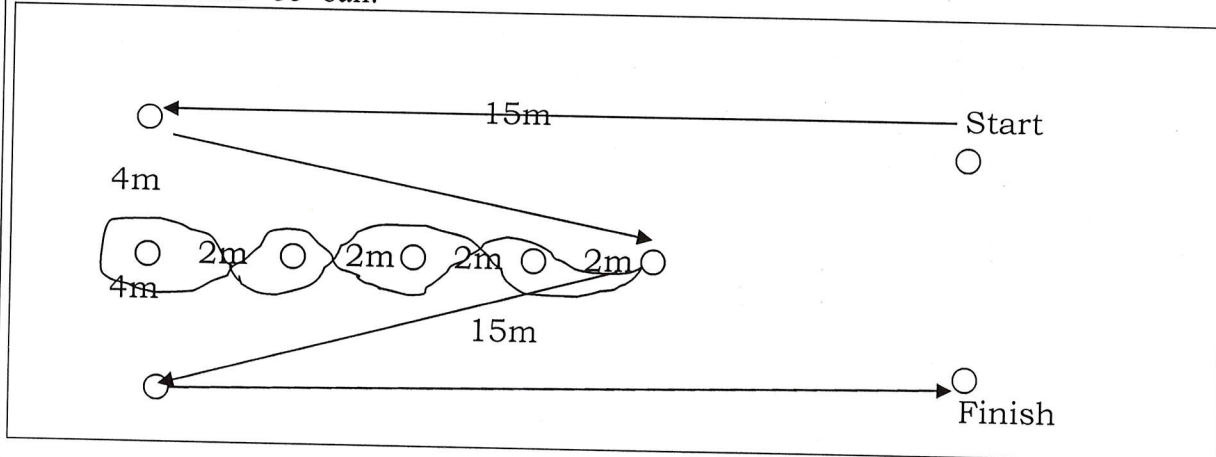


2026/2027 O'QUV YILI UCHUN **REGBI** IXTISOSLIGIDAN KASBIY (IJODIY)
IMTIHONLARINING ME'YORIY TALABLARI VA BAHOLASH MEZONLARI
(Ixtisoslik bo'yicha maksimal ball - 93 ball) (kunduzgi)

Erkaklar va ayollar uchun

3. **AGILTY - tezkorlik**

Abituriyent "Start" nuqtasida yotgan to'pni ko'taradi va "Finish" belgisiga qarab yuguradi. Vaqt to'pni ko'tarishdan to yerga teginish holatiga qadar o'lchanadi. Quyidagi rasmda ushbu nazorat me'yori uchun maydon va sportchining harakat yo'nalishi ko'rsatilgan (soniya). Baholash mezonlari - 35 ball.



Erkaklar		Ayollar	
Natija	Ball	Natija	Ball
16,50-16,55	35	18,50-18,55	35
16,56-16,60	33	18,56-18,60	33
16,61-16,65	31	18,61-18,65	31
16,66-16,70	29	18,66-18,70	29
16,71-16,75	27	18,71-18,75	27
16,76-16,80	25	18,76-18,80	25
16,81-16,85	23	18,81-18,85	23
16,86-16,90	21	18,86-18,90	21
16,91-16,95	19	18,91-18,95	19
16,96-17,00	17	18,96-19,00	17
17,01-17,05	15	19,01-19,05	15
17,06-17,10	13	19,06-19,10	13
17,11-17,15	11	19,11-19,15	11
17,16-17,20	9	19,16-19,20	9
17,21-17,25	7	19,21-19,25	7
17,26-17,30	5	19,26-19,30	5
17,31-17,35	4	19,31-19,35	4
17,36-17,40	3	19,36-19,40	3
17,41-17,45	1	19,41-19,45	1
17,46-17,50	0	19,46-19,50	0

4. Aniqlikka oyoq bilan yerdan sapchigan to'pni tepish (marta). Maydonga 15x15 metr kenglikda kvadrat chiziladi. Abituriyent 10 ta to'pni 25 metr uzoqlikdan

10 marta tushsa – 35 ball
9 marta tushsa –30 ball
8 marta tushsa –25 ball
7 marta tushsa –20 ball

	galama-gal tepib, belgilangan kvadratga tushirishi kerak. (ayollar 20 metrdan). Baholash mezoni - 35 ball .	6 marta tushsa – 15 ball 5 marta tushsa – 10 ball 4 marta tushsa - 8 ball 3 marta tushsa - 6 ball 2 marta tushsa - 4 ball 1 marta tushsa - 2 ball 0 marta tushsa - 0 ball
5.	10 metrdan sherigiga aniq to‘p uzatish (ayollar 7 metrdan). Abituriyent 10 metrdan 50x50 santimetrli nishonga ikki qo‘llab aniq to‘p uzatishi kerak (5 marotaba o‘ng tarafdin, 5 marotaba chap tarafdin). Baholash mezoni - 23 ball .	10 aniq to‘p uzatish –23 ball 9 aniq to‘p uzatish –21 ball 8 aniq to‘p uzatish –19 ball 7 aniq to‘p uzatish –17 ball 6 aniq to‘p uzatish – 15 ball 5 aniq to‘p uzatish – 10 ball 4 aniq to‘p uzatish - 8 ball 3 aniq to‘p uzatish - 6 ball 2 aniq to‘p uzatish - 4 ball 1 aniq to‘p uzatish - 2 ball 0 aniq to‘p uzatish - 0 ball

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

Erkaklar va ayollar uchun

4. 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		
5. Turgan joydan uch hatlab sakrash (metr). Baholash mezoni - 21 ball.						Erkaklar 8,0 – 21 ball 7,90-7,99 – 19 ball 7,80-7,89 – 17 ball 7,70-7,79 – 15 ball 7,60-7,69 – 13 ball 7,50-7,59 – 10 ball 7,40-7,49 – 7 ball 7,30-7,39 – 5 ball 7,20-7,29 – 3 ball 7,00-7,19 – 1 ball 0-6,99 – 0 ball			Ayollar 7,0 – 21 ball 6,90-6,99 – 19 ball 6,80-6,89 – 17 ball 6,70-6,79 – 15 ball 6,60-6,79 – 13 ball 6,50-6,59 – 10 ball 6,40-6,49 – 7 ball 6,30-6,39 – 5 ball 6,20-6,29 – 3 ball 6,00-6,19 – 1 ball 0-5,99 – 0 ball		
6. 100 metrga mokisimon yugurish (soniya). Baholash mezoni - 21 ball. Dastlabki holat: imtihon topshiruvchi start chizig'ida turadi, imtihon oluvchining ishorasidan so'ng start chizig'idan 5 metr uzoqlikda chizilgan chiziqqa yugurib borib,						Erkaklar 22,0 – 21 ball 22,1-22,5 – 20 ball 22,6-23,0 – 18 ball 23,1-23,5 – 15 ball 23,6-24,0 – 10 ball			Ayollar 24,0 – 21 ball 24,1-24,5 – 20 ball 24,6-25,0 – 18 ball 25,1-25,5 – 15 ball 25,6-26,0 – 10 ball		

orqaga qaytib keladi, so'ng 10 metrda joylashgan chiziqqa borib orqaga qaytadi, so'ng 20 metr uzoqlikdagi chiziqqa borib orqaga qaytib keladi, so'ng yana 10 metrda borib qaytadi 5 metrda borib qaytib va start chiziqni kesib o'tib mashqni tugatadi.	24,1-24,5 – 5 ball 24,6-25,0 – 3 ball 25,1-25,5 – 1 ball	26,1-26,5 – 5 ball 26,6-27,0 – 3 ball 27,1-27,5 – 1 ball
---	--	--

Kafedra mudiri


Imzo


F.I.Sh