

## «GANDBOL» FANIDAN TEST SAVOLLARI

<b>1. Gandbol maydon o'lchami?</b>
20 x 40 metr
22 x 44 metr
18 x 36 metr
15 x 28 metr

<b>2. Birinchi gandbol federatsiyasi qayerda va qachon tashkil topgan?</b>
1904-yil Daniyada
1906-yil Daniyada
1998-yil Angliyada
1928-yil Germaniyada

<b>3. Gandbol darvozasi o'lchami?</b>
bo'yi 3 m, eni 2 m
bo'yi 3,20 m, eni 1,80 m
bo'yi 3,5 m, eni 2,25 m
bo'yi 4 m, eni 2,10 m

<b>4. O'zbekiston qachon Xalqaro va Osiyo gandbol federatsiyalariga qabul qilindi?</b>
1993-yil
1938-yil
1928-yil
1991-yil

<b>5. Gandbol darvozabon maydon o'lchami?</b>
6 metr
7 metr
6 metr 25 sm
5 metr 25 sm

<b>6. Gandbolda 7 metrlik jarima to'pi otish chizig'i o'lchami?</b>
0,75 metr
1 metr
0,5 metr
1,5 metr

<b>7. Gandbol o'yini dastlabki qoidalari qachon va qaerda nashr qilingan?</b>
1906-yil Kopengagen
1906-yil Chexiya
1904-yil Kopengagen
1904-yil Ordrupe

<b>8. Gandbolda maydon chiziqlarini o'lchami?</b>
5 va 8 sm
8 sm
6 sm

5 sm
------

<b>9. Gandbol sport turi asoschisi kim?</b>
X.Nilson
P.P.Bussons
U.Morgan
D.Neysmit

<b>10. Gandbol darvoza chizig'i o'lchami?</b>
8 sm
5 va 8 sm
6 sm
5 sm

<b>11. O'zbekistonda birinchi chempionat qachon o'tkazildi?</b>
1938-yil
1960-yil
1928-yil
1962-yil

<b>12. Gandbolda o'gil bolalar uchun to'pning og'irligi?</b>
425- 475 gr
325- 400 gr
400- 475 gr
450- 500 gr

<b>13. O'zbekistonda qachon gandbol federatsiyasi tashkil etilgan?</b>
1992-yil
1938-yil
1928-yil
1991-yil

<b>14. Gandbolda o'gil bolalar uchun to'pning aylanasi?</b>
58- 60 sm
54- 56 sm
56- 58 sm
56- 60 sm

<b>15. Gandbolda qiz bolalar uchun to'pning aylanasi?</b>
54- 56 sm
52- 54 sm
50- 54 sm
56- 58 sm

<b>16. Gandbolda qiz bolalar uchun to'pning og'irligi?</b>
325- 375 gr
300- 350 gr
350- 375 gr
325- 400 gr

<b>17. Gandbol o‘yin boshlanishidan oldin qancha to‘p bo‘lishi zarur?</b>
2 ta
4 ta
3 ta
1 ta

<b>18. Gandbol o‘yinida har bir jamoada necha nafar o‘yinchi o‘ynaydi?</b>
7×7
8×8
5×5
6×6

<b>19. Gandbol o‘yini qancha vaqt va qancha taym davom etadi?</b>
30 minutdan 2 taym
15 minutdan 4 taym
20 minutdan 3 taym
20 minutdan 2 taym

<b>20. Gandbolda to‘pni o‘yinga kiritish uchun qancha vaqt beriladi?</b>
3 soniya
10 soniya
5 soniya
4 soniya

<b>21. Gandbolda o‘yinni boshqarish uchun qancha hakam bo‘ladi?</b>
5 ta xakam
3 ta xakam
2 ta xakam
4 ta xakam

<b>22. Gandbolda o‘yindan chetlashtirish?</b>
2 minutga
5 minutga
2 va 5 minutga
3 va 5 minutga va o‘yin ohirigacha

<b>23. Gandbolda o‘yinchi qancha marotaba o‘yindan chetlashtiriladi?</b>
3 marotaba
2 marotaba
1 marotaba
4 marotaba

<b>24. Gandbol o‘yini qachon va qayerda paydo bo‘lgan?</b>
1898-yil Daniyada
1891-yil Amerikada
1895-yil Amerikada
1892-yil Chexiyada

<b>25. Gandbol boyicha erkaklar jamoalari qachon va qayerda olimpiada o‘yinlariga kiritilgan?</b>
---

1972-yil Myunxenda
1976-yil Monrealda
1980-yil Moskvada
1936-yil Germaniyada

<b>26. Gandbolda 9 metrlik jarima maydoni chiziqlarining oralig'i o'lchami qancha?</b>
15 sm
10 sm
30 sm
20 sm

<b>27. Gandbolda o'yinchilarni almashtirish joyi necha metr?</b>
4,5 m
2 m
3 m
3,5 m

<b>28. Gandbolda o'yinchilarni almashtirish joyini belgilovchi chiziq uzunligi qancha?</b>
15 sm
5 sm
10 sm
20 sm

<b>29. Gandbolda o'yinda taymlar o'rtasidagi tanaffus qancha?</b>
10 min
15 min
5 min
20 min

<b>30. Gandbolda 12-16 yoshlilar uchun o'yin davomiyligi?</b>
25 minutdan 2 taym
30 minutdan 1 taym
15 minutdan 2 taym
20 minutdan 2 taym

<b>31. Gandbolda 8-12 yoshlilar uchun o'yin davomiyligi?</b>
20 minutdan 2 taym
30 minutdan 1 taym
15 minutdan 2 taym
25 minutdan 2 taym

<b>32. Gandbolda qo'shimcha o'yin vaqti qancha?</b>
5 minutdan 2 taym
25 minutdan 2 taym
10 minutdan 2 taym
15 minutdan 2 taym

<b>33. Gandbolda o'yinda taym-aut?</b>
--

1 min. Har bir jamoa, har bir taymda
1 min. O'yin davomida
3 min. Har bir taymda
3 min. O'yin davomida

<b>34. Gandbolda 12-16 yosh o'smirlar uchun to'pning aylanasi?</b>
54-56 sm
50-52 sm
58-60 sm
56-58 sm

<b>35. Gandbolda 12-16 yosh o'smirlar uchun to'pning og'irligi?</b>
425-475 gr
325-375 gr
390-430 gr
290-330 gr

<b>36. Gandbolda 8-12 yosh o'smirlar uchun to'pning aylanasi?</b>
50-52 sm
58-60 sm
54-56 sm
56-58 sm

<b>37. Gandbolda 8-12 yosh o'smirlar uchun to'pning og'irligi?</b>
290-330 gr
325-375 gr
425-475 gr
290-333 gr

<b>38. Gandbolda 8-14 yosh qizlar uchun to'pni aylanasi?</b>
50-52 sm
58-60 sm
54-56 sm
56-58 sm

<b>39. Gandbolda 8-14 yosh qizlar uchun to'pning og'irligi?</b>
290-330 gr
325-375 gr
290-430 gr
425-475 gr

<b>40. Gandbolda jamoa tarkibi?</b>
12
16
14
10

<b>41. Gandbolda har bir jamoadan qancha o'yinchi bilan o'yin boshlash mumkin?</b>
--

5 o'yinchi
7 o'yinchi
4 o'yinchi
12 o'yinchi

<b>42. Gandbolda har bir jamoadan qancha o'yinchi qolguncha o'yin davom etishi mumkin?</b>
4 o'yinchi
7 o'yinchi
5 o'yinchi
12 o'yinchi

<b>43. Gandbolda bir o'yinda qancha o'yinchi almashtirish mumkin?</b>
Cheksiz
5 o'yinchi
4 o'yinchi
O'yinchi almashtirish mumkin emas

<b>44. Gandbolda o'yinchi almashtirish qoidasi buzilsa hakam tomonidan qanday chora ko'riladi?</b>
2 minutga chetlashtirish
5 minutga chetlashtirish
Qizil kartochka
Sariq kartochka
<b>45. Gandbolda to'p bilan necha qadam tashlash mumkin?</b>
3 qadam
1 qadam
2 qadam
Qadam tashlash mumkin emas

<b>46. Gandbolda to'pni qancha vaqt harakatsiz tutib turish mumkin?</b>
3 soniya
10 soniya
5 soniya
6 soniya

<b>47. Gandbolda qo'shimcha o'yin vaqti qancha bo'ladi?</b>
2 taym 5 daqiqadan
2taym 10 daqiqadan
1taym 10 daqiqadan
1 taym 5 daqiqadan

<b>48. Gandbolda o'yinda to'pni almashtirishni kim hal qiladi?</b>
Hakam
Bosh xakam
Jamoa murabbiyi
Xronometrist

<b>49. Gandbolda agar 2 minutga chiqarilgan o'yinchi o'yinga vaqt tugamasdan oldin chiqsa qanday jazolanadi?</b>
2 minutga o'yindan chetlatiladi

Sariq kartochka
Qizil kartochka
5 minutga

<b>50. Gandbolda o'yinchilar raqami?</b>
1dan – 20 gacha
4dan – 99 gacha
1dan – 24 gacha
1dan – 12 gacha

<b>51. Gandbolda o'yinchilar kiyimidagi raqam o'lchami?</b>
20 sm orqasida 10 sm ko'kragida
15 sm orqasida 10 sm ko'kragida
10 sm orqasida 20 sm ko'kragida
20 sm orqasida 20 sm ko'kragida

<b>52. Gandbolda darvozabon to'pni gavdasini qaysi qismi bilan qaytarishi mumkin?</b>
Hamma joyi bilan
Faqat qo'li bilan
Qo'li va oyogi bilan
Faqat oyogi bilan

<b>53. Gandbolda darvozabon o'z maydonidan chiqishi mumkinmi?</b>
To'psiz chiqishi mumkin
To'p bilan chiqishi mumkin
Chiqishi mumkin emas
Hamma xolatda chiqishi mumkin

<b>54. Gandbolda o'zbekistonda erkaklar va ayollar o'rtasida chempionatlar nechanchi-yildan o'tkazilib kelinmoqda?</b>
1992-yildan
1993-yildan
1991-yildan
1994-yildan

<b>55. Gandbol bo'yicha erkaklar o'rtasida birinchi jahon chempioni qaysi davlatda o'tkazilgan?</b>
Ruminiya
GDR
Yugoslaviya
Polsha

<b>56. Buxoroda o'tkazilgan "universiada 2002" dasturiga birinchi marta gandbol bo'yicha qancha erkaklar va ayollar jamoasi kiritildi?</b>
16 ta erkaklar, 14 ta ayollar jamoasi
15 ta erkaklar, 19 ta ayollar jamoasi
13 ta erkaklar, 11 ta ayollar jamoasi
14 ta erkaklar, 18 ta ayollar jamoasi

<b>57. Gandbolda o'yin texnikasining maxsus usullariga qaysi javobdagilar kiradi?</b>
Barcha usullar kiradi

To'pni erga urib olib yurish va egallab olish
Chalg'itish (fint) va to'siq (zaslon) qo'yish
To'pni ilish, ushlab

<b>58. Gandbolda shaxsiy, guruh va jamoa harakatlarini egallash bu.....?</b>	
taktik tayyorgarlik	
texnik tayyorgarlik	
jismoniy tayyorgarlik	
ruhiy tayyorgarlik	

<b>59. Gandbolda himoyada muvoffaqiyatli harakat qilishning muhim holati to'g'ri keltirilgan qatorni belgilang?</b>	
joy tanlash	
hududiy himoya	
aralash himoya	
jamoaviy himoya	

<b>60. O'zbekiston davlat jismoniy tarbiya institutida gandbol mutaxassisligi bo'limi qachon ochilgan?</b>
1960-yilda
1975-yilda
1972-yilda
1963-yilda

<b>61. Gandbolda musobaqa o'tkazish tizimi?</b>
Aylanma, chiqib ketish, aralash
Chiqib ketish
Aylanma, aralash
Aylanma

<b>62. Gandbolda o'quv mashq jarayonining-yillik sikli nechta davrga bo'linadi?</b>
3 ta
2 ta
1 ta
4ta

<b>63. Gandbolda hujumda jamoalar asosan nechta taktik tizimni qo'llaydilar va ular qanday ataladi?</b>
2 ta tez yorib o'tish va pozitsion hujum
1 ta aldamchi harakat
3 ta tez yorib o'tish, aldamchi harakat, pozitsion hujum
To'g'ri javob berilmagan

<b>64. Gandbolda himoyada jamoa harakatlarini tashkil etishda nechta himoya tizimlaridan foydalaniladi va ular qaysilari?</b>
3 ta shaxsiy hududiy va aralash himoya
1 ta zonali himoya
2 ta aralash himoya
To'g'ri javob berilmagan



<b>65. Gandbol bo'yicha "Barkamol avlod" sport musobaqalari qachon birinchi marta o'tkazildi?</b>
2001 Jizzax
2000-yilda Namanganda
2002 Buxoro
2003 Xorazm

<b>66. Gandbol bo'yicha "Umid nixollari" sport musobaqalari qachon birinchi marta o'tkazildi?</b>
2002 Farg'ona
1999 Toshkent
2003 Xorazm
2001 Namangan

<b>67. Gandbol bo'yicha "Universiada" sport musobaqalari qachon birinchi marta o'tkazildi?</b>
2000-yil Namangan
2002-yil Buxoro
1999-yil Toshkent
2001-yil Andijon

<b>68. Gandbolda o'yin faoliyati tavsifiga qarab gandbol texnikasi qaysi yirik bo'limga ajratiladi?</b>
Maydon o'yinchisi va darvozabon texnikasi
Darvozabon, hujum va himoya texnikasi
Hujum va himoya texnikasi
Maydon o'yinchisi, hujum va himoya texnikasi

<b>69. Gandbolda taktika necha turkumga ajratiladi?</b>
Hujum va himoya taktikasi
Darvozabon, hujum va himoya taktikasi
Maydon o'yinchisi va darvozabon taktikasi
Maydon o'yinchisi, hujum va himoya taktikasi

<b>70. Gandbolda hujum o'yin taktikasi tasnifi?</b>
Individual harakatlar, gurux harakatlari, jamoa harakatlari
Harakatlanish, individual harakatlari
Harakatlanish, karshi hujum
Individual harakatlar, jamoa harakatlari

<b>71. Gandbolda jismoniy tayyorgarlik turlari ko'rsating?</b>
Umumiy va maxsus jismoniy tayyorgarlik
Umumiy jismoniy tayyorgarlik
Maxsus jismoniy tayyorgarlik
Ertalabki gigienik tayyorgarlik, jismoniy tayyorgarlik

<b>72. Gandbolchilarning umumiy va maxsus jismoniy tayyorgarligida asosiy o'rin tutadigan sifatlar?</b>
Kuch, tezkorlik, chidamlilik, chaqqonlik, egiluvchanlik
Epchillik, kuch, chidamlilik, tezkorlik, bakuvvatlik
Chaqqonlik, kuch, chidamlilik, epchillik.

Tezkorlik, kuchlilik, chidamlilik, yuguruvchanlik, epchillik
--

<b>73. Gandbolda o‘qitish usullari bu...?</b>
---

So‘zdan foydalanish, ko‘rgazmali qabul qilish, amaliy usul
--

Texnik-taktik, nazariy
------------------------

Ketma-ketlik, so‘zdan foydalanish, ko‘rgazmali qabul qilish
---

Individual, onglilik, amaliy
------------------------------

<b>74. Gandbolda musobaqa turlari bu...?</b>
--

Asosiy va yordamchi musobaqalar
---------------------------------

Kubok va chempionat musobaqalari
----------------------------------

Saralash va chempionat musobaqalari
-------------------------------------

Olimpiya o‘yinlari va chempionat musobaqalari
---

<b>75. Gandbol bo‘yicha ayollar jamoalari qachon va qayerda olimpiada o‘yinlariga kiritilgan?</b>
---

1976-yil Monrealda
--------------------

1972-yil Myunxenda
--------------------

1980-yil Moskvada
-------------------

1936-yil Germaniyada
----------------------

<b>76. Qachon va qayerda O‘zbekiston gandbol ayollar jamoasi birinchi marta Jahon chempionatida qatnashish huquqiga ega bo‘ldi?</b>
---

1997-yil Iordaniyada
----------------------

1992-yil Yaponiyada
---------------------

1996 yi O‘zbekistonda
-----------------------

1994-yil Qozog‘istonda
------------------------

<b>77. Gandbol bo‘yicha ayollar terma jamoasi birinchi marta qachon va qayerda bo‘lib o‘tgan Jaxon chempionatiga qatnashishgan?</b>
---

1997 -yil Germaniya
---------------------

2003-yil Frantsiya
--------------------

1999-yil Norvegiya
--------------------

1996-yil Janbiy koreya
------------------------

<b>78. Gandbol bo‘yicha O‘zbekiston erkaklar terma jamoasi qachon va qayerda birinchi marta Osiyo chempionatida qatnashishgan?</b>
--

2006-yil Doxa
---------------

2002-yil Pusan
----------------

1994-yil Xerosima
-------------------

1998-yil Seul
---------------

<b>79. Gandbol bo‘yicha “Barkamol avlod” sport musobaqalari ikkinchi marta qachon va qayerda o‘tkazildi?</b>
--

Andijon 2003
--------------

Namangan 2001
---------------

Qarshi 2006
-------------

Xorazm 2003
-------------

<b>80. Gandbol bo‘yicha “Umid nixollari” sport musobaqalari ikkinchi marta qachon va qayerda o‘tkazildi?</b>
--

Xorazm 2003
Buxoro 2002
Qarshi 2006
Andijon 2003

<b>81. Gandbol bo'yicha "Universiada" sport musobaqalari ikkinchi marta qachon va qayerda o'tkazildi?</b>
Buxoro 2002
Xorazm 2003
Andijon 2003
Namangan 2001

<b>82. 9 metrlik jarima to'pi bajarilganda himoya qilayotgan jamoa to'pdan necha metr uzoqlikda turishlari lozim?</b>
3 m
5 m
1 m
2 m

<b>83. Gandbol o'yinda sust hujumni qayd qilib to'pni raqib jamoasiga olib berish kimga bog'liq?</b>
Hakamga
Murabbiyga
Bosh xakamga
Sekundametristga

<b>84. Gandbol bo'yicha Erkaklar o'rtasida gandbol bo'yicha I jahon chempionati qachon o'tkazilgan?</b>
1970-yil
1960-yil
1950-yil
1980-yil

<b>85. Ayollar o'rtasida gandbol bo'yicha I jahon chempionati qachon o'tkazilgan?</b>
1971-yil
1963-yil
1955-yil
1973-yil

<b>86. Xalqaro gandbol federatsiyasining birinchi prezidenti kim?</b>
Gösta Byork
Kojuxov B.A.
Xolger Nilson
Pol Xogberg

<b>87. O'zbekiston Respublikasida gandbol bo'yicha birinchi "xizmat ko'rsatgan murabbiy" unvoni sohibi:</b>
Kaplinskiy V.B.
Ogirenko V.S.
Abduraxmanov F.A.

Izaak V.I.
------------

<b>88. Gandbolda “Sportchiga xos bo‘lmagan harakat” atamasini siz qanday tushunasiz?</b>
--

<b>Yuqoridagilarning barchasi</b>
-----------------------------------

Ongli ravishda raqibni chalsa, oyog‘i va tizzasi bilan tepsa
--

Raqib yugurayotganda yoki sakraganda, uni itarsa yoki boshiga to‘p bilan ursa
---

Raqib qo‘lidagi to‘pni sapchib urib olsa, so‘z bilan haqoratlasa
--

<b>89. Gandbolda musobaqa g‘olibi qanday aniqlanadi?</b>
--

<b>Shu musobaqada ko‘p ochko to‘plaganligi bilan</b>
--

O‘tkazib yuborilgan va urilgan gollar farqi bilan
---

Yutuqlar soniga qarab
-----------------------

Qo‘shimcha uchrashuvlar o‘tkazib
----------------------------------

<b>90. Gandbolda musobaqa o‘tkazishda qanday hujjatlar qo‘llaniladi?</b>
--

<b>Yuqoridagilarning barchasi</b>
-----------------------------------

Bayonnomalar va buyruq
------------------------

Jadvallar
-----------

Musobaqa nizomi, zayavka
--------------------------

<b>91. Gollar hisobiga kim mas‘ul hisoblanadi?</b>
--

<b>Maydondagi hakamlar</b>
----------------------------

Kotib
-------

Vaqtini hisobga oluvchi hakam
-------------------------------

Bosh hakam
------------

<b>92. Gandbolda qizil va sariq kartochkalarining o‘lchamini ko‘rsating.</b>
--

<b>9x12 sm</b>
----------------

5x7 sm
--------

4x8 sm
--------

6x9 sm
--------

<b>93. Gandbolda “Taym-aut” kartochkasining o‘lchamini ko‘rsating.</b>
--

<b>15x20 sm</b>
-----------------

18x18 sm
----------

16x19 sm
----------

15x15 sm
----------

<b>94. Gandbol jamoalarining soni bo‘yicha dunyoda qaysi davlat birinchi o‘rinda turadi?</b>
--

<b>Germaniya</b>
------------------

Daniya
--------

Ispaniya
----------

Rossiya
---------

<b>95. Gandbolda himoyada 3:3 o‘yin uslubini Xalqaro musobaqalarda birinchi bo‘lib qaysi terma jamoa qo‘llagan?</b>
---

<b>Yugoslaviya</b>
--------------------

Serbiya
---------

Daniya
--------

Frantsiya
-----------

<b>96. Hozirda Xalqaro Gandbol federatsiyagi (IHF) qancha davlat a'zo hisoblanadi?</b>
150 dan ortiq
102
85
100 ga yaqin

<b>97. Gandbolda bo'yicha mustaqillikdan keyin erkaklar o'rtasida O'zbekistonning birinchi chempioni qaysi jamoa?</b>
O'zDJTI
Quruvchi
Tankchi
O'zMU

<b>98. Gandbolda mustaqillikdan keyin ayollar o'rtasida O'zbekistonning birinchi chempioni qaysi jamoa?</b>
O'zDJTI
Sergeli
D klub-SKIF
Algoritm

<b>99. Gandbol o'yinining necha turi mavjud?</b>
2
4
1
3

<b>100. Gandbol bo'yicha ayollar o'rtasida birinchi jahon chempioni qaysi davlatda bo'lgan?</b>
GDR
Ruminiya
Yugoslaviya
Polsha

<b>101. Gandbol bo'yicha 8-12 yoshli bolalar o'rtasida o'tkaziladigan musobaqalarda har bir taym necha daqiqa davom etadi?</b>
20 daqiqadan 2 tayim
25 daqiqadan 2 tayim
15 daqiqadan 2 tayim
bu yoshdagilar uchun vaqt chegaralanmagan

<b>102. Gandbol bo'yicha 12-16 yoshli bolalar o'rtasida o'tkaziladigan musobaqalarda har bir taym necha daqiqa davom etadi?</b>
25 daqiqadan 2 tayim
20 daqiqadan 2 tayim
15 daqiqadan 2 tayim
bu yoshdagilar uchun vaqt chegaralanmagan

<b>103. Gandbol bo'yicha o'tkaziladigan musobaqalarda har bir jamoa necha marta taym-aut olishi mumkin?</b>
3 marta
2 marta

4 marta
hoxishiga ko'ra

<b>104. Gandbol darvozasi to'riga to'g'ri ta'rif berilgan qatorni belgilang?</b>
darvoza to'ri 5 mm qalinlikdagi kapron iplari bilan to'qiladi va uning kataklari 45×45 mm <sup>2</sup> bo'ladi
darvoza to'ri 10 mm qalinlikdagi kapron iplari bilan to'qiladi va uning kataklari 40×40 mm <sup>2</sup> bo'ladi
darvoza to'ri 15 mm qalinlikdagi kapron iplari bilan to'qiladi va uning kataklari 35×35 mm <sup>2</sup> bo'ladi
darvoza to'ri 8 mm qalinlikdagi kapron iplari bilan to'qiladi va uning kataklari 35×35 mm <sup>2</sup> bo'ladi

<b>105. Darvozabon maydonini belgilash uchun yuz chiziqqa qanday belgilanadi?</b>
yuz chiziqqa parallel ravishda 6 metr uzoqlikda 3 metr uzunlikda chiziq chiziladi
yuz chiziqqa parallel ravishda 7 metr uzoqlikda 3 metr uzunlikda chiziq chiziladi
yuz chiziqqa parallel ravishda 8 metr uzoqlikda 4 metr uzunlikda chiziq chiziladi
yuz chiziqqa parallel 9 metr uzoqlikda 7 metr uzunlikda chiziq chiziladi

<b>106. Gandbol to'plariga to'g'ri tarif berilgan qatorni belgilang?</b>
yumaloq shaklda, bir xil tusda, yuzasi charm va ichki qismi rezina kamerali, havoga to'ldiriladi
yumaloq shaklda, har xil tusda, yuzasi dermantin va ichki qismi rezina kamerali, havoga to'ldiriladi
yumaloq shaklda, bir xil tusda, yuzasi karapandan va ichki qismi selikonli kamerali, havoga to'ldiriladi
yumaloq shaklda, faqat qizil rangda, yuzasi rezinali va ichki qismi rezina kamerali, havoga to'ldiriladi

<b>107. 2-o'lchamli gandbol to'plariga to'g'ri tarif berilgan qatorni belgilang?</b>
to'p aylanasi 54-56 sm va og'irligi 325-375 g
to'p aylanasi 60-62 sm va og'irligi 320-325 g
to'p aylanasi 49-58 sm va og'irligi 375-390 g
to'p aylanasi 64-68 sm va og'irligi 250-350 g

<b>108. 3-o'lchamli gandbol to'plariga to'g'ri tarif berilgan qatorni belgilang?</b>
to'p aylanasi 58-60 sm, og'irligi 425-475 g
to'p aylanasi 60-62 sm va og'irligi 420-525 g
to'p aylanasi 49-58 sm va og'irligi 395-490 g
to'p aylanasi 64-68 sm va og'irligi 550-650 g

<b>109. Gandbolda texnik usullar deb nimaga aytiladi?</b>
gandbol o'yinini vujudga keltirish vositasidir
bir usulni mahorat bilan bajarish
o'yinchi va darvozabon mahorati
raqibga qarshi qo'llanilgan usullar

<b>110. Gandbolda o'yinida darvozabon uchun eng murakkab to'p otish usuli to'g'ri keltirilgan qatorni belgilang?</b>
to'pni yerga urib sapchitib otish
to'pni bir qo'llab darvozaning chap burchagiga otish
to'pni ikki qo'llab darvozaning chap burchagiga otish
to'pni bir qo'llab darvozaning o'ng burchagiga otish

<b>111. Gandbol o‘yinida qanday o‘yinchi ko‘proq foyda keltiradi?</b>
maydonda tez va tejamli harakat qiladigan o‘yinchi
usullarni mahorat bilan bajara oladigan o‘yinchi
mahoratli darvozabon
raqibga qarshi usul qo‘llay oladigan o‘yinchi

<b>112. Gandbolda qaysi hollarda guruh bo‘lib to‘siq qo‘yiladi?</b>
9 metrli erkin to‘p tashlashda
7 metrli jarima to‘p otishda
Guruhli to‘siq qo‘yish mumkin emas
7 va 9 metrli erkin to‘p tashlashda

<b>113. Gandbolda qaysi hollarda to‘pni urib chiqarish harakati amalga oshiriladi?</b>
to‘pni olib yurgan hujumchi bilan kurashishda
to‘pni qabul qilgan o‘yinchi bilan kurashishda
to‘pni olib yurgan darvozabon bilan kurashishda
to‘pni qabul qilgan zahidan tushgan o‘yinchi bilan kurashishda

<b>114. Gandbol o‘yinida eng qiyin va ma’suliyatli vazifani kim bajaradi?</b>
darvozabon
maydon o‘yinчилari
yarim himoyachi
hujumchi

<b>115. Darvozada turishning asosan qanday turlari mavjud?</b>
darvoza o‘rtasida va ustunlari yonida
darvozadan bir qadam oldinda
qo‘llar yuqorida, oyoq uchida
sakrab – sakrab darvoza o‘rtasida

<b>116. Gandbolda darvoza tomon tez yorib o‘tishda hujumchilar qanday joylashishi kerak?</b>
butun maydon kengligida bir yoki ikki qator bo‘lib
jarima chizig‘ida bir yoki ikki qator bo‘lib
himoyalanişda ikki yoki to‘rt qator bo‘lib
hujumda ikki yoki to‘rt qator bo‘lib

<b>117. Gandbolda oddiy va muddatidan ilgari yakunlanadigan hujumning ma’suliyatli usuli to‘g‘ri ko‘rsatilgan qatorni belgilang?</b>
Uzoq masofaga to‘p uzatib tez yorib o‘tish
jarima chizig‘ida to‘p uzatish
himoyalanişda to‘p uzatish
hujumda to‘p uzatish

<b>118. Gandbolda pozitsion hujumda eng ko‘p tarqalgan o‘yinчилarning chiziq bo‘ylab joylashishi to‘g‘ri keltirilgan qatorni belgilang?</b>
3-3 yoki 4-2 bo‘lib
4-4 yoki 4-2 bo‘lib
3-3 yoki 3-3 bo‘lib
2-2 yoki 4-4 bo‘lib

<b>119. Gandbolda eng oddiy taktik kombinatsiya to'g'ri keltirilgan qatorni belgilang?</b>
qaytar va chiq
aldamchi hujum
joy almashtirish
oddiy taktik kombinatsiya bo'lmaydi

<b>120. Gandbolda qarshi hujum muvaf-faqiyatining asosi to'g'ri keltirilgan qatorni belgilang?</b>
to'pni olib qo'yish
joy tanlash
aralash himoya
jamoaviy himoya

<b>121. Gandbolda himoyachi qanday vazifani bajaradi?</b>
hujumchilarni kam foyda keltiradigan harakat qilishga majbur etish
raqibni joy tanlashda hato qilishga undash
raqibni himoyalanihga majbur qilish
hujumchilarni jamoaviy himoyalanihiga undash

<b>122. Gandbolda nisbiy kuch deb nimaga aytiladi?</b>
o'yinchi tanasi og'irligining bir kilogrammiga to'g'ri keladigan miqdor
og'ir sport anjomlari bilan mashq bajarishda hosil buladigan jarayon
oqsilga boy ozuqaviy moddalar
nisbiy va mutadil kuch miqdori

<b>123. Gandbolchilar sakrovchanligini rivojlantirish uchun qanday usullardan foydalanish kerak?</b>
integral va musobaqalash
individual va klaster
frontal va musobaqa
guruhlarga bo'lib

<b>124. Gandbolda chaqqonlik deb nimaga aytiladi?</b>
sportchining harakatlari muvofiqlashgan va ular aniqligini bevosita kuchning va tezlikning yuqori darajasi ko'rsatalishi bilan bog'liq kompleks qobiliyatidir
gandbolchilarning bir harakatdan ikkinchi harakatga tez uta olish qobiliyatiga
gandbolchilar organizmini charchoqqa qarshi bardoshliyligiga
gandbolchilarning mashqlarni katta amplitudada bajarishga

<b>125. Gandbolda chidamlilik darajasi qanday baholanadi?</b>
faollik ko'rsatkichlari va uzoq davom etgan musobaqa harakatlarining samaradorligi bilan
gandbolchilarning bir harakatdan ikkinchi harakatga tez uta olish qobiliyati bilan
gandbolchilar organizmini charchoqqa qarshi bardoshliyligi bilan
gandbolchilarning mashqlarni katta amplitudada bajarish bilan

<b>126. Gandbolda egiluvchalik deb nimaga aytiladi?</b>
gandbolchilarning o'yinda uchrab turadigan harakatlarni katta amplitudada bajara olish qobiliyatiga
gandbolchilarning bir harakatdan ikkinchi harakatga tez uta olish qobiliyatiga
gandbolchilar organizmini charchoqqa qarshi bardoshliyligiga
faollik ko'rsatkichlari va uzoq davom etgan harakat qobiliyatiga



<b>127. Gandbolchilarning sport tayyorgarligi jarayoni nimaga bog'liq?</b>
o'yin texnikasining muntazam yaxshilanib borishiga
gandbolchilarning bir harakatdan ikkinchi harakatga tez uta olishiga
gandbolchilar taktik tayyorgarligida organizmini charchoqqa qarshi bardoshlilikiga
faollik ko'rsatkichlari va uzoq davom etgan harakat qobiliyatiga

<b>128. Gandbolda jamoaning mahorati nimaga bog'liq?</b>
o'yinchilarning texnik tayyorgarligining darajasiga
gandbolchilarning bir harakatdan ikkinchi harakatga tez uta olishiga
gandbolchilar taktik tayyorgarligiga
faollik ko'rsatkichlariga

<b>129. Gandbolda texnikani takomillashtirish uchun nimadan foydalaniladi?</b>
ma'lum bo'lgan barcha usullardan
gandbolchilar tezkorligidan
gandbolchilar taktik tayyorgarligidan
faollik ko'rsatkichlaridan

<b>130. Gandbolda o'yinning asosini nima tashkil etadi?</b>
texnika
taktika
jismoniy tayyorgarlik
antropometrik ko'rsatkichlar

<b>131. Gandbolda o'rgatish usullari shartli ravishda nechta guruhga bo'linadi?</b>
3 ta
2 ta
4 ta
Guruhga bo'linmaydi

<b>132. Gandbolda ko'rgazmali o'rgatish usuliga to'g'ri ta'rif berilgan qatorni belgilang?</b>
o'rganilayotgan harakatlarning ko'z bilan ko'rish va eshitish orqali qabul qilish
jismoniy harakatlarni musobaqalashuv tarzida o'rgatish
har bir harakatni bo'laklarga bo'lib o'rgatish
asosiy harakatlarni guruhlarga bo'lib o'rgatish

<b>133. Gandbolda amaliy usullar qanday faoliyatga asoslangan?</b>
shug'ullanuvchilarning faol harakat faoliyatiga
Jismoniy va aqliy harakatlarga
texnik chalg'ituvchi harakatlarga
Asosiy tezlik harakatlarga

<b>134. Gandbolda qismlarga bo'lib o'rgatish usuliga to'g'ri ta'rif berilgan qatorni belgilang?</b>
dastlab harakatlarning alohida qismlarini o'rganishni, keyinchalik esa kerakli darajada butun holda birlashtirish
jismoniy harakatlarni musobaqalashuv tarzida o'rgatish
o'rganilayotgan harakatlarning ko'z bilan ko'rish va eshitish orqali
asosiy harakatlarni guruhlarga bo'lib o'rgatish

<b>135. Gandbol sport turi bilan necha yoshdan boshlab shug'ullanish mumkin?</b>
--

9-10 yoshdan
10-12 yoshdan
12-14 yoshdan
6-8 yoshdan

<b>136. Gandbolda yugurish qanday tartibda o'rgatiladi?</b>
oddiy, tezlikni o'zgartirib, yo'nalishni o'zgartirib, qadamlarni chalishtirib, har xil sapchishlar yordamida
uzoq masofaga yugurish, sportcha yurish yordamida
sakrab yugurish, xakkalab yugurish, tezlikni o'zgartirib
ilon izi bo'lib harakatlanish, o'rta masofaga yugurish

<b>137. Gandbolda sakrash qanday tartibda o'rgatiladi?</b>
joydan va yugurib kelib avval ikki oyoqda, keyin bir oyoqda sakrash
har xil sarchishlar yordamida sakrash
sakrab yugurish va xakkalab sakrash
har xil to'siqlardan sakrash

<b>138. Gandbolda sakrab to'p otishning barcha harakatlarini qanday boshlash kerak?</b>
joyida turib
harakatda
immitatsion harakatlar bilan
sakrab

<b>139. Gandbolda chalg'itishga o'rgatishning dastlabki mashqlarida himoyachi qanday harakat qilsa maqsadga muvofiq hisoblanadi?</b>
sust harakat
faol harakat
farq qilmaydi
shiddatli harakat

<b>140. Gandbolda individual taktik harakatlarga qanday o'rgatiladi?</b>
texnik usullarni o'rgatish bilan barobar boshlanadi
ikkinchi harakatga tez uta olish bilan
jismoniy tayyorgarlik bilan
ruhiy tayyorgarlik bilan

<b>141. Gandbolda dastlabki tayyorgarlikning birinchi davrining asosiy vazifalari to'g'ri keltirilgan qatorni belgilang?</b>
bolalarga gandbolga bo'lgan qiziqishini uyg'otish va sport mahorati uchun umumiy zamin yaratish
mashqlarni biologik va pedagogik jihatdan tanlab olish
ixtisoslikni chuqur o'zlashtirish
ixtisoslikni takomillashtirish

<b>142. Bolalarning gandbol o'yini uchun kerak bo'lgan ko'nikma va mahoratlari haqida to'liq ma'lumot qanday olinadi?</b>
trener pedagogik kuzatishlar va maxsus nazorat mashqlari tizimi orqali
mashqlarni biologik va pedagogik jihatdan tanlab olish orqali
ixtisoslikni chuqur o'zlashtirish orqali
ixtisoslikni takomillashtirish orqali

**143. Gandbolchining o‘yin faoliyati uchun kerak bo‘lgan asosiy xusiyatlari to‘g‘ri ko‘rsatilgan qatorni belgilang?**

1,5-2 yil mobaynida to‘g‘ri tashkil etilgan o‘quv-mashg‘ulotlari orqali

dastlabki o‘zgarishlar orqali

ixtisoslikni chuqur o‘zlashtirish orqali

ixtisoslikni takomillashtirish orqali

**144. Gandbol mashg‘ulotlari bo‘yicha o‘quv g‘uruhlarini tashkil etish uchun bolalar qanday tanlab olinadi?**

bo‘yiga

qo‘l kuchiga

sakrovchanligiga

tezkorligiga

**145. Gandbol mashg‘ulotlarida yuklama hajmi qanday belgilanadi?**

bajarish muddati bilan

jismoniy tayyorgarlik bilan

ruhiy tayyorgarlik bilan

texnik tayyorgarlik bilan

**146. Gandbolda trenirovka hajmi qanday aniqlanadi?**

mashqlar bajarishga ketgan vaqt yoki mashqlarni bajarish soni bilan

usullarni ketma-ketlikda bajarish bilan

jismoniy mashqlarni ketma-ketlikda bajarish bilan

maxsus tayyorgarlikni rivojlantirish vositalari bilan

**147. Gandbolda o‘smirlar va katta yoshdagi sportchilarning tayyorgarligi qanday aniqlanadi?**

ko‘p yillik mashg‘ulot jarayonida muntazam baholab borish bilan

usullarni ketma-ketlikda bajarish bilan

jismoniy mashqlarni ketma-ketlikda bajarish bilan

maxsus tayyorgarlikni rivojlantirish vositalari bilan

**148. Gandbolda 30 metrli masofaga yugurish sinov me‘yorini qaysi paytida qabul qilish maqsadga muvofiq?**

ertalabki mashg‘ulotda yoki o‘yin kunining birinchi yarmida

mashg‘ulotlardan so‘ng

30 metrli masofaga yugurish sinov me‘yori qabul qilinmaydi

maxsus tayyorgarlikni rivojlantirish vaqtida

**149. Gandbolda sinov me‘yorlarini qaysi hollarda qabul qilish tavsiya etilmaydi?**

yuqori jismoniy yuklamada o‘tgan mashg‘ulotdan so‘ng

ertalabki mashg‘ulotda

o‘yin kunining birinchi yarmida

musobaqalardan so‘ng

**150. Gandbolda 30 metrli masofaga yugurish sinov me‘yori qaysi jismoniy sifatni rivojlanganlik darajasini aniqlashga imkoniyat yaratadi?**

tezkorlik

kuch

chidamlilik

chaqqonlik
------------

<b>151. Gandbolda joydan turib uzunlikka sakrash sinov me'yori qaysi jismoniy sifatni rivojlanganlik darajasini aniqlashga imkoniyat yaratadi?</b>
--

tezkorlik-kuch
----------------

kuch
------

chidamliylik
--------------

egiluvchanlik
---------------

<b>152. Gandbolda musobaqalar necha turga bo'linadi?</b>
--

asosiy va yordamchi
---------------------

zonali
--------

aylanma
---------

aralash
---------

<b>153. Gandbolda musobaqaning asosiy turlariga qanday musobaqalar kiradi?</b>
--

birinchilik yoki chempionatlar, kubok va saralash musobaqalari
--

zonali va hududiy musobaqalari
--------------------------------

vilot, tuman va respublika musobaqalari
---

nazorat va o'rtoqli uchrashuvlar, qisqartirilgan musobaqalari
---

<b>154. Gandbolda musobaqaning yordamchi turlariga qanday musobaqalar kiradi?</b>
---

nazorat va o'rtoqli uchrashuvlar, qisqartirilgan musobaqalari
---

zonali va hududiy musobaqalari
--------------------------------

vilot, tuman va respublika musobaqalari
---

birinchilik yoki chempionatlar, kubok va saralash musobaqalari
--

<b>155. Gandbolda saralash musobaqalari qanday maqsadda o'tkaziladi?</b>
--

musobaqaning keyingi bosqida qatnashish uchun eng kuchli jamoalarni aniqlash maqsadida
--

g'oliblarni qisqa muddatlarda aniqlash maqsadida
--

iqtidorli sportchilarni saralash maqsadida
--

olimpiya o'yinlariga saralash maqsadida
---

<b>156. Gandbolda nazorat uchrashuvlari qanday maqsadda o'tkaziladi?</b>
--

jamoalarni bo'lajak aniqlash musobaqalarga tayyorlash va ularning tayyorgarligini tekshirish maqsadida
--

g'oliblarni qisqa muddatlarda aniqlash maqsadida
--

musobaqaning keyingi bosqida qatnashish uchun eng kuchli jamoalarni aniqlash maqsadida
--

olimpiya o'yinlariga saralash maqsadida
---

<b>157. Gandbolda o'rtoqlik uchrashuvlari qanday o'tkaziladi?</b>
---

o'quv-mashg'ulot maqsadlarida yoki an'anaviy musobaqa rejasida
--

g'oliblarni qisqa muddatlarda aniqlash rejasida
---

musobaqaning keyingi bosqida qatnashish uchun tuzilgan rejasida
---

olimpiya o'yinlariga saralash rejasida
--

<b>158. Gandbolda qisqartirilgan musobaqalar qanday o'tkaziladi?</b>
--

bir necha soat mobaynida
--------------------------

bir kundan ko'p bo'lmagan
---------------------------

davriy
--------

chorakli
----------

<b>159. Gandbol musobaqalari qanday rejalashtiriladi?</b>
---

markazlashtirilgan tarzda
---------------------------

hududiy ko‘rinishda
---------------------

davriy holatda
----------------

chorakli holatda
------------------

<b>160. Gandbol musobaqalari asosan qanday tizimda o‘tkaziladi?</b>
---

aylanma va chiqib ketish tizimlarida
--------------------------------------

faqat aylanma tizimida
------------------------

faqat chiqib ketish tizimida
------------------------------

bosqichli tizimda
-------------------

<b>161. Gandbolda musobaqada o‘yinlarni aylanma tizim bo‘yicha qanday o‘tkaziladi?</b>
--

jamoalar bir-birlari bilan bir marotaba uchrashishlari kerak
--

yutkazgan jamoalar musobaqani davom ettirmaydi
--

g‘oliblar ochkolar orqali aniqlanadi
--------------------------------------

yutkazgan jamoa keyingi davrada davom ettirmaydi
--

<b>162. Gandbolda musobaqada o‘yinlarni chiqib ketish tizim bo‘yicha qanday o‘tkaziladi?</b>
--

yutkazgan jamoalar musobaqani davom ettirmaydi
--

jamoalar bir-birlari bilan bir marotaba uchrashishlari kerak
--

g‘oliblar ochkolar orqali aniqlanadi
--------------------------------------

yutkazgan jamoalar bir-birlari bilan uchrashadilar
--

<b>163. Gandbol bo‘yicha eng yirik musobaqalar to‘g‘ri ko‘rsatilgan qatorni belgilang?</b>
--

Jahon birinchiligi, olimpiya o‘yinlari
--

Yevropa birinchiligi, olimpiya o‘yinlari
--

Osiyo birinchiligi, olimpiya o‘yinlari
--

Jahon kubogi, olimpiya o‘yinlari
----------------------------------

Tuzuvchilar:

\_\_\_\_\_ B.Ne‘matov

\_\_\_\_\_ A.Turdaliyev