

ХАЛЫҚАРАЛЫҚ ТУРИЗМ ЖӘНЕ МЕЙМАНДОСТЫҚ УНИВЕРСИТЕТІ  
ТУРИЗМ ЖӘНЕ СПОРТ ФАКУЛЬТЕТІ  
СПОРТ ЖӘНЕ ЖАЛПЫ БІЛІМ БЕРЕТІН ПӘНДЕР КАФЕДРАСЫ



«БЕКІТЕМІН»  
Қабылдау комиссиясының төрағасы,  
университет Ректоры  
М.С. Мурзамадиева  
2021ж

«Дене шынықтыру және спорт» білім беру бағдарламасы бойынша  
оқуға түсушілерге арналған  
ШЫҒАРМАШЫЛЫҚ ЕМТИХАН БАҒДАРЛАМАСЫ  
(онлайн / офлайн)

Дайындау бағыты:

6B014- Жалпы дамудың пәндік  
мамандандырылған мұғалімдерін даярлау

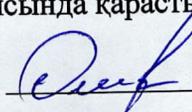
Білім беру бағдарламасының  
коды мен атауы:

6B01401 – Дене шынықтыру және спорт

Шығармашылық емтихан бағдарламасы «Туризм және спорт» факультетінің  
отырысында қарастырылып, бекітуге ұсынылды (хаттама № 8, 21.05.2021ж.)

Факультет деканы  Д.С.Асан

Шығармашылық емтихан бағдарламасы «Спорт және жалпы білім беретін пәндер»  
кафедрасының отырысында қарастырылып, ұсынылды (хаттама № 9, 04.05.2021ж.)

Кафедра меңгерушісі  Б.С.Омаров

## Мазмұны

1	Нормативтік база .....	3
2	Жалпы ережелер .....	3
3	Емтиханның мақсаты мен міндеттері.....	3
4	Емтиханды өткізу тәртібі .....	3
	Онлайн	
5	Бірінші шығармашылық емтиханды өткізу талаптары мен нормативтері, бағалау көрсеткіштері .....	4
6	Екінші шығармашылық емтиханды өткізу талаптары мен нормативтері, бағалау көрсеткіштері.....	6
7	«Дене шынықтыру және спорт» (жеделдетілген) білім беру бағдарламасы бойынша шығармашылық емтиханды өткізу талаптары мен нормативтері, бағалау көрсеткіштері.....	8
	Офлайн	
8	Бірінші шығармашылық емтиханды өткізу талаптары мен нормативтері, бағалау көрсеткіштері.....	9
9	Екінші шығармашылық емтиханды өткізу талаптары мен нормативтері, бағалау көрсеткіштері.....	10
10	Дене шынықтыру және спорт (жеделдетілген) білім беру бағдарламасы бойынша шығармашылық емтиханды өткізу талаптары мен нормативтері, бағалау көрсеткіштері.....	11

## **1. Нормативтік база**

1. Қазақстан Республикасы Тұңғыш Президенті – Елбасының тестілерін өткізу қағидаларын бекіту туралы ҚР Мәдениет және спорт министрінің 21.04.2017 жылғы № 109 бұйрығы;

2. Қазақстан Республикасы Білім және ғылым министрлігі Ы. Алтынсарин атындағы Ұлттық білім академиясының 2020-2021 оқу жылында Қазақстан Республикасының білім беру ұйымдарында оқу процесін ұйымдастырудың ерекшеліктері туралы әдістемелік нұсқау хаты;

3. Жоғары және жоғары оқу орнынан кейінгі білімнің білім беру бағдарламаларын іске асыратын білім беру ұйымдарына оқуға қабылдаудың үлгілік қағидаларын бекіту туралы Қазақстан Республикасы Білім және ғылым министрінің 2018 жылғы 31 қазандағы № 600 бұйрығы.

## **2. Жалпы ережелер**

Бірыңғай шығармашылық емтихандарды өткізудің ережелері Қазақстан Республикасы Тұңғыш Президенті – Елбасының тестілерін өткізу қағидаларын бекіту туралы ҚР Мәдениет және спорт министрінің 21.04.2017 жылғы № 109 бұйрығына, Қазақстан Республикасы Білім және ғылым министрлігі Ы. Алтынсарин атындағы Ұлттық білім академиясының 2020-2021 оқу жылында Қазақстан Республикасының білім беру ұйымдарында оқу процесін ұйымдастырудың ерекшеліктері туралы әдістемелік нұсқау хатына, Жоғары және жоғары оқу орнынан кейінгі білімнің білім беру бағдарламаларын іске асыратын білім беру ұйымдарына оқуға қабылдаудың үлгілік қағидаларын бекіту туралы Қазақстан Республикасы Білім және ғылым министрінің 2018 жылғы 31 қазандағы № 600 бұйрықтарына сәйкес жасалған.

## **3. Емтиханның мақсаты мен міндеттері**

Дене шынықтыру және спорт білім беру бағдарламасы бойынша шығармашылық емтиханды қабылдау мақсаты мен міндеттері:

- талапкерлердің жалпы дене дайындығын тексеру;
- талапкерлердің дене шынықтыру мен спортқа деген бейімділігін айқындау;
- дене шынықтыру мен спортқа бейімі бар талапкерлердің арнайы қабілеттерін тексеріп дарынды жастарды іріктеп алу.

## **4. Емтиханды өткізу тәртібі**

- Оқуға түсушілердің құжаттары 2021 жылдың 20-маусым мен 7-шілде аралығында Халықаралық туризм және меймандостық университетінде қабылданады.
- шығармашылық емтихандар үлгі ережеде көрсетілген мерзімге сәйкес 2021 жылдың 10-12 шілде аралығында офлайн түрде өткізіледі.
- бірінші және екінші шығармашылық емтиханда жалпы мамандану және жалпы дене даярлығы бойынша тапсырады.
- төтенше жағдай туындаған жағдайда (коронавирустық инфекция пандемиясы кезеңі) шығармашылық қабылдау емтиханы, университеттің пәндік комиссиясымен қашықтан оқыту технологиясын қолдана отырып, онлайн форматта өткізіледі.
- шығармашылық емтихан қабылдауға екі күн қалғанда, комиссия талапкерлерге арналған емтиханды өткізу тәртібі мен ережелерін түсіндіру жұмысы тиісті алаңда өткізеді.
- емтихан басталар алдында (30 минут бұрын) пәндік комиссия мүшелері жеке тұлғаны растайтын құжаттардың фотосуреті (пропуск) негізінде талапкердің тұлғасын анықтайды.
- талапкердің өзімен бірге жеке басын куәландыратын құжаттың түпнұсқасы болуы міндетті.

- талапкердің өзімен бірге жеке басын куәландыратын құжаттың түпнұсқасы болуы міндетті.
- қабылдау комиссиясы талапкерлердің жеке басын сәйкестендіру рәсімінен кейін шығармашылық емтихан нормативтерін қабылдауды бастайды.
- емтихан (онлайн, офлайн) кезінде үміткер веб-камераның көріну аймағынан кетпеуі тиіс.
- қабылдау емтиханын өткізу барысында интернет байланысы үзілген немесе интернет сигналдары 10 минуттан артық әлсіреген жағдайда, комиссия оны жалғастыру немесе басқа уақытқа ауыстыру туралы шешім қабылдайды.
- шығармашылық емтихан тапсыруға келмеген талапкерлерге ведомостқа «келмеді» деп жазылып балл қойылмайды.

*Ескерту:*

1) В005-«Дене шынықтыру мұғалімдерін даярлау» білім беру бағдарламасы бойынша құжат тапсырған спорттық жетістіктері бар талапкерлер (ҚР еңбек сіңірген спорт шебері; ҚР халықаралық дәрежедегі спорт шебері; ҚР спорт шебері; ҚР спорт шеберіне үміткер, соңғы үш жылдағы халықаралық және республикалық спорт жарыстарының жеңімпаздары (бірінші, екінші және үшінші дәрежелі дипломдармен марапатталған)) дәлелді құжаттары болған жағдайда шығармашылық емтихандардан босатылып максималды жоғары балл қойылады.

### Онлайн

#### 5. Бірінші шығармашылық емтиханды өткізу талаптары

«Дене шынықтыру және спорт» білім беру бағдарламасы бойынша бірінші шығармашылық емтихан төмендегі кестедегі көрсетілген спорттық жаттығу түрлері бойынша өткізіледі.

Бірінші шығармашылық емтихан - Еденнен қолды бүгіп жазу, Тізені бүкпей қолды аяқтың ұшына созып уақытқа ұстау.

Бірінші шығармашылық емтихандағы жаттығудың 2 түрінен ең жоғарғы ұпай саны 45-ке тең. Емтихан нәтижесі ұпай санымен бағаланады.

#### Нормативтер мен бағалау көрсеткіштері

№ р/с	Нормативтер	Ерлер		Әйелдер	
		Нәтиже	Ұпай	Нәтиже	Ұпай
1.	Еденнен қолды бүгіп жазу (Отжимания от пола)	40 рет	22 бал	25 рет	22 бал
		39 рет	21 бал	24 рет	21 бал
		38 рет	20 бал	23 рет	20 бал
		37 рет	19 бал	22 рет	19 бал
		36 рет	18 бал	21 рет	18 бал
		35 рет	17 бал	20 рет	17 бал
		34 рет	16 бал	19 рет	16 бал
		33 рет	15 бал	18 рет	15 бал
		32 рет	14 бал	17 рет	14 бал
		31 рет	13 бал	16 рет	13 бал
		30 рет	12 бал	15 рет	12 бал
		29 рет	11 бал	14 рет	11 бал
		28 рет	10 бал	13 рет	10 бал
		27 рет	9 бал	12 рет	9 бал
	26 рет	8 бал	11 рет	8 бал	

		25 рет	7 бал	10 рет	7 бал
		24 рет	6 бал	9 рет	6 бал
		23 рет	5 бал	8 рет	5 бал
		22 рет	4 бал	7 рет	4 бал
		21 рет	3 бал	6 рет	3 бал
		20 рет	2 бал	4 рет	2 бал
		19 рет	1 бал	3 рет	1 бал
		18-1 рет	-	2-1 рет	-
2.	Төменге еңкею тізені бүкпей қолды аяқтың ұшына созып уақытқа ұстау	25 секунд	23 бал	28 секунд	23 бал
		24 секунд	22 бал	27 секунд	22 бал
		23 секунд	21 бал	26 секунд	21 бал
		22 секунд	20 бал	25 секунд	20 бал
		21 секунд	19 бал	24 секунд	19 бал
		20 секунд	18 бал	23 секунд	18 бал
		19 секунд	17 бал	22 секунд	17 бал
		18 секунд	16 бал	21 секунд	16 бал
		17 секунд	15 бал	20 секунд	15 бал
		16 секунд	14 бал	19 секунд	14 бал
		15 секунд	13 бал	18 секунд	13 бал
		14 секунд	12 бал	17 секунд	12 бал
		13 секунд	11 бал	16 секунд	11 бал
		12 секунд	10 бал	15 секунд	10 бал
		11 секунд	9 бал	14 секунд	9 бал
		10 секунд	8 бал	13 секунд	8 бал
		9 секунд	7 бал	12 секунд	7 бал
		8 секунд	6 бал	11 секунд	6 бал
		7 секунд	5 бал	10 секунд	5 бал
		6 секунд	4 бал	9 секунд	4 бал
5 секунд	3 бал	8 секунд	3 бал		
4 секунд	2 бал	7 секунд	2 бал		
3 секунд	1 бал	6 секунд	1 бал		
2-1 секунд	-	5-1 секунд	-		

## 6. Екінші шығармашылық емтиханды өткізу талаптары

Екінші шығармашылық емтихан төмендегі кестедегі көрсетілген спорттық жаттығу түрлері бойынша өткізіледі.

Екінші шығармашылық емтихан - Арқада жатып кеудесін көтеру (пресс) қыздарға. Секіртпеде секіру (скакалка) ерлер, қыздар. Белтемірге тартылу (ерлер үшін),

Екінші шығармашылық емтихандағы жаттығудың 2 түрінен ең жоғарғы ұпай саны 45-ке тең. Емтихан нәтижесі ұпай санымен бағаланады.

### Нормативтер мен бағалау көрсеткіштері

№ р/с	Нормативтер	Ерлер		Әйелдер	
		Нәтиже	Ұпай	Нәтиже	Ұпай
1.	Арқада жатып кеудесін көтеру (пресс) 1 минут ішінде			40 рет	23 бал
				35 рет	22 бал
				30 рет	21 бал
				28 рет	20 бал
				26 рет	19 бал
				24 рет	18 бал
				22 рет	17 бал
				20 рет	16 бал
				18 рет	15 бал
				17 рет	14 бал
				16 рет	13 бал
				15 рет	12 бал
				14 рет	11 бал
				13 рет	10 бал
				12 рет	9 бал
				11 рет	8 бал
				10 рет	7 бал
		9 рет	6 бал		
		8 рет	5 бал		
		7 рет	4 бал		
		6 рет	3 бал		
		5 рет	2 бал		
		1-4 рет	1 бал		
2.	Скакалка секіру 30 секунд ішінде	78	22 бал	83	22 бал
		77	21 бал	82	21 бал
		76	20 бал	81	20 бал
		75	19 бал	80	19 бал
		74	18 бал	79	18 бал
		73	17 бал	78	17 бал
		72	16 бал	77	16 бал
		71	15 бал	76	15 бал

		70	14 бал	75	14 бал
		69	13 бал	74	13 бал
		68	12 бал	73	12 бал
		67	11 бал	72	11 бал
		66	10 бал	71	10 бал
		65	9 бал	70	9 бал
		64	8 бал	69	8 бал
		63	7 бал	68	7 бал
		62	6 бал	67	6 бал
		61	5 бал	66	5 бал
		60	4 бал	65	4 бал
		59	3 бал	64	3 бал
		58	2 бал	63	2 бал
		57	1 бал	62	1 бал
3.	Белтемірге тартылу	16 рет	23 бал		
		15 рет	22 бал		
		14 рет	21 бал		
		13 рет	20 бал		
		12 рет	19 бал		
		11 рет	18 бал		
		10 рет	17 бал		
		9 рет	16 бал		
		8 рет	14 бал		
		7 рет	12 бал		
		6 рет	10 бал		
		5 рет	8 бал		
		4 рет	6 бал		
		3 рет	4 бал		
		2 рет	2 бал		
		1 рет	1 бал		

**7. Дене шынықтыру және спорт (жеделдетілген) білім беру бағдарламасы бойынша шығармашылық емтиханды өткізу талаптары мен нормативтері, бағалау көрсеткіштері**

Шығармашылық емтихан мамандандырылу бойынша «Таңдаған спорт түрі» төмендегі кестедегі көрсетілген спорттық жаттығу түрлері бойынша өткізіледі.

Шығармашылық емтиханның ең жоғарғы ұпай саны 20-ға тең.

Жаттығудың бір түрінен ең жоғарғы ұпай саны 10 балға, екі түрінен ең жоғарғы ұпай саны 20 балға тең. (жаттығулар мен нормативтар кестеде көрсетілген).

№ р/с	Нормативтер	Ерлер		Әйелдер	
		Нәтиже	Ұпай	Нәтиже	Ұпай
1.	Еденнен қолды бүгіп жазу (Отжимания от пола)	40 рет	10 бал	25 рет	10 бал
		39 рет	9 бал	24 рет	9 бал
		38 рет	8 бал	23 рет	8 бал
		37 рет	7 бал	22 рет	7 бал
		36 рет	6 бал	21 рет	6 бал
		35 рет	5 бал	20 рет	5 бал
		34 рет	4 бал	19 рет	4 бал
		33 рет	3 бал	18 рет	3 бал
		32 рет	2 бал	17 рет	2 бал
		31 рет	1 бал	16 рет	1 бал
2.	Төменге еңкею тізені бүкпей қолды аяқтың ұшына созып уақытқа ұстау	25 секунд	10 бал	28 секунд	10 бал
		24 секунд	9 бал	27 секунд	9 бал
		23 секунд	8 бал	26 секунд	8 бал
		22 секунд	7 бал	25 секунд	7 бал
		21 секунд	6 бал	24 секунд	6 бал
		20 секунд	5 бал	23 секунд	5 бал
		19 секунд	4 бал	22 секунд	4 бал
		18 секунд	3 бал	21 секунд	3 бал
17 секунд	2 бал	20 секунд	2 бал		
16 секунд	1 бал	19 секунд	1 бал		

**Офлайн**

**8. Бірінші шығармашылық емтиханды өткізу талаптары**

Мамандандырылу бойынша арнайы емтихан «Таңдаған спорт түрі» бойынша өткізіледі. Олар: жекпе-жек, спорттық ойын, шыдамдылық спорт түрлері болып бөлінеді. Бірінші шығармашылық емтихандағы жаттығудың ең жоғарғы ұлай саны 45-ке тең.

**Мамандану бойынша нормативрет мен бағалау көрсеткіштері:**

Көпсайыс жаттығулары	Жынысы	Нормативтік талаптар мен сынақ балдары														
		23	22	21	20	19	18	17	16	15	14	13	12	11	10	9
Белтемірде тартылу (саны)	Берілетін балдары															
	Ерлер	16	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2-1
3x10 м қайталап жүгіру	Берілетін балдары	22	21	20	19	18	17	16	15	14	13	12	11	10	9	8
	Ерлер	8,0	8,4	8,6	8,7	8,9	9,0	9,2	9,4	9,6	9,8	10,0	10,2	10,4	10,6	10,8
Арқада жатып кеудесін көтеру (пресс) 1 минутта	Берілетін балдары	23	22	21	20	19	18	17	16	15	14	13	12	11	10	9
	Әйелдер	40	35	30	28	26	24	22	20	18	17	16	15	14	13	12
3x10 м қайталап жүгіру	Берілетін балдары	22	21	20	19	18	17	16	15	14	13	12	11	10	9	8
	Әйелдер	9,0	9,4	9,6	9,7	9,9	10,0	10,2	10,4	10,6	10,8	11,0	11,2	11,4	11,6	11,8

**9. Екінші шығармашылық емтиханды өткізу талаптары мен нормативтері, бағалау көрсеткіштері**

Екінші шығармашылық емтихан жалпы дене дайындығының нормативтері оқуға түсушілердің дене қуаты қабілеттерінің сапалық деңгейін бағалауға арналған бақылау жаттығулары мен нормативтері бойынша қабылданады.

Екінші шығармашылық емтихандағы жалпы дене дайындығының нормативтерінің ең жоғарғы ұпай саны 45 балға тең.

**Жалпы дене даярлығы бойынша нормативрет мен бағалау көрсеткіштері:**

Көпсайыс жаттығулары	Жынысы	Нормативтік талаптар мен сынақ балдары																		
		23	22	21	20	19	18	17	16	15	14	13	12	11	10	9				
100 м. Жүгіру. /сек/	Берілетін балдары	23	22	21	20	19	18	17	16	15	14	13	12	11	10	9				
	Ерлер	13,0	13,2	13,4	13,7	14,0	14,3	14,6	14,8	15,0	15,2	15,4	15,7	16,0	16,3	16,5				
	Әйелдер	15,4	15,7	15,9	16,1	16,4	16,7	17,0	17,3	17,6	18,0	18,3	18,6	19,0	19,3	19,5				
Бір орыннан ұзындыққа секіру (см)	Берілетін балдары	22	21	20	19	18	17	16	15	14	13	12	11	10	9	8				
	Ерлер	245	240	235	232	228	225	222	220	218	215	213	210	205	200	195				
	Әйелдер	198	195	190	185	183	180	175	170	165	160	155	150	145	140	135				

