**7-sinf**

Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:1 Muallifi: S. G.Arzumanov, H.A.Meliyev

|  |
| --- |
| 1.30 metrga yugurishda “5” baho olish uchun necha soniyada yugurib o’tish kerak |
| 5,3 soniya to’g’ri javob |
| 6,3 soniya |
| 5,0 soniya |
| 5,5 soniya |
|  |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:2 Muallifi: S. G.Arzumanov, H.A.Meliyev |
|  |
| 2.Pastki start holatlari to’g’ri yozilgan qatorni ko’rsating |
| Startga, diqqat, yugur to’g’ri javob |
| Yugur, marsh |
| Diqqat, yugur,start |
| Diqqat,yugur |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:3 Muallifi: S. G.Arzumanov, H.A.Meliyev |
| 3.Baland turnikda tortilishda “5” baho olish uchun necha marta tortilish kerak bo’ladi |
| 7 marta to’g’ri javob |
| 4 marta |
| 6 marta |
| 5 marta |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:4 Muallifi: S. G.Arzumanov, H.A.Meliyev |
| 4.Futbol o’yinining asl vatani qaysi davlat |
| Angliya to’g’ri javob |
| Braziliya |
| Suriya |
| Daniya |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:5 Muallifi: S. G.Arzumanov, H.A.Meliyev |
| 5. 60 metrga yugurishda “5” baho olish uchun necha soniya yugurib o’tish kerak bo’ladi. |
| 10,5 soniya to’g’ri javob |
| 11 soniya |
| 12 soniya |
| 10 soniya |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:6 Muallifi: S. G.Arzumanov, H.A.Meliyev |
| 6. 60 metrga qaysi startdan chiqib yugurish kerak |
| Past startdan to’g’ri javob |
| O’rta startdan |
| Yuqori startdan |
| Hammasidan |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:7 Muallifi: S. G.Arzumanov, H.A.Meliyev |
| 7.Arg’amchida 1 daqiqa davomida sakrashda ”5” baho olish necha marta sakrash kerak bo’ladi. |
| 60 marta to’g’ri javob |
| 65 marta |

|  |
| --- |
| 50 marta |
| 70 marta |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:8 Muallifi: S. G.Arzumanov, H.A.Meliyev |
| 8.Basketbol o’yining asl vatani qaysi davlat |
| AQSH to’g’ri javob |

|  |
| --- |
| Kanada |

|  |  |
| --- | --- |
| Yaponiya | |
| Fransiya | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:9 Muallifi: S. G.Arzumanov, H.A.Meliyev | |
| 9. Yuqori startdan 1000 metrga yugurishda “5” baho olish uchun necha daqiqa kerak. | |
| 5,30 daqiqa to’g’ri javob | |
| 5,00 daqiqa | |
| 6,00 daqiqa | |
| 6,30 daqiqa | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:10 Muallifi: S. G.Arzumanov, H.A.Meliyev | |
| 10.Basketbol o’yinida 1 jamoada nechta o’yinchi o’ynaydi. | |
| 5 ta to’g’ri javob | |
| 6 ta | |
| 54ta | |
| 7 ta | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:11 Muallifi: S. G.Arzumanov, H.A.Meliyev | |
| 11. Calqancha yotgan holda gavdani 90º ko’tarishda 1 daqiqada 3 baho, 4 baho, 5 baho olish uchun necha marta bajarish kerak | |
| .8-13-15 marta to’g’ri javob | | |
| 10-12-14 marta | | |
| 8-9-10 marta | | |
| 12-13-14 marta | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:12 Muallifi: S. G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | |
| 12..Qo’l to’pi o’yining asl vatani qaysi davlat | |
| Daniya to’g’ri javob | |
| Germaniya | |
| Xitoy | |
| Rossiya | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:13 Muallifi: S. G.Arzumanov, H.A.Meliyev | |
| 13. 4x10 metrga maksimon yugurishda “3”,”4”,”5” baho olish uchun necha soniyada yuguriladi. | |
| 12,0 12,6 13,0 soniya to’g’ri javob |
| 10,0 11,0 12 soniya |
| 11,5 12,5 12,6 soniya |
| 11,0 11,5 12.0 soniya |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:14 Muallifi: S. G.Arzumanov, H.A.Meliyev |
| 14.Yugurib kelib”oyoqlarni bukish usuli bilan uzunlikka sakrash fazalari to’g’ri ko’rsatadigan qatorni ko’rsating | |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Yugurish,depsinish, uchish,qo’nish fazalari to’g’ri javob | | | | | |
| Depsinish, yugurish, uchish , qo’nish fazalari | | | | | |
| Yugurish, uchush,depsinish, qo’nish fazalari | | | | | |
| Qo’nish,depsinish,qo’nish, uchish fazalari | | | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:15 Muallifi: S G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | | | |
| 15.Polga tayanib qo’llarni bukish va yozishda “3” | “4” | “5” baho olish uchun necha marta bajarish kerak | | | |
| -8-10 marta | | | | | | | |
| 10-12-14 marta | | | | | | | |
| 12 -14-15 marta6 | | | | | | | |
| 7-8--9 marta | | | | | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:16 Muallifi: S. G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | | | | | |
| 16.Voleybol o’yining asl vatani qaysi davlat | | | | | |
| AQSH | | | | | |
| Argentina | | | | | |
| Braziliya | | | | | |
| Koreya | | | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:17 Muallifi: S. G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | | | |
| 17.Yugurib kelib “oyoqlarni bukish” usuli bilan uzunlikka sakrashda “3” | “4” | “5” baho olish uchun necha santimetrga sakrash kerak | | | |
| 230 sm260 sm300 sm | | | | | | |
| 440-330 sm 360 sm | | | | | | |
| 350 ,380.390 sm | | | | | | |
| 360-380-390 sm | | | | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:18 Muallifi: S G..Arzumanov, H.A.Meliyev | | | | | | |
| 18. Qo’l to’pi o’yinida 1 jamoada maydonda necha o’yinchi o’ynaydi | | | | | |
| 7 ta | | | | | |
| 6 ta | | | | | |
| 5 ta | | | | | |
| 8 ta | | | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:19 Muallifi: S. G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | | | |
| 19.Basketbol to’pining og’irligi necha gramm | | | | | |
| 600-650 gramm | | | | | |
| 400 gramm | | | | | |
| 500-400 gramm | | | | | |
| 350-450 gramm | | | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:20 Muallifi: S. G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | | | |
| 20. Turgan joyda uzunlikka sakrashda ”3” | ”4” | ”5” baho olish uchun necha santimetrga sakrash kerak | | | |
| 120-140-160 sm | | | | |
| 100-250-260 sm | | | | |
| 140-180-220 sm | | | | |
| 100-120-140 sm | | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:21 Muallifi: S. G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | | |
| 21.Voleybol o’yinida 1 jamoada maydonida necha o’yinchi o’naydi. | | | | | |
| 6 ta | | | | | |
| 4 ta | | | | | |
| 7 ta | | | | | |
| 5 ta | | | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:22 Muallifi: S. G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | | | |
| 22.yugurib kelib balandlikka sakrashda ”3” | ”4” | ”5” baho olish uchun necha santemetrga sakrash kerak | | | |
| 70-80-90 | | | |
| 60-70-80 | | | |
| 60-80-100 | | | |
| 55-66-77 | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:23 Muallifi: S. G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 23Futbol o’yinida 1 jamoada necha o’yinchi o’naydi | | | | | |
| 11 ta | | | | | |
| 9 ta | | | | | |
| 10 ta | | | | | |
| 12 ta | | | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:24 Muallifi: S. G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | | | |
| 24.Tennsi to’pini uzoqqa uloqtirishda ”3” | ”4” | ”5” baho olish ucun necha metrga uloq tirish kerak | | | |
| 23-25-27 | | |
| 22-23-24 | | |
| 18-20-23 | | |
| 24-26-28 | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:25 Muallifi: S. G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 25 .O’zbekistonlik sporchi,jahon chempioni Rustam Qosimjonov sportning qaysi turi bilan shug’ullanadi. | | | | | | | |
| Shaxmat | | | | | | | |
| Tennis | | | | | | | |
| Futbol | | | | | | | |
| Hammasi bilan shug’ullanadi | | | | | | | |
|  |
| A |  | | | | | | | |
|  | klar 2 Fan: F Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:26 Muallifi: S. G.Arzumanov, A.Meliye  oiii | | | | | | | |
|  |
| 26.Qaysi sport turiga “Sport malikasi”deb ta’rif berilgan. | | | | | | | |
| Yengil atletiga | | | | | | | |
| Gugurishga | | | | | | | |
| Voleybolga | | | | | | | |
| Gimnastika | | | | | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:27 Muallifi: S. G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | | | | | |
| 27. Pastki start holatlari ko’rsatilgan to’g’ri qatorni ko’rsating | | | | | | | |
| . Startga, Diqqat, Yugur | | | | | | | |
| Diqqat, Startga, Yugur | | | | | | | |
| Startga, Yugur, Diqqat | | | | | | | |
| Diqqat, Yugur, Startga | | | | | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:28 Muallifi: S. G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | | | | | |
| 28.30 metrga yugurishda “3” | “4” | | | “5” | | baho olish uchun necha soniyada yugurib o’tish kerak | |
| 5,5 6,0 6,8 soniya | | | | | | | | | |
| 6,0 6,5 7,0 soniya | | | | | | | | | |
| 7,0 7,3 7,8 | | | | | | | | | |
| 6,5 7.0 7,5 soniya | | | | | | | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:29 Muallifi: S. G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | | | | | | | |
| 29.Basketbol o’yini qachon qayerda kashf etilgan | | | | | | | |
| AQSHda 1891-yil | | | | | | | |
| Angliya 1860 yil | | | | | | | |
| Daniyada 1900- yil | | | | | | | |
| spaniyada 1880 yil | | | | | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:30 Muallifi: S. G Arzumanov, H.A.Meliyev | | | | | | | |
| 30.Arg’amchida 1daqiqa davomida sakrashda “3” | | “4“ | | | “5” baho olish uchun necha marta sakrash kerak bo’ladi. | | |
| 50 60 70 | | | | | | | | | | |
| 60 70 80 | | | | | | | | | | |
| 40 50 60 | | | | | | | | | | |
| 70 80 90 | | | | | | | | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:31 Muallifi: S. G Arzumanov, H.A.Meliyev | | | | | | | | | | |
|  | | | | | | | | | | |
| 31.Sport o’yinlari qaysi sport turlarini o’z ichiga oladi. | | | | | | | |
| Basketbol,Voleybol,Qo’l to’pi, Futbol | | | | | | | |
| Gimnastika,yugurish,harakatli o’yinlar | | | | | | | |
| Suzish,Sakrash | | | | | | | |
| Hamma javoblar to’g’ri | | | | | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:20 Muallifi: S. G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | | | | | |
| 32.Gardishlarni 1daqiqa davomida belda aylantirish uchun “3” | | | “4“ | | “5” bahoga necha marta aylantirsh kerak. | | |
| 40 50 55 | | | | | | | | |
| 50 60 70 | | | | | | | | |
| 40 50 60 | | | | | | | | |
| 20 30 40 | | | | | | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:33 Muallifi: S. G .Arzumanov, H.A.Meliyev | | | | | | | | |
| 33 .Yugurib kelish “oyoqlarni bukish ” usuli bilan uzunlikka sakrash necha fazadan iborat | | | | | | | |
| Fazadan | | | | | | | |
| 2 fazadan4 | | | | | | | |
| 3 fazadan | | | | | | | |
| 5 fazadan | | | | | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:34 Muallifi: S. G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | | | | | |
| 34.9.60 metrga qaysi startdan chiqib yuguriladi | | | | | | | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| past startdan | | |
| yuqori startdan | | |
| o’rta startdan | | |
| Hammasidan chiqib yuguriladi | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:35 Muallifi: S. G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | |
| 35. 60 metrga yugurishda “3” | “4“ | “5” baho olish uchun necha soniyada yugurib o’tish kerak |
| 10,8 11,3 11,8 | | | |
| 9,0 10,5 11,0 | | | |
| 10,0 10,5 11,0 | | | |
| 11,5 12,0 13,0 | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:36 Muallifi: S. G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 36. Qo’ to’pi o’yini qachon,qayerda kash etilgan | | |
| Daniya 1898-yil | | |
| Kanada 1886-yil | | |
| Meksika 1890 yil | | |
| Argentina 1866 yil | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:37 Muallifi: S. G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | |
| 37.Basketbol so’zi qaysi tildan olingan va nima degan ma’noni anglatadi. | | |
| Ingliz tilidan Savat to’p degan | | |
| Rus tilidan aylanaga to’pni tashlash | | |
| Fransuz tilidan to’pni oshir | | |
| Lotin so’z bo’lib to’pni darvozaga ot | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:38 Muallifi: S. G Arzumanov, H.A.Meliyev | | |
| 38 Yugurib kelish”oyoqlarni bukish” usuli bilan uzunlikka sakrashda “3” | “4“ | “5” baho olish necha santemetrga sakrash kerak |
| 200 230 260 | | | | |
| 150 200 250 | | | | |
| 200 300 350 | | | | |
| 220 250 300 | | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:39 Muallifi: S. G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | | |
| 39.Voleybol sport o’yinida 1 jamoada nechta o’yinchi o’ynaydi | | |
| 6 ta | | |
| 5ta | | |
| 8 ta | | |
| 7 ta | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:40 Muallifi: S. G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | |
| 40.Voleybol to’pining og’irligi necha ? | | |
| 270-280 gramm | | |
| 300 gramm | | |
| 200 gramm | | |
| 250-260 gramm | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:41 Muallifi: S. G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | |
| 41. Voleybol maydon o’chamlari uzunligi va eniga(metr) | | |
| 18x9 m | | |
| 16x8 m | | |
| 17x8 m | | |
| 20x10 m | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:42 Muallifi: S. G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | |
| 42.Voleybol so’zi qaysitildan olingan, nima degan ma’noni anglatadi | | |
| ” Uchuvchi to’p” ingliz tilidan olingan | | |
| Dumalayotgan to’p fransuz tilidan olingan | | |
| Sakrovchi to’p ispan tilidan olingan | | |
| Qochuvchi to’p Rus tilidan olingan | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:43 Muallifi: S. G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | |
| 43.Tennsi to’pini uzoqqa uloqtirishda sakrashda “3” | “4“ | “5” baho olish uchunnecha metrga uloqtirish kerak |
| 1315 18 | | |
| 12 14 15 | | |
| 11 13 16 | | |
| 14 16 18 | | |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:44 Muallifi: S. G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 44.Umumiy o’rta ta’lim maktab o’quvchilari qaysi sport o’yinlarida ishtirok etadilar | | | |
| ”Umid nihollari” | | | |
| ”Universiada” | | | |
| Barkamol avlod” | | | |
| Hammasida qatnashadilar | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:45 Muallifi: S. G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 45.Basket bol sp ort o’yinining asl vatan qaysi davlat | | | |
| AQSH | | | |
| Rossiya | | | |
| Braziliya | | | |
| Polsha | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:46 Muallifi: S. G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 46. Yugurib kelib “Oyoqlarni bukish” usuli bilan uzunlikka sakrash fazalari ko’rsatilgan to’g’ri qatorni ko’rsating | | | |
| Yugurish,depsinish,,uchush,qo’nish fazalari | | | |
| Yugurish,uchish,depsinish,qo’nish fazalari | | | |
| Depsinish,yugurish,qo’nish,depsiniswh fazalari | | | |
| Yugurish,qo’nish,uchish,depsinish jazalari | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:47 Muallifi: S. G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 47. Turgan joyda uzunlikka sakrashda sakrashda “3” | “4“ | “5” baho olish uchunnecha santemetrga sakrash kerak | |
| 100 120 140 | | |
| 100 130 140 | | |
| 100 12o 130 | | |
| 140 100 130 | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:48 Muallifi: S. G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | |
| 48.Shashka so’zi qanday ma’noni anglatadi | | | |
| Naqshtosh | | | |
| Sakrab olish | | | |
| Beshtosh | | | |
| Tosh olish | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:49 Muallifi: S. G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 49.Umumiy o’rta ta’lim maktab o’quvchilari qaysi sport o’yinlarida ishtirok etadilar | | | |
| ”Umid nihollari” | “4“ | “5” baho olish uchun necha marta tortilish kerak | |
| ”Universiada” | | | | | |
| Barkamol avlod” | | | | | |
| Hammasida qatnashadilar | | | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:50 Muallifi: S. G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | | | |
| 50.Basket bol sp ort o’yinining asl vatan qaysi davlat | | | |
| AQSH | | | |
| Rossiya | | | |
| Braziliya | | | |
| Polsha | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:51 Muallifi: S. G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 51.Basket bol sp ort o’yinining asl vatan qaysi davlat | | | |
| AQSH | | | |
| Rossiya | | | |
| Braziliya | | | |
| Polsha | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:52 Muallifi: S. G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 52. Yugurib kelib “Oyoqlarni bukish” usuli bilan uzunlikka sakrash fazalari ko’rsatilgan to’g’ri qatorni ko’rsating | | | |
| Yugurish,depsinish,,uchush,qo’nish fazalari | | | |
| Yugurish,uchish,depsinish,qo’nish fazalari | | | |
| Depsinish,yugurish,qo’nish,depsiniswh fazalari | | | |
| Yugurish,qo’nish,uchish,depsinish jazalari | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:1 Muallifi: S. G Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 1. 60 metrga yugurishda “3” | “4“ | “5” baho olish uchun necha sekund kerak bo’ladi | |
| 10,3 10,8 11,3 | | | | |
| 9,8 10,2 10,5 | | | | |
| 10,5 11,0 12 | | | | |
| 11,0 12 13,0 | | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:2 Muallifi: S. G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | | |
| 2 .Futbol” so’zi qaysi tildan olingan va nima degan ma’noni anglatadi. | | | |
| Ingliz tilidan olingan “oyoq” “to’p” | | | |
| Ispan tilidan olingan“to’p o’ynayman” | | | |
| Rus tilidan olingan “to’p oshirish” | | | |
| Fransuz tilidan olingan “to’p tepish” | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:3 Muallifi: S. G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 3 .Polga qo’l bilan tayanib, qo’llarni bukish va yozishda “5” baho olish uchun necha marta bajarish kerak | | | |
| 11 marta | | | |
| 14 marta | | | |
| 12 marta | | | |
| 13 marta | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:4 Muallifi: S. G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 4. Voleybol o’yinida 1 jamoada nechta o’yinchi maydonda o’ynaydi | | | |
| 6 ta | | | |
| 7 ta | | | |
| 5ta | | | |
| 8 ta | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:5 Muallifi: S. G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 5.Yugurib kelib ”oyoq bukish” usuli bilan uzunlikka sakrash fazalarini ko’rsating | | | |
| Yugurish,depsinish,uchish va qo’nish fazalari | | | |
| Yugurish,uchish,depsinish va qo’nish fazalari | | | |
| Yugurish,depsinish,qo’nish va uchish fazalari | | | |
| Hamma javoblar to’g’ri | | | |
|  | | | |

Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:6 Muallifi: S. G.Arzumanov, H.A.Meliyev

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 6 .Basketbol maydonining o’lchamlari,bo’yiga va eniga (metr) | | |
| 28x15 m | | |
| 16x8 m | | |
| 24x12 m | | |
| 14x12 m | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:7 Muallifi: S. G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | |
| 7.O’yindan tashqari” holat qaysi sport turida qo’llaniladi | | |
| Futbol | | |
| Tennis | | |
| Basketbol | | |
| Voleybol | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:8 Muallifi: S. G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | |
| 8. Voleybol maydonining o’lchamlari bo’yiga va eniga (metr) | | |
| 18x9 m | | |
| 14x8 m | | |
| 16x8 m | | |
| 10x8 m | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:9 Muallifi: S. G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | |
| 9.Gandbol so’zi qaysi tildan olingan va nima degan ma’noni anglatadi. | | |
| Ingliz tilidan olingan “Qo’l ” “to’p” | | |
| Xitoy tilidan olingan “To’pni uloqtirish” | | |
| Meksika tilidan olingan “To’p darvozada” | | |
| Braziliya tilidan olingan “To’p menga” | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:20 Muallifi: S. G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | |
| 10.Gandbol o’yinida 1 jamoada necha o’yinchi maydonda o’ynaydi. | | |
| 7 ta | | |
| 8 ta | | |
| 6 ta | | |
| 5 ta | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:11 Muallifi: S. G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | |
| 11.Futbol o’yinining asl vatani qaysi davlat | | |
| Angliya | | |
| Braziliya | | |
| Koreya | | |
| Argentina | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:12 Muallifi: S. G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | |
| 12.Yugurib kelib “oyoq bukish” usulida uzunlikka sakrashda “3” | “4“ | “5” baho olish uchun necha santemetr kerak bo’ladi. |
| 250-300-330sm | | |
| 200-250-280sm | | |
| 250-280-300sm | | |
| 280-300-350sm | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:13 Muallifi: S. G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | |
| 13.O’zbekistonlik mashhur sportchi Rishod Sobirov qaysi sport turi bilan shug’ullangan va mashhurlikka erishgan | | |
| ”Dzyudo” | | |
| ”Karate” | | |
| Futbol | | |
| Erkin kurash | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:14 Muallifi: S. G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | |
| 14.Basketbol to’pining og’irligi necha gramm | | |
| 400-450 gr | | |
| 300-400 gr | | |
| 700-800 gr | | |
| 600-650 gr | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:15 Muallifi: S. G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | |
| 15.Yuqori startdan 1000 metrga yugurishda ”5” baho olish uchun necha daqiqa va sekund kerak bo’ladi. | | |
| ,20 min sek | | |
| 5,30 min sek4 | | |
| 4,00 min ek | | |
| 6,00 min sek | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:16 Muallifi: S. G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | |
| 16.7 metrli jarima to’pi qaysi sport turida qo’llaniladi. | | |
| Qo’l to’pida | | |
| Futbolda | | |
| Voleybolda | | |
| Basketbolda | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:17Muallifi: S. G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | |
| 17. Tennis to’pini uloqtirishda “3” | “4“ | “5” baho olish uchun necha metrga uloqtirish kerak |
| 22-30-35 m | | |
| 18-25-30 m | | |
| 24-28-33 m | | |
| 16-22-28 m | | |
|  | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:18 Muallifi: S. G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | |
| 18.Basketbol sport o’yinida savatga tashlangan har bir to’p necha ochko hisoblanadi.To’g’ri javobni ko’rsating | | |
| 1-2-3 | | |
| 3-42 | | |
| 1-2 | | |
| 2-4-3 | | |
|  | | |
|  | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:19 Muallifi: S. G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | |
| 19.O’zbekistonda futbol kamandasi qachon va qayerda yashkil qilingan | | |
| 1912 yil Qo’qonda | | |
| 1900 yil Navoiyda | | |
| 1924 yil Toshkentda | | |
| 1950 yil Namanganda | | |
|  | | |
|  | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:20 Muallifi: S. G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | |
| 20.Basketbol sport o’yinida “Bahs” to’pi qaysi paytlarda beriladi | | |
| Jamoalardagi o’yinchilar to’pni mahkam ushlab,talashib tortishib qolganda | | |
| To’pni olib yugurganda | | |
| O’yinchini turtib yuborganda | | |
| To’pni oyoq bilan o’ynaganda | | |
|  | | |
|  | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:21 Muallifi: S. G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | |
| 21.Arq’imchida 1 daqiqa davomida sakrashda “3” | “4“ | “5” baho olish uchun necha marta sakrash kerak |
| 50-60-70 marta | | |
| 40-50-70 marta | | |
| 55-65-75 marta | | |
| 60-70-80 marta | | |
|  | | |
|  | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:22 Muallifi: S. G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | |
| 22.Qo’l to’pi maydonining o’lchamlari uzunligi va eniga | | |
| 40x20 m | | |
| 18x10 m | | |
| 30x15 m | | |
| 24x12 m | | |

Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:23 Muallifi: S. G .Arzumanov, H.A.Meliyev

|  |
| --- |
| 23.O’zbekistonda qanday kurash turlari bor |
| Farg’onacha ”Belbog’li” kurash va Buxorocha kurash |
| Namangancha kurash |
| Toshkentcha kurash |
| Surrxoncha kurash |

Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:24 Muallifi: S. G.Arzumanov, H.A.Meliyev

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 24Pastki start holatlari to’g’ri ko’rsatilgan qatorni aniqlang | | | |
| Startga,diqqat,yugur | | | |
| Startga,yugur,diqqat | | | |
| Diqqat,startga,yugur | | | |
| Hamma jaqvoblar to’g’ri | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:25 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 25Qo’l to’pi o’yinida 1 jamoada maydonda nechta o’yinchi o’ynaydi | | | |
| 7 ta | | | |
| 5 ta | | | |
| 6 ta | | | |
| 11 ta | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:26 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 26Tennis to’pini uloqtirishda“3” | “4“ | “5” baho olish uchun necha metrga uloqtirish kerak | |
| 16 -19-22 m | | | |
| 24-26-28 m | | | |
| 25-27-29 m | | | |
| 15-18-23 m | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:27 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 27.Voleybol o’yinida bir jamoa nechta ochko to’plagunicha davom etadi. 1 partiya | | | |
| 25 | | | |
| 20 | | | |
| 23 | | | |
| 27 | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:28 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 28Yugurib kelib “oyoq bukish” usuli uzunlikka sakrashda “5” baho olish uchun necha santimetr uzunlikka sakrash kerak | | | |
| 300 sm | | | |
| 280 sm | | | |
| 350 sm | | | |
| 330 sm | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:29 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 29Gimnastika so’zi to’g’ri ta’riflangan qatorni toping | | | |
| ”Gimnastika” yunoncha so’zdan kelib chiqqan bo’lib yolong’och degan ma’noni anglatadi | | | |
| ”Gimnastika ” arqonga tirmashib chiqish | | | |
| ”Gimnastika” ruscha so’zdan kelib chiqqan bo’lib yolongi’och degan ma’noni anglatadi. | | | |
| Hamma javob to’g’ri | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:30 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 30.60 metrga yugurishda “5” baho olish uchun necha soniya yugurib o’tish kerak | | | |
| 10,5 soniya | | | |
| 9,7 soniya | | | |
| 11,0 soniya | | | |
| 10,8 soniya | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:31 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 31.Qiz bolalar uchun Gandbol to’pining o’g’irligi necha gramm | | | |
| 250-280 gr | | | |
| 300-350 gr | | | |
| 200-300 gr | | | |
| 260-270 gr | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:32 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 32Basketbol o’yinida jarimadan savatga tashlangan har bir to’p nechta ochko hisoblanadi. | | | |
| 1ta | | | |
| 2 ta | | | |
| 3ta | | | |
| 1ta | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:33 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 33.Yugurib kelib uzunlikka va balandlikka sakrash nechta fzada bajariladi | | | |
| 4ta | | | |
| 2 ta | | | |
| 3 ta | | | |
| 1 ta | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi34 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 34.Qisqa masofalarga yugurish qaysi startdan chiqib yuguriladi. | | | |
| pastkii start | | | |
| o’rta start | | | |
| yuqori start | | | |
| Hamma javoblar to’g’ri | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:35 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 35.Arg’imchida 1 daqiqagacha sakirashda “3” | “4“ | “5” baho olish uchun necha marta sakrash kerak | |
| 55-65-75 marta | | | |
| 40-50-65 marta | | | |
| 60-70-80 marta | | | |
| 65-75-85 marta | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:36 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 36.Qaysi sport turiga “sport malikasi” deb ta’rif berilgan | | | |
| yengil atletika | | | |
| Yugurishga | | | |
| Gimnastika | | | |
| Sakrash | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:37 Muallifi: S.GArzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 37.Basketbol maydonining o’lchamlari bo’yi va eni | | | |
| 28x15 m | | | |
| 20x10 m | | | |
| 18x9 m | | | |
| 14x22 m | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:38 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 38.Yuqori startdan 1000 metrga yugurishda ”5” baho olish uchun necha daqiqa, soniya kerak bo’ladi | | | |
| 5,30 | | | |
| 5,00 | | | |
| 5,40 | | | |
| 6,00 | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:39 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 39.Voleybol maydonining o’chamlari bo’yiga va eniga | | | |
| 6x8 m | | | |
| 12x7 m | | | |
| 18x9 m | | | |
| 4x7 m | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:40 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 40.Voleybol o’yini qachon, qayerda kashf etilgan | | | |
| 1895 yil AQSH | | | |
| 1866 yil Rossiyada | | | |
| 1860 yil Daniya | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:41 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 41.Voleybol to’pining og’irligi necha gramm | | | |
| 290300 gr | | | |
| 250260 gr | | | |
| 270-280 gr | | | |
| 230-250 gr | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:42 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 42.Qo’l to’pi qachon qayerda kashf qilingan. | | | |
| 1898-yil Daniyada | | |
| 2000 yil – Yaponiyada | | |
| 1820 -yil Avstraliyada | | |
| 1890- yil Angliya | | |

Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:43 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 43.Gardishni belda 1 daqiqa aylantirshda 3” | “4“ | | “5” baho olish uchun necha marta aylantirish kerak |
| 45-50-60 marta | | | |
| 50-60-70 marta | | | |
| 30-40-50 marta | | | |
| 40-55-65 marta | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:44 Muallifi: S.Gg.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 44.Qo’l to’pi maydonining o’lchamlari bo’yiga va eniga | | | |
| 40x20 m | | | |
| 15x8 m | | | |
| 18x30 m | | | |
| 30x15 m | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:45 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 45.Basketbol to’pining og’irligi necha gramm | | | |
| 600-650 gr | | | |
| 300-400 gr | | | |
| 350-400 gr | | | |
| 450-500 gr | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:46 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 46.Jismoniy tarbiya darslarida Ritmik gimnastika mashiqlar majmuasi qanday holatda bajariladi. | | | |
| mashiqlar turgan holatda bajariladi | | | |
| mashqlar o’tirgan holatida bajariladi | | | |
| mashiqlar yurgan holatda bajariladi | | | |
| A-B-S javoblar to’g’ri | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:47 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 47.Yugurishda | | Qisqa masofalarga qaysi yugurish masofalari kiradi | |
| 100 200 400metr masofalar | | | | |
| 400 600 800metr masofalar | | | | |
| 30 60 100 150 metr masofalar60 | | | | |
| 30 60 metr masofalar | | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:48 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | | |
| 48.Yengil atletika: Atletika | | qanday ma’noni anglatadi | |
| ."Atletika " grekcha so’z bo’lib "Kurash" "mashiq " degan ma’noni anglatadi | | | |
| " Atletika " ingliz tilida olingan bo’lib" Yuguraman " degan ma’noni anglatiladi | | | |
| "Atletika" " Kuchlilar" degan ma’noni anglatadi | | | |
| “ Atletika “ Rus tilidan olingan bo’lib mashq degan ma’noni anglatadi. | | | |

Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:49 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 49”Futbol” qaysi so’zdan olingan nima degan ma’noni anglatadi. | | | |
| Ingliz tilidan olingan“Oyoq” “to’p” | | | |
| Fransuz tilidan lingan“To’p tepish” | | | |
| Lotin tilidan olingan“To’pga zarba berish” | | | |
| Rus tilidanolingan “To’pga zarba” | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:50 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 50.Baland turnikda tortilishda “5” ba olish uchun necha marta tortilish kerak bo’ladi | | | |
| 6 ta | | | |
| 5 ta | | | |
| 8 ta | | | |
| 9 ta | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:1 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 1. 4x10 metrga maksimon yugurishda ”5” baho olish uchun necha soniya yugurib o’tish kerak | | | |
| 10,5 soniya | | | |
| 9,8 soniya | | | |
| 11,0 soniya | | | |
| 12,0 soniya | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:2 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 2Futbol o’yini qayerda kashf etilgan | | | |
| 1863 yil Angliyada | | | |
| 1890 yil Germaniya | | | |
| 1876 yil Shvessiyada | | | |
| 1860 yil Braziliyada | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:3 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 3.Chalqancha yotgan holda 1 daqiqagacha 90º gavdani ko’tarishda “5” baho olish uchun necha marta bajarish kerak | | | |
| 20 marta | | | |
| 22 marta | | | |
| 18 marta | | | |
| 21 marta | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:4 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 4.O’zbekistonga nechanchi yilda futbol o’yini kirib kelgan | | | |
| 1936 yilda | | | |
| 1912 yilda | | | |
| 1950 yilda | | | |
| 1956 yilda | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:5 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 5.Futbol maydoni o’lchamlari eniga va bo’yiga | | | |
| 45x90 m 69x 110 m | | | |
| 50x100 m 60x105 m | | | |
| 55-100 m 60x120 m | | | |
| 40x80 m | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:6 Muallifi: S.T.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 6.Polda qo’llarga tayanib, qo’llarni bukish va yozishda “5” baho olish uchun necha marta bajarish kerak | | | |
| 18 marta | | | |
| 20 marta | | | |
| 16 marta | | | |
| 22 marta | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:7 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 7.Futbol o’yini darvozasining balandligi va eniga necha santimetr | | | |
| 244 sm balandligi eniga 732 sm | | | |
| 260 sm balandligi eniga 600 sm | | | |
| 250 sm balandligi eniga 700 sm | | | |
| Hamma javob to’g’ri | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:8 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 8 . 60 metrga qaysi startdan chiqib yuguriladi. | | | |
| Pastki startdan | | | |
| yuqori startdan | | | |
| O’rta startdan | | | |
| Hamma javoblar to’g’ri | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:9 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 9. Jahon chempioni ”O’zbekiston iftixori” unvoni sohibi O’zbekiston terma jamoa a’zosi Rishod Sobirov chempion bo’lgan sport turi | | | |
| Dzyudo | | | |
| Belbog’li kurash | | | |
| Futbol | | | |
| Erkin kurash | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:10 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 10 60 metrga yugurishda”5” baho olish uchun necha soniya kerak bo’ladi | | | |
| 10,0 soniya | | | |
| 9,5 soniya | | | |
| 11,0 soniya | | | |
| 12,0 soniya | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:11 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 11.Futbolda nima uchun 11 metrli jarima to’pi belgilanadi | | | |
| qilsa Raqibini o’z jarima maydonchasida turtib yiqitsa | | | |
| Raqibini haqorat qilsa | | | |
| Raqibiga nisbatan qo’pollik | | | |
| Raqib maydonchasida raqibi bilan tortishsa | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:12 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 12Yugurib kelib uzunlikka sakrashda “5” baho olish uchun necha santimetr uzunlikka sakrash kerak | | | |
| 340 sm | | | |
| 315 sm | | | |
| 360 sm | | | |
| 320 sm | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:13 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 13.Qanday kurash turlarini bilasiz, o’zbek milliy kurash turlari qaysilar | | | |
| Belbog’li kurash ,kurah | | | |
| Yunon-rum kurashi Sambo | | | |
| Erkin kurash | | | |
| Karate, Dzyudo | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:14 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 14 1000 metrga yugurishda ”5” baho olish uchun necha daqiqa kerak bo’ladi. | | | |
| ,10 daqiqa | | | |
| 5,20 daqiqa4 | | | |
| 5,00 daqiqa | | | |
| 4,00 daqiqa | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:15 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 15 Voleybol so’zi qaysi tildan olingan nima degan ma’noni bildiradi | | | |
| ingliz tilidan oingan uchuvchi to’p | | | |
| Lotincha tildan olingan to’p to’rda | | | |
| Fransuz tilidan olingan qochar to’p | | | |
| Hamma javoblar to’g’ri | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:16 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 16.Tennis to’pini uloqtirishda “3” | “4“ | | “5” baho olish uchun necha metrga uloqtirish kerak |
| 213036 m | | | |
| 162430 m | | | |
| 243038 m | | | |
| 202528 m | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:17 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 17.Voleybol o’yini qachon va qayerda kashf etilgan | | | |
| 1880 yil Hindistonda | | | |
| 1865 yil Kubada | | | |
| 1895 yilda AQSHda | | | |
| 1890 yil Germaniya | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:18 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 18.Yugurib kelib balandlikka sakrashda “5” baho olish uchun necha santimetr balanglikka kerak | | | |
| 105 sm | | | |
| 9017 | | | |
| 110 sm | | | |
| 100 sm | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:19 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 19 Qo’l to’pi o’yinida 1 jamoada nechta o’yinchi maydonda o’ynaydi. | | | |
| 7 ta | | | |
| 5 ta | | | |
| 8 ta | | | |
| 6 ta | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:20 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 20Futbol bo’yicha 12 | | Osiyo chempioni qaysi davlat | |
| O’zbekiston | | | |
| Yaponiya | | | |
| Eron | | | |
| Xitoy | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:21 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 21.O’quvchilar sport jamiyati qanday nomlanadi | | | |
| Yoshlik | | | |
| Zaynob va Omon | | | |
| Paxtakor | | | |
| Alpomosh va Barchinoy | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:22 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 22Basketbol maydonining o’chamlari eniga va bo’yiga necha metr | | | |
| 15x28 | | | |
| 10x2 | | | |
| 12x22 | | | |
| 12x24 m | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:23Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 23Basketbol o’yinida nechta o’yinchi maydonda o’ynaydi | | | |
| 5 ta | | | |
| 6 ta | | | |
| 8 ta | | | |
| 7 ta | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:24 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 24.Umid nihollari sport musoboqalariga sportning nechta turi kiritilgan | | | |
| 15 ta | | | |
| 10 ta | | | |
| 13 ta | | | |
| 12 ta | | | |
|  | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:25 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
|  | | | |
| 25.Qisqa masofalarga yugurishda qaysi startdan chiqib yuguriladi. | | | |
| Pastki start | | | |
| Yuqori start | | | |
| O’rta start | | | |
| Startga turilmaydi | | | |
|  | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:26 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
|  | | | |
| 26.Chalqanchi yotgan holda 1 daqiqada 90º gavdani ko’tarishda “5” baho olish uchun necha marta bajarish kerak | | | |
| 13 marta | | | |
| 12 marta | | | |
| 14 marta | | | |
| 15 marta | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:27 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 27.Yugurib kelib “oyoq bukish” usuli bilan uzunlikka sakrashning boshlang’ich fazasini ko’rsating | | | |
| Yugurish | | | |
| Depsinish | | | |
| Qonish | | | |
| uchish | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:28 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
|  | | | |
|  | | | |
| 28.60 metrga yugurishda “5” baho olish uchun necha soniya kerak bo’ladi | | | |
| 10,3 soniya | | | |
| 9,8soniya | | | |
| 11,0 soniya | | | |
| 10,5 soniya | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:29 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 29.O’zbek Milliy kurash sport turi bilan kimlar shug’ullanadi. | | | |
| 11 -12 yoshdan boshlab o’g’il va qiz bolalar | | | |
| Qiz bolalar | | | |
| katta yoshlIlar | | | |
| O’g’il bolalar11 | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:30 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 30.Yuguri kelib “oyoq bukish” usulida uzunlikka sakrash nechta fazadan iborat | | | |
| 4 ta | | | |
| 2 ta | | | |
| 5 ta | | | |
| 3 ta | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:31 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 31To’pni uloqtirishda 3” | “4“ | | “5” baho olish uchun necha metrga uloqtirish kerak |
| 15 | 18 | | 23 metr |
| 10 | 16 | | 20 metr |
| 13 | 16 | | 22 metr |
| 12 | 18 | | 25 metr |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:32 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 32.Qo’l to’pi sport o’yinida 1 jamoada nechta o’yinchi moydonda o’ynaydi | | | |
| 7 ta | | | |
| 8 ta | | | |
| 5 ta | | | |
| 10 ta | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi33 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 33Yugurib kelib balandlikka sakrashda ”5” baho olish uchun necha santimetr kerak | | | |
| 95 sm | | | |
| 90 sm | | | |
| 85 sm. | | | |
| 70 sm | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:34 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 34Basketbolo’yinida o’yinchi nechta ogohlantirishdan “fol”olgandan so’ng maydondan chetlatiladi. | | | |
| 5 ta | | | |
| 2 ta | | | |
| 3 ta | | | |
| 9 ta | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:35 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 35Basketbol o’yinida 1 jamoada nechta o’yinchi maydonda o’ynaydi | | | |
| 5 ta | | | |
| 7ta | | | |
| 6 ta | | | |
| 8 ta | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:36 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 36 Stol tennisi sport o’yinida nechta o’yinchi o’ynashi mumkin 1jamoada 1 vaqtda | | | |
| 12 ta | | | |
| 1 ta | | | |
| 4 ta | | | |
| 3 ta | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:37 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 37.Yugurib kelib ”oyo bukish”usuli bilan uzunlikka sakrashda ”5” baho olish uchun necha santimetrga sakrash kerak bo’ladi | | | |
| 300 sm | | | |
| 310 sm | | | |
| 340 sm | | | |
| 350 sm | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:38 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 38Voleybol o’yinida 1 jamoada nechta o’yinchi o’ynaydi | | | |
| 6 ta | | | |
| 5 ta | | | |
| 4 ta | | | |
| 7 ta | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:39 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 39Yuqori startdan 1000 metrga yugurishda ”5” baho olish uchun necha daqiqa soniya kerak bo’ladi | | | |
| 5,40 daqiqa | | | |
| 6,00 daqiqa | | | |
| 5,00 daqiqa | | | |
| 6,10 daqiqa | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:40 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 40Qaysi sport turiga ”Sport malikasi” degan ta’rif berilgan | | | |
| Yengil atletika | | | |
| Basketbolga | | | |
| Gimnastikaga | | | |
| Voleybolga | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:41 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 41Gardishni 1 daqiqagacha belda aylantirishda ”5” baho olish uchun necha marta aylantirsh kerak bo’ladi | | | |
| 65 marta | | | |
| 70 marta | | | |
| 60 marta | | | |
| 80 marta | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:42 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 42Voleybol o’yini qachon qayerda kashf etilgan | | | |
| 1895 yil AQSH | | | |
| 1880 yil Braziliya | | | |
| 1920 yil Argentina | | | |
| 900 yil Kanada | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:43 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 43. 9 metrli jarima to’pi qaysi sport turida qo’llaniladi | | | |
| Qo’l to’pida | | | |
| Voleybolda | | | |
| Futbolda | | | |
| Basketbolda | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:44 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 44.Qo’l to’pi darvozasining o’lchamlari balandligi va eniga (metr) | | | |
| 2x3 metr | | | |
| 3x4 metr | | | |
| 2x4 metr | | | |
| 3x3 metr | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:45 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 45.Shaxmatdagi eng oliy unvon. | | | |
| Grassmeyster | | | |
| Sport ustzsi | | | |
| ”O’zbekiston iftixori” | | | |
| Hamma javoblar to’g’ri | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:46 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 46.O’zbekiston Respublikasida “Umid nihollari” sport musoboqalariga qaysi yoshdagi sportchilar ishtirok etadilar. | | | |
| Umumiy o’rta ta’lim maktab yoshlari | | | |
| maktabgacha ta’lim olayotgan yoshlari | | | |
| kasb-hunar koleji talabalari uchun | | | |
| Hamma javoblar to’g’ri | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:47 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 47Basketbol o’yinida 1 taym qancha vaqt davom etadi | | | |
| 10 minut | | | |
| 8 minut | | | |
| 15 minut | | | |
| 20 minut | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:48 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 48Jahon chempioni ”O’zbekiston iftixori” faxriy unvoni va “Shuhrat medali” sohibi O’zbekiston terma jamoasi a’zosi Iroda To’lagonova chempion bo’lgan sport turi | | | |
| Katta tennis | | | |
| Yengil atletika | | | |
| SHaxmat | | | |
| Stol tennis | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:49 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 49Umid nihollari” sport musoboqasi kimlar ishtirok etadi | | | |
| Umumiy o’rta ta’lim maktab yoshdagi o’quvchilar | | | |
| Kasb-hunar kolleji talabasi | | | |
| Lissey va internat iqtidorli maktab o’quvchilar | | | |
| Maxsus maktab o’quvchilar | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:50 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 50.Basketbol o’yini qachon qayerda kashf etilgan | | | |
| 1891 yil AQSH | | | |
| 1910 yil Amerikada | | | |
| 1895 yil Polshada | | | |
| 1895 Rossiya | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:1 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 1.Baland turnikda tortilishda 3” | “4“ | | “5” baho olish uchun necha marta tortilish kerak |
| 4-5-7 marta | | | |
| 3-6-8 marta | | | |
| 2-4-6 marta | | | |
| 6-7-8 marta | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:2 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 2.”Puls” nima | | | |
| Inson organizmidayurak qon-tomir tizimi faoliyatini aniqlaydi | | | |
| Jismoniy sfatlarni aniqlash | | | |
| inson sog’lig’ini aniqlash | | | |
| Nafas olish ritmini aniqlaydi | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:3 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 3.Pastki start holatlari to’g’ri ko’rsatilgan qatorni aniqlang | | | |
| Startga,diqqat,yugur | | | |
| Yugur,startga marsh | | | |
| Diqqat,yugur | | | |
| Hamma javoblar to’g’ri | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:4 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 4,Polda qo’llarga tayanib qo’larni bukish va yozishda “5” baho olsh uchun necha marta bajarish kerak | | | |
| 17 marta | | | |
| 15 marta | | | |
| 18 marta | | | |
| 16 marta | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:5 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 5.Shaxmat bo’yicha jahon chempioni Rustam Qosimjonov Prezidentimiz farmoni bilan qanday faxriy unvon sohibi bo’lgan | | | |
| ”Buyuk xizmatlari uchun” | | | |
| Sport ustasi | | | |
| ”O’zbekiston iftixori” | | | |
| Buyuk sportchi | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi: 6 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 6.60 metrga yugurishda “5” baho olish uchun necha soniyada yugurib o’tish kerak | | | |
| 9,5 soniya | | | |
| 9,8 soniya | | | |
| 10,0 soniya | | | |
| 11,0 soniya | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:7 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 7.O’zbekiston qachondan boshlab Osiyo o’yinlarida qatnasha boshladi . | | | |
| 1994 yildan boshlab | | | |
| 1942 yildan bboshlab | | | |
| 1995 yildan boshlab | | | |
| 1996 yildan boshlab | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:8 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 8 .Basketbol to’pining og’irligi necha gramm | | | |
| 600-650 | | | |
| 700-800 | | | |
| 250-350 | | | |
| 300-400 | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:9 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 9 .Chalqancha yotgan holda 1 daqiqada 90º gavdani ko’tarish “5” baho olish uchun necha marta bajarish kerak | | | |
| 22 marta | | | |
| 18 marta | | | |
| 20 marta | | | |
| 24 marta | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:10 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 10.O’zbekiston milliy kurash turlari necha xil | | | |
| 2 xil Kurash Belbog’li kurash,Buxoro,Farg’ona usullari | | | |
| 3xil Toshkent,Sirdaryo,Samarqand | | | |
| 2 xil Qashqadoryo,Surxandaryo | | | |
| Hamma javoblar to’g’ri | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:11 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 11.Yugurib kelib “oyoq bukish” usulida uzunlikka sakrashda “5” baho olish uchun necha santimetr uzunlikka sakrash kerak | | | |
| 360 sm | | | |
| 340 sm | | | |
| 355 sm | | | |
| 380 sm | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:12 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 12.Basketbol maydoni o’lchamlari uzunligi va eniga necha metr | | | |
| 28x15 | | | |
| 20x10 | | | |
| 24x12 | | | |
| 16x8 | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:13 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 13.Voleybol maydoni o’lchamari uzunligi va eniga | | | |
| 18x9 | | | |
| 16x8 | | | |
| 22x10 | | | |
| 12x6 | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:14 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 14Yugurib kelib balandlikka sakrashda “5” baho olish uchun necha santimetr balandlikka sakrash kerak | | | |
| 110 sm | | | |
| 105 sm | | | |
| 115 sm | | | |
| 100 sm | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:15 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 15.Qo’ to’pi maydoning o’chamlari uzunligi va eni | | | |
| 40x20 | | | |
| 30x15 | | | |
| 20x10 | | | |
| 26x13 | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:16 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 16.Qo’l to’pi darvozasining eniga va balandligi | | | |
| 3x2 metr | | | |
| 4x2 metr | | | |
| 3,5x2,5 metr | | | |
| 4x3 metr | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:17 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 17.Yuqori startdan 1000 metrga yugurishda ”5” baho olsih uchun necha daqiqa kerak bo’ladi | | | |
| ,00 daqiqa | | | |
| 4,50 daqiqa | | | |
| 3,50 daqiqa4 | | | |
| 5,00 daqiqa | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:18 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 18.O’zbekistonda 3 bosqichli sport o’yinlari ko’rsatilgan qatorni aniqlang | | | |
| Umid nihollari , Barkamol avlod , Universiada | | | |
| Universiada,Zaynab va Omon ,Barchinoylar | | | |
| Shunqorlar, Universiada, Umid nihollari | | | |
| Alpomish va Barchinoy,Spartakiada,Barkamol avlod | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:19 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 19.Voleybol o’yinida 1 jamoada maydonda nechta o’yinchi o’ynaydi | | | |
| 6 ta | | | |
| 7 ta | | | |
| 8 ta | | | |
| 5 ta | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:20 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 20.To’pni uloqtirishda ”5” baho olsih uchun necha metrga uloqtirish kerak | | | |
| 39 metrga | | | |
| 40 metrga | | | |
| 37 metrga | | | |
| 36 metrga | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:21 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 21.Basketbolda nechta ogohlantirishdan “fol” dan keyin o’yinchi maydondan chetlatiladi | | | |
| 5 ta | | | |
| 6 ta | | | |
| 4 ta | | | |
| 3 ta | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:22 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 22.Mustaqillik yillarida umumiy o’rta ta’lim maktab o’quvchilari o’rtasida o’tkaziladigan Respublika miqyosidagi sport musoboqasi qanday nomlanadi | | | |
| "Umid nihollari" | | | |
| “ Alpomish va Barchinoy” | | | |
| “ Barkamol avlod” | | | |
| ” Yoshlik” | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:23 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 23.Voleybol o’yinida o’g’il bolalar va qiz bolalar musoboqasi nimasi bilan farq qiladi | | | |
| Voleybol to’rining balandligi bilan farq qiladi | | | |
| O’’yinchilar soni bo’yicha | | | |
| Maydon o’lchamlari bilan | | | |
| Voleybol to’pining og’irligi bilan farq qiladi | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:24 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 24.Qisqa masofalarga qaysi startdan chiqib yuguriladi | | | |
| O’rtacha startdan | | | |
| Pastki startdan | | | |
| Yuqori startdan | | | |
| Startga turilmaydi | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:25 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 25.7-9 metrli jarim a to’plari qaysi sport turida qo’llaniladi | | | |
| Voleybolda | | | |
| Futbolda | | | |
| Qo’l to’pida | | | |
| Tennisda | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:26 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 26.Arg’amchida 1 daqiqagacha “5” baho olsih uchun necha marta sakrash kerak | | | |
| 75 marta | | | |
| 80 marta | | | |
| 65 marta | | | |
| 85 marta | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:27 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 27.60 metrga yugurishda 3” | “4“ | | “5” baho olish uchun necha soniya kerak bo’ladi |
| 10,8 | 11,3 | | 12 soniya |
| 9,5 | 10,0 | | 11,0 soniya |
| 11,0 | 12,0 | | 13,0 soniya |
| 10,0 | 10,5 | | 11,0 soniya |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:28 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 28.Qo’l to’pi o’yinida 1 jamoada nechta o’yinchi maydonda o’ynaydi. | | | |
| 7 ta | | | |
| 8 ta | | | |
| 6 ta | | | |
| 5 ta | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:29 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 29Voleybol to’pining og’irligi necha gramm | | | |
| 200-300 | | | |
| 400 | | 500 | |
| 270-280 | | | |
| Hamma javoblar to’g’ri | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:30 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 30.Yugurib kelib ”Oyoq bukish ” usulida uzunlikka sakrash fazalari to’g’ri ko’rsatilgan qatorni toping | | | |
| Yugurish,depsinish,uchish,qo’nish fazalari | | | |
| Yugurib,sakrash,uchish fazalari | | | |
| Sakrash,yugurish,qo’nish fazalari | | | |
| Yugurish,uchish,to’xtash fazalari | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:31 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 31.Jahon chempioni “O’zbekiston iftixori” faxriy unvon sohibi Iroda To’laganova qaysi sport turi bilan shug’ullanib mashhurlikka erishgan | | | |
| Katta tennis | | | |
| Gimnastika | | | |
| Shaxmat | | | |
| Yengil atlitika | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:32 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 32.Ygurib kelib uzunlikka sakrashda ”5” baho olish uchun necha santimetr uzunlikka sakrash kerak | | | |
| 300 sm | | | |
| 340 sm | | | |
| 320 sm | | | |
| 310 sm | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:33 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 33.Basketbol o’yinida har bir savatga tashlangan to’p nechta ochko hisoblanadi. | | | |
| 1-2-3 | | | |
| 2-3 | | | |
| 2 | | | |
| 2-4 | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:34 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 34.Umid nihollari” sport musoboqasiga sportning necha turikiritilgan | | | |
| 15 ta | | | |
| 12 ta | | | |
| 10 ta | | | |
| 13 ta | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:35 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 35.Voleybol o’yini qachon qayerda kashf etilgan | | | |
| 1895 yilda AQSH | | | |
| 1850 yil Ispaniya | | | |
| 1920 yil Rossiya | | | |
| 1886 yil Angliya | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:36 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 36.Basketbolda bahs to’pi qaysi paytlarda beriladi | | | |
| Ikki o’yinchi talashib tortishin\b qolganda | | | |
| Raqibga nisbatan qo’pol o’ynaganda | | | |
| To’p maydondan chiqib ketganda | | | |
| Hamma javoblar to’g’ri | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi 37 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 37.Qo’ to’pi qachon qayerda kashf etilgan | | | |
| 1898 yil Daniya | | | |
| 1856 yil Xitoyda | | | |
| 1860 yil AQSH | | | |
| 1890 yil Fransiya | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:38 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 38.Qo’l to’pi maydon o’lchamlari uzunligi va eni | | | |
| 40x20 metr | | | |
| 24x12 metr | | | |
| 26x13 metr | | | |
| 36x18 metr | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:39 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 39.Yuqori startdan 1000 metrga yugurishda ”5” | | | |
| baho olish uchun necha daqiqa yugurib o’tish kerak | | | |
| 5,30 daqiqa | | | |
| 5,00 daqiqa | | | |
| 6,00 daqiqa | | | |
| 4,00 daqiqa | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:40 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 40.To’pni uloqtirshda ”5” baho olish uchun necha metrga uloqtirish kerak | | | |
| 25 metrga | | | |
| 27 metrga | | | |
| 24 metrga | | | |
| 21metrga | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:41 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 41.11 metrli jarima to’pi qaysi sport turida qollaniladi | | | |
| Futbolda | | | |
| Voleybolda | | | |
| Qo'l to'pida | | | |
| Basketbolda | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:42 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 42.Basketbol qaysi tildan olingan bo’lib nima degan ma’noni anglatadi | | | |
| Ingliz tilidan olingan “savat” “to’p” | | | |
| Yapon tilidan olingan“Qo’lda to’p o’ynash | | | |
| Hind tilidan olingan “To’p uzatish” | | | |
| Ispan tilidan olingan“To’ tashlash” | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:43 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 43.Qo’l to’pi darvozaning balandligi va eni (metr) | | | |
| 3x2 metr | | | |
| 2x4 metr | | | |
| 3x4 met r | | | |
| 4x2 metr | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:44 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 44.Voleybol to’rining balandligi ayollar uchun necha santimetr bo’ladi | | | |
| 2m 24 sm | | | |
| 2m 10 sm | | | |
| 2m 30 sm | | | |
| 2m 30 sm | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:45 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 45Basketbol o’yini qachon qayerda kashf etilgan 1jamoada nechta o’yinchi o’ynaydi | | | |
| 1870 yil Argentina 6 ta o’yinchi | | | |
| 1850 yil Kubada 7 ta o’yinchi | | | |
| 1891 yil AQSH 5 ta o’yinchi | | | |
| 1880 yil Kanada 8 ta o’yinchi | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:46 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 46 Katta tennis qachon qatyerda kashf etilgan | | | |
| 1874-yil Angliyada To'g'ri javob | | | |
| 1860 yil Fransiyada | | | |
| 1870 yil Germaniya | | | |
| 1906 yil Italiya | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:47 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 47.Tennis ” so’zi nima degan ma’noni anglatadi | | | |
| ” Ingliz tilida “ushlash” “ushlang | | | |
| Fransuz tilida “ sharshani ushlash” | | | |
| ” Lotinchada “charchaga zarba berish | | | |
| Yunon tilidan “ kichkina to’p “ | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:48 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 48.Tennis o’yinida 1 jamoada nechta o’yinchi o’ynaydi ,bir vaqtda . | | | |
| 4 ta To'g'ri javob | | | |
| 1 ta | | | |
| 1-2 ta | | | |
| 3-4 ta | | | |
| Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi:49 Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | |
| 49.O’zbekistonda Milliy kurash turi necha xil qaysilar | | | | |
| 2 xil Kurash Buxora usuli ”Belbog’li kurash ” F’arg’ona usuli To'g'ri javob | | | | |
| 3 xil Toshkent, sirdaryo, Samarqand | | | | |
| 1 xil Buxoracha | | | | |
| . 2 xil Surqandaryo Qashqadoryo | | | | |
| 50 Fan: Jismoniy tarbiya qiyinchilik darajasi: Muallifi: S.G.Arzumanov, H.A.Meliyev | | | | |
| 50 .Qisqa masofalarga yugurish bilan kross yugurish bir-biridan nimasi bilan farq qiladi | | | | |
| Bi.r-biridan farq qilmaydi To'g'ri javob | | | | |
| Yguruvchilar soni bilan | | | | |
| Startdan turishi va yugurish masofasi bilan | | | | |
| Yugurish buyruqlari bilan | | | | |
|  | | | | |

EKSPERT TAQRIZ

Ushbu jismoniy tarbiya fanidan tuzilgan test varianti O‘zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining 2017-yil 6- apreldagi 187-son qarori bilan tasdiqlangan umumiy o‘rta ta’limning davlat ta’lim standarti hamda umumiy o‘rta ta’limning jismoniy tarbiya fani bo‘yicha malaka talablari asosida tuzilgan bo‘lib, Test tuzishda Davlat Ta`lim Standartlariga mos bo`lgan darsliklardan, mavzulashtirilgan foydalanilgan. O`quvchilardan monitoring olish uchun barcha talablarga javob beradi.

Metod birlashma raxbari : Bobomurodov Abror

Azolari : Aminova Gulbahor

Berdiyev To’lqin