

УО «Alikhan Bokeikhan University»

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



ПРОГРАММА

**Нормативы по видам спорта для поступающих
по образовательной программе
6B01403 «Начальная военная подготовка»**

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 – 20 баллов;
 - 9 правильных передач – 15 баллов;
 - 8 правильных передач – 10 баллов;
 - 7 правильных передач – 5 баллов;
 - 6 правильных передач – 3 баллов;
 - 5 правильных передач – 0 баллов;
2. Верхняя прямая подача в заданную зону (1,6,5 зона)
 - Попадания в три зоны – 20 баллов;
 - Попадания в две зоны – 10 баллов;

Баскетбол

1. Передача мяча двумя руками от груди в стенку в квадрат 50х50 см на высоте 160 см – с расстояния 2,5 м. (юноши); 2 м (девушки)
 - 10 правильных передач – 20 баллов;
 - 9 правильных передач – 15 баллов;
 - 8 правильных передач – 10 баллов;
 - 7 правильных передач – 5 баллов;
 - 6 правильных передач – 3 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 50х50 см. на высоте 3,05 м. (время выполнения упражнения останавливается в момент касания мячом квадрата после броска):

Юноши

- 20 секунд – 20 баллов;
- 21 секунда – 15 баллов;
- 22 секунды – 10 баллов;
- 23 секунды – 8 баллов;
- 24 секунды – 5 баллов;
- 25 секунд – 3 баллов.

Девушки

- 22 секунды – 20 баллов;
- 23 секунды – 15 баллов;
- 24 секунды – 10 баллов

- 25 секунд – 8 баллов;
- 26 секунд – 5 баллов;
- 27 секунд – 3 баллов.

Декан факультета информационных технологий и экономики

Рахимжанова Г.А.

Зав. кафедрой прикладной биологии

Байгазинов Ж.А.

Старший преподаватель

Какимов К.Б.
Саукенов Х.Р.