

**УТВЕРЖДАЮ**

Председатель приемной комиссии,  
Председатель Правления – Ректор  
НАО «Жетисууский университет  
им. И. Жансугурова» д.ю.н., профессор  
В.Бурибаев



2026 г.

**ПРОГРАММА**

творческих экзаменов

по группе образовательных программ

**В005 «Подготовка учителей физической культуры»**

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Поступающие по группе образовательной программы В005 «Подготовка учителей физической культуры» сдают творческие экзамены. Творческий экзамен является профилирующим вступительным испытанием.

Согласно Типовым правилам приема на обучение в организации образования, реализующие образовательные программы высшего образования, граждане поступающие на специальности, требующие творческой подготовки, имеющие документы о среднем (среднем общем) или техническом и профессиональном (начальном и среднем профессиональном), послесреднем образовании, сдают два творческих экзамена, которые проводятся приемными комиссиями избранных ими ВУЗов. Максимальное количество по одному творческому экзамену равно 50 баллам, а по результатам двух экзаменов выставляется по 100 баллов.

Поступающие на специальности, требующие творческой подготовки по родственным специальностям по сокращенным образовательным программам с ускоренным сроком обучения, сдают один творческий экзамен по нормативам специализации. Максимальное количество одного творческого экзамена по нормативам специализации равно 20 баллам.

Данная программа составлена на основе типовых правил и программы по физическому воспитанию общеобразовательных школ.

Пересдача творческого экзамена не разрешается.

### 1 ТРЕБОВАНИЯ К ТВОРЧЕСКОМУ ЭКЗАМЕНУ

#### 1.1 Первый творческий экзамен - Нормативы по специализации\*

**Виды спорта:** легкая атлетика, баскетбол, плавание, волейбол, футбол, гимнастика.

Максимальное количество баллов по 3 видам упражнений в сумме равно 50 баллов. Минимальное количество баллов по 3 видам упражнений равно 5 баллам.

Результат каждого упражнения во всех видах спорта легкой атлетики, волейбола, баскетбола, плавание, спортивное многоборье оценивается в баллах.

#### 1.2 Второй творческий экзамен - Нормативы по общей физической подготовке:

##### 1. Легкая атлетика

- Бег – 100 м.
- Бег 1000 м (д), 3000 м (юн.).

##### 2. Гимнастика

- Подтягивание на перекладине.(юн), поднимание и опускание туловища (д)
- Опорный прыжок через коня (юн) через козла (д)
- Акробатика.

Максимальное количество баллов во втором творческом экзамене по 2 видам (легкая атлетика и гимнастика) упражнений равно – 50 баллам. Минимальное кол-во баллов равно – 5.

Результат и баллы сообщаются поступающим после каждого упражнения. Общий балл по творческому экзамену по группе образовательных программ В005 «Подготовка учителей физической культуры» выставляется на основе суммарного количества зачетных баллов, набранных поступающим.

### 1.3 Критерии оценивания творческих экзаменов

#### 1.3.1 Критерии оценивания I-го творческого экзамена

#### ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА

Упражнения	Мужчины		Женщины	
	Результат	Балл	Результат	Балл
<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
<b>1500 м.</b> (юноши, минуты) <b>800 м.</b> (девушки, минуты)	<b>4.50,0</b>	<b>20</b>	<b>2.55,0</b>	<b>20</b>
	4.55,0	19	3.00,0	19
	5.00,0	18	3.05,0	18
	5.05,0	17	3.10,0	17
	5.10,0	16	3.15,0	16
	5.15,0	15	3.20,0	15
	5.20,0	14	3.25,0	14
	5.25,0	13	3.30,0	13
	5.30,0	12	3.35,0	12
	5.35,0	11	4.00,0	11
<b>Прыжки в длину с разбега</b> (метры)	<b>5.40</b>	<b>15</b>	<b>4.50</b>	<b>15</b>
	5.35	13	4.45	13
	5.30	10	4.40	10
	5.25	7	4.35	7
	5.20	6	4.30	6
<b>Толкание ядра (метры)</b> Муж. – 6 кг. Жен. – 3 кг.	<b>11,00</b>	<b>15</b>	<b>10 м.</b>	<b>15</b>
	10,50	14	9,80	14
	10,80	12	9,60	12
	10,60	9	9,40	9
	10,40	6	9,20	6

## БАСКЕТБОЛ

Упражнения	Мужчины		Женщины	
	Результат	Балл	Результат	Балл
<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
<b>Упражнение в передачах.                      Передача и ловля на быстроту                      двумя руками от груди за 30                      секунд дистанция 2-3 метра                      (количество передач).</b>	26	<b>20</b>	24	<b>20</b>
	25	19	23	19
	24	18	22	18
	23	17	21	17
	22	16	20	16
	21	15	19	15
	20	14	18	14
	19	13	17	13
	18	12	16	12
	17	11	15	11
<b>Обводка вокруг области                      штрафного броска в обе                      стороны с броском в корзину                      (секунды)</b>	11,0	<b>15</b>	12,0	<b>15</b>
	11,1	13	12,1	13
	11,3	10	12,3	10
	11,4	7	12,4	7
	11,5	6	12,5	6
<b>Штрафные броски                      (количество попаданий из 10                      бросков)</b>	5	<b>15</b>	5	<b>15</b>
	4	13	4	13
	3	11	3	11
	2	8	2	8
	1	6	1	6

## ВОЛЕЙБОЛ

Упражнения	Мужчины		Женщины	
	Результат	Балл	Результат	Балл
<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
<b>Подача мяча любым способом (количество падения в площадку из 15 подач)</b>	<b>5</b>	<b>15</b>	<b>5</b>	<b>15</b>
	4	13	4	13
	3	10	3	10
	2	7	2	7
	1	6	1	6
<b>Передача сверху двумя руками в парах на расстоянии 6-7 метров (количество непрерывных передач)</b>	<b>15</b>	<b>15</b>	<b>10</b>	<b>15</b>
	14	13	9	13
	13	11	8	11
	12	9	7	9
	11	7	6	7
<b>Передача мяча над собой на расстоянии 2 м. в диаметре 3 м. (количество передач)</b>	<b>15</b>	<b>20</b>	<b>15</b>	<b>20</b>
	14	19	14	19
	13	18	13	18
	12	17	12	17
	11	16	11	16
	10	15	10	15
	9	14	9	14
	8	13	8	13
	7	12	7	12
6	11	6	11	

## ФУТБОЛ

Упражнения	Мужчины		Женщины	
	Результат	Балл	Результат	Балл
<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
Удар по мячу на дальность с места (метры)	<b>70</b>	<b>15</b>	45	<b>15</b>
	69	13	40	13
	68	11	37	11
	67	9	32	9
	65	7	30	7
Удар по мячу ногой на точность с 16 метров по воротам (оценка в баллах). Количество 10 попаданий места	<b>10</b>	<b>20</b>	<b>10</b>	<b>20</b>
	9	19	9	19
	8	18	8	18
	7	17	7	17
	6	16	6	16
	5	15	5	15
	4	14	4	14
	3	13	3	13
	2	12	2	12
	1	11	1	11
Жонглирование мяча головой, коленкой, ногами. Кол-во раз.	<b>30</b>	<b>15</b>	<b>20</b>	<b>15</b>
	25	13	18	13
	20	10	16	10
	10	7	12	7
	5	6	10	6

## ПЛАВАНИЕ

Упражнения	Мужчины		Женщины	
	Результат	Балл	Результат	Балл
<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
<b>Плавание 100 метров кролем</b>	1:40	50	1:55	50
	1:50	45	2:10	45
	2:05	40	2:25	40
	2:15	35	2:30	35
	2:20	30	2:35	30
	2:25	25	2:40	25
	2:30	20	2:45	20
	2:35	10	2:50	10
	2:40	5	2:60	5
	2.45	2	2:70	2

## ГИМНАСТИКА

Упражнения	Мужчины		Женщины	
	Результат	Балл	Результат	Балл
1	2	3	4	5
<b>Подтягивание на перекладине</b> (для мужчин – количество раз)	14-16	20	30	20
	12-13	16	25	16
	11-12	12	22	12
	9-10	8	20	8
<b>Поднимание и опускание туловища из положения лежа на спине руки за головой</b> (для женщин количество раз)	7-8	5	18	5
<b>Опорный прыжок</b> (для мужчин, балл) <b>Конь в длину высота 120 см.</b> <b>Опорный прыжок Козел в ширину в 115 см.</b> (для женщин, балл)	10,0	15	10,0	5
	9,9	4	9,9	4
	9,8	3	9,8	3
	9,7	2	9,7	2
<b>Акробатика</b> (балл) (И.п. упор присев, кувырок вперед, равновесие, прыжком кувырок вперед, стойка на голове, из основной стойки переворот в сторону, упор присев- прыжок прогнувшись, основная стойка.)	9,9-10,0	15	9,9-10,0	10
	9,7-9,8	8	9,7-9,8	8
	9,5-9,6	6	9,5-9,6	6
	9,1-9,4	4	9,1-9,4	4
	8,6-9,0	2	8,6-9,0	2

### 1.3.2 Критерии оценивания II-го творческого экзамена

#### ГИМНАСТИКА

Упражнения	Мужчины		Женщины	
	Результат	Балл	Результат	Балл
<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
<b>Подтягивание на перекладине (для мужчин – количество раз)</b>	14-16	10	30	10
	12-13	8	25	8
	11-12	7	22	7
	9-10	6	20	6
<b>Поднимание и опускание туловища из положения лежа на спине руки за головой (для женщин количество раз)</b>	7-8	5	18	5
<b>Опорный прыжок (для мужчин, балл) Конь в длину высота 120 см. Опорный прыжок Козел в ширину в 115 см. (для женщин, балл)</b>	10,0	5	10,0	5
	9,9	4	9,9	4
	9,8	3	9,8	3
	9,7	2	9,7	2
<b>Акробатика (балл) (И.п. упор присев, кувырок вперед, равновесие, прыжком кувырок вперед, стойка на голове, из основной стойки переворот в сторону, упор присев- прыжок прогнувшись, основная стойка.)</b>	9,9-10,0	10	9,9-10,0	10
	9,7-9,8	8	9,7-9,8	8
	9,5-9,6	6	9,5-9,6	6
	9,1-9,4	4	9,1-9,4	4
	8,6-9,0	2	8,6-9,0	2

Критерии оценивания творческого экзамена по нормативам специализации

ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА

Упражнения	Мужчины		Женщины	
	Результат	Балл	Результат	Балл
1500 м. (юноши, минуты) 800 м. (девушки, минуты)	4.50,0	10	2.55,0	10
	4.55,0	9	3.00,0	9
	5.00,0	8	3.05,0	8
	5.05,0	7	3.10,0	7
	5.10,0	6	3.15,0	6
	5.15,0	5	3.20,0	5
	5.20,0	4	3.25,0	4
	5.25,0	3	3.30,0	3
	5.30,0	2	3.35,0	2
Прыжки в длину с разбега (метры)	5.40	5	4.50	5
	5.35	4	4.45	4
	5.30	3	4.40	3
	5.25	2	4.35	2
Толкание ядра (метры) Муж. – 6 кг. Жен. – 3 кг	11,00	10	10 м.	5
	10,50	4	9,80	4
	10,80	3	9,60	3
	10,60	2	9,40	2

Получившие по творческому экзамену менее 5 баллов или не явившиеся на творческий экзамен к тестированию для поступления по данной специальности не допускаются. Результаты творческого экзамена объявляются в день проведения экзамена.

Председатель предметной комиссии:

Утегенов Е.К

Ответственный секретарь  
приемной комиссии:

Мейрамбек Ә.М