

**АКТЮБИНСКИЙ РЕГИОНАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ
К.ЖУБАНОВА**

ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ТВОРЧЕСКИЙ ФАКУЛЬТЕТ
КАФЕДРА ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

«Утверждаю»

Председатель

приемной комиссии

Карабасова Л.Ч.

«25» 05 2023 г.



ПРОГРАММА

к творческим вступительным экзаменам

по образовательной программе 6В01404 «Физическая культура и спорт»

г. Актобе, 2023 год

6B01404 - программа творческого экзамена по специальности физическая культура и спорт. Испытание физической подготовленности создано на основе правил проведения президентских тестов физической подготовленности населения Республики Казахстан от 31.12.2013 г. № 1545.


Составлено в соответствии с «правилами приема на обучение по учебным программам высшего образования Актюбинского регионального университета имени К. Жубанова» «10» мая 2022г.

Составители:

Ботагариев Т.А. – д.п.н., профессор, заведующий кафедры
Габдуллин А.Б. - PhD доктор, старший преподаватель
Өтегенов Н.Ө. - м.п.н., преподаватель
Бекмағанбетов О.А. - м.п.н., преподаватель
Мақсотов Б. - м.п.н., преподаватель
Алибеков А. - м.п.н., преподаватель

Программа специального (творческого) экзамена обсуждена на заседании кафедры «Теория и методика физической культуры»

« 17 » 03 2023 г. Протокол №

Заведующий кафедрой  Ботагариев Т.А.

Программа специального (творческого) экзамена рекомендована методическим советом Профессионально-творческого факультета

« 19 » 03 2023 г. Протокол №

Председатель  Д.С.Ведюшкина

НОРМАТИВНАЯ БАЗА

Типовые правила приема на обучение в организации образования, реализующие образовательные программы высшего образования. Приказ министра образования и науки Республики Казахстан от 31 октября 2018 года № 600 (с изменениями и дополнениями). 2 Закон «О физической культуре и спорте» от 3 июля 2014 года № 28- УЗРК

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Цель и задачи творческого экзамена.

Целью творческого экзамена является проверка наличия физических навыков абитуриентов и личностных предпосылок к овладению профессией.

Задачи:

- определить уровень скоростно силовой подготовки по видам спортивной деятельности;
- определить уровень развития физических качеств абитуриентов.

ПОРЯДОК ПРОВЕДЕНИЯ ТВОРЧЕСКОГО ЭКЗАМЕНА

Лица, поступающие на специальности, требующие творческой подготовки, сдают творческий экзамен, проводимый приемной комиссией университета.

- Прием заявлений поступающих для сдачи творческого экзамена осуществляется с 20 июня по 07 июля по адресу: ул.: пр. А.Молдагуловой, 34.

- Творческий экзамен проводится в период с 08 по 15 июля календарного года.

- Лица, поступающие на группу образовательных программ высшего образования, требующих творческой подготовки, имеющие документы об общем среднем образовании, сдают один творческий экзамен.

- Лица, поступающие на группу образовательных программ высшего образования, требующих творческой подготовки по родственным направлениям подготовки кадров высшего образования, предусматривающих сокращенные сроки обучения сдают один творческий экзамен нормативы по специализации.

- Творческий экзамен для поступающих, имеющих документы об общем среднем образовании:

- На срок обучения 4 года, с каждого зачета-оценивается по 15-ти бальной системе 90 баллов (нормативы по специальности и нормативы по общей физической подготовке).

- Творческий экзамен для поступающих по родственным направлениям подготовки кадров высшего образования имеющих техническое и профессиональное образование и имеющих высшее профессиональное образование:

- Лица, поступающие по образовательным программам высшего образования, требующим творческой подготовки, для сдачи творческих экзаменов представляют в приемную комиссию университета следующие документы:

**2 фотографии размером 3 x 4 сантиметра;
копия документа, удостоверяющего личность;
Сертификат УБТ (при наличии);**

- Допуск поступающего к творческому экзамену осуществляется при предъявлении пропуска и документа, удостоверяющего личность.

- До начала творческих экзаменов поступающим разъясняется порядок проведения экзамена, а также указывается время начала и окончания экзаменов, время и место объявления результатов и процедура подачи заявления на апелляцию.

- Итоги проведения творческого экзамена оформляются ведомостью оценок, протоколом комиссии в произвольной форме и передаются ответственному секретарю приемной комиссии (его заместителю) для объявления результатов. Протокол комиссии подписывается председателем и

всеми присутствующими членами комиссии.

- Результаты творческого экзамена объявляются приемной комиссией после сдачи всеми абитуриентами экзамена.

1. После завершения нормативов общей физической подготовленности.

2. После завершения нормативов по специальности.

6В01404 "Физическая культура и спорт"

(на срок обучения 4 года)

1. НОРМАТИВЫ ПО ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ

(на срок обучения 4 года)

Абитуриент сдает три норматива по общей физической подготовке. Максимальная оценка каждого упражнения 15 баллов. По итогом можно получить максимум 45 баллов.

Контрольные нормативы

Мужчины:

1. Бег 100 метров
2. Бег 1000 метров
3. Подтягивание на перекладине

Женщины:

1. Бег 100 метров
2. Бег 1000 метров
3. Подъем туловища из положения лежа на спине (пресс)

Таблица оценки результатов

Юноши

№	Очки															
		15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
	Название теста															
1	Бег 100 метров (сек)	13,0	13,2	13,4	13,6	13,8	14,0	14,2	14,4	14,6	14,8	15,0	15,1	15,2	15,3	15,4
2	Бег 1000 метров (мин, сек)	3,05	3,08	3,11	3,14	3,17	3,20	3,23	3,26	3,29	3,32	3,35	3,38	3,40	3,42	3,45
3	Подтягивание на перекладине (коли.)	16	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2

Таблица оценки результатов

Девушки

№	Очки		15	14	13	12	10	8	6	4	2	1
	Наименование											
1	Бег 100 метров (сек)		15,4	15,7	16,0	16,3	16,6	17,0	17,4	17,8	18,2	18,5
2	Бег 1000 метров (мин, сек)		4,05	4,07	4,10	4,15	4,20	4,25	4,30	4,35	4,40	4,45
3	Подъем туловища лежа на спине (1 мин, количество)		55	50	45	40	35	30	25	20	15	10

№	Очки		15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
	Наименование																
1	Бег 100 метров (сек)		15,4	15,6	15,8	16,0	16,2	16,4	16,6	16,8	17,0	17,2	17,4	17,6	17,8	18,0	18,2
2	Бег 1000 метров (мин, сек)		4,05	4,07	4,09	4,11	4,13	4,15	4,17	4,20	4,23	4,26	4,29	4,32	4,35	4,40	4,45
3	Подъем туловища лежа на спине (1 мин, количество)		55	52	49	46	43	40	37	34	30	27	24	21	18	15	10

Правила выполнения нормативов по общей физической подготовке

Бег 100 метров,

Испытание проводится на беговой дорожке стадиона.

Бег 1000 метров,

Испытание проводится на беговой дорожке стадиона.

Подтягивание на перекладине (мужчины),

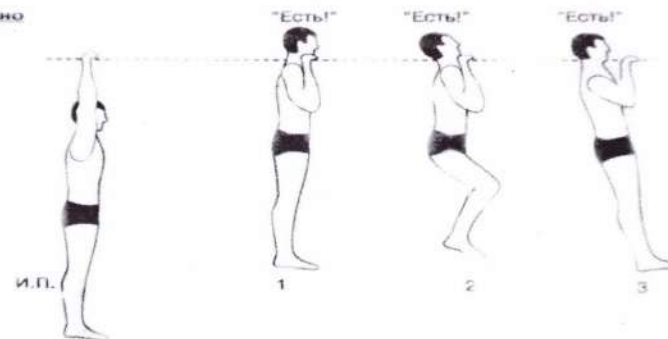
Испытание производится из исходного положения вис хватом сверху, не касаясь ногами пола.

При подтягивании участник обязан:

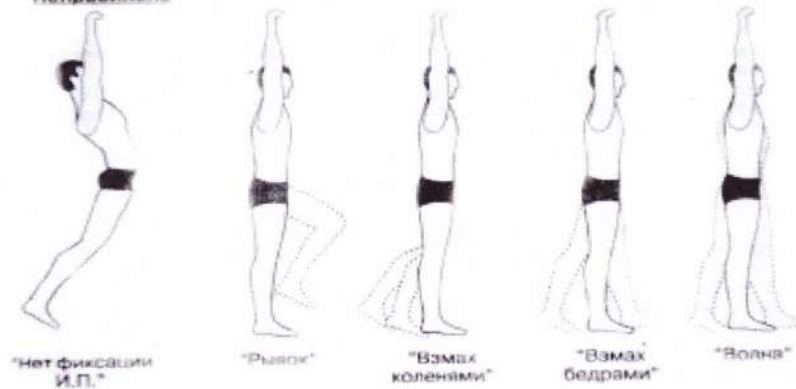
- из исходного положения подтянуться непрерывным движением, подняв подбородок выше грифа перекладины
- опуститься в вис
- самостоятельно остановить раскачивание
- зафиксировать на 0,5сек видимое для судьи исходное положение
- услышав начало счета судьи-счетчика, продолжить движение

Указание: допустимое колебание стоп в И.П. составляет 0,5 стопы от положения вертикали.

Правильно



Неправильно



Название	Видимое проявление ошибки
“подбородок”	подбородок не поднялся выше грифа перекладины
“нет фиксации”	участник не принял И.П. на 0,5 сек
“рывок”	резкое движение в одну сторону
“взмах”(голенями)	маятниковое движение с остановкой
“волна”	поочередное резкое нарушение прямой линии ногами
“поочередно”	явно видимое поочередное сгибание рук при приходе
“руки согнуты”	в ИП руки согнуты в локтевых суставах участник
“перехват”	раскрыл ладонь (судья увидел лицевую сторону ладони)
“остановка”	участник остановился при подтягивании, нарушив непрерывность движения
“Рывок головой”	резкое движение головой вверх при движении
“Ноги согнуты”	вверх ноги согнуты в коленных суставах

Подъем туловища лежа на спине (1мин. количество) девушки

Упражнение выполняется в положении лежа на спине, руки на плечах, ноги согнуты в 90 градусов от колена, второй человек удерживает его за ноги. Учитывается, сколько раз поднимали тело в течение 1 минуты с приказом "старт".



2. НОРМАТИВЫ ПО СПЕЦИАЛИЗАЦИИ (срок обучения 4 года)

Для сдачи экзамена по специализации абитуриенту необходимо выбрать один из следующих видов спорта: футбол, баскетбол, волейбол

ПРОГРАММА

творческого экзамена по специализации «ФУТБОЛ»

Абитуриент сдает три норматива по технике игры в футбол. Максимальная оценка каждого упражнения 15 баллов. На экзамене по «футболу» можно получить максимум 45 баллов.

1. Жонглирование мячом.
2. Удары по воротам с расстояния 7 метров.
3. Челночный бег с ведением мяча.

Правила выполнения нормативов

1. **Жонглирование мячом** – упражнение выполняется поочередно двумя ногами. Оценивается количество раз.

2. **Удары по воротам с расстояния 7 метров** – ворота делятся на 4 части. По команде необходимо попасть в каждый угол ворот. Мяч должен попасть в ворота по воздуху. Дается 5 попыток. Оценивается количество попаданий

3. **Челночный бег с ведением мяча.** Упражнение начинается с лицевой линии, мяч ведут до средней линии, затем возвращаются к месту старта, бегут до противоположной лицевой линии и обратно. Упражнение выполняется на время.

Таблица оценки результатов

Мальчики

№	Очки Наименование	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
		1	Жонглирование мячом	20	18	16	14	12	10	9	8	7	6	5	4	3
2	Удары по воротам с расстояния 7 метров	5	-	-	4	-	-	3	-	-	2	-	-	1	-	-
3	Челночный бег с ведением мяча.	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34

Девушки

№	Очки Наименование	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
		1	Жонглирование мячом	10	-	9	-	8	-	7	-	6	-	5	4	3
2	Удары по воротам с расстояния 7 метров	5	-	-	4	-	-	3	-	-	2	-	-	1	-	-
3	Челночный бег с ведением мяча.	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	40

ПРОГРАММА

творческого экзамена по специальности

«БАСКЕТБОЛ»

Абитуриент сдает три норматива по технике игры в баскетбол. Максимальная оценка каждого упражнения 15 баллов. На экзамене по "баскетболу" можно получить максимум 45 баллов.

Контрольные испытания

1. Штрафные броски
2. Броски мяча из точек
3. Ведение мяча

Правила выполнения нормативов по "баскетболу"

1. Штрафные броски

Описание упражнения: бросок мяча с линии штрафного броска. Дается 5 попыток (мяч передает партнер).

Правила исполнения: не покидать линию; оценивается техника исполнения. Подсчитывается количество касаний.

2. Метание мяча из точек

Описание упражнения: на площадке отмечается 10 точек, из каждой точки выполняется один бросок в определенной последовательности:

- 1 точка - справа с расстояния 2 м. под углом 30°
- 2 точки - 3 м. Справа под углом 3 м. под углом 30°
- 3 точки - на расстоянии 3 м с правой стороны под углом 45°
- 4 точки - на расстоянии 4 м с правой стороны под углом 45°
- 5 точек - против кольца с расстояния 3 м. под углом 90°
- 6 точка - против кольца с расстояния 6,75 м. под углом 90°
- 7 точка – слева на расстоянии 3 м под углом 45°
- 8 точек - слева на расстоянии 4 м под углом 45°
- 9 точка - слева на расстоянии 2 м под углом 30°
- 10 точек - слева на расстоянии 3 м под углом 30°

Мяч передает партнер. Подсчитывается количество касаний.

3. Ведение мяча с препятствиями.

Описание упражнения: испытание начинается с лицевой линии баскетбольной площадки; игрок ведет мяч по прямой, обводит последовательно три стойки, продолжает ведение до стойки в середине лицевой линии волейбольной площадки, обводит ее и выполняет тоже задание по противоположной боковой линии волейбольной площадки. Правила выполнения: в правую сторону вести мяч правой рукой, в левую – левой рукой, не нарушая правил ведения мяча (ведение двумя руками, ведение выше пояса, двойное ведение). При потере мяча необходимо вернуться на место ошибки и продолжить выполнение упражнения. Оценивается время выполнения упражнения.

Таблица оценки результатов

№	Очки	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
	Наименование															
1	Штрафные броски	5	-	-	4	-	-	3	-	-	2	-	-	1	-	-
2	Броски мяча из точек	10	9	8	7	6	5	-	4	-	3	-	2	-	1	-
3	Ведение мяча	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	2	2	2
														4	5	6

Мальчики

Девушки

№	Очки	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
	Наименование															
1	Штрафные броски	5	-	-	4	-	-	3	-	-	2	-	-	1	-	-
2	Броски мяча из точек	10	9	8	7	6	5	-	4	-	3	-	2	-	1	-
3	Ведение мяча	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	2	2	3
														7	8	0

ПРОГРАММА творческого экзамена по специализации

«ВОЛЕЙБОЛ»

По технике игры в Волейбол абитуриент сдает три норматива. Каждое упражнение оценивается в 15 очков. На экзамене по "волейболу" можно получить максимум 45 баллов.

Контрольные нормативы

1. Верхняя передача мяча над собой
2. Прием мяча снизу двумя руками над собой
3. Подача мяча

Таблица оценки результатов

№	Очки	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
	Наименование															
1	Верхняя передача мяча над собой	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
2	Прием мяча снизу двумя руками над собой	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
3	Подача мяча	5	-	-	4	-	-	3	-	-	2	-	-	1	-	-

Мальчики

Девушки

№	Очки	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
	Наименование															
1	Верхняя передача мяча над собой	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
2	Прием мяча снизу двумя руками над собой	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
3	Подача мяча	5	-	-	4	-	-	3	-	-	2	-	-	1	-	-

Правила выполнения нормативов по "волейболу"

1. Верхняя передача мяча над собой

Описание упражнения: И.П. – выполнять передачу мяча сверху, стоя в центре зала внутри круга и бросая его на себя (диаметр круга 3,60). Высота подачи мяча должна быть не менее 1,5 - 2 м.

Правила выполнения: не наступать на линию круга. Способ подачи мяча сверху должен быть выполнен правильно по техническим правилам.

2. Прием мяча снизу двумя руками над собой

Описание упражнения: И.П.– стоя в центре зала внутри круга, принять мяч двумя руками снизу (диаметр круга 3,60). Высота подачи мяча должна быть не менее 1,5 - 2 м. Оценка количества приемов мяча.

3. Подача мяча

Описание упражнения: выполнить подачу мяча, на разные зоны поля соперника.

Правила выполнения: способ подачи должен выполняться правильно по техническим правилам (1, 2, 4, 5, 6).

2. НОРМАТИВЫ ПО СПЕЦИАЛИЗАЦИИ

(на срок обучения 3 года)

Для сдачи экзамена по специализации абитуриенты должны выбрать один вид спорта: футбол, баскетбол, волейбол.

ПРОГРАММА

творческого экзамена по специализации **«ФУТБОЛ»**

Абитуриент сдает четыре норматива по технике игры в футбол.

Каждое упражнение оценивается максимум в 5 баллов. За экзамен по «Футболу» можно набрать максимально 20 баллов.

Контрольные испытания

1. Жонглирование мячом.
2. Удары по воротам с расстояния 7 метров.
3. Челночный бег с ведением мяча.
4. Вбрасывание мяча двумя руками из-за головы.

Контрольные нормативы

1. Жонглирование мячом – упражнение выполняется поочередно двумя ногами. Оценивается количество раз.
2. Удары по воротам с расстояния 7 метров – ворота делятся на 4 части. По команде необходимо попасть в каждый угол ворот. Мяч должен попасть в ворота по воздуху. Дается 5 попыток. Оценивается количество попаданий
3. Челночный бег с ведением мяча. Упражнение начинается с лицевой линии, мяч ведут до средней линии, затем возвращаются к месту старта, бегут до противоположной лицевой линии и обратно. Упражнение выполняется на время.
4. Вбрасывание мяча двумя руками из-за головы, не отрывая ног. С расстояния 15 метров попасть в обозначенную на полу цель. Дается 5 попыток. Оценивается количество попаданий

Таблица оценивания результатов

мужчины

№ п/п	Баллы	5	4	3	2	1
	Нормативы					
1	Жонглирование мячом (к-во раз)	16	13	11	8	5
2	Удары по воротам с расстояния 7 метров (кол-во попаданий)	5	4	3	2	1
3	Челночный бег с ведением мяча (сек)	20	22	24	26	28
4	Вбрасывание мяча двумя руками из-за головы (к-во раз)	5	4	3	2	1

женщины

№ п/п	Баллы	5	4	3	2	1
	Нормативы					
1	Жонглирование мячом (к-во раз)	13	11	9	7	5
2	Удары по воротам с расстояния 7 метров (кол-во попаданий)	5	4	3	2	1
3	Челночный бег с ведением мяча (сек)	25	28	30	32	34
4	Вбрасывание мяча двумя руками из-за головы (к-во раз)	5	4	3	2	1

ПРОГРАММА

творческого экзамена по специализации «БАСКЕТБОЛ»

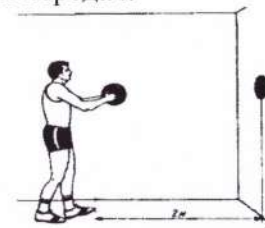
Абитуриент сдает четыре норматива по технике игры в баскетбол. Каждое упражнение оценивается максимум в 5 баллов. Максимально за экзамен по «Баскетболу» можно набрать 20 баллов.

Контрольные испытания

1. Передача мяча в стену
2. Штрафные броски
3. Броски с точек
4. Ведение мяча с препятствиями

Правила выполнения нормативов по «Баскетболу»

1. Передачи мяча в стену
Описание упражнения: И.П. – стоя лицом к стене на расстоянии 2,5м для юношей и 2 м для девушек; выполняется передача и ловля мяча двумя руками от груди в круг диаметром 1 м, нарисованный на стене. Время выполнения упражнения – 30 сек.
Правила выполнения: нельзя переступить линию, попасть обязательно в круг, технически правильно выполнить передачу. Оценивается количество выполненных передач.



2. Штрафные броски
Описание упражнения: выполнить броски с линии штрафного броска. Дается 10 попыток (мяч подает партнер).

Правила выполнения: не переступать линию; учитывается техника выполнения. Оценивается количество попаданий.

3. Броски с точек

Описание упражнения: на площадке размечается 10 точек, с каждой точки выполняется по одному броску в определенной последовательности:

- 1 точка – с правой стороны на расстоянии 2 м под углом 30° ;
- 2 точка - с правой стороны на расстоянии 3 м под углом 30° ;
- 3 точка - с правой стороны на расстоянии 3 м под углом 45° ;
- 4 точка - с правой стороны на расстоянии 4 м под углом 45° ;
- 5 точка – прямо перед кольцом на расстоянии 3 м под углом 90° ;
- 6 точка – прямо перед кольцом на расстоянии 6,75 м под углом 90° ;
- 7 точка - с левой стороны на расстоянии 3 м под углом 45° ;
- 8 точка - с левой стороны на расстоянии 4 м под углом 45° ;
- 9 точка - с левой стороны на расстоянии 2 м под углом 30° ;
- 10 точка - с левой стороны на расстоянии 3 м под углом 30° .

Мяч подает партнер. Оценивается количество попаданий.

4. Ведение мяча с препятствиями.

Описание упражнения: испытание начинается с лицевой линии баскетбольной площадки; игрок ведет мяч по прямой, обводит последовательно три стойки, продолжает ведение до стойки в середине лицевой линии волейбольной площадки, обводит ее и выполняет тоже задание по противоположной боковой линии волейбольной площадки. Правила выполнения: в правую сторону вести мяч правой рукой, в левую – левой рукой, не нарушая правил ведения мяча (ведение двумя руками, ведение выше пояса, двойное ведение). При потере мяча необходимо вернуться на место ошибки и продолжить выполнение упражнения. Оценивается время выполнения упражнения.

Таблица оценивания результатов

Мужчины

№ п/п	Баллы	5	4	3	2	1
	Нормативы					
1	Передачи мяча (кол-во раз)	35	30	25	20	15
2	Штрафные броски (кол-во попаданий)	10	9	8	7	6
3	Броски с точек (кол-во попаданий)	10	9	8	7	6
4	Ведение мяча (сек)	12	14	16	18	20

Женщины

№	Баллы	5	4	3	2	1
	Нормативы					
1	Передачи мяча (кол-во раз)	30	25	20	15	10
2	Штрафные броски (кол-во попаданий)	10	9	8	7	6
3	Броски с точек (кол-во попаданий)	10	9	8	7	6
4	Ведение мяча (сек)	15	16	17	19	21

ПРОГРАММА

творческого экзамена по специализации «ВОЛЕЙБОЛ»

Абитуриент сдает 4 норматива по технике игры в волейбол. Каждое упражнение оценивается максимум в 5 баллов. Всего за экзамен по «Волейболу» можно набрать максимально 20 баллов.

Контрольные нормативы

1. Верхняя передача мяча над собой
2. Прием мяча снизу двумя руками над собой
3. Подача мяча
4. Верхняя передача мяча в стену

Таблица результатов

Мужчины

№	Баллы	5	4	3	2	1
	Нормативы					
1	Верхняя передача мяча над собой (кол-во раз)	15	14	13	12	11
2	Прием мяча снизу двумя руками над собой (кол-во раз)	15	14	13	12	11
3	Подача мяча (кол-во попаданий)	5	4	3	2	1
4	Верхняя передача мяча в стену (кол-во раз)	15	14	13	12	11

Женщины

№	Баллы	5	4	3	2	1
	Нормативы					
1	Верхняя передача мяча над собой (кол-во раз)	13	12	11	10	9
2	Прием мяча снизу двумя руками над собой (кол-во раз)	13	12	11	10	9
3	Подача мяча	5	4	3	2	1
4	Верхняя передача мяча в стену (кол-во раз)	13	12	11	10	9

Правила выполнения нормативов

1. Верхняя передача мяча
Описание упражнения: И.П. – стоя в круге (диаметр круга 3,60) в центре зала, выполнять верхнюю передачу мяча над собой, с собственного набрасывания. Высота передачи не менее 1-1,5 м.
Правила выполнения: Нельзя переступить линию круга. Технически правильно выполнять передачу. Оценивается количество выполненных передач.
2. Прием мяча снизу двумя руками над собой
Описание упражнения: И.П. – стоя в круге (диаметр круга 3,60) в центре зала, выполнять прием мяча снизу двумя руками над собой, с собственного набрасывания. Высота передачи не менее 1-1,5 м.
Оценивается количество выполненных передач.
3. Подача мяча
Описание упражнения: Стоя за лицевой линией, выполнять подачи мяча любым способом на точность по зонам площадки.
Правила выполнения: Технически правильно выполнять подачи. Подачи выполнять в заданные зоны площадки. (1,5,6). Дается 5 попыток. Оценивается количество попаданий.
4. Верхняя передача мяча в стену
Описание упражнения: И.П. – стоя у стены выполнять верхнюю передачу мяча. Расстояние до стены 2 метра.
Правила выполнения: Технически правильно выполнять верхнюю передачу. Руки должны находиться над головой. Оценивается количество выполненных передач.

Используемая литература

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.