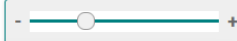




Jismoniy tarbiya (O'zbek tili)



- 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30
31 32 33 34 35 36 37 38 39 40

1. Futbol o'yinida burchakdagi bayroqchalar balandligi qancha?

- ☐ 1.50m
☐ 2 m
☐ 1.80m
☐ 1.20m



Oldingi savol

Keyingi savol



2. Uzunlikka sakrashda natija hisobga olinmasa qaysi bayroq ko'tariladi.

- ☐ Oq bayroq
☐ yashil bayroq
☐ Qizil bayroq
☐ Ko'k bayroq

3. Futbol so'zining ma'nosi?

- ☐ Oyoq to'pi
☐ Uchar to'p
☐ Qo'l to'pi
☐ Savat to'pi

4. Volleybol to'rining erkaklar u-n balandligi qancha?

- ☐ 2.43metr
☐ 2.24metr
☐ 2.36metr
☐ 2.55metr

5. Tezkorlikni tarbiyalovchi mashqlar?

- ☐ O'tirishlar
☐ Uzoq masofaga yugurish
☐ Mokisimon yugurish
☐ Turnikka tortilish

Барча фанлардан аттестация саволлари, ўқитувчилар ва ўқувчилар учун тестлар, мактаб дарсликлари ва қизиқарли мақолалар

«Таълим/Образование» саҳифалари:

Telegram — https://t.me/talim_obrazovaniye

Веб сайт — www.idum.uz

Youtube — https://www.youtube.com/c/talim_obrazovaniye

6. Ushbu sport turlarida belgilangan taqiqlangan harakatlar va holatlarni sport turlariga mosligini toping.

1.volleybol	a.8- soniyadan ortiq o'z maydonida to'pni olib yurish
2.gandbol	b.qisqa masofaga yugurganda yo'lakchani chetlovchi chiziqni bosish va yon yo'lakchaga o'tish
3.basketbol	c.o'yindan tashqari holat
4.futbol	d.to'rga tegib tushgan to'pni ilib olib uzatish
5.yengil atletika	e.o'yinchi o'z jamoadagi darvozada turgan darvozaboniga to'pni uzatib berish

☐ 1-b; 2-e; 3-b; 4-d; 5-a

☐ 1-d; 2-e; 3-a; 4-c; 5-b

☐ 1-e; 2-c; 3-d; 4-a; 5-b

☐ 1-c; 2-e; 3-d; 4-b; 5-a

www.idum.uz

7. Milliy o'quv dasturi bo'yicha nechanchi sinfgacha harakatli o'yinlar kiritilgan?

☐ 4 — sinfgacha

☐ 5 — sinfgacha

☐ 2 — sinfgacha

☐ 3 — sinfgacha

8. Basketbolda 3 soniyalik jarima zonasining tepa qismidagi chiziq — jarima to'pini tashlash chizig'i deb ataladi. Keltirilgan ushbu ma'lumot to'g'ri berilganmi?

☐ To'g'ri

☐ Noto'g'ri

9. Maxsus testlar aholining jismoniy tarbiya bilan shug'ullanuvchi ishchilarni maoshini oshirish uchun kiritilgan. Keltirilgan ushbu ma'lumot to'g'ri berilganmi?

☐ Noto'g'ri

☐ To'g'ri

www.idum.uz

10. Gandbolda sport turida 7- metrlik jarima to‘pini darvozaga otayotgan o‘yinchi chiziq oldidagi oyog‘i yerdan uzilishi mumkinmi?

- ☐ Mumkin
- ☐ Mumkin emas

11. Milliy o‘quv dasturi bo‘yicha yengil atletika sport turi nechanchi sinfdan o‘tiladi?

- ☐ 1-sinfdan
- ☐ 2-sinfdan
- ☐ 3-sinfdan
- ☐ 5-sinfdan

www.idum.uz

12. Yengil atletikada baland startdan yugurayotgan holatida ikki qo‘lni start chiziq ortiga qo‘yiladi.Ushbu ma‘lumot to‘g‘ri berilganmi?

- ☐ Noto‘g‘ri
- ☐ To‘g‘ri

13. Voleybolda — libero hujum zarbasini berishga va hujum zonasida o‘ynash huquqiga egami?

- ☐ hakam qaroriga qarab
- ☐ huquqiga ega emas
- ☐ vaziyatga qarab
- ☐ huquqiga ega

14. 9-sinfda jismoniy tarbiya fanidan imtihonlardagi amaliy o‘quv me‘yorlarini keltirilgan bo‘limlarga mosligini aniqlang.

1. jarima chiziqdan savatga to‘p tashlash	a. voleybol
2. to‘rdan o‘tkazib raqib zonasiga to‘pni o‘yinga kiritish	b. gandbol
3. vaqtga to‘pni olib yurish (30m)	c. futbol
4. o‘ng va chap oyoqda to‘pga berilgan zarbalar yig‘indisi	d. yengil atletika
5. 60 metrga yugurish	e. basketbol






- ☐ 1-e; 2-b; 3-a; 4-c; 5-d
- ☐ 1-e; 2-a; 3-b; 4-d; 5-c
- ☐ 1-e; 2-d; 3-b; 4-c; 5-a
- ☐ 1-e; 2-a; 3-b; 4-c; 5-d

15. Klassik yugurishga qaraganda kross yugurish bir xil tekisliklarda ya‘ni stadionda yugurish bilan farqlanadi. Keltirilgan ushbu ma‘lumot to‘g‘ri berilganmi?

- ☐ Noto‘g‘ri
- ☐ To‘g‘ri

www.idum.uz

16. Berilgan gimnastika bo'limlariga qarab rasmlarning ularga mosligini aniqlang?

1. Akrobatika – oldinga umbaloq oshish.	a. 
2. Muvozanatni saqlash mashqlari.	b. 
3. Tayanib sakrash.	c. 
4. Tayanishlar.	d. 
5 Tirmashib chiqish.	e. 

☐ 1-b; 2-c; 3-d; 4-a; 5-e

☐ 1-a; 2-b; 3-c; 4-d; 5-e

☐ 1-c; 2-a; 3-b; 4-e; 5-d

☐ 1-b; 2-e; 3-a; 4-d; 5-c

www.idum.uz

17. Klassik yugurish kross yugurishga qaraganda pastlik, tepaliklardan va suv havzalarni aylanib o'tish bilan farqlanadi. Keltirilgan ushbu ma'lumot to'g'ri berilganmi?

☐ To'g'ri

☐ Noto'g'ri

18. Futbolda- burchak zarbasidan darvozaga kiritilgan to'p hisoblanadimi?

☐ Hisoblanadi

☐ hakam qaroriga qarab

☐ vaziyatga qarab

☐ Hisoblanmaydi

19. Boshlang'ich 3-4 sinflarda mokisimon yugurishda necha metrga yugurish masofasi qo'llaniladi?

☐ 4x30 m

☐ 4x10 m

☐ 4x60 m

☐ 3x10 m

20. Voleybol sport turida o'yin davomida to'p antennaga tegsa to'p maydon tashqarisida hisoblanadi. Ushbu keltirilgan ma'lumot to'g'rimi?

☐ To'g'ri

☐ Noto'g'ri

21. Gandbolda – jarima to'pini necha metrdan otiladi?

☐ 11 metr

☐ 7 metr

☐ 9 metr

☐ 6 metr

www.idum.uz

22. Qaysi buyum bilan bajariladigan umum rivojlantiruvchi mashqlar sakrash sifatlarini rivojlantiradi?






☐ Tennis to'pini uloqtirish

☐ Arg'amchida sakrash

☐ Gimnastik tayog'cha bilan bajariladigan mashqlar

☐ Gardish aylantirish

23. Akrobatika elementlarini berilgan mashqlarni rasmlarga mosligini toping.

1.uzun umbaloq oshish	
2.kuraklarda tik turish	
3. boshda turish	
4. ko'priq	
5.orqaga umbaloq oshish	

- ☐ 1-a; 2-c; 3-d; 4-e; 5-b
- ☐ 1-a; 2-e; 3-c; 4-d; 5-b
- ☐ 1-b; 2-e; 3-a; 4-d; 5-c
- ☐ 1-c; 2-d; 3-b; 4-e; 5-a

www.idum.uz

24. Basketbolda o'yinchi to'pni olgandan so'ng qo'lida 8 soniya ichida uni sherigiga uzatishi kerak. Keltirilgan ushbu ma'lumot to'g'ri berilganmi?

- ☐ Noto'g'ri
- ☐ To'g'ri

25. Boshlang'ich sinflarda diqqatni jamlashtirishni rivojlantirishga qaratilgan harakatli o'yin berilgan javobni aniqlang.

- ☐ "to'p sardorda"
- ☐ "oq terak-u, ko'k terak"
- ☐ "ovchi va o'rdaklar"
- ☐ "taqiqlangan harakatlar"

26. O'qituvchi tomonidan beriladigan qanday saf buyruqlariga turgan joyda burilishlar kiradi?

- ☐ "sinf tekislan", "sinf rostlan", "sinf erkin"
- ☐ "sinf bir, ikkiga sanaling"
- ☐ "tartib bo'yicha sanaling"
- ☐ "Chapga", "O'nga", "Ortga"

www.idum.uz

27. Voleybol o'yin davomida to'p antennaga tegsa hakam qanday qaror chiqaradi?

- ☐ to'p maydon tashqarisida
- ☐ bahsli vaziyat (sporniy)
- ☐ o'yin davom etiladi
- ☐ o'yin boshqatdan davom etadi



28.

Olimpiada halqalarining ranglari qaysi qit'aga mosligini toping.

1. 	a.Osiyo
2. 	b.Afrika.
3. 	c.Avstraliya
4. 	d.Amerika
5. 	e.Yevropa

☐ 1-e; 2-c; 3-d; 4-a; 5-b






☐ 1-e; 2-d; 3-b; 4-c; 5-a

☐ 1-b; 2-e; 3-a; 4-d; 5-c

☐ 1-d; 2-e; 3-a; 4-c; 5-b

www.idum.uz

29. Quyidagi berilgan suzish sport turi suzish usullarining rasmlarga qarab mosligini aniqlang.

1.batterfly	
2.orqa bilan	a. 
3.erkin	b. 
4.brass	c. 
	d. 

☐ 1-c; 2-b; 3-d; 4-a

☐ 1-d; 2-c; 3-a; 4-b;

☐ 1-a; 2-b; 3-c; 4-d;

☐ 1-b; 2-a; 3-d; 4-c

30. Basketbolda –ushbu beriladigan zona yarim aylana bilan belgilangan bo'lib, u savat o'rnatilgan shitdan **6,25 m.** ga uzoqlik joylashgan.Ushbu zonadan savatga tushirilgan to'p uchun necha ochko beriladi?

☐ 2 ochko

☐ 1 ochko

☐ 0 ochko

☐ 3 ochko

www.idum.uz

31. Voleybolda keltirilgan texnik usullarining turlariga mosligini ko'rsating.

1. to'pni qabul qilish	a. pastdan to'g'riga
2. to'p uzatish	b. yon qadamlar bilan chapga, o'nga
3. to'pni o'yinga kiritish	c. pastdan ikki qo'l bilan
4. harakatlanish	d. o'z ustida ikki qo'l bilan

☐ 1-b; 2-d; 3-a; 4-c;

☐ 1-c; 2-d; 3-a; 4-b;

☐ 1-a; 2-d; 3-c; 4-b;

☐ 1-d; 2-c; 3-a; 4-b;

32. Sport turlariga mos mashqlarni bajarishda zarur boʻlgan sport jihozlarning mosligini koʻrsating.

1. voleybol	a. halqa, shit
2. yengil atletika	b. toʻr, antenna
3. basketbol	c. sekundomer, metr
4. gimnastika	d. turnik, yakkachoʻp

- ☐ 1-b; 2-c; 3-a; 4-d;
- ☐ 1-c; 2-a; 3-b; 4-d;
- ☐ 1-a; 2-b; 3-c; 4-d;
- ☐ 1-d; 2-a; 3-b; 4-c;

www.idum.uz

33. Yengil atletikada past start holatida yugurishni boshlash paytida startda 3 ta buyruq beriladi. Ushbu maʼlumot toʻgʻri berilganmi?

- ☐ Notoʻgʻri
- ☐ Toʻgʻri

34. Boshlangʻich 1-2 sinflarda mokisimon yugurishda qaysi masofaga yugurish qoʻllaniladi?

- ☐ 4x10 m
- ☐ 3x10 m
- ☐ 4x30 m
- ☐ 4x60 m

35. Basketbol shitining barcha oʻlchov meʼyorlarini standart oʻlchamlariga mosligini aniqlang.

1. basketbol shitining uzunligi	a. 290 sm
2. basketbol shitining eni	b. 45 sm
3. poldan basketbol shitgacha boʻlgan oraliq	c. 105 sm
4. poldan basketbol halqagacha boʻlgan oraliq	d. 180 sm
5. basketbol halqani diametri	e. 305 sm

- ☐ 1-a; 2-c; 3-d; 4-e; 5-b
- ☐ 1-c; 2-d; 3-a; 4-e; 5-b
- ☐ 1-b; 2-c; 3-a; 4-e; 5-d
- ☐ 1-d; 2-c; 3-a; 4-e; 5-b

36. Yengil atletikan sport turida uzunlikka sakrash harakatlarini fazalarini mosligini belgilang.

1. birinchi faza	a. deysinish
2. ikkinchi faza	b. uchish
3. uchinch faza	c. qoʻnish
4. toʻrtinchi faza	d. yugurish

- ☐ 1-c; 2-a; 3-b; 4-d;
- ☐ 1-a; 2-d; 3-b; 4-c;
- ☐ 1-d; 2-a; 3-b; 4-c;
- ☐ 1-b; 2-a; 3-d; 4-c;




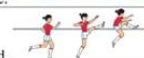

www.idum.uz

37. Ushbu koʻrsatilgan rasmlarni qaysi sport turiga mosligini aniqlang.

1.Futbol a. 	2.Basketbol b. 	3.Gandbol c. 	4.Voleybol d. 	5.Shaxmat e. 
--	--	--	---	--

- ☐ 1-d; 2-a; 3-b; 4-c; 5-e
- ☐ 1-b; 2-d; 3-e; 4-c; 5-a
- ☐ 1-a; 2-e; 3-c; 4-d; 5-b
- ☐ 1-e; 2-c; 3-d; 4-a; 5-b

38. Ushbu rasmlardan yengil atletika mashqlariga mosligini toping.

1.yugurib kelib uzunlikka sakrash	a.	
2.yugurib kelib balandlikka sakrash	b.	
3.o'rtta masofaga yugurish	c.	
4.qisqa masofaga yugurish	d.	
5.yugurib kelib tennis to'pini uzoqqa ulotirish	e.	

www.idum.uz

☐ 1-d; 2-e; 3-b; 4-c; 5-a

☐ 1-c; 2-d; 3-b; 4-a; 5-e

☐ 1-e; 2-b; 3-d; 4-a; 5-c

☐ 1-d; 2-e; 3-a; 4-c; 5-b

39. Yengil atletika sport turida sakrash turlarini amalga oshirish usullari bilan mosligini aniqlang.

1. balandlikka sakrash	a. «qaychisimon»
2. uzunlikka sakrash	b. «uchib o'tish»
3. langar bilan sakrash	c. «hatlab »
4. uch hatlab sakrash	d. «fosberi-flop»

☐ 1-a; 2-d; 3-b; 4-c;

☐ 1-d; 2-a; 3-b; 4-c;

☐ 1-b; 2-a; 3-d; 4-c;

☐ 1-c; 2-a; 3-b; 4-d;

40. Voleybolda to'pni o'yinga kiritishni amalga oshirish, hakamni signalidan so'ng bajariladi. Keltirilgan ushbu ma'lumot to'g'ri berilganmi?

☐ To'g'ri

☐ Noto'g'ri

Барча фанлардан аттестация саволлари, ўқитувчилар ва ўқувчилар учун тестлар, мактаб дарсликлари ва қизиқарли мақолалар

«Таълим/Образование» саҳифалари:

Telegram — https://t.me/talim_obrazovaniye

Веб сайт — www.idum.uz

Youtube — https://www.youtube.com/c/talim_obrazovaniye