

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

Erkaklar uchun

№	Texnik tayyorgarlik	Ballar					
		6,2-4,8	4,7-3,3	3,2-1,8	1,7-0,1	0	
1.	Parterga o'tkazishlar: Bilagini ushlab oldinga chiqib o'tirish bilan parterga o'tkazish (6,2 ball)	Yaxshi ushlagan holda va oyoqlarni harakatlantirib siljitish, to'xtovsiz tez sur'arda	Yaxshi ushlagan holda va oyoqlarni harakatlantirib siljitish. Harakatlar o'rta sur'arda	Bo'sh ushlagan holda va oyoqlarni harakatlantirib siljitish. Harakatlar o'rta sur'arda	Oyoqlar harakatidagi texnik xatolar bilan siljitish. Ushlash juda bo'sh.	Texnik harakatlar bajarilmadi	
		6,1-4,7	4,6-3,2	3,1-1,7	1,6-0,1	0	
2	Parterga o'tkazishlar: Yonidan qadam tashlab oyoqlarni ushlash (6,1 ball)	Yaxshi ushlagan holda va oyoqlarni harakatlantirib siljitish, to'xtovsiz tez sur'arda	Yaxshi ushlagan holda va oyoqlarni harakatlantirib siljitish. Harakatlar o'rta sur'arda	Bo'sh ushlagan holda va oyoqlarni harakatlantirib siljitish. Harakatlar o'rta sur'arda	Oyoqlar harakatidagi texnik xatolar bilan siljitish. Ushlash juda bo'sh.	Texnik harakatlar bajarilmadi	
		6,1-4,7	4,6-3,2	3,1-1,7	1,6-0,1	0	
3	Parterga o'tkazishlar: Bo'yinni ushlab qo'l ostidan (6,1 ball)	Yaxshi ushlagan holda va oyoqlarni harakatlantirib siljitish, to'xtovsiz tez sur'arda	Yaxshi ushlagan holda va oyoqlarni harakatlantirib siljitish. Harakatlar o'rta sur'arda	Bo'sh ushlagan holda va oyoqlarni harakatlantirib siljitish. Harakatlar o'rta sur'arda	Oyoqlar harakatidagi texnik xatolar bilan siljitish. Ushlash juda bo'sh.	Texnik harakatlar bajarilmadi	
		6,1-4,7	4,6-3,2	3,1-1,7	1,6-0,1	0	
4.	Yig'itishlar: Oyog'ini ikki qo'l bilan ushlab va yaqin oyog'ni tashqaridan ilib zarb bilan yig'itish (6,1 ball)	Yaxshi ushlagan holda tez harakat bilan to'xtamasdan, raqibning muvozanatidan foydalanib bajarildi.	Yaxshi ushlash bilan o'rta sur'arda bajarildi, raqibning muvozanatidan foydalanib bajarildi.	Bo'sh ushlash bilan o'rta sur'arda bajarildi. Raqibning muvozanatidan foydalanilmadi.	Oyoqlar harakatidagi texnik xatolar bilan siljitish. Ushlash juda bo'sh.	Texnik harakatlar bajarilmadi.	
		6,1-4,7	4,6-3,2	3,1-1,7	1,6-0,1	0	

5.	Yig'itishlar: Oyoqni ikki qo'1 bilan sho'ng'ib ushlab zarb bilan yiqitish; (6,2 ball)	6,2-4,8	4,7-3,3	3,2-1,8	1,7-0,1	0
		Yaxshi ushlagan holda tez harakat bilan to'xtamasdan, raqibning muvozanatidan foydalanib bajarildi.	Yaxshi ushlash bilan o'rtacha sur'atda bajarildi, raqibning muvozana-tidan foydalanib bajarildi.	Bo'sh ushlash bilan o'rtacha sur'atda bajarildi. Raqibning muvozana-tidan foydalanilmadi.	Oyoqlar harakatidagi texnik xatolar bilan siljitish. Ushlash juda bo'sh.	Texnik harakatlar bajarilmadi.
6.	Yig'itishlar: -Qo'1 va bo'yinni old-tepadan ushlab qayirib yiqitish; (6,1 ball)	6,1-4,7	4,6-3,2	3,1-1,7	1,6-0,1	0
		Yaxshi ushlagan holda tez harakat bilan to'xtamasdan, raqibning muvozanatidan foydalanib bajarildi.	Yaxshi ushlash bilan o'rtacha sur'atda bajarildi, raqibning muvozana-tidan foydalanib bajarildi.	Bo'sh ushlash bilan o'rtacha sur'atda bajarildi. Raqibning muvozana-tidan foydalanilmadi.	Oyoqlar harakatidagi texnik xatolar bilan siljitish. Ushlash juda bo'sh.	Texnik harakatlar bajarilmadi.
7.	Tik turgan holatdagi tashlashlar: Oyoq va belini ichkaridan ushlab ko'krakdan oshirib tashlash; (9,2 ball)	9,2-7	6,9-4,7	4,6-2,4	2,3-0,1	0
		Tashlash yaxshi ushlash bilan, yuqori sur'atda katta amplituda bilan bajarildi.	Tashlash yaxshi ushlash bilan, lekin kichik amplituda bilan bajarildi. Kurashchi harakatlari o'rtacha sur'atda.	Tashlash bo'sh ushlash va kichik amplituda bilan bajarildi. Kurashchi harakatlari o'rtacha sur'atda.	Oyoqlar harakatidagi texnik xatolar bilan siljitish. Ushlash juda bo'sh.	Texnik harakatlar bajarilmadi.
8.	Tik turgan holatdagi tashlashlar: Sho'ng'ib oyoqni ushlab egilib tashlash; (9,2 ball)	9,2-7	6,9-4,7	4,6-2,4	2,3-0,1	0
		Tashlash yaxshi ushlash bilan, yuqori sur'atda katta amplituda bilan bajarildi.	Tashlash yaxshi ushlash bilan, lekin kichik amplituda bilan bajarildi. Kurashchi harakatlari o'rtacha sur'atda.	Tashlash bo'sh ushlash va kichik amplituda bilan bajarildi. Kurashchi harakatlari o'rtacha sur'atda.	Oyoqlar harakatidagi texnik xatolar bilan siljitish. Ushlash juda bo'sh.	Texnik harakatlar bajarilmadi.
	Parterda to'ntarishlar:	4,9-3,8	3,7-2,6	2,5-1,4	1,3-0,1	0

		Tashlash yaxshi ushlash bilan, yuqori sur'atda katta amplituda bilan bajarildi..	Tashlash yaxshi ushlash bilan, lekin kichik amplituda bilan bajarildi.. Kurashchi harakatlari o'rtacha sur'atda.	Tashlash bo'sh ushlash va kichik amplituda bilan bajarildi.. Kurashchi harakatlari o'rtacha sur'atda.	Oyoqlar harakatidagtexnik xatolar bilan siljitiish. Ushlash juda bo'sh.	Texnik harakatlar bajarilmadi.
9.	Parterda to'ntarishlar: Uzoqdagi boldirni ikki qo'l bilan ushlab aylana yugurib to'ntarish; (4,9 ball)	4,9-3,8 Yaxshi ushlash bilan oyoqlarni harakatlantirib bajarildi.. Harakat to'xtovsiz aniq va tez sur'atda bajarildi.	3,7-2,6 Yaxshi ushlash bilan oyoqlarni harakatlantirgan holda bajarildi.. Harakatlar o'rtacha tezlikda.	2,5-1,4 Bo'sh ushlash bilan va oyoqlarni sust xarakatlantirgan holda bajarildi.. Kurashchi harakatlari o'rtacha sur'atda.	1,3-0,1 Oyoqlar harakatidagtexnik xatolar bilan siljitiish. Ushlash juda bo'sh.	Texnik harakatlar bajarilmadi.
		4,9-3,8 Yaxshi ushlash bilan oyoqlarni harakatlantirib bajarildi.. Harakat to'xtovsiz aniq va tez sur'atda bajarildi.	3,7-2,6 Yaxshi ushlash bilan oyoqlarni harakatlantirgan holda bajarildi.. Harakatlar o'rtacha tezlikda.	2,5-1,4 Bo'sh ushlash bilan va oyoqlarni sust xarakatlantirgan holda bajarildi.. Kurashchi harakatlari o'rtacha sur'atda.	1,3-0,1 Oyoqlar harakatidagtexnik xatolar bilan siljitiish. Ushlash juda bo'sh.	Texnik harakatlar bajarilmadi.
10.	Parterda to'ntarishlar: Yelkani kalitsmon ushlab aylana yugurib to'ntarish; (4,9 ball)	4,8-3,7 Yaxshi ushlash bilan oyoqlarni harakatlantirib bajarildi.. Harakat to'xtovsiz aniq va tez sur'atda bajarildi.	3,6-2,5 Yaxshi ushlash bilan oyoqlarni harakatlantirgan holda bajarildi.. Harakatlar o'rtacha tezlikda.	2,4-1,3 Bo'sh ushlash bilan va oyoqlarni sust xarakatlantirgan holda bajarildi.. Kurashchi harakatlari o'rtacha sur'atda.	1,2-0,1 Oyoqlar harakatidagtexnik xatolar bilan siljitiish. Ushlash juda bo'sh.	Texnik harakatlar bajarilmadi.
		4,8-3,7 Yaxshi ushlash bilan oyoqlarni harakatlantirib bajarildi.. Harakat to'xtovsiz aniq va tez sur'atda bajarildi.	3,6-2,5 Yaxshi ushlash bilan oyoqlarni harakatlantirgan holda bajarildi.. Harakatlar o'rtacha tezlikda.	2,4-1,3 Bo'sh ushlash bilan va oyoqlarni sust xarakatlantirgan holda bajarildi.. Kurashchi harakatlari o'rtacha sur'atda.	1,2-0,1 Oyoqlar harakatidagtexnik xatolar bilan siljitiish. Ushlash juda bo'sh.	Texnik harakatlar bajarilmadi.
11.	Parterda to'ntarishlar: Boldirlarni chalishitirib ushlab qayirib to'ntarish; (4,8 ball)	4,8-3,7 Yaxshi ushlash bilan oyoqlarni harakatlantirib bajarildi.. Harakat to'xtovsiz aniq va tez sur'atda bajarildi.	3,6-2,5 Yaxshi ushlash bilan oyoqlarni harakatlantirgan holda bajarildi.. Harakatlar o'rtacha tezlikda.	2,4-1,3 Bo'sh ushlash bilan va oyoqlarni sust xarakatlantirgan holda bajarildi.. Kurashchi harakatlari o'rtacha sur'atda.	1,2-0,1 Oyoqlar harakatidagtexnik xatolar bilan siljitiish. Ushlash juda bo'sh.	Texnik harakatlar bajarilmadi.
12.	Parterda to'ntarishlar:	4,8-3,7	3,6-2,5	2,4-1,3	1,2-0,1	0

	Oyoqni itib va bo'yini ushlab kerilib to'ntarish; (4,8 ball)	Yaxshi ushlash bilan oyoqlarni harakatlantirib bajarildi. Harakat to'xtovsiz aniq va tez sur'atda bajarildi	Yaxshi ushlash bilan oyoqlarni harakatlantirgan holda bajarildi. Harakatlari o'rtacha tezlikda.	Bo'sh ushlash bilan va oyoqlarni sust xarakatlantirgan holda bajarildi. Kurashchi harakatlari o'rtacha sur'atda.	Oyoqlar harakatidagi texnik xatolar bilan siljinish. Ushlash juda bo'sh.	Texnik harakatlar bajarilmadi.				
13.	Parterda tashlashlar: Belini ushlab beldan oshirib tashlash; (9,2 ball)	9,2-7	Gilamdan ko'tarib yaxshi egilgan holda va katta amplituda bilan bajarildi. Kurash harakatlari tez sur'atda.	6,9-4,7	Gilamdan ko'tarib yaxshi egilgan holda va kichik amplituda bilan bajarildi. Harakatlari o'rtacha sur'atda.	4,6-2,4	Gilamdan ko'tarilib, kam egilgan holda va kichik amplituda bilan bajarildi. Kurashchining harakatlari o'rtacha sur'atda	2,3-0,1	Gilamdan ko'tarilmay bo'sh ushlash bilan va amplitudasiz, bajarildi.	Texnik harakatlar bajarilmadi.
		Parterda tashlashlar: Belini ushlab ko'krakdan oshirib tashlash; (9,2 ball)	9,2-7	Gilamdan ko'tarib yaxshi egilgan holda va katta amplituda bilan bajarildi. Kurash harakatlari tez sur'atda.	6,9-4,7	Gilamdan ko'tarib yaxshi egilgan holda va kichik amplituda bilan bajarildi. Harakatlari o'rtacha sur'atda.	4,6-2,4	Gilamdan ko'tarilib, kam egilgan holda va kichik amplituda bilan bajarildi. Kurashchining harakatlari o'rtacha sur'atda	2,3-0,1	Gilamdan ko'tarilmay bo'sh ushlash bilan va amplitudasiz, bajarildi.
14.										

Izox: Sportchi bajargan texnik usullarning sifatiga, ushlash holatlariga, usulni bajarganda raqibning yiqilish amplitudasiga, hamda texnik usulning tugallanishlariga qarab oraliq ballar qo'yiladi. Texnik usullar oddiydan murakkabga qarab bajariladi, shundan kelib chiqib har bir notog'ri harakatlarga birinchi va ikkinchi bloklardagi usullar uchun 1,5-1,7 ballgacha, uchinchi va beshinchi bloklardagi usullar uchun 2,3 ball, to'rtinchi blokda usullar uchun 1,2-1,3 ballgacha olinadi.

* Agar ko'rsatkichlar belgilangan me'yorlar oraliq'ida bo'lsa, abituriyent hisobiga hal etiladi.

№	Texnik tayyorgarlik	Ballar					
		6,2-4,8	4,7-3,3	3,2-1,8	1,7-0,1	0	
1.	Parterga o'tkazishlar: Bilagini ushlab oldinga chiqib o'irish bilan parterga o'tkazish (6,2 ball)	Yaxshi ushlagan holda va oyoqlarni harakatlantirib siljitish, to'xtovsiz tez sur'atda	Yaxshi ushlagan holda va oyoqlarni harakatlantirib siljitish. Harakatlar o'rta sur'atda	Bo'sh ushlagan holda va oyoqlarni harakatlantirib siljitish. Harakatlar o'rta sur'atda	Oyoqlar harakatidagi texnik xatolar bilan siljitish. Ushlash juda bo'sh.	Texnik harakatlar bajarilmadi	
		Parterga o'tkazishlar: Yonidan qadam tashlab oyoqlarni ushlab (6,1 ball)	Yaxshi ushlagan holda va oyoqlarni harakatlantirib siljitish, to'xtovsiz tez sur'atda	Yaxshi ushlagan holda va oyoqlarni harakatlantirib siljitish. Harakatlar o'rta sur'atda	Bo'sh ushlagan holda va oyoqlarni harakatlantirib siljitish. Harakatlar o'rta sur'atda	Oyoqlar harakatidagi texnik xatolar bilan siljitish. Ushlash juda bo'sh.	Texnik harakatlar bajarilmadi
3.	Parterga o'tkazishlar: Bo'yinni ushlab qo'l ostidan sho'ng'ib (6,1 ball)	6,1-4,7	4,6-3,2	3,1-1,7	1,6-0,1	0	
		Yaxshi ushlagan holda va oyoqlarni harakatlantirib siljitish, to'xtovsiz tez sur'atda	Yaxshi ushlagan holda va oyoqlarni harakatlantirib siljitish. Harakatlar o'rta sur'atda	Bo'sh ushlagan holda va oyoqlarni harakatlantirib siljitish. Harakatlar o'rta sur'atda	Oyoqlar harakatidagi texnik xatolar bilan siljitish. Ushlash juda bo'sh.	Texnik harakatlar bajarilmadi	
4.	Yiqitishlar: Oyog'ini ikki qo'l bilan ushlab va yaqin oyog'ni tashqaridan ilib zarb bilan yiqitish; (6,1 ball)	6,1-4,7	4,6-3,2	3,1-1,7	1,6-0,1	0	
		Yaxshi ushlagan holda tez harakat bilan to'xtamasdan, raqibning muvozanatidan foydalanib bajarildi.	Yaxshi ushlash bilan o'rta sur'atda bajarildi, raqibning muvozanatidan foydalanib bajarildi.	Bo'sh ushlash bilan o'rta sur'atda bajarildi. Raqibning muvozanatidan foydalanilmadi.	Oyoqlar harakatidagi texnik xatolar bilan siljitish. Ushlash juda bo'sh.	Texnik harakatlar bajarilmadi.	
	Yiqitishlar:	6,2-4,8	4,7-3,3	3,2-1,8	1,7-0,1	0	

5.	Oyoqni ikki qo'l bilan sho'ng'ib ushlab zarb bilan yiqitish; (6,2 ball)	Yaxshi ushlagan holda tez harakat bilan to'xtamasdan, raqibning muvozanatidan foydalanib bajarildi.	Yaxshi ushlash bilan o'rtacha sur'atda bajarildi, raqibning muvozanatidan foydalanib bajarildi.	Bo'sh ushlash bilan o'rtacha sur'atda bajarildi. Raqibning muvozana-tidan foydalanilmadi.	Oyoqlar harakatidagi texnik xatolar bilan siljitish. Ushlash juda bo'sh. Texnik harakatlari bajarilmadi.
6.	Yiqitishlar: Qo'l va bo'yinni old-tepadan ushlab qayirib yiqitish; (6,1 ball)	6,1-4,7 Yaxshi ushlagan holda tez harakat bilan to'xtamasdan, raqibning muvozanatidan foydalanib bajarildi.	4,6-3,2 Yaxshi ushlash bilan o'rtacha sur'atda bajarildi, raqibning muvozanatidan foydalanib bajarildi.	3,1-1,7 Bo'sh ushlash bilan o'rtacha sur'atda bajarildi. Raqibning muvozanatidan foydalanilmadi.	1,6-0,1 Oyoqlar harakatidagi texnik xatolar bilan siljitish. Ushlash juda bo'sh. Texnik harakatlari bajarilmadi.
7.	Tik turgan holatdagi tashlashlar: Oyoq va belini ichkaridan ushlab ko'krakdan oshirib tashlash; (9,2 ball)	9,2-7 Tashlash yaxshi ushlash bilan, yuqori sur'atda amplituda bajarildi.	6,9-4,7 Tashlash yaxshi ushlash bilan, lekin kichik amplituda bilan bajarildi. Kurashchi harakatlari o'rtacha sur'atda.	4,6-2,4 Tashlash bo'sh ushlash va kichik amplituda bilan bajarildi. Kurashchi harakatlari o'rtacha sur'atda.	2,3-0,1 Oyoqlar harakatidagi texnik xatolar bilan siljitish. Ushlash juda bo'sh. Texnik harakatlari bajarilmadi.
8.	Tik turgan holatdagi tashlashlar: Sho'ng'ib oyoqni ushlab egilib tashlash; (9,2 ball)	9,2-7 Tashlash yaxshi ushlash bilan, yuqori sur'atda amplituda bajarildi.	6,9-4,7 Tashlash yaxshi ushlash bilan, lekin kichik amplituda bilan bajarildi. Kurashchi harakatlari o'rtacha sur'atda.	4,6-2,4 Tashlash bo'sh ushlash va kichik amplituda bilan bajarildi. Kurashchi harakatlari o'rtacha sur'atda.	2,3-0,1 Oyoqlar harakatidagi texnik xatolar bilan siljitish. Ushlash juda bo'sh. Texnik harakatlari bajarilmadi.
	Parterda to'ntarishlar:	4,9-3,8	3,7-2,6	2,5-1,4	1,3-0,1

9.	Uzoqdagi boldirmi ikki go'1 bilan ushlab aylana yugurib to'ntarish; (4,9 ball)	Yaxshi ushlash bilan oyoqlarni harakatlantirib bajarildi.. Harakat to'xtovsiz aniq va tez sur'atda bajarildi.	Yaxshi ushlash bilan oyoqlarni harakatlantirgan holda bajarildi.. Harakatlar o'rtacha tezlikda.	Bo'sh ushlash bilan va oyoqlarni sust harakatlantirgan holda bajarildi.. Kurashchi harakatlari o'rtacha sur'atda.	Oyoqlar harakatidag texnik xatolar bilan siljitish. Ushlash juda bo'sh.	Texnik harakatlar bajarilmadi.
		4,9-3,8	3,7-2,6	2,5-1,4	1,3-0,1	0
10.	Parterda to'ntarishlar: Yelkani kalitsmon ushlab aylana yugurib to'ntarish; (4,9 ball)	Yaxshi ushlash bilan oyoqlarni harakatlantirib bajarildi.. Harakat to'xtovsiz aniq va tez sur'atda bajarildi.	Yaxshi ushlash bilan oyoqlarni harakatlantirgan holda bajarildi.. Harakatlar o'rtacha tezlikda.	Bo'sh ushlash bilan va oyoqlarni sust harakatlantirgan holda bajarildi.. Kurashchi harakatlari o'rtacha sur'atda.	Oyoqlar harakatidag texnik xatolar bilan siljitish. Ushlash juda bo'sh.	Texnik harakatlar bajarilmadi.
		4,8-3,7	3,6-2,5	2,4-1,3	1,2-0,1	0
11.	Parterda to'ntarishlar: Boldirlarni chalishirib ushlab qayirib to'ntarish; (4,8 ball)	Yaxshi ushlash bilan oyoqlarni harakatlantirib bajarildi.. Harakat to'xtovsiz aniq va tez sur'atda bajarildi.	Yaxshi ushlash bilan oyoqlarni harakatlantirgan holda bajarildi.. Harakatlar o'rtacha tezlikda.	Bo'sh ushlash bilan va oyoqlarni sust harakatlantirgan holda bajarildi.. Kurashchi harakatlari o'rtacha sur'atda.	Oyoqlar harakatidag texnik xatolar bilan siljitish. Ushlash juda bo'sh.	Texnik harakatlar bajarilmadi.
		4,8-3,7	3,6-2,5	2,4-1,3	1,2-0,1	0
12.	Parterda to'ntarishlar: Oyoqni ilib va bo'yini ushlab kerilib to'ntarish; (4,8 ball)	Yaxshi ushlash bilan oyoqlarni harakatlantirib bajarildi.. Harakat to'xtovsiz aniq va tez sur'atda bajarildi.	Yaxshi ushlash bilan oyoqlarni harakatlantirgan holda bajarildi.. Harakatlar o'rtacha tezlikda.	Bo'sh ushlash bilan va oyoqlarni sust harakatlantirgan holda bajarildi.. Kurashchi harakatlari o'rtacha sur'atda.	Oyoqlar harakatidag texnik xatolar bilan siljitish. Ushlash juda bo'sh.	Texnik harakatlar bajarilmadi.
		4,8-3,7	3,6-2,5	2,4-1,3	1,2-0,1	0
13.	Parterda tashlashlar:	9,2-7	6,9-4,7	4,6-2,4	2,3-0,1	0

	Belini ushlab beldan oshirib tashlash; (9,2 ball)	Gilamdan ko'tarib yaxshi egilgan holda va katta amplituda bilan bajarildi. Kurash harakatlari tez sur'atda.	Gilamdan ko'tarib yaxshi egilgan holda va kichik amplituda bilan bajarildi. Harakatlar o'rta sur'atda.	Gilamdan bir oz ko'tarilib, kam egilgan holda va kichik amplituda bilan bajarildi. Kurashchining harakatlari o'rta sur'atda	Gilamdan ko'tarilmay bo'sh ushlab bilan va amplitudasiz, bajarildi.	Texnik harakatlar bajarilmadi.	
14.	Parterda tashlashlar: Belini ushlab ko'krakdan oshirib tashlash; (9,2 ball)	9,2-7	Gilamdan ko'tarib yaxshi egilgan holda va katta amplituda bilan bajarildi. Kurash harakatlari tez sur'atda.	Gilamdan ko'tarib yaxshi egilgan holda va kichik amplituda bilan bajarildi. Harakatlar o'rta sur'atda.	Gilamdan bir oz kam egilgan holda va kichik amplituda bilan bajarildi. Kurashchining harakatlari o'rta sur'atda	Gilamdan ko'tarilmay bo'sh ushlab bilan va amplitudasiz, bajarildi.	Texnik harakatlar bajarilmadi.
		6,9-4,7					

Izox: Sportchi bajaragan texnik usullarning sifatiga, ushlab holatlariga, usulni bajaraganda raqibning yiqilish amplitudasiga, hamda texnik usulning tugallanishlariga qarab oraliq ballar qo'yiladi. Texnik usullar oddiydan murakkabga qarab bajariladi, shundan kelib chiqib har bir notog'ri harakatlarga birinchi va ikkinchi bloklardagi usullar uchun 1,5-1,7 ballgacha, uchinchi va besinchi bloklardagi usullar uchun 2,3 ball, to'rtinchi blokda usullar uchun 1,2-1,3 ballgacha olinadi.

* Agar ko'rsatkichlar belgilangan me'yorlar oraliq'ida bo'lsa, abiturient hisobiga hal etiladi.

2026/2027 O'QUV YILI UCHUN **ERKIN KURASH** IXTISOSLIGIDAN KASBIY (UJODIY) IMTIHONLARINING ME'YORIY TALABLARI

VA BAHOLASH MEZONLARI

Jismoniy tayyorgarlik bo'yicha maksimal ball - 63 ball)

Erkaklar uchun

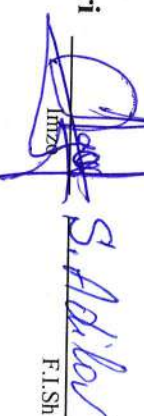
	Tik turgan holatdan ko'prik (most) holatiga tushib, aylana chopish, qo'llar qulfdak birlashtirilgan, bilaklar gilamga tegib turadi (har bir tomonga 5 marta)	21-16					15-11					10-6					5-1					0				
		Bir xil sur'atda tomonlarga chopish. Bosh bilan gilamga tayangan holatdan ko'prik va ko'prik holatidan tayanch holatiga o'tishda to'xtamay yuqori sur'atda, sakramasdan bajarish.					Tayanchdan ko'prik holatiga va ko'prikdan tayanch holatiga asosiy o'tishda bosh va bilakning dastlabki holatidan 45° dan ortiq siljitish.					Faqat bir tomonga bajarildi. Past tezlikda, bosh burilib bajarildi.					Harakatlar ahamiyatli xatolar bilan bajarildi.					Mashq bajarilmadi.				
1	Har bir noto'g'ri texnik harakat uchun olinadigan ballar	0-5					0-5					0-5					0-5					0-5				
		vazn					vazn					vazn					vazn					vazn				
2	Ko'prik holatida 8 marta boshdan oshib hatlab sakrashlar (soniya)	60	70	80	90	+90	60	70	80	90	+90	60	70	80	90	+90	60	70	80	90	+90	60	70	80	90	+90
		14	14	14,5	15	15,5	14,5	14,5	15	15,5	16	15	15	15,5	16	16,5	15,5	15,5	16	16,5	17	15,6	15,6	16,1	16,6	17,1
3	Har bir noto'g'ri texnik harakat uchun olinadigan ballar	0-5					0-5					0-5					0-5					0-5				
		vazn					vazn					vazn					vazn					vazn				
	Tik turgan holatdan ko'prik holatiga 8 marta tushish (soniya)	14	14	14,5	15	15,5	14,5	14,5	15	15,5	16	15	15	15,5	16	16,5	15,5	15,5	16	16,5	17	15,6	15,6	16,1	16,6	17,1
		0-5					0-5					0-5					0-5					0-5				

Izox: Maxsus jismoniy tayyorgarlik me'yorlarni bajarishda yo'1 qo'yilgan har bir noto'g'ri harakat uchun, (vaqt me'yori dan tashqari) 4-5 ball dan olinadi. Sportchilarning tana vazni keltirilgan vazrdan 5 kg yuqori bo'lsa (masalan: 66,67,68,69) undan keyingi vazni toifasi me'yoriy bahosi qo'yiladi. Tana vazni qancha og'ir bo'lsa belgilangan vaqt me'yorlari ham ortib boradi. Har bir noto'g'ri texnik harakat uchun 0-5 ball oralig'ida jarima ballari qo'llaniladi. *Agar ko'rsatkichlar belgilangan me'yorlar oralig'ida bo'lsa, abiyuriyent hisobiga hal etiladi

	21-16					15-11					10-6					5-1					0				
	Bir xil sur'atda tomomlarga chopish. Bosh bilan gilamga tayangan holatdan ko'prik va ko'prik holatidan tayanch holatiga o'tishda to'xtamay yuqori sur'atda, sakramasdan bajarish.					Tayanchdan ko'prik holatiga va ko'prikdan tayanch holatiga asosiy o'tishda bosh va bilakning dastlabki holatidan 45° dan ortiq siljitish.					Faqat bir tomonga bajarildi. Past tezlikda, bosh burilib bajarildi.					Harakatlar ahamiyati xatolar bilan bajarildi.					Mas'iq bajarilmadi.				
1	Tik turgan holatdan ko'prik (most) holatiga tushib, aylana chopish, qo'llar qulfddek birlashtirilgan, bilaklar gilamga tegib turadi (har bir tomonga 5 marta)																								
	Har bir noto'g'ri texnik harakat uchun olinadigan ballar																								
2	Ko'prik holatida 8 marta boshdan oshib hatlab sakrashlar (soniya)																								
	Har bir noto'g'ri texnik harakat uchun olinadigan ballar																								
3	Tik turgan holatdan ko'prik holatiga 8 marta tushish (soniya)																								
	Har bir noto'g'ri texnik harakat uchun olinadigan ballar																								

Izoh: Maxsus jismoniy tayyorgarlik me'yorlarni bajarishda yo'l qo'yilgan har bir noto'g'ri harakat uchun, (vaqt me'yoridan tashqari) 4-5 balldan olinadi. Sportchilarning tana vazni keltirilgan vazndan 5 kg yuqori bo'lsa (masalan: 66,67,68,69) undan keyingi vazn toifasi me'yoriy bahosi qo'yiladi. Tana vazni qancha og'ir bo'lsa belgilangan vaqt me'yorlari ham ortib boradi. Har bir noto'g'ri texnik harakat uchun 0-5 ball oralig'ida, jarima ballari qo'llaniladi. *Agar ko'rsatkichlar belgilangan me'yorlar oralig'ida bo'lsa, abituriyent hisobiga hal etiladi.

Kafedra mudiri


S. Abdilov
F.I.Sh