

**Қ. ЖҰБАНОВ АТЫНДАҒЫ АҚТӨБЕ Өңірлік
УНИВЕРСИТЕТІ**

**КӘСІБИ-ШЫҒАРМАШЫЛЫҚ ФАКУЛЬТЕТІ
ДЕНЕ ТӘРБИЕСІ ТЕОРИЯСЫ МЕН ӘДІСТЕМЕСІ КАФЕДРАСЫ**

«Бекітемін»
Қабылдау комиссиясының
төрағасы
Қарабасова Л.Ч.
« » 2024 ж.



**6В01404 «Дене шынықтыру және спорт» білім беру
бағдарламасы бойынша талапкерлерден қабылданатын
шығармашылық емтиханның
БАҒДАРЛАМАСЫ**

Ақтөбе қ, 2024 жыл

6B01404 - Дене шынықтыру және спорт білім беру бағдарламасы бойынша шығармашылық емтихан бағдарламасы, Қ.Жұбанов атындағы Ақтөбе өңірлік университеті Жоғары және жоғары орнынан кейін білім беру бағдарламасына білім алушыларды қабылдаудың ережесіне және Қазақстан Республикасы халқының дене шынықтыру дайындығының президенттік тестілерін өткізу қағидалары: 31.12.2013ж. № 1545 негізінде құрылды.

Құрастырушылар:

Габдуллин А.Б. – PhD, кафедра меңгерушісі
Өтегенов Н.Ө. - п.ғ.м., аға оқытушы
Шоқанов Р.А. - п.ғ.к., аға оқытушы
Жиембаев А.Ш. - п.ғ.м., аға оқытушы
Күншашов А.М. - аға оқытушы
Жеткерген Ә.А. - оқытушы

Шығармашылық емтихан бағдарламасы «Дене тәрбиесінің теориясы мен әдістемесі» кафедрасының отырысында қаралды

Хаттама № 8 «27» 05 2024 ж.

Кафедра меңгерушісі  Габдуллин А.Б.

Шығармашылық емтихан бағдарламасы Кәсіби-шығармашылық факультетінің әдістемелік кеңесімен талқыланды.

Хаттама № 7 «28» 03 2024 ж.

Әдістемелік кеңес төрағасы  Тілеужанова Р.А.

НОРМАТИВТІК БАЗА

Жоғары білімнің білім беру бағдарламаларын іске асыратын білім беру ұйымдарына оқуға қабылдаудың үлгі ережесі. Қазақстан Республикасы Білім және ғылым министрінің 2018 жылғы 31 қазандағы № 600 бұйрығы. 2. "Дене шынықтыру және спорт туралы" 2014 жылғы 3 шілдедегі № 28 - ҚР Заңы

ТҮСІНІК ХАТ

Шығармашылық емтиханның мақсаты мен міндеттері.

Шығармашылық емтиханның мақсаты талапкерлердің физикалық дағдыларының болуын және мамандықты меңгерудің жеке алғышарттарын тексеру болып табылады.

Міндеттер:

- спорт түрлері бойынша техникалық дайындық деңгейін анықтау;
- талапкерлердің физикалық қасиеттерін даму деңгейін анықтау.

ШЫҒАРМАШЫЛЫҚ ЕМТИХАН ӨТКІЗУ ТӘРТІБІ

Шығармашылық дайындықты талап ететін мамандықтарға түсуші тұлғалар университеттің қабылдау комиссиясы өткізетін шығармашылық емтихандарды тапсырады, емтихан екі нормативтен тұрады: Жалпы дене даярлығының нормативтері және мамандану бойынша нормативтері.

- Шығармашылық емтиханды тапсыру үшін, талапкерлердің өтініштерін қабылдау 20 маусымнан 07 шілдеге дейін жүргізіледі. (Мемлекеттік білім грант конкурсына қатысу үшін)

- Шығармашылық емтихан 2024 жылдың 08 - 15 шілде аралығында өткізіледі.

- Ақылы бөлімге түсу үшін талапкерлердің өтініштерін қабылдау 05 тамыздан 10 тамызға дейін жүргізіледі.

- Ақылы бөлімге шығармашылық емтихан 2024 жылдың 12 - 15 тамыз аралығында өткізіледі.

- 8-15 шілде аралығында шығармашылық емтихан тапсыра алмаған талапкерлер, ақылы бөлімге шығармашылық емтиханға қатыса алмайды.

- Құжат қабылдау мына мекен-жай бойынша жүзеге асырылады: Ә. Молдағұлова даңғылы, 34.

- Шығармашылық дайындықты талап ететін жоғары білім беру бағдарламаларының тобына түсетін, жалпы орта білім туралы құжаттары бар тұлғалар екі шығармашылық емтихан тапсырады.

- Жоғары білім берудің қысқартылған мерзімін көздейтін кадрларды даярлаудың ұқсас бағыттары бойынша шығармашылық дайындықты талап ететін жоғары білім берудің білім беру бағдарламалары тобына түсетін тұлғалар бір шығармашылық емтихан тапсырады «Мамандану бойынша нормативтер».

- Қазақстан Республикасының спорт шебері және халықаралық дәрежедегі спорт шебері дәрежесі бар талапкерлер шығармашылық емтиханнан ең жоғарғы баллға (100) ие болады.

- Жоғары білім кадрларын даярлаудың ұқсас бағыттары бойынша оқуға түсушілерге арналған шығармашылық емтихан:

- 4 жыл оқу мерзіміне, әр сынақтан – 16, 18 балдық жүйе бойынша бағаланады (100 балл) (мамандану бойынша нормативтер және жалпы дене даярлығы бойынша нормативтер).

- Техникалық және кәсіптік білімі бар және кәсіптік жоғары білімі бар жоғары білім кадрларын даярлаудың ұқсас бағыттары бойынша оқуға түсушілерге арналған шығармашылық емтихан:

- 3 жыл оқу мерзіміне, әр сынақтан 5 балдық жүйе бойынша 20 баллмен бағаланады (Мамандану бойынша нормативтер)

- жалпы орта немесе техникалық және кәсіптік, орта білімнен кейінгі білім туралы құжат (түпнұсқа);

өлшемі 3 x 4 сантиметр 2 фотосурет;

жеке басын куәландыратын құжаттың көшірмесі;

ҰБТ сертификаты (бар болса);

- Шығармашылық емтиханға түсушіні жіберу рұқсаттаманы және жеке басын куәландыратын құжатты көрсеткен кезде жүзеге асырылады.

- Шығармашылық емтихандар басталғанға дейін түсушілерге емтихан өткізу тәртібі түсіндіріледі, сондай-ақ емтихандардың басталу және аяқталу уақыты, нәтижелерді жариялау уақыты мен орны және апелляцияға өтініш беру рәсімі көрсетіледі.

- Шығармашылық емтиханды өткізу қорытындысы бағалар ведомосімен, комиссия хаттамасымен еркін нысанда ресімделеді және нәтижелерді жариялау үшін қабылдау комиссиясының жауапты хатшысына (оның орынбасарына) беріледі. Хаттама комиссия төрағасы қол қояды және барлық қатысқан Комиссия мүшелері.

- Шығармашылық емтиханның нәтижелерін қабылдау комиссиясы 1. Жалпы дене даярлығының нормативтері аяқталғаннан кейін жариялайды.

2. Мамандану бойынша нормативтері аяқталғаннан кейін жариялайды.

6B01404 "Дене шынықтыру және спорт" білім беру бағдарламасы

1. ЖАЛПЫ ДЕНЕ ДАЯРЛЫҒЫ БОЙЫНША НОРМАТИВТЕР

Талапкер жалпы дене дайындығы бойынша үш нормативті тапсырады. (1-ші норматив-16 балл, 2-ші норматив-16 балл, 3-ші норматив 18-балл). Емтихан бойынша ең көбі 50 ұпай алуға болады.

Бақылау нормативтері

Ерлер:

1. Жүгіру 100 метр
2. Жүгіру 1000 метр
3. Кермеге тартылу

Әйелдер:

1. Жүгіру 100 метр

2. Жүгіру 1000 метр
3. Шалқалап жатып денені көтеру(пресс)

Нәтижелерді бағалау кестесі

Ұлдар

Ұпайы	-	-	16	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
Сынақ атауы	-	-	16	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
1. Жүгіру 100 метр (сек)	-	-	13, 0	13, 10	13, 20	13, 30	13, 40	13, 50	13, 60	13, 70	13, 80	13, 90	14, 0	14, 10	14, 20	14, 30	14, 40	15, 0
2. Жүгіру 1000 метр (мин, сек)	-	-	3, 05	3, 07	3, 09	3, 11	3, 13	3, 15	3, 17	3, 19	3, 21	3, 23	3, 25	3, 27	3, 29	3, 31	3, 33	3, 35
Ұпайы	18	17	16	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
3. Кермеге тартылу (сань)	16	-	15	-	14	-	13	-	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3

Нәтижелерді бағалау кестесі

Қыздар

Ұпайы	-	-	16	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
Сынақ атауы	-	-	16	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
1. Жүгіру 100 метр (сек)	-	-	15, 20	15, 30	15, 40	15, 50	15, 60	15, 70	15, 80	15, 90	16, 0	16, 10	16, 20	16, 30	16, 40	16, 50	16, 60	16, 70
2. Жүгіру 1000 метр (мин, сек)	-	-	4, 05	4, 07	4, 09	4, 11	4, 13	4, 15	4, 17	4, 19	4, 21	4, 23	4, 25	4, 27	4, 28	4, 29	4, 31	4, 33
Ұпайы	18	17	16	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
3. Шалқалап жатып денені көтеру (1 мин сань)	55	52	50	48	46	44	42	40	38	36	34	32	30	29	28	27	26	25

Жалпы дене даярлығы бойынша нормативтерінің орындалу ережесі

Жүгіру 100 метр,

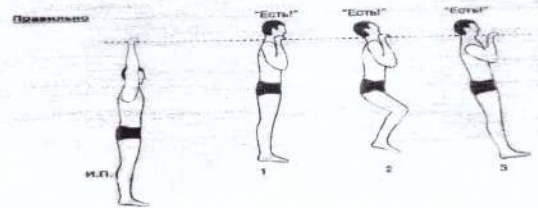
Сынақ стадионның жүгіру алаңында өткізіледі.

Жүгіру 1000 метр,

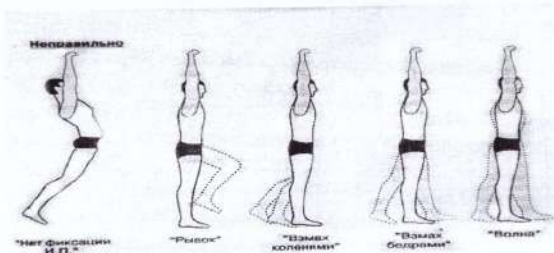
Сынақ стадионның жүгіру алаңында өткізіледі.

Кермеге тартылу (ерлер), сынама кермені тік ұстау арқылы орындалады (аяқ жерге тимеу керек).

Тартылу иекті керменің жақтауынан асыруымен орындалады. Кермеге 5 сек артық тартылып тұруға, тербеліп тартылуға рұқсат етілмейді. Бүгілмей және басты артқа шығарып жасалған тартылулар техникалық жағынан дұрыс деп есептелмейді.



Қателер



Шалқалап жатып денені көтеру(пресс) (қыздар)

Шалқалап жатып қолды айкастырып ныққа ұстау, аяқ тізеден 90 градуста бүгулі, екінші адам оның аяғынан ұстау арқылы жаттығу орындалады. «Баста» деген бұйрық берілісімен 1 минут ішінде неше рет денені көтергені есепке алынады.



Ескерту: Бірінші шығармашылық емтиханнан шекті балл жинамаған талапкерлерлер (20 баллдан төмен) екінші емтиханға жіберілмейді

2. МАМАНДАНУ БОЙЫНША НОРМАТИВТЕР (оқу мерзімі 4 жыл)

Мамандану бойынша емтихан тапсыру үшін талапкер келесі спорт түрлерін таңдап алу керек: футбол, баскетбол, волейбол.

«ФУТБОЛ»

мамандану бойынша шығармашылық емтиханның БАҒДАРЛАМАСЫ

Талапкер футбол ойынының техникасы бойынша үш нормативті тапсырады. (1-ші норматив-16 балл, 2-ші норматив-16 балл, 3-ші норматив 18-балл). «Футбол» бойынша емтиханнан ең көбі 50 ұпай алуға болады.

1. Доппен жонглерлік ету
2. 7 метр қашықтықтан қақпаға соғу
3. Қайталап жүріп допты жүргізу.(челнок жүгірісі)

Бақылау нормативтері

1. Доппен жонглерлік ету – екі аяқпен кезектеп орындалады. (саны)
2. 7 метр қашықтықтан қақпаға соғу – қақпа 4 бөлікке бөлінеді. Бұйрық бойынша допты қақпаның әр бөлігіне тигізу керек. Доп қақпаға ауамен кіру керек. 5 талпыныс беріледі. Тигізу саны есептеледі.

3. Қайталап жүріп допты жүргізу.(челнок жүгірісі) Жаттығу беттік сызықтан басталады, допты ортаңғы сызыққа дейін жүргізіп, мәре орнына кері қайту. Допты қарсы беттік сызыққа дейін жүргізіп, кейін кері қайту. Жаттығу уақытқа орындалады.(сынама с/к №1 өткізіледі)

Нәтижелерді бағалау кестесі

Ұлдар

Ұпай саны	18	17	16	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
Допты жөңгерді (саны)	-	-	20	19	18	17	16	15	14	13	12	11	10	8	6	5	3	1
7 метр қашықтықта қағалау соғу (тигізу саны)	-	-	5	-	-	-	4	-	-	3	-	-	2	-	-	1	-	
Қайталап жүріп допты жүргізу (сек)	18	17	16	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
Қайталап жүріп допты жүргізу (сек)	20	20,50	21	21,50	22	22,50	23	23,50	24	24,50	25	25,50	26	26,50	27	28	29	30

Қыздар

Ұпай саны	18	17	16	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
Допты жөңгерді (саны)	-	-	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	-
7 метр қашықтықта қағалау соғу (тигізу саны)	-	-	3	-	-	-	4	-	-	3	-	-	2	-	-	1	-	
Қайталап жүріп допты жүргізу (сек)	18	17	16	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
Қайталап жүріп допты жүргізу (сек)	25	25,50	26	26,50	27	27,50	28	28,50	29	29,50	30	31	32	33	34	36	38	40

«БАСКЕТБОЛ»

мамандану бойынша шығармашылық емтиханның
БАҒДАРЛАМАСЫ

Талапкер баскетбол ойынының техникасы бойынша үш нормативті тапсырады. (1-ші норматив-16 балл, 2-ші норматив-16 балл, 3-ші норматив 18-балл). «Баскетбол» бойынша емтиханның ең көбі 50 ұпай алуға болады.

Бақылау нормативтері

1. Айып доп лақтыру
2. Допты нүктелерден лақтыру
3. Допты алып жүру

«Баскетбол» бойынша нормативтерді орындау ережелері

1. Айып допты лақтыру

Жаттығу сипаттамасы: айып допты лақтыру сызығынан допты лақтыру. 5 талпыныс беріледі (допты әріптес береді). Орындау ережелері: сызықтан аттауға болмайды; орындау техникасы бағаланады. Тигізу саны есептеледі.

2. Допты нүктелерден лақтыру

Жаттығу сипаттамасы: алаңда 10 нүкте белгіленеді, әрбір нүктеден белгілі реттілікпен бір лақтырым орындалады:
 1 нүкте – оң жақтан 2 м. қашықтықтан 30° бұрышпен
 2 нүкте - оң жақтан 3 м. қашықтықтан 30° бұрышпен
 3 нүкте - оң жақтан 3 м. қашықтықтан 45° бұрышпен
 4 нүкте - оң жақтан 4 м. қашықтықтан 45° бұрышпен
 5 нүкте – шығыршыққа қарсы 3 м. қашықтықтан 90° бұрышпен
 6 нүкте – шығыршыққа қарсы 6,75 м. қашықтықтан 90° бұрышпен
 7 нүкте - сол жақтан 3 м. қашықтықтан 45° бұрышпен
 8 нүкте - сол жақтан 4 м. қашықтықтан 45° бұрышпен
 9 нүкте - сол жақтан 2 м. қашықтықтан 30° бұрышпен
 10 нүкте - сол жақтан 3 м. қашықтықтан 30° бұрышпен
 Допты әріптес береді. Тигізу саны есептеледі.

3. Допты алып жүргізу.

Жаттығу сипаттамасы: сынақ беттік сызықтан басталады; ойыншы допты тік сызықпен жүргізеді, ретімен үш кедергіні айналып өтіп, допты волейбол алаңының беттік сызығына дейін жүргізеді және кедергіні айналып өтіп, допты қарсы беттік сызыққа дейін ретімен үш кедергіні айналып жүргізеді. Жаттығу уақытқа орындалады.

Нәтижелерді бағалау кестесі

Ұлдар

Ұпайы	-	-	16	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
Сынақ атауы	-	-	16	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
Айып доп лақтыру (тығзу саны)	-	-	5	-	-	-	4	-	-	3	-	-	2	-	-	1	-	-
Допты нүктеден лақтыру (тығзу саны)	-	-	10	-	9	-	8	-	7	-	6	-	5	-	4	3	2	1
Ұпайы	18	17	16	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
Допты алып жүру (сек)	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27		

Қыздар

Ұпайы	-	-	16	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
Сынақ атауы	-	-	16	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
Айып доп лақтыру (тығзу саны)	-	-	5	-	-	-	4	-	-	3	-	-	2	-	-	1	-	-
Допты нүктеден лақтыру (тығзу саны)	-	-	10	-	9	-	8	-	7	-	6	-	5	-	4	3	2	1
Ұпайы	18	17	16	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
Допты алып жүру (сек)	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30		

«ВОЛЕЙБОЛ»

мамандандыру бойынша шығармашылық емтиханның **БАҒДАРЛАМАСЫ**

Волейбол ойынның техникасы бойынша талапкер үш нормативті тапсырады. Өр жаттығу ең жоғарысы 16, 18 ұпаймен бағаланады. «Волейболдағы» ең жоғары жиналатын ұпайдың саны 50

Бақылау нормативтері

1. Жоғарыдан және төменнен алма кезек допты беру
2. Шабуыл соққысы (саны, арнайы тренажер арқылы)
3. Допты ойынға қосу

Нәтижелерді бағалау кестесі

Ұлдар

Ұпайы	-	-	16	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
Сынақ атауы	-	-	16	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
Жоғарыдан және төменнен алма кезек допты беру(сан)	-	-	20	19	18	17	16	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5
Шабуыл соққысы (саны, арнайы тренажер арқылы)	-	-	5	-	-	-	4	-	-	3	-	-	2	-	-	1	-	-
Допты ойынға қосу (тығзу саны)	18	17	16	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
Ұпайы	18	17	16	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
Допты ойынға қосу (тығзу саны)	5	-	-	-	-	4	-	-	-	3	-	-	-	2	-	-	1	-

Қыздар

Ұпайы	-	-	16	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
Сынақ атауы	-	-	16	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
Жоғарыдан және төменнен алма кезек допты беру(сан)	-	-	15	-	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
Шабуыл соққысы (саны, арнайы тренажер арқылы)	-	-	5	-	-	-	4	-	-	3	-	-	2	-	-	1	-	-
Допты ойынға қосу (тығзу саны)	18	17	16	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
Ұпайы	18	17	16	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
Допты ойынға қосу (тығзу саны)	5	-	-	-	-	4	-	-	-	3	-	-	-	2	-	-	1	-

Нормативтерді орындау ережесі

1. Жоғарыдан және төменнен алма кезек допты беру

Жаттығуды сипаттау: Б.Қ.-Залдың ортасында шеңбердің ішінде тұрып, допты өз-өзіне лақтырып жоғарыдан және төменнен беруді орындау (шеңбердің диаметрі 3,60). Допты берудің биіктігі 1,5 - 2 м кем болмау керек.

Орындау ережесі: Шеңбердің сызығын басуға болмайды. Жоғарыдан және төменнен допты беру тәсілін техникалық ереже бойынша дұрыс орындалуы қажет.

2. Шабуыл соққысы

Жаттығуды сипаттау: Тордан 2 – 3 метр жерден жүгіріп келіп тренажер арқылы шабуыл соққысын орындау. Орындау тәсілін техникалық ереже бойынша дұрыс орындалуы қажет.

3. Допты ойынға қосу

Жаттығуды сипаттау: Алдыңғы сызықтың арт жағында орналасып, әр түрлі тәсілдермен, аланның аумақтарына (зона) дәлдеп допты ойынға қосуды орындау қажет.

Орындау ережесі: Допты ойынға қосу тәсілін техникалық ереже бойынша дұрыс орындалуы қажет. Аланның бекітілген аумақтарға тәсілді орындау керек. Допты ойынға қосуды белгіленген алаң аумақтарына орындау (1, 2, 4, 5, 6).

2. МАМАНДАНУ БОЙЫНША НОРМАТИВТЕР

(оқу мерзімі 3 жыл)

Мамандық бойынша емтихан тапсыру үшін талапкер келесі спорт түрлерін таңдап алу керек: футбол, баскетбол, волейбол.

«ФУТБОЛ»

мамандандыру бойынша шығармашылық емтиханның

БАҒДАРЛАМАСЫ

Талапкер футбол ойынының техникасы бойынша үш нормативті тапсырады. Әрбір жаттығудың ең жоғарғы бағасы 5 ұпай. «Футбол» бойынша емтиханнан ең көбі 20 ұпай алуға болады.

1. Доппен жонглерлік ету
2. 7 метр қашықтықтан қақпаға соғу
3. Қайталап жүріп допты жүргізу.(челнок жүгірісі)
4. Допты бастың артына екі қолмен лақтыру

Бақылау нормативтері

1. Доппен жонглерлік ету – екі аяқпен кезектеп орындалады. (саны)
2. 7 метр қашықтықтан қақпаға соғу – қақпа 4 бөлікке бөлінеді. Бұйрық бойынша допты қақпаның әр бөлігіне тигізу керек. Доп қақпаға ауамен кіру керек. 5 талпыныс беріледі. Тигізу саны есептеледі.
3. Қайталап жүріп допты жүргізу.(челночный бег) Жаттығу беттік сызықтан басталады, допты ортаңғы сызыққа дейін жүргізіп, мәре орнына кері қайту. Допты қарсы беттік сызыққа дейін жүргізіп, кейін кері қайту. Жаттығу уақытқа орындалады.
4. Допты екі қолыңызбен бастың артына, аяғыңызды жерден көтерместен лақтыру. 15 метр қашықтықтан еденде белгіленген шеңберге тигізу. 5 әрекет беріледі. Нысанаға дәл тигізген доптың саны бағаланады.

Нәтижелерді бағалау кестесі

№	Ұпайлар	Ұлдар				
	Сынақ атауы	5	4	3	2	1
1	Доппен жонглерлік ету (саны)	20	16	12	8	5
2	7 метр қашықтықтан қақпаға соғу (тизигу саны)	5	4	3	2	1
3	Қайталап жүріп допты жүргізу (сек)	20	22	24	26	28
4	Допты бастың артынан екі қолмен лақтыру	5	4	3	2	1

Қыздар

№	Ұпайлар	Қыздар				
	Сынақ атауы	5	4	3	2	1
1	Доппен жонглерлік ету (саны)	15	12	9	7	5
2	7 метр қашықтықтан қақпаға соғу (тизигу саны)	5	4	3	2	1
3	Қайталап жүріп допты жүргізу (сек)	25	28	30	32	34
4	Допты бастың артынан екі қолмен лақтыру	5	4	3	2	1

«БАСКЕТБОЛ»

мамандандыру бойынша шығармашылық емтиханның
БАҒДАРЛАМАСЫ

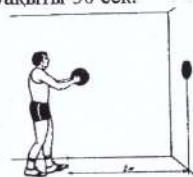
Талапкер баскетбол ойынының техникасы бойынша үш нормативті тапсырады. Әрбір жаттығудың ең жоғарғы бағасы 15 ұпай. «Баскетбол» бойынша емтиханнан ең көбі 45 ұпай алуға болады.

Бақылау нормативтері

1. Допты жарға лақтыру
2. Айып доп лақтыру
3. Допты нүктелерден лақтыру
4. Допты алып жүру
- 5.

«Баскетбол» бойынша нормативтерді орындау ережелері

1. Допты жарға лақтыру
Жаттығу сипаттамасы : б.к. - ұлдар үшін 2,5 м және қыздар үшін 2 м қашықтықта қабырғаға қарап тұру; допты екі қолмен кеудеден қабырғаға тартылған 1 м диаметлі шеңберге дәл түсіру. Жаттығуды орындау уақыты-30 сек.



2. Айып допты лақтыру
Жаттығу сипаттамасы: айып допты лақтыру сызығынан допты лақтыру. 5 талпыныс беріледі (допты әріптес береді). Орындау ережелері: сызықтан аттауға болмайды; орындау техникасы бағаланады. Тигізу саны есептеледі.

3. Допты нүктелерден лақтыру
Жаттығу сипаттамасы: алаңда 10 нүкте белгіленеді, әрбір нүктеден белгілі реттілікпен бір лақтырым орындалады:
1 нүкте – оң жақтан 2 м. қашықтықтан 30° бұрышпен
2 нүкте – оң жақтан 3 м. қашықтықтан 30° бұрышпен

- 3 нүкте - оң жақтан 3 м. қашықтықтан 45⁰ бұрышпен
 4 нүкте - оң жақтан 4 м. қашықтықтан 45⁰ бұрышпен
 5 нүкте - шығыршыққа қарсы 3 м. қашықтықтан 90⁰ бұрышпен
 6 нүкте - шығыршыққа қарсы 6,75 м. қашықтықтан 90⁰ бұрышпен
 7 нүкте - сол жақтан 3 м. қашықтықтан 45⁰ бұрышпен
 8 нүкте - сол жақтан 4 м. қашықтықтан 45⁰ бұрышпен
 9 нүкте - сол жақтан 2 м. қашықтықтан 30⁰ бұрышпен
 10 нүкте - сол жақтан 3 м. қашықтықтан 30⁰ бұрышпен
 Допты әріптес береді. Тигізу саны есептеледі.

4. Допты алып жүргізу.

Жаттығу сипаттамасы: сынақ беттік сызықтан басталады; ойыншы допты тік сызықпен жүргізеді, ретімен үш кедергіні айналып өтіп, допты волейбол алаңының беттік сызығына дейін жүргізеді және кедергіні айналып өтіп, допты қарсы беттік сызыққа дейін ретімен үш кедергіні айналып жүргізеді. Жаттығу уақытқа орындалады.

Нәтижелерді бағалау кестесі

№	Ұпайлар		Ұлдар				
	Сынақ атауы		5	4	3	2	1
1	Допты жарға лақтыру (30 сек)		35	30	25	20	15
2	Айып доп лақтыру (тигізу сан)		10	9	8	7	6
3	Допты нүктелерден лақтыру (тигізу саны)		10	9	8	7	6
4	Допты алып жүру (сек)		12	14	16	18	20

Қыздар

№	Ұпайлар		Қыздар				
	Сынақ атауы		5	4	3	2	1
1	Допты жарға лақтыру (30 сек)		30	25	20	15	10
2	Айып доп лақтыру (тигізу сан)		10	9	8	7	6
3	Допты нүктелерден лақтыру (тигізу саны)		10	9	8	7	6
4	Допты алып жүру (сек)		15	16	17	19	21

«ВОЛЕЙБОЛ»

мамандандыру бойынша шығармашылық емтиханның

БАҒДАРЛАМАСЫ

Волейбол ойынның техникасы бойынша талапкер үш нормативті тапсырады. Әр жаттығу ең жоғарысы 5 ұпаймен бағаланады. «Волейболдағы» ең жоғары жиналатын ұпайдың саны 20

Бақылау нормативтері

1. Жоғарыдан допты беру
2. Допты төменнен екі қолымен қабылдау
3. Допты ойынға қосу
4. Допты жоғарыдан қабырғаға беру

Нәтижелерді бағалау кестесі

№	Ұпайлар		Ұлдар				
	Сынақ атауы		5	4	3	2	1
1	Жоғарыдан допты беру (саны)		15	14	13	12	11
2	Допты төменнен екі қолымен қабылдау (саны)		15	14	13	12	11
3	Допты ойынға қосу (тигізу саны)		5	4	3	2	1
4	Допты жоғарыдан қабырғаға беру		15	14	13	12	11

Қыздар

№	Ұпайлар		Қыздар				
	Сынақ атауы		5	4	3	2	1
1	Жоғарыдан допты беру (саны)		13	12	11	10	9
2	Допты төменнен екі қолымен қабылдау (саны)		13	12	11	10	9
3	Допты ойынға қосу (тигізу саны)		5	4	3	2	1
4	Допты жоғарыдан қабырғаға беру		13	12	11	10	9

Нормативтерді орындау ережесі

1. Жоғарыдан допты беру

Жаттығуды сипаттау: Б.Қ. – Залдың ортасында шеңбердің ішінде тұрып, допты өз-өзіне лақтырып жоғарыдан беруді орындау (шеңбердің диаметрі 3,60). Допты берудің биіктігі 1,5 - 2 м кем болмау керек.

Орындау ережесі: Шеңбердің сызығын басуға болмайды. Жоғарыдан допты беру тәсілін техникалық ереже бойынша дұрыс орындалуы қажет.

2. Допты төменнен екі қолымен қабылдау

Жаттығуды сипаттау: Б.Қ. – Залдың ортасында шеңбердің ішінде тұрып, допты төменнен екі қолымен қабылдау (шеңбердің диаметрі 3,60). Допты берудің биіктігі 1,5 - 2 м кем болмау керек. Допты қабылдау санын бағалау.

3. Допты ойынға қосу

Жаттығуды сипаттау: Алдыңғы сызықтың арт жағында орналасып, әр түрлі тәсілдермен, аланның аумақтарына (зона) дәлдеп допты ойынға қосуды орындау қажет.

Орындау ережесі: Допты ойынға қосу тәсілін техникалық ереже бойынша дұрыс орындалуы қажет. Аланның бекітілген аумақтарға тәсілді орындау керек. Допты ойынға қосуды белгіленген алаң аумақтарына орындау (1, 2, 4, 5, 6).

МҮМКІНДІГІ ШЕКТЕУЛІ ТАЛАПкерлерді жоо ҚАБЫЛДАУ СЫНАҚТАРЫН ӨТКІЗУ ЕРЕКШЕЛІКТЕРІ

Мүмкіндігі шектеулі талапкерлерді жоо-ға түсу кезінде психофизикалық даму ерекшеліктерін, жеке мүмкіндіктері мен осындай оқуға түсушілердің денсаулық жағдайын ескере отырып, дене дайындығы сынақтарын тапсырады.

Дене дайындығы сынақтарын өткізу кезінде мынадай талаптардың сақталуы қамтамасыз етіледі:

- Дене дайындығы сынағын тапсыру кезінде талапкерлер үшін қиындықтар туғызбаса, денсаулық мүмкіндіктері шектеулі талапкерлермен бірлесіп, денсаулық мүмкіндіктері шектеулі адамдар үшін өткізіледі;

- оқуға түсушілерге олардың жеке ерекшеліктерін ескере отырып, қажетті техникалық көмек көрсететін ассистенттің болуы (жұмыс орнын алу, қозғалу, тапсырманы оқу және ресімдеу, емтихан алушымен қарым-қатынас жасау);

- оқуға түсушілерге түсу сынақтарын өткізу тәртібі туралы нұсқаулық баспа түрінде беріледі;

- түсушілер өздерінің жеке ерекшеліктерін ескере отырып, түсу сынағын тапсыру процесінде қажетті техникалық құралдарды пайдалана алады;

- материалдық-техникалық жағдайлар аудиторияға, дәретханаға және басқа да үй-жайларға түсушілердің кедергісіз кіруін, сондай-ақ олардың көрсетілген үй-жайларда болуын (пандустардың, тұтқалардың, кеңейтілген есік ойықтарының, лифттердің болуы, арнайы креслолар мен басқа да құрылғылардың болуы) қамтамасыз етуге тиіс.

Мүмкіндігі шектеулі талапкерлерге арналған "Дене шынықтыру және спорт" Білім беру бағдарламасына шығармашылық емтиханының негізгі нысаны: бақылау нормативтерін тапсыру, ДЖК анықтамасы негізінде тестілеу болып табылады.

**ТІРЕК-ҚИМЫЛ АППАРАТЫ ЗАҚЫМДАНҒАН
ТАЛАПҚЕРЛЕРГЕ АРНАЛҒАН БАҚЫЛАУ
НОРМАТИВТЕРІ**

Төменгі жамбас, аяқ белдеуінің зақымдануы

Сынақ түрі	Өлшем бірлігі	Ербалалар			Қыздар		
		«25»	«15»	«5»	«25»	«15»	«5»
Отырып нығыздалған допты қос қолмен бастан асыра алдыға лақтыру	метр	15	10	5	13	9	4
Шалкалап жатып денені көтеру	1 мин орындау саны.	-	-	-	40	30	20
Кермеде салбырап тұрып тізені бүгу	сек	13	11	9	-	-	-

Жоғары иық белдеуінің зақымдануы

Сынақ түрі	Өлшем бірлігі	Ербалалар			Қыздар		
		«25»	«15»	«5»	«25»	«15»	«5»
60 м жүгіру	сек	8,5	9,5	10,00	9,5	10,0	10,5
Бір орыннан ұзындыққа секіру	см	220	200	180	170	165	160

Көру қабілеті бұзылған талапкерлерге арналған бақылау нормативтері

Сынақ түрі	Өлшем бірлігі	Ербалалар			Қыздар		
		«25»	«15»	«5»	«25»	«15»	«5»
Бір орыннан ұзындыққа секіру	см	215	210	205	170	165	160
Кермеде салбырап тұрып тізені бүгу	сек	12	10	8	-	-	-
Тіреп жату қалпынан қолды шынтақтан бүгіп жазу	Орындау саны.	-	-	-	16	12	8

Қолданылған әдебиеттер:

1. Президентские тесты физической подготовленности населения Республики Казахстан.
2. Мектепте баскетболды үйрету әдістемесі: оқу әдістемелік құрал/Ж.М. Есіркепов. – Алматы, 2015ж.
3. Ю.Д.Железняк, Ю.М. Портнов, В.П. Савин, А.В. Лексаков. Спортивные игры. Техника, тактика, методика обучения. учебник для высших учебных заведений.- изд. «Академия», 2008.
4. Мартыненко И.И. Теория и методика спортивных игр (специализация): Учебное пособие / И. И. Мартыненко. - Алматы : Казак университеті, 2012.