

«Ыбырай Алтынсарин атындағы Арқалық педагогикалық университеті» КеАҚ

БЕКІТЕМІН
Басқарма-Төрағасы, ректор м.а.
қабылдау комиссиясы төрағасы
Т.Е.Ешжанов
«17» 06 2025 жыл



6B01407- Дене шынықтыру және спорт (IP) білім беру бағдарламасына
түсуші талапкерлерге арналған шығармашылық емтихан
БАҒДАРЛАМАСЫ

Арқалық, 2025

Шығармашылық емтихан бағдарламасы Ы.Алтынсарин атындағы Арқалық педагогикалық институтының 2025 жылғы 6B01407 «Дене шынықтыру және спорт» (IP) білім беру бағдарламасына қабылданатын талапкерлерден шығармашылық емтихан қабылдауға арналған

Әзірлеушілер: «Дене шынықтыру және спорт» ББ-ның аға оқытушылары Бейсенбаев С.К., Атигаев Ж.М., Смагулов С.К.

Жалпы ережелер

Бағдарлама кәсіптік жоғары оқу бағдарламаларын жүзеге асыратын білім беру ұйымдарында білім алуға қабылдаудың үлгі ережесіне сәйкес әзірленген арнайы немесе шығармашылық емтихандарды өткізу ережелерінің негізінде жасалады.

Арнайы немесе шығармашылық емтихандар арнайы немесе шығармашылық дайындықты қажет ететін жоғары оқу орындарына түсетін тұлғалар үшін жүргізіледі.

Бағдарлама Қазақстан Республикасы Мәдениет және спорт министрінің міндетін атқарушының 2014 жылғы 21 қарашадағы № 103 бұйрығымен бекітілген Қазақстан Республикасы Тұңғыш Президентінің – Елбасының тестілерін өткізу қағидалары негізінде әзірленген.

Шығармашылық емтихандардың мақсаты - «Дене шынықтыру және спорт» ББ бойынша оқуға қабілетті физикалық дайындалған абитуриенттерді анықтау және іріктеу.

Дене шынықтыру және спорт ББ тапсырушы талапкер екі шығармашылық емтихан тапсырады.

Бірінші шығармашылық емтихан: «Мамандық бойынша», талапкер техника-тактикалық дайындығын анықтайтын.

Екінші шығармашылық емтихан: «Жалпы дене күшінің дайындығы», Президенттік сынақты басшылыққа ала отырып, талапкер дене күш дайындығын бақылау.

Егер талапкердің екі шығармашылық емтиханнан жинаған ұпайлары тең болған жағдайда, «мамандық» бойынша жинаған емтихан ұпайының үлесі жоғары болады.

Бағалау критерийлері

«Өте жақсы» - 35-45 балл - жеңіл атлетикадан негізгі сынақ жаттығуларын нормативтерін бағалау шарттарына сәйкес қойылған талаптарды берілген тапсырмаға сәйкес дұрыс, қатесіз, еркін, сенімді орындағанда бағаланады.

«Жақсы» - 20-34 балл - абитуриент жаттығулар жасаған кезде жоғарыда көрсетілген талаптарды орындай отырып, екі қатеден артық маңызды емес қателіктер жасағанда қойылады.

«Қанағаттанарлық» - 5-19 балл — егерде қозғалыс іс-әрекеті негізінде дұрыс орындалса, бірақ бір өрескел қате немесе бірнеше маңызды емес қателіктер болған жағдайда қойылады.

«Қанағаттанарлықсыз» - 0-4 — егерде іс-әрекет немесе оның элементтері дұрыс орындалмаған жағдайда, екі өрескел қатеден және бірнеше елеусіз қателіктер жіберілгенде бағаланады.

Волейбол ойыны бойынша емтихан қабылдау тапсырмалары

1. Допты ойынға қосу: 1,5,6 аймаққа таңдай отырып 8 рет допты ойынға қосу (тапсырма бойынша):

Түсу реті	ұпайы
8	10
7	9
6	8
5	7
4	6
3	5
2	4
1	3

Ескерту: 1-5 аймаққа 4 рет, 6- аймаққа 4 рет допты беру керек. Осы аталған аймақтарға допты дәл түсіру қажет

2. Допты жоғарыдан шеңбер ішінде екі қолмен қабылдау 2-2,5 метр деңгейде:

Жасау реті	ұпайы
8	15
7	13
6	11
5	9
4	7
3	5
2	4
1	3

Ескерту: Допты жоғарыдан қабылдау кезінде шеңберден шығып кетпеу керек. Допты жоғарыға тіке лақтыра қабылдау қажет.

Баскетбол ойыны бойынша емтихан қабылдау тапсырмалары

Айып добын түсіру

Ерлер		Қыздар	
Түсіру саны	Ұпайы	Түсіру саны	Ұпайы
7	20	7	20
6	17	6	17
5	15	5	15
4	14	4	14
3	13	3	13
2	12	2	12
1	11	1	11

Ескерту: допты лақтыру кезінде айып добы алаңындағы белгіленген сызықты басып және секіріп доп лақтыруға болмайды

**Екінші шығармашылық емтихан: «Жалпы дене күшінің дайындығы»,
талапкердің дене күш дайындығын бақылау**

Ерлер

1.Орнынан ұзындыққа секіру

Секіру ұзындығы	Ұпайы
265 см.	10
260 см.	9
255 см.	8
250 см.	7
245 см.	5

Ескерту: белгіленген секіру сызығын басып кетпеуі керек.

2.Аспаға тартылу

Орындау саны	Ұпайы
18 рет	15
16 рет	13
15 рет	11
14 рет	8
12 рет	5

Ескерту: Үстінен ұстап ілініп, тік тартылып қолды жазып бүгу.
Қимылдарды серпіліп орындауға тыйым салынады.

**3.Арыста (брусьяда) тіреніп, бұрыш ұстау
(90 градустан төмен болмауы тиіс)**

Уақыты	Сынақ ұпайы
9 сек.	10
7-8 сек	8
5-6 сек.	6
4-5 сек.	3
1-3 сек.	2

Ескерту: дене міндетті түрде тік қалыпта болу керек, ал қолдар арысқа тіреліп, сәл артқа қарай түзетілген күйде денеге параллель орналасқан. Дененің тік, аяқтарды бірге алға 90 градус көтеріп ұстап тұрады.

4. Үстінен ұстап ілініп, тік аяқты темір аспада көтеру.

Орындау саны	Сынақ ұпайы
10	10
8-9	8
6-7	6
4-5	4
1-3	2

Ескерту: Үстінен ұстап ілінуден, тік аяқты темір аспаға тигізіп түсіру.

Әдістемелік нұсқау: Іліну жағдайы тіркеледі. Аяқтарды аздап бүгуге және ашуға рұқсат етіледі. Қимылдарды сермеліп орындауға тыйым салынады.

Қыздар

1. Темір аспада үстінен ұстап ілініп, аяқты тізеден бүгіп кеудеге көтеріп түсіру

Орындау саны	Сынақ ұпайы
10	20
8-9	15
6-7	12
4-5	9
1-3	3

Ескерту: *Орындау техникасы:* Темір аспада үстінен ұстап ілінуден, тізеден бүгілген 2-і аяқты (90^0) кеудеге көтеріп түсіру.

Әдістемелік нұсқау: Іліну жағдайы тіркеледі. Аяқтарды ашуға рұқсат етіледі. Қимылдарды сермеліп орындауға тыйым салынады.

2. Орнынан ұзындыққа секіру

Секіру ұзындығы	Ұпайы
210 см.	10
205 см.	9
200 см.	8
195 см.	7
190 см.	5

Ескерту: белгіленген секіру сызығын басып кетпеуі керек.

2. Арқада жатып, денені көтеру: аяқ тізеден бүгілген қол кеудеде, қайшыланған (1 мин)

Орындау саны	Ұпайы
55 рет	15
50 рет	13
40 рет	11
38 рет	8
36 рет	5

Ескерту: Бастапқы қалып: Арқада жатып, аяқтар бүгіліп, қол кеудеде қайшылап ұстап, серіктес аяғын басып отырғаннан кейін денені көтеру басталады.

Талапкер 1 минут ішінде көтерілген кезде шынтағын тізесіне тигізіп кейін бастапқы қалыпқа оралады. 1 минут ішінде дұрыс жасаған әрекеттері есептелінеді.

**6B01404 «Дене шынықтыру және спорт» (ІР)
білім беру бағдарламасы бойынша
шығармашылық емтихан ережесі**

Дене шынықтыру және спорт мамандығына тапсырушы арнайы білімі бар талапкер бір шығармашылық емтихан тапсырады.

Бірінші шығармашылық емтихан: «Мамандық бойынша», талапкер техника-тактикалық дайындығын анықтайтын.

Волейбол ойыны бойынша емтихан қабылдау тапсырмалары

1. Допты ойынға қосу: 1,5,6 аймаққа таңдай отырып 8 рет допты ойынға қосу (тапсырма бойынша):

Түсу реті	ұпайы
8	5
7	4
6	3
5	2
4	1

Ескерту: 1-5 аймаққа 3 рет, 6- аймаққа 2 рет допты беру керек. Осы аталған аймақтарға допты дәл түсіру қажет

2. Допты жоғарыдан шеңбер ішінде екі қолмен қабылдау 2-2,5 метр деңгейде:

Жасау реті	ұпайы
8	5
7	4
6	3
5	2
4	1

Ескерту: Допты жоғарыдан қабылдау кезінде шеңберден шығып кетпеу керек. Допты жоғарыға тіке лақтыра қабылдау қажет.

Баскетбол ойыны бойынша емтихан қабылдау тапсырмалары
Айып добын түсіру

Ерлер		Қыздар	
Түсіру саны	Ұпайы	Түсіру саны	Ұпайы
7	10	7	10
6	9	6	9
5	8	5	8
4	7	4	7
3	6	3	6
2	5	2	5
1	4	1	4

Ескерту: допты лақтыру кезінде айып добы алаңындағы белгіленген сызықты басып және секіріп доп лақтыруға болмайды