

УО «Alikhan Bokeikhan University»

УТВЕРЖДАЮ:
Ректор УО «Alikhan Bokeikhan University»
профессор Ш.А. Курманбаева



ПРОГРАММА

Нормативы по специализации для поступающих

(со средним профессиональным образованием)

по образовательной программе

6В01404 «Физическая культура и спорт»

Семей 2023 г

Творческий экзамен по специализации предусматривает сдачу контрольных нормативов по видам спорта раздела школьной программы: спортивные игры (волейбол, баскетбол, по выбору).

Волейбол

1. Из круга диаметром 1 м. передача мяча над собой, на 2,5 м.
 - 10 правильных передач – 10 баллов;
 - 9 правильных передач- 9 баллов;
 - 8 правильных передач - 8 баллов;
 - 7 правильных передач - 7 баллов;
 - 6 правильных передач- 6 баллов;
 - 5 правильных передач- 0 баллов;
2. Верхняя прямая подача в заданную зону (1,6,5 зона)
 - Попадания в три зоны – 10 баллов;
 - Попадания в две зоны – 5 баллов;

Баскетбол

1. Передача мяча двумя руками от груди в стенку в квадрат 50x50 см. на высоте 160 см – с расстояния 2,5 м. (юноши); 2 м (девушки)
 - 10 правильных передач – 10 баллов;
 - 9 правильных передач- 9баллов;
 - 8 правильных передач- 8 баллов;
 - 7 правильных передач- 7 баллов;
 - 6 правильных передач- 6 баллов;
 - 5 правильных передач- 0 баллов;
2. С центральной точки из-за лицевой линии- ведение мяча с обводкой трех кругов (на линии кругов не наступать) с выполнением броска в движении одной рукой сверху в квадрат 50x50 см. на высоте 3,05 м. (время выполнения упражнения останавливается в момент касания мячом квадрата после броска):

Юноши

- 20 секунд – 10 баллов;
- 21 секунда- 9 баллов;
- 22 секунды – 8 баллов;
- 23 секунды – 7 баллов;
- 24 секунды- 6 баллов;
- 25 секунд- 0 баллов.

Девушки

- 22 секунды – 10 баллов;

- 23 секунды – 9 баллов;
- 24 секунды – 8 баллов

- 25 секунд- 7 баллов;
- 26 секунд- 6 баллов;
- 27 секунд – 0 баллов.

Декан факультета информационных технологий и экономики



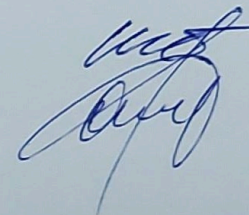
Рахимжанова Г.А.

Зав.кафедрой прикладной биологий



Байгазинов Ж.А.

Старший преподаватель



Шенгельбаев К.Т.

Старший преподаватель

Омарбеков А.К.