

“Trofi-reyd” sport turidan test savollari

Savol	Manbasi va sahifasi
1. Trofi-reyd sport turiga ta’rif bering?	Правила организации и проведения соревнования по трофи-рейдам. Минск 2020 г
+ Trofi-reyd - bu off-road musobaqasi bo'lib, odatda to'liq g'ildirakli transport vositalarida (SUV), maxsus yo'ltanlamas mototsikllarda, ATVlarda.	
Trofi-raid- bu yo'ltanlamas avtomobillar uchun mo'ljallangan avtomobil musobaqasining maxsus turi.	
Musobaqaning maqsadi qo'pol va botqoqli erlarda qiyin masofani bosib o'tishdir	
Ehtimol, bu avtosportdagi eng ajoyib musobaqalardan biri.	
2. Trofi-reyd sport turini paydo bo'lishi?	Правила организации и проведения соревнования по трофи-рейдам. Минск 2020 г
+ G'arbiy Germaniyada	
Italiyada	
AQSHda	
Rossiyada	
3. Trofi-reyd sport turi qanday sport turi?	Правила организации и проведения соревнования по трофи-рейдам. Минск 2020 г
+ Trophy-reyd - bu jamoaviy sport	
Trophy-reyd – bu yakka sport	
Trophy-reyd - bu oddiy sport	
Trophy-reyd - bu hamkorlikda sport	
4. Trofi-reyd sport turida bir jamoada qancha sportchi ishtirok etadi?	Правила организации и проведения соревнования по трофи-рейдам. Минск 2020 г
+ 2-3 kishidan iborat ekipajlar	
1-2 kishidan iborat ekipajlar	
4-3 kishidan iborat ekipajlar	
4-5 kishidan iborat ekipajlar	
5. Trof-reyd sportchilari qanday litsenziyaga ega bo'lishi kerak?	Правила организации и проведения соревнования по трофи-рейдам. Минск 2020 г
+ Haydovchilar milliy avtosport federatsiyasi tomonidan berilgan litsenziyaga ega bo'lishi kerak	
Afrika	
Lotin Amerika	
Angliya	
6. Trofi-reyd sport turini maqsadi nimadan iborat?	Правила организации и проведения соревнования по трофи-рейдам. Минск 2020 г
+ Musobaqaning maqsadi qo'pol va botqoqli erlarda qiyin masofani bosib o'tishdir	
Marshrutning ayrim segmentlarini, jumladan, maxsus	

bosqichlarni bosib o'tish	
Masofani yugurib o'zgartirgani uchun	
katta texnik imkoniyatlarni va sportchilarning yuqori tayyorgarligini talab qiladi.	
7. Trofi-reyd sport musobaqasida ishtirok etish uchun avtomobillari qanday bo'lish kerak?	Правила организации и проведения соревнования по трофи-рейдам. Минск 2020 г
+Avtomobillar odatda musobaqada ishtirok etish uchun, qoida tariqasida, maxsus ustaxonalarda yoki mustaqil ravishda sportchilar tomonidan maxsus tayyorlanadi.	
Marshrutida tezlik past, shuning uchun asosiy e'tibor transport vositalarining ishonchliligiga qaratiladi.	
Avtomobil musobaqasi bo'lib, asosan yo'ldan tashqarida tashkil etilgan	
8. Trofi-reyd sport musobaqasini davomiyligi qancha?	Правила организации и проведения соревнования по трофи-рейдам. Минск 2020 г
+ Musobaqaning davomiyligi 150 soatdan oshmaydi	
Musobaqaning davomiyligi 152 soatdan oshmaydi,	
Musobaqaning davomiyligi 151 soatdan oshmaydi,	
Musobaqaning davomiyligi 155 soatdan oshmaydi,	
9. Trofi-reyd sport musobaqasini uzunligi qancha?	Правила организации и проведения соревнования по трофи-рейдам. Минск 2020 г
+ masofaning uzunligi 500 km dan oshmaydi	
masofaning uzunligi 400 km dan oshmaydi	
masofaning uzunligi 300 km dan oshmaydi	
masofaning uzunligi 200 km dan oshmaydi	
10. Xalqaro avtomobil federatsiyasi qachon, nechanchi yilda tashkil topgan?	Правила организации и проведения соревнования по трофи-рейдам. Минск 2020 г
+ 1904-yil tashkil etilgan.	
1900-yil tashkil etilgan.	
1988-yil tashkil etilgan.	
1908-yil tashkil etilgan.	
11. Trassa musobaqalarida nima e'tibor berishi kerak?	Правила организации и проведения соревнования по трофи-рейдам. Минск 2020 г
+ marshrut, harakat, uchastka, er, yo'l kitobida ko'rsatilgan tanlov uchun foydalaniladi.	
Jismoniy tayyorgarlik, kuch, chaqqonlik	
Umumiy jismoniy tayyorgarlik, tezkorlik, chidamlilik	
Maxsus jismoniy tayyorgarlik, chaqqonlik, egiluvchanlik.	
12. Trofi-reyd musobaqasida yo'l kitob deganda nimani tushunasiz?	Правила организации и проведения соревнования по трофи-рейдам. Минск 2020 г

+ ekipajlarning yo'nalishini va musobaqa marshrutidan o'tish xususiyatlarini belgilaydigan hujjat.	
Yo'l kitobini berish tartibi	
Musobaqa qoidalarida nazarda tutilgan	
Musobaqa qoidalariga amal qilish	
13. "Avtomobillar necha toifasi o'quv guruhlariga bo'lingan?"	Правила организации и проведения соревнования по трофи-рейдам. Минск 2020 г
+3	
2	
3	
4	
14.O'zbekiston milliy paralimpiya assotsiatsiyasi qachon tashkil topgan?	www.paralimpic.uz Olimpiya bilim asoslari. O'quv qo'llanma. "Sharq" 2018-yil, 14-bet
+ 2007 yil	
2002 yil	
2010 yil	
2008 yil	
15.O'zbekiston Respublikasi Rrezidentining "Paralimpiya harakatini rivojlantirishga doir qo'shimcha chora-tadbirlar to'g'risida"gi PQ-5114-son qarori qachon qabul qilindi.	www.paralimpic.uz Olimpiya bilim asoslari. O'quv qo'llanma. "Sharq" 2018-yil, 12-bet
+2021 yil 18-may	
2020 yil 20-may	
2019 yil 14 avgust	
16. TP1 toifasi deganda nimani tushunasiz?	Правила организации и проведения соревнования по трофи-рейдам. Минск 2020 г
+ Maxsus tayyorgarliksiz seriyali transport vositalari.	
kubok-reyd musobaqalarida ishtirok etish uchun maxsus tayyorlangan ishlab chiqarish avtomobillari.	
jaxon-reyd musobaqalarida ishtirok etish uchun maxsus tayyorlangan ishlab chiqarish avtomobillari.	
respublika-reyd musobaqalarida ishtirok etish uchun maxsus tayyorlangan ishlab chiqarish avtomobillari.	
17. TP2 toifasi deganda nimani tushunasiz?	Правила организации и проведения соревнования по трофи-рейдам. Минск 2020 г
+ kubok-reyd musobaqalarida ishtirok etish uchun maxsus tayyorlangan ishlab chiqarish avtomobillari.	
maxsus tayyorgarliksiz seriyali transport vositalari.	
asosiy tayyorgarliksiz seriyali transport vositalari.	
Xalqaro sport musobaqalari transport vositalari	
18. TP3 toifasi deganda nimani tushunasiz?	Правила организации и проведения соревнования по трофи-рейдам. Минск 2020 г

+ Tayyorlanishi TP2 toifasi va ushbu toifaning xususiyatlariga javob beradigan, dizayn prototiplari talablariga javob bermaydigan ishlab chiqarish avtomobillari.	
kubok-reyd musobaqalarida ishtirok etish uchun maxsus tayyorlangan ishlab chiqarish avtomobillari.	
jaxon-reyd musobaqalarida ishtirok etish uchun maxsus tayyorlangan ishlab chiqarish avtomobillari.	
grand-reyd musobaqalarida ishtirok etish uchun maxsus tayyorlangan ishlab chiqarish avtomobillari.	
19. Trofi-reyd musobaqasida avtoulavlarni ta'mirlash qachon ruxsat beriladi?	Pedr Davis, The Macquarie Dictionary of Motoring, 1986, page 394
+ Musobaqaning butun muddati davomida ruxsat etiladi.	
Musobaqa boshida ruxsat etiladi.	
Musobaqa o'rtasiadi ruxsat etiladi.	
Musobaqa oxirida ruxsat etiladi.	
20. Kuch sifatleri qanday aniqlanadi?	J.Axmedov "Jismoniy tarbiya nazariyasi va uslubiyati". O'quv uslubiy majmua. 2021-yil, 48-bet
+Uloqtirishda	
Sakrashda	
Yugurishda	
Chaqqonlikda	
21. Xalqaro paralimpiya qo'mitasi qachon tashkil topgan?	www.paralimpiya.org . Olimpiya bilim asoslari. O'quv qo'llanma. "Sharq" 2018-yil, 44-bet
+1989 yil 22 sentyabr	
1990 yil 20 may	
1988 yil 10 yanvar	
1987 yil 5 fevral	
22. Kuch deb nimaga aytiladi	K.Mahkamdjanov, R. Salomov, I.Ikramov "Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi". (darslik).T 2008-yil, 94-bet
+ Kuch deb tashqi qarshilikni muskullar tarangligi bilan yengish qobiliyatiga aytiladi	
Mutloq kuchga	
Turli buyumlar bilan bajariladigan harakatga	
Portlovchi kuchga	
23.Avtomobilchilarda maxsus chidamlilikni tarbiyalash uslublariga:	K.Mahkamdjanov, R. Salomov, I.Ikramov "Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi". (darslik).T 2008-yil, 95-bet
+Takrorlash va o`zgaruvchan mashqlar uslubi	
Musobaqa uslublari	
Butun modellashtirish uslubi	
Tranzivit uslublar	
24. Avtopoygada vaqtni nima bilan o'lcaydi ?	K.Mahkamdjanov, R. Salomov, I.Ikramov "Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi". (darslik).T

	2008-yil, 91-bet
+Vaqt o'Ichagich (sekundomer) bilan	
Soat bilan	
Metr bilan	
O'lcha maydi	
25. Trofi-marafon turini maofasi qancha?	Правила организации и проведения соревнований по трофи-рейдам. Минск 2020 г
masofaning uzunligi 500 km	
masofaning uzunligi 400 km	
masofaning uzunligi 300 km	
masofaning uzunligi 200 km	
26. Avtomobil sportida umumiy chidamlilikni tarbiyalash uslublarini toping?	К.Маhкамджанов, Р. Саломов, И.Икрамов “Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi”. (darslik).T 2008-yil, 102-bet
+Takrorlash va o`zgaruvchan mashqlar uslubi	
Musobaqa uslublari	
Butun modellashtirish uslubi	
Tranzivit uslublari	
27. Avtomobilchi murakkab kordinatsiyali jismoniy mashqlar bajarganda qaysi jismoniy sifatni rivojlantiradi?	К.Маhкамджанов, Р. Саломов, И.Икрамов “Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi”. (darslik).T 2008-yil, 103-bet
+Chaqqonlik	
Tezkorlik	
Kuch	
Chidamlilik	
28. Egiluvchanlikning o'lchovi bo'lib nima xizmat qiladi?	К.Маhкамджанов, Р. Саломов, И.Икрамов “Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi”. (darslik).T 2008-yil, 104-bet
+Harakatlarnig maksimal amplitudasidir	
Ma'lum pozadagi mashqlarning o'lchamlari	
Faol, sust egiluvchanlik o`rtasidagi farq	
«Egiluvchanlik zahirasi»	
29. Avtomobil spotida yangi harakat amalini tez o`zlashtirib olish va harakat faoliyatini to`satdan o`zgarayotgan sharoit talablariga muvofiq ravishda tez qayta qurish qobiliyatidir bu.....	К.Маhкамджанов, Р. Саломов, И.Икрамов “Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi”. (darslik).T 2008-yil, 96-bet
+Chaqqonlikdir	
Tezkorlik jismoniy sifati	
Kuch jismoniy sifati	
Chidamkorlik jismoniy sifati	
30. Uchrashuvdan oldin avtomobilchini asabiylashtiradigan eng kuchli omil nima?	К.Маhкамджанов, Р. Саломов, И.Икрамов “Jismoniy madaniyat

	nazariyasi va metodikasi”. (darslik).T 2008-yil, 83-bet
+Mag’lub bo’lishdan qo’rqish	
Raqibning ochkosi	
Musobaqa saviyasi	
Trenerning yo’qligi	
31.Falstart nima?	K.Mahkamdjanov, R. Salomov, I.Ikramov “Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi”. (darslik).T 2008-yil, 70-bet
+Hakamning buyrug’idan oldin harakatni boshlash	
Hakamning ko’rsatmasi bo’yicha harakat qilish	
Sportchining yuqori jismoniy tayyorgarligi	
Sportchining musobaqaga etarlicha tayyor emasligi	
32.Asosiy jismoniy sifatlarni tarbiyalashda va zarur jismoniy harakat ko’nikmalari va malakalarini takomillashtirishda qanday mashqlardan foydalaniladi?	K.Mahkamdjanov, R. Salomov, I.Ikramov “Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi”. (darslik).T 2008-yil, 80-bet
+Umumrivojlantiruvchi mashqlardan	
Maxsus mashqlardan	
Jismoniy mashqlardan	
Tezkor-kuch sifatini rivojlantiruvchi mashqlardan	
33. Avtosportda o’rta masofalarga qaysi jismoniy sifatlari birlamchi hisoblanadi?	K.Mahkamdjanov, R. Salomov, I.Ikramov “Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi”. (darslik).T 2008-yil, 82-bet
Chidamlilik, tezlik, kuch	
Chaqqonlik, tezkorlik	
Kuch, chaqqonlik	
Tezlik, chidamlilik, egiluvchanlik	
34.Butun musobaqa siklida, butun o’yin davomida avtomobilchining maxsus ish qobiliyatini ta’minlovchi, tennischining bu sifati qanday nomlanadi?	K.Mahkamdjanov, R. Salomov, I.Ikramov “Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi”. (darslik).T 2008-yil, 103-bet
+O’yindagi chidamlilik	
Kuchtalab chidamlilik	
Organizm ustivorligi	
Tezlikdagi chidamlilik	
35.Sportchining qaysi sifatlari avtomobilchi uchun maxsus hisoblanadi?	K.Mahkamdjanov, R. Salomov, I.Ikramov “Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi”. (darslik).T 2008-yil, 110-bet
+O’zini va raqibning xarakatlarini taxlil qila bilish	
Sakrovchanlik, sakrashdagi chidamlilik, o’yindagi	

chidamlilik, tezlikdagi chidamlilik	
Yangi o'yin usullarini o'zlashtirishdagi qobiliyat	
Kuch, tezlik, chaqqonlik, chidamlilik, egiluvchanlik	
36.Avtomobil sportiga o'rgatish jarayonida qaysi bir guruh usullarning klassifikasiya bilan kelishgan holda asosiy lari bo'lib hisoblanadi?	K.Mahkamdjanov, R. Salomov, I.Ikramov "Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi". (darslik).T 2008-yil, 67-bet
+So'z, ko'rsatmali va amaliy usullar	
Amaliy va ko'rsatmali usul	
So'z va ko'rsat mali usul	
Musobaqa, so'z va ko'rsat mali usul	
37.Texnikani takomillshatirishda qaysi usullar ko'maklaniladi?	K.Mahkamdjanov, R. Salomov, I.Ikramov "Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi". (darslik).T 2008-yil, 76-bet
+So'z va ko'rsatma uslubi	
Mashqlar uslubi	
Ideomotor uslubi	
Ko'rsatmali uslubi	
38.Kuchli avtomobilchilarda texnika qanday ahamiyatga ega?	K.Mahkamdjanov, R. Salomov, I.Ikramov "Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi". (darslik).T 2008-yil, 44-bet
+Yuqori tezlikda harakati	
Boshlanganda ko'paydi, keyin kamaydi	
Baland tezlikda	
Yuqori tempda	
39.Muammoli vaziyatga tushib qolingach, qanday ishlar amalga oshirilishi lozim?	K.Mahkamdjanov, R. Salomov, I.Ikramov "Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi". (darslik).T 2008-yil, 53-bet
+Muammoni qo'ya bilish va uni xal qilish yo'llarini topa bilish	
Yordam izlash	
Sabr qilish va muammoni o'z-o'zidan xal qilishni kutish	
Ilmiy asos izlash	
40.Axborot yig'ishning asosiy manbalari?	K.Mahkamdjanov, R. Salomov, I.Ikramov "Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi". (darslik).T 2008-yil, 19-bet
+Chop etilgan materiallar, o'yinlarni nazorat qilish, sport va murabbiylar bilan o'tkazilgan suxbat, so'rovnomalar natijasi	
Murabbiy va sportchilari bilan suxbat o'tkazish	
Teleko'rsatuv muxokamasi	
CHop etilgan materiallar	
41.Rejalashtirishning qanday turlarini bilasiz?	K.Mahkamdjanov, R. Salomov, I.Ikramov "Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi". (darslik).T 2008-yil, 146-bet

+Perspektiv, joriy, tezkor	
Tezkor, joriy	
Tezkor	
Bosqichli	
42.Pedagogik kuzatish bu.....	K.Mahkamdjanov, R. Salomov, I.Ikramov “Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi”. (darslik).T 2008-yil, 22-bet
+Aniq maqsadni ko‘zda tutib, reja asosida bilimlarni o‘zlashtirish va haqiqiy ma’lumotlar yig‘ish uchun o‘tkaziladigan pedagogik tajribadir	
Pedagogik kuzatish dars jarayonida va mashg‘ulot jarayonida o‘tkazilgan tahlil natijalari	
Pedagogik kuzatuv har xil vazifalar, rejalashtirilgan va maxsus tashkil etilgan darslarda o‘tkazish	
Pedagogik tajriba jarayonida har xil ruxiy va tibbiy usullar qo‘llanilishi	

43.Annotatsiya bu.....	K.Mahkamdjanov, R. Salomov, I.Ikramov “Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi”. (darslik).T 2008-yil, 23-bet
+Olingan ma’lumotlarning qisqacha mazmuni va ularni tanqidiy baholash	
Olingan ma’lumotlarni qisqacha tahlil qilish	
Ilmiy ishning maqsadi va mazmunini to‘liq aks ettirilishi	
Olingan natijalarning umumiy xulosasi	
44.Ilmiy metod bu...?	K.Mahkamdjanov, R. Salomov, I.Ikramov “Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi”. (darslik).T 2008-yil, 24-bet
+ Ilmiy muammoni echishning usuli	
Referat tayyorlash usuli	
Bilimlar majmui	
Faoliyatning davriyligi	
45.Ilmiy ishlarning tuzilishi qanday?	K.Mahkamdjanov, R. Salomov, I.Ikramov “Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi”. (darslik).T 2008-yil, 25-bet
+Dolzarblik, kirish, amaliy tajribalarni umumlashtirish, vazifalar, uslublar, tadqiqotni tashkil etish, tadqiqot natijalari, xulosalar adabiyotlar	
Kirish, adabiyot, axborot, tekshirish natijalari	
Amaliy tajribalarning yakuni va uning dolzarbligi	
Ilmiy tekshirishni tashkil etish va uslubi, vazifalari	
46.Uzoq masofalarga avtomobilda yurish qaysi jimoniy sifatlar birlamchi hisoblanadi?	K.Mahkamdjanov, R. Salomov, I.Ikramov “Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi”. (darslik).T 2008-yil, 46-bet
Maxsus chidamlilik	
Chaqonlik, tezkorlik	

Kuch, chaqqonlik	
Chidamlilik, egiluvchanlik	
47. Har qanday ilmiy tadqiqotning dastlabki bosqichi nimadan boshlanadi?	K.Mahkamdjanov, R. Salomov, I.Ikramov "Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi". (darslik).T 2008-yil, 23-bet
+Muammoni qo'yish	
Boshqa sohalarning bilimlarini izlash	
Maqsadni aniq bilish	
Zamonaviy axborot texnologiyalari bilan tanishish	
48. O'quv-mashg'ulot jarayonini nazorat qilishda qanday usublardan foydalaniladi?	K.Mahkamdjanov, R. Salomov, I.Ikramov "Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi". (darslik).T 2008-yil, 27-bet
+Pedagogik, psixologik, fiziologik	
Pedagogik uslublar	
Fiziologik uslublar	
Psixologik uslublar	
49. Musobaqani o'tkazishda qanday xujjatlar yuritiladi?	K.Mahkamdjanov, R. Salomov, I.Ikramov "Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi". (darslik).T 2008-yil, 69-bet
+Buyruq, musobaqa nizomi, taqdimnoma, bayonnoma, jadval	
Musobaqa nizomi	
Bayonnoma, jadval	
Buyruq va federatsiyaning ruxsatnomasi	
50. Boshlang'ich tayyorgarlik bosqichida 1 – o'quv yili uchun haftalik mashg'ulot soni va vaqti?	K.Mahkamdjanov, R. Salomov, I.Ikramov "Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi". (darslik).T 2008-yil, 70-bet
+3 marta 90 daqiqadan	
3 marta 80 daqiqadan	
3 marta 60 daqiqadan	
4 marta 90 daqiqadan	
51. Xronometraj usuli bilan mashg'ulotning qaysi ko'rsatkichi aniqlanadi?	K.Mahkamdjanov, R. Salomov, I.Ikramov "Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi". (darslik).T 2008-yil, 72-bet
+Mashqlar hajmi	
Mag'ulotning dinamik yuklamasi	
Mashg'ulotlar zichligi	
Mashqlar unumdorligi	
52. Trofi-reyd sportida strategiyasi asosi nima?	K.Mahkamdjanov, R. Salomov, I.Ikramov "Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi". (darslik).T 2008-yil, 14-bet
+Raqibning zaif tomonlarini aniqlay bilish	
Himoyalash va qarshi xujum qila bilish	
Niqoblangan zarbalarni bajara bilish	
Musobaqa davomida tezkor fikrlashning yuqori darajasi	
53. Avtomobil sport mashg'ulotlarining unumdorligini	K.Mahkamdjanov, R. Salomov,

baholashning eng ko'p tarqalgan usullari qanday nomlanadi?	I.Ikramov "Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi". (darslik).T 2008-yil, 54-bet
+Tasavvurlarni tahlil qilish	
Ko'zdan o'tkazish va ekspert bahosi	
Kuzatuv va pedagogik tahlil	
Xronometraj va puls o'lchash	
54.Avtomobil sport mashg'ulotlari qanday xujjatlar asosida o'tkaziladi?	K.Mahkamdjanov, R. Salomov, I.Ikramov "Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi". (darslik).T 2008-yil, 87-bet
+Yillik reja	
Dars rejalari	
Mashg'ulotlar jadvali	
Mashg'ulotlar konspekti	
55.Tezlik atamasi deganda nimani tushunasiz?	K.Mahkamdjanov, R. Salomov, I.Ikramov "Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi". (darslik).T 2008-yil, 98-bet
Qisqa vaqt ichida maksimal harakatlarni bajaraolish qobiliyati	
Yuqori tezlikda harakatlanish qobiliyati	
Sportchining qisqa vaqt ichida maksimal tezlanishi	
Harakat yo'nalishini tez o'zgartirib olish qobiliyati	
56.Portlash kuchi – bu.....?	K.Mahkamdjanov, R. Salomov, I.Ikramov "Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi". (darslik).T 2008-yil, 93-bet
+Insonning eng qisqa fursatda eng katta kuchni namoyon qilish qobiliyati.	
Tashqi ta'sirni engishda mushaklarning qarshiligi	
Asab mushak apparatining (AMA) o'ziga hos hususiyati	
Mushaklarning shiddatli mehanik cho'zilishidan so'ng namoyon bo'ladigan harakat	
57. Jismoniy tayyorgarlik nechiga bo'linadi	K.Mahkamdjanov, R. Salomov, I.Ikramov "Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi". (darslik).T 2008-yil, 198-bet
+2	
3	
4	
5	
58.Harakat sifatlarni rivojlantirishda qaysi usul qo'llaniladi?	K.Mahkamdjanov, R. Salomov, I.Ikramov "Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi". (darslik).T 2008-yil, 83-bet
+Qat'iy tartiblashtirilgan mashq usulidir	
Uzluksizlik	
Oraliq mashq usuli	
Aylanma mashq, potok bo'ylab	

59.Maxsus jismoniy tayyorgarlikning maqsadi –bu..?	K.Mahkamdjanov, R. Salomov, I.Ikramov “Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi”. (darslik).T 2008-yil, 97-bet
+Avtomobilchi uchun xos bo‘lgan jismoniy sifatlar va funksional imkoniyatlarni rivojlantirish hamda takomillashtirishdan iboratdir.	
Kuch, tezlik, chidamlilik, egiluvchanlik, koordinatsiyani tarbiyalash	
Sifatlar majmuasini baxolash ko‘rsatkichlari	
Sportchilarning shiddat bilan maksimal ish bajarish qobiliyatini tarbiyalash	
60.Qaysi variantda barcha jismoniy sifatlar atab o‘tilgan?	K.Mahkamdjanov, R. Salomov, I.Ikramov “Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi”. (darslik).T 2008-yil, 97-bet
+Tezlik, chaqqonlik, kuch, egiluvchanlik, chidamlilik	
Kuch, tezlik, chidamlilik, egiluvchanlik, koordinatsiyani	
Chidamlilik, egiluvchanlik, chaqqonlik, tezlik	
Chaqqonlik, kuch, tezlik, sakrovchanlik, chidamlilik	
61. Trofi-reyd sport texnikasi deganda nima tushuniladi?	K.Mahkamdjanov, R. Salomov, I.Ikramov “Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi”. (darslik).T 2008-yil, 198-bet
+Harakatlarni mutanosib ravishda namoyon qilish	
Harakat qoidalarga rioya qilish	
Muntazam ravishda bir qolipga tushib suzish	
Suzish harakatlarni bajarish	
62.Sakrovchanlikni aniqlashda qo‘llaniladigan testni ko‘rsatin	K.Mahkamdjanov, R. Salomov, I.Ikramov “Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi”. (darslik).T 2008-yil, 199-bet
+Abalakov testi	
Shafran testi	
Kuper testi	
Kross	
63.Chidamlilikni aniqlovchi testni ayting	K.Mahkamdjanov, R. Salomov, I.Ikramov “Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi”. (darslik).T 2008-yil, 191-bet
+Kuper testi	
Abalakov testi	
Qisqa msofaga yugurish	
Qisqa vaqtda bajariladigan mashqlar	
64.Musobaqa masofasini bir maromda aylanib o‘tish ko‘nikma malakasi nima deb ataladi?	K.Mahkamdjanov, R. Salomov, I.Ikramov “Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi”. (darslik).T 2008-yil, 158-bet
+Taktik tayyorgarlik	
Jismoniy tayyorgarlik	

Texnik tayyorgarlik	
Psixologik tayyorgarlik	
65.Avtomobilda tezkorlik qobiliyatining qanday reaksiyalari mavjud	K.Mahkamdjanov, R. Salomov, I.Ikramov “Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi”. (darslik).T 2008-yil, 97-bet
+Oddiy va murakkab	
Mutloq	
Elementar majmuaviy	
Tanlash	
66. Avtomobil mashg`ulotlarida chidamlilikni tarbiyalashda ko`pincha qaysi uslublar ishlatiladi?	K.Mahkamdjanov, R. Salomov, I.Ikramov “Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi”. (darslik).T 2008-yil, 98-bet
+Aerob va anaerob tartibda intervalli (dam olish oralig`i bilan mashg`ulot uslublari) uslub	
Aylanma mashg`ulot uslubi	
Bir tekis yoki o`zgaruvchan yuklama bilan uzoq vaqt davom etadigan mashqlar uslubi	
Modelga butun yoki yaqinlashtirilgan uslublar	
67. Avtomobilchilar mashg`ulotlari qanday o`tkazish kerak?	K.Mahkamdjanov, R. Salomov, I.Ikramov “Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi”. (darslik).T 2008-yil, 194-bet
+ Amaliy, nazariy	
Nazariy	
Amaliy, seminar	
Nazariy,seminar	
68.Avtomobilchilarda sezish xarakatining bosqichlarini belgilang	K.Mahkamdjanov, R. Salomov, I.Ikramov “Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi”. (darslik).T 2008-yil, 191-bet
Sensorlik., prematorlik va matorlik	
Rettseptor	
Harakat uygunligi	
Latent vaqti	
69.Avtomobilchini kuch chidamliligini tarbiyalovchi asosiy vosita bo`lib ...	K.Mahkamdjanov, R. Salomov, I.Ikramov “Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi”. (darslik).T 2008-yil, 90-bet
Umumiy tayyorgarlik va maxsus tayyorgarlik mashqlari	
Aralash mashqlar	
O`zgaruvchan rejimda bajariladigan mashqlar	
Musobaqa yaqinlashtirilgan mashqlar	
70. Zamonaviy Olimpiada o`yinlarining asoschisi kim?	Olimpiya bilim asoslari. O`quv qo`llanma. “SHarq” 2018 y.14-bet
+P`er de Kubberten	
Tomas Bax	
Lorb makl Killani	

Xuan Samaranch	
71.Portlash kuchi deb nimaga aytiladi?	K.Mahkamdjanov, R. Salomov, I.Ikramov “Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi”. (darslik).T 2008-yil, 91-bet
Kuchning yuqori ko`rsatkichlarini qisqa vaqt ichida nomoyon etishdir	
Katta vaqt ichida kuchni nomoyon bo`lishiga	
Chidamlilik qobilyatiga	
Kuchning qisqa ko`rsatkichlarig	
72. Avtomobilchining maxsus chidamliligining qanday ko`rinishlarini bilasiz?	K.Mahkamdjanov, R. Salomov, I.Ikramov “Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi”. (darslik).T 2008-yil, 94-bet
Ko`p miqdorda sakrashlarni bajarish	
Tezlik, sakrash, o`yin	
O`yindagi vaziyatga qarab tezda xarakat faoliyatini qayta o`zgartirish	
O`yin paytida toliqishga chidamlilik	
73.Avtomobilchining maxsus chaqqonligining qanday ko`rinishlarini bilasiz	K.Mahkamdjanov, R. Salomov, I.Ikramov “Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi”. (darslik).T 2008-yil, 97-bet
+Murakkab vaziyatda mo`ljal ola bilish, ximoyaviy xarakatlardan xujumlar xarakatlariga o`tish	
Yangi usullarni tez o`zlashtirish, ishonchli ximoyaviy xarakatlar	
Sakrash va yiqila bilish	
Akrobatik sakrashlar	
Avtomobil sportchilar bolalik paytida chaqqonlikni shakllantirishda qanday vositalar unumliroq xisoblanadi?	K.Mahkamdjanov, R. Salomov, I.Ikramov “Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi”. (darslik).T 2008-yil, 98-bet
+Harakatli va sport o`yinlari	
Turistik poxodlar	
Yengil atletika mashqlari	
Suzish	
75. Musobaqalar ruxsat etilgan maksimal og'irligi bo'lgan avtomobillar nechki kg?	Правила организации и проведения соревнования по трофи-рейдам. Минск 2020 г
+3500 kg gacha	
3000 kg gacha	
4500 kg gacha	
2500 kg gacha	
76. Siklik harakat qanday harakat?	H.Rafiyev Yengil atletika nazariyasi va amaliyoti. O`quv qo`llanma 2021y. 45-bet
+Bir xil takrorlanadigan harakat	
Har xil takrorlanadigan harakat	
Aralash harakat	
Yengil yugurgan harakat	
77. Asiklik harakat qanday harakat?	H.Rafiyev Yengil atletika nazariyasi

	va amaliyoti. O'quv qo'llanma. 2021y. 45-bet
+O'zgarib boradigan harakat	
Bir xil takrolanadigan harakat	
Sportcha yurish harakati	
Balandlikka sakrash harakati	
78. Trofi-reyd musobaqalarida eng uzun masofa ga qaysi masofa kiradi?	Правила организации и проведения соревнований по трофи-рейдам. Минск 2020 г
+1500m	
500m	
1000m	
2000m	
79.Sportchilarni ishga jalb qilish bo'yicha tuzilgan shartnoma:	K.Mahkamdjanov, R. Salomov, I.Ikramov "Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi". (darslik).T 2008-yil, 89-bet
+Kontrakt deb ataladi	
Kollegial deyiladi	
Iyerarxiya deyiladi	
Mexnat daftarchasi	
80.Xalqaro Olimpiya qo'mitasi o'yinlarini o'tkazish jarayonlarida, xalqaro sport harakati bilan bog'liq bo'lgan barcha jarayonlarda faol ishtirok etadi.	Olimpiya bilim asoslari. O'quv qo'llanma. "Sharq" 2018-yil,56-bet
+Olimpiya	
Universiada	
Jahon	
Turli sport	
81. Professional sport tashkilotlarining asosiy me'yoriy hujjati bu?	K.Mahkamdjanov, R. Salomov, I.Ikramov "Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi". (darslik).T 2008-yil, 24-bet
+Nizom	
Dastur	
Aniq rejalar	
Qarorlar	
82.Trenirovka samaradorligini oshirish uchun qanday tashkil etish metodi qo'llaniladi?	K.Mahkamdjanov, R. Salomov, I.Ikramov "Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi". (darslik).T 2008-yil, 40-bet
+Aylanma mashg'ulot usuli va frontal	
Individual guruh	
Frontal	
Guruh	
83.Murabbiylar uchun qaysi xujjat «ishchi xujjat» bo'lib hisoblanadi?	K.Mahkamdjanov, R. Salomov, I.Ikramov "Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi". (darslik).T 2008-yil, 198-bet
+Dasturd	
O`quv rejasi	
O`quv-tarbiyaviy jarayonni grafigi	
Mashg'ulotning ish rejasi	

84.Sport mashg'ulotining asosiy uslub va vositalari?	R.S.Salomov. "Sport mashg'ulotining nazariy asoslari" T.(o'quv qo'llanma) 2005-yil, 72-bet
+Mashg'ulot mashqlari va umumiy pedagogik uslublarni qo'llash	
Sauna, massaj va boshqa mashqlarni bajarishg	
Tiklantiruvchi tadbirlar o'tkazish	
Farmologik vositalardan foydalanish	
85.Sport mashg'ulotining vazifalari	R.S.Salomov. "Sport mashg'ulotining nazariy asoslari" T.(o'quv qo'llanma) 2005-yil, 74-bet
Avtomobil texnika va taktikasini o'rgatish va jismoniy qobiliyatlarni tarbiyalash	
Umumiy nazariy bilimlarni oshirish	
Sport soxasida ilmiy tadqiqot ishlarini ko'nikma va malakalarini tarbiyalash	
Sport meditsina va gigiena soxasidagi bilimlarni egallash	
86. Quyidagi keltirilganlarni qaysisida «sport taktikasi» tushunchasi to'liq yoritilgan?	R.S.Salomov. "Sport mashg'ulotining nazariy asoslari" T.(o'quv qo'llanma) 2005-yil, 76-bet
+Sport natijalariga erishishda, sportchi tomonidan yoki bu imkoniyatlaridan samarali darajada foydalana olishni ko'rsatadigan musobaqada bajariladigan usuldir	
Raqib qarshiligini kam ushlab turish bilan eng oladigan qobiliyat	
Sport kurashini olib borish san'ati	
Quyidagi keltirilganlarni qaysisida «sport taktikasi» tushunchasi to'liq yoritilgan?	
89.Musobaqa natijalari ko'p hollarda nimaga bog'liq bo'ladi?	R.S.Salomov. "Sport mashg'ulotining nazariy asoslari" T.(o'quv qo'llanma) 2005-yil, 90-bet
+Sportchining jismoniy va ruhiy tayyorgarlik darajasiga	
Sportchi faoliyat motivlariga (sabablar)	
Sportchi musobaqaga qatnashganda uni natijalarini baholash o'lchamlariga	
Sportchini shaxsiy xususiyatlariga	
88.Sport formasi bu	R.S.Salomov. "Sport mashg'ulotining nazariy asoslari" T.(o'quv qo'llanma) 2005-yil, 75-bet
+Sport natijalari erishish uchun sportchining tayyorgarlik holatidir	
Sportchini individual tayyorgarlik holati	
Sportchi trenirovkani katta tsikldagi ma'lum sharoitlarda sport natijalariga erishishdagi optimal tayyorgarlik holati	
Optimal tayyorgarlik holati bo'lib, bundan psixologik, jismoniy imkoniyatlaridan to'liq foydalaniladi	
89.Trenirovka mashg'ulotining tuzilishi uning mazmuni bo'yicha o'zgaradimi yo'qmi?	R.S.Salomov. "Sport mashg'ulotining nazariy asoslari" T.(o'quv qo'llanma) 2005-yil, 60-bet
+Mashg'ulot tuzilishining alohida qismlari o'zgaradi	
O'zgarmaydi	
Alohida elementlari o'zgaradi	
Ketma-ketligi o'zgaradi	

90.Kichik (mikro) sikllar necha kun davom etadi?	R.S.Salomov. “Sport mashg’ulotining nazariy asoslari”T.(o’quv qo’llanma) 2005-yil, 144-bet
+1 hafta	
1 oy	
1 yil	
6 oy	
91.Yuqori mustahkamlikda texnikani bajarishni boshqarish texnika tavsifini optimallashtirish bilan avtomatlashgan holatga kelishi bu ...	R.S.Salomov. “Sport mashg’ulotining nazariy asoslari”T.(o’quv qo’llanma) 2005-yil, 146-bet
+Texnik mahoratdir	
Harakat ko`nikmasi	
Harakatdagi iqtidorlik	
Harakat malakasi	
92.Sport formasi holatida harakat malakasi	R.S.Salomov. “Sport mashg’ulotining nazariy asoslari”T.(o’quv qo’llanma) 2005-yil, 130-bet
+Yuqori avtomatlashtirilgan, lekin ongning nazorati ostidadir	
Ong orqali har bir bo`lagi nazorat qilinadi	
Ong nazoratiga taaluqli emas	
Vahti-vaqti bilan avtomatlashish yo`qoladi	
93. 2021-yil Yaponiyani Tokio shahrida o`tkazilgan yozgi Paralimpiya o`yinlarida eng ko`p medal egallangan terma jamoasining qaysi?	www.paralimpic.uz www.sport.uz
+Xitoy	
O`zbekiston	
Yaponiya	
AQSH	
94. Tokioda bo`lib o`tgan yozgi Paralimpiya o`yinlarida O`zbekiston terma jamoaning nechinchi o`rinni egalladi?	www.paralimpic.uz www.sport.uz
+16	
18	
15	
19	
95.Murabbiyning tashkil qilish faoliyatiga kiradi	R.S.Salomov. “Sport mashg’ulotining nazariy asoslari”T.(o’quv qo’llanma) 2005-yil, 39-bet
+O`quv yig`inlari va musobaqalarni tashkil qilish	
G`oyaviy tarbiyaviy ishlar	
Sport to`g`risida axborotlarni rejalashtirish	
Kelgusidagi yuklamalarni rejalashtirish	
96. Tokioda bo`lib o`tgan yozgi Paralimpiya o`yinlarida terma jamoamiz qancha medal qo`lga kiritgan?	www.paralimpic.uz www.sport.uz
+19 medal	
18 medal	
16 medal	
15 madal	
97. Jismoniy tayyorgarlikning vazifasini aniqlang?	R.S.Salomov. “Sport mashg’ulotining nazariy asoslari”T.(o’quv qo’llanma)

	2005-yil, 45-bet
+ Kuchni, texnikani oshirish	
Jismoniy tayyorgarlikni sifatlatini oshirish	
Texnikani effektivligini ko'tarish	
Egiluvchanlikni oshirish	
98. 2016-yil Rio de Janeyro yozgi Paralimpiya o'yinlarida O'zbekiston terma jamoaning nechinchi o'rinnib egalladi	www.paralimpic.uz www.sport.uz
+16	
18	
20	
17	
99. 2024-yilda bo'lib o'tadigan yozgi paralimpiada qaysi davlatda o'tkaziladi?	www.paralimpic.uz www.sport.uz
+Fransiya	
AQSH	
Xitoy	
Turkiya	
100.Tanlab olish - bu?	R.S.Salomov. "Sport mashg'ulotining nazariy asoslari" T.(o'quv qo'llanma) 2005-yil, 239-bet
+Ko'p bosqichli pedagogik jarayon	
Bu uzoq cho'ziluvchi marosim bo'lib bolalar miqdori va ularni mahorati shakllanishiga bog'liq	
3 marotabalik jarayon	
Bir marotabalik jarayon	

Tuzuvchi modul o'qituvchisi:

A.Samandarov