

1-SINF JISMONIY TARBIYA FANIDAN NAZORAT ISHLARI

1-CHORAK

1-variant

Nazariy savollar (20 ta)

1. Turgan joydan uzunlikka sakrashda qanday deqsiriladi?
2. Shashka taxtasi shakli qanday?
3. Yuqoriga osilgan buyumga sakrash qanday bajariladi?
4. Quvlashmashoq o'yinida ehtiyotkorlik nega kerak?
5. Raqam bilan chaqirish o'yinida nima muhim?
6. Harakatli o'yinlar qanday o'ynaladi?
7. Past start holatida qo'llar qayerda turadi?
8. Kim uzoqqa uloqtiradi o'yinida nima muhim?
9. Umbaloq oshishdan oldin nima muhim?
10. Shashkada yurish qoidasi qanday?
11. Kacheli mashqini tushuntirib bering.
12. Tennis topini qanday uloqtirish kerak?
13. Sakrash turlarini tushuntirib bering.
14. Gujanak bo'lib qanday harakatlarni bajariladi?
15. Anjomlar bilan o'yin qanday bajariladi?
16. O'z raqamini top o'yinida nima muhim?
17. Yengilik o'yinida nima muhim?
18. Estafeta o'yinida tayoqchani qanday uzatiladi?
19. Estafeta o'yinida tayoqchani qanday uzatiladi?
20. Estafeta o'yinida tayoqchani qanday uzatiladi?

Amaliy savollar (5 ta)

1. Turgan joydan ikki oyoqlab uzunlikka sakrang.
 2. Tennis topini uzoqlikka bir qo'l bilan uloqtiring.
 3. Estafeta tayoqchasini uzatish va qabul qilishni bajaring.
 4. Yuqoriga osilgan buyumga sakrab teginishni bajaring.
 5. Gimnastika narvoniga tirmashib chiqishni ko'rsating.
-

1-SINF JISMONIY TARBIYA FANIDAN NAZORAT ISHLARI

1-CHORAK

2-variant

Nazariy savollar (20 ta)

1. Yuqoriga osilgan buyumga sakrash qanday bajariladi?
2. Anjomlar bilan estafeta nima?
3. Qadamba qadam yurish nima?
4. Yugurishdan keyin birdaniga to'xtash mumkinmi?
5. Yugurish vaqtida nafas olish qanday bo'lishi kerak?
6. Shashka taxtasida necha xil rangdagi kataklar bor?
7. Buyruq berilganda doira hosil qilish qanday bajariladi?
8. Tizzalarni ko'krakka ko'tarib osilishning foydasi nima?
9. Turgan joydan uzunlikka sakrashda qanday qadamsizlik kerak?
10. Shashka taxtasi shakli qanday?
11. O'z raqibingni top o'yinida nima kerak?
12. To'pni uloqtirishda qaynaloq qoldirish kerakmi?
13. Safda bir qatorga turish qanday bajariladi?
14. Sport maydonchasi uzunligi qanday bo'lishi kerak?
15. Gujanak bo'lib o'tirish qanday bajariladi?
16. Kun va tun o'yinida nima kerak?
17. Jismoniy harakatlarning qanday joylarda kelish kerak?
18. Safda turib o'tirish qanday buyruq bilan bajariladi?
19. Tizma o'yinida nima kerak?
20. Tizma o'yinida xavfsizlik qoidalari qanday?

Amaliy savollar (5 ta)

1. 10 metr masofadan uzoqqa uloqtirishni bajaring.
 2. Safda turib o'tirishni chapga burilishni ko'rsating.
 3. Gimnastika narvoniga tirmashib chiqishni ko'rsating.
 4. Tennis topini uzoqlikka bir qo'l bilan uloqtiring.
 5. 10 metr masofaga past startdan yugurib chiqing.
-

vab-saytimiz: Zokirjon.com

Zokirjon.com. veb-sayiti orqali o'zingiz uchun kerakli hujjatlarni yuklab olishingiz mumkin.

Zokirjon Admin bilan

90-530-00-68, , 91-397-77-37, 90-530-68-66 nomerga murojaat qilishingiz, shu nomerdagi telegram orqali bog'lanishingiz nza456 yoki nza445 izlab telegramdan yozishingiz so'raladi.

Telegramda murojaatingizga o'z vaqtida javob beriladi

1-sinf jismoniy tarbiya fanidan 1-4-choraklar uchun 25 tadan 2 ta variant nazorat ishi savollarini to'liq holda olish uchun telegramdan yozing.

Telegram kanalimiz:

@Maktablar_uchun_hujjatlar

To'lov uchun: UZCARD

***880*9860230104973329*summa#**

Plastik egasi Nabiyev Zokirjon



DIQQAT!!!

Sizga bu **OMONAT** qilib beriladi.
To'liq holda olganingizdan so'ng:
Faqat o'zingiz uchun foydalaning.
Hech kimga bermang hattoki eng yaqin
insoningizga ham.
Internet orqali veb-saytlarga joylamang.
Kanal va gruppalariga tarqatmang.

**OMONATGA HIYONAT
QILMANG.**

Bizni hizmatdan foydalanib qulay imkoniyatga ega bo'ling!

Bizda maktablar uchun quydagi hujjatlar mavjud.

- 1. 1-11-Sinflar uchun kelajak soati ish reja va konspektlari**
- 2. 1-11-Sinflar uchun barcha fanlardan to'garak hujjatlari**
- 3. Sinf rahbar hujjatlari**
- 4. Metodbirlashma hujjatlari**
- 5. Ustama hujjatlari**
- 6. 1-11-Sinflar uchun barcha fanlardan konspektlar va tezislar**
- 7. 1-11-Sinflar uchun Ish rejalar (Taqvim mavzu rejalar)**
- 8. Maktab ish hujjatlari**
- 9. Direktor ish hujjatlari**
- 10. MMIBDO' ish hujjatlari**
- 11. O'IBDO' ish hujjatlari**
- 12. Psixolog hujjatlari**
- 13. Xotin-qizlar qo'mitasi ish hujjatlari**
- 14. Kutubxona mudirasi ish hujjatlari**
- 15. Besh tashabbus hujjatlari**
- 16. Ommalashtirish uchun dars ishlanmalar va ochiq dars ishlanmalar, taqdimotlar, slaydlar**

O'zbek va rus maktablar uchun

Buyutrma asosida

1-11-sinflar uchun barcha fanlardan **testlar, nazorat ishlar, tezislar, to'garaklar va yillik fan konspektlar, tadbir senariylari, ochiq dars ishlanna va slaydlar** (taqdimotlar), **ko'rgazma va tarqatmalar, faxriy yorliq, diplom, tashakkurnomalar** va boshqa hujjatlarni tayyorlab beramiz.

Tel:91669-34-74 Telegramdan: @talimxizmatlar izlab toping.

Для 1–11 классов узбекских и русских школ по всем предметам: **тесты, контрольные работы, тезисы, сценарии кружков, годовые конспекты уроков, сценарии мероприятий, разработки открытых уроков, слайды (презентации), стенды и раздаточные материалы, почётные грамоты, дипломы, благодарственные письма и другие документы.**

Тел: 91669-34-74 Telegram: @talimxizmatlar