

«БЕКІТЕМІН»
Академик Е.А. Бөкетов атындағы Қарағанды ұлттық университетінің

Басқармасының Ректоры
П.С. Шапбеков
2026 ж.



**В004 – «Бастапқы әскери дайындық мұғалімдерін даярлау» білім беру бағдарламалары тобы күндізгі оқу нысанына талапкерлерді (4ж.) қабылдау бойынша шығармашылық емтихандары
БАҒДАРЛАМАСЫ**

Шығармашылық емтихан мақсаты: Шығармашылық емтихандар оқуға түсушілердің қабілеттерін және шығармашылық бағыттағы кәсіпті меңгерудің жеке алғышарттарын анықтауға бағытталған.

Білім беру бағдарламасына түсуші, шығармашылық дайындықты талап ететін, орта (орта жалпы) немесе техникалық және кәсіптік (бастауыш және орта кәсіптік), орта білімнен кейінгі білімі туралы құжаттары бар тұлғалар екі шығармашылық емтихан тапсырады.

Жалпы орта (орта жалпы) немесе техникалық және кәсіптік, (орта білімнен кейінгі білім туралы құжаттары бар түсушілерге арналған шығармашылық емтихан **50 балдық жүйе** бойынша бағаланады.

В004 – «Бастапқы әскери дайындық мұғалімдерін даярлау» білім беру бағдарламасының тобы бойынша оқуға түсетін талапкерлер 1-ші шығармашылық емтихан «**Спорт түрлері бойынша нормативтер**» және 2-ші шығармашылық емтихан «**Спорт ойындары**» волейбол немесе баскетбол бір нәсіді таңдау құқығымен тапсырады.

Бақылау түрі: нормативтің сәйкестігі.

Емтихан уақыты: 1 сағат 30 минут.

**1 – шығармашылық емтихан
Спорт түрлері бойынша нормативтер**

Ерлер:

1.Міндетті түрде жасалатын жаттығулар

Темір аснада, үстінен ұстап ілініп, тартылу

Тартылу саны	Сынақ ұпайы
15	15
14-12	12
11-9	9

Ескерту: Таланкерлерге кермеде тартылу жаттығулары бастапқы қалып: қолдар шық молшерінде жоғарыдан ұстау, аяқтар түзетілген және бірге еденге тимеу керек. Жоғары тартылған кезде иек кермеден жоғары болатындай етіп көтеру, төмен түскен кезде қол толық созылып 1 секунд кідіру қажет.

2. Арыста (брусьяда) тіреніп, бұрыш ұстау (90 градусан төмен болмау керек)	Уақыт	Сынақ ұнайы
	9 сек.	15
	6 сек.	12
	3 сек.	10
	2 сек.	5

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.

3. Ат ұзынынан қолды тіреп-аяқты ашып секіру, биіктігі - 120см.

Баға	Сынақ ұнайы
10-9,0	10
8,9-8,0	8
7,9-7,0	6
6,9 және төмен	5

Ескерту: ол серпіліспен орындалады, ол үшін күшті жүзгіру және аяқтар мен қолдарға күшті итеру қажет. Қолдар ат үстінде дененің алдында орналасқан. Аяқтарды осіру қолды итеріп, жамбас буындарында денені бұғуден басталады. Жамбас жоғары қарай жылжиды. Қолмен итергеннен кейін кеңейту негізінен шық белдігін жоғары көтеру арқылы жүзеге асырылады.

4. Таңдамалы жаттығулар Акробатикалық элементтер

	Баға	Сынақ ұнайы
	10-9,0	10
Б. Қ. - жартылай жүйелен отырудан, алға секіріп	8,9-8,0	8
Аунапқолды тіреп жүйелен отыру – 1,5б.	7,9-7,0	6
Баспен қолға түру – 3,0б.	6,9 және төмен	5
Қолға тіреп жүйелен отыруға түсу – 0,5б.		
Түру, жанымен домалап аяқты ашып түру, қол жан-жаққа – 3,0б.		
Оң (сол) жаққа бұрылып, алға аунап жүйелен Отыру – 1,5б.		
Жоғары шалқая секіру , қол жоғары-жанына – 0,5б.		

Ескерту: Алға аунау.

Аяқты бүгіп, қолды алға қою (аяқты толығымен түзету). Басты кеудеге еңкейтіп, тізенің астынан ұстап топтану, жасауырынды тигізіп аунап аяқты бүгіп треп отыру.

Баспен қолға түру.

Баспен пен қолға тұру түрлі бастапқы қалыптардан және әр түрлі тәсілдермен (аяқпен итеріп, күшпен, бір аяқпен сермеп және екінші аяқпен итеріліп) орындалады.

Орындау кезінде басты маңдайшаның жоғарғы бөлігіне қойып, баспен қолға аяқтарын бүгіп тұру, сонан соң жазыла денені тік ұстауды орындау керек.

Бас қолдың алдында үш бұрыш қылып қойылады. Дененің ауырлығы тіректің барлық нүктелеріне біркелкі бөлінеді. Қолдар иықтың еніне қойылады, бүгілген қолдардың шынтақтары артқа қарай, саусақтары алға-сыртқа қарай ашылған.

Әйелдер:

1. Міндетті түрінде жасалатын жаттығулар

Еденде, қолды тіренуде бүгу және жазу

(қолдың бүгілуі 90 градустан төмен болу керек)

Бүгу саны	Сынақ ұнайы
15	15
14-12	12
11-9	9
8-6	5

Ескерту: Бастапқы қалып: (БҚ) еденде қолды тіреп, қол иық молишерінде, қолдар алға, аяқ еденге тірелген дене түзу 45 градустан болу керек.

Талапкер қолын бүккен кезде кеудесі едендегі 5 см биіктіктегі затқа тигізіп көтерілуі керек, қолды жазып көтерілген кезде бастапқы қалыпқа келіп 1 секунд кідіру қажет.

2. Гимнастика сатысында ілінін бұрыш ұстау

(90 градустан төмен болмау керек)

Уақыт	Сынақ ұнайы
6 сек.	15
4 сек.	12
2 сек.	10
1 сек.	5

Ескерту: гимнастика сатысында жоғарғы ағашқа арқа мен ілініп тік аяқты 90 градусқа көтеру, секундәмер қосылады.

3. Кіші ат қолденен, қолды тірен-аяқты ашын секіру, биіктігі – 115см.

Баға	Сынақ ұнайы
10-9,0	10
8,9-8,0	8
7,9-7,0	6
6,9 және төмен	5

Ескерту: алға серпіліспен орындалады, ол үшін қатты жылдамдықпен жүзгіріп және аяқпен қолдың күшімен итерілу қажет. Қолдар дене құрсауынан алғы шығып, кіші ағаш аттың үстіне қойылады. Аяқтарды ашу, қолды итеру арқылы және жамбас бұйындар тұсынан денені бұгуден басталады. Қолмен итергеннен кейін денені жазу негізінен иықты жоғары көтеру арқылы жүзеге асырылады.

4. Таңдамалы жаттығулар

Акробатикалық элементтер

Б.Қ. – негізгі түру.

Оң (сол) аяқпен бір адым алға адымдан тепетеңдік

ұстау, қол жан-жаққа – **1,5б.**

Сол (оң) аяқты қосып жартылай жүйелеп отыру,

қол артқа – **0,5б.**

Алға аунап аяқты айқастырып жүйелеп

қолды тіреп отыру – **2,0б.**

Артқа бұрылып, жүйелеп қолды тіреп отыру – **0,5б.**

Артқа аунап жүйелеп қолды тіреп отыру – **2,0б.**

Арқаға жату, қол жоғары – **0,5б.**

Копірше (мост) – **2,5б.**

Оң (сол) жаққа бұрылып жүйелеп қолды тіреп отыру,

түру қол жоғары-жанына – **0,5б.**

Баға	Сыпақ ұнайы
10-9,0	10
8,9-8,0	8
7,9-7,0	6
6,9 және төмен	5

Ескерту: Алға аунау.

Аяқты бүгін, қолды алға қою (аяқты толығымен түзету). Басты кеудеге еңкейтіп, тізенің астынан ұстап топтану, жауырынды тигізіп аунап аяқты бүгін тіреп отыру.

Баспен қолға тұру.

Баспен пен қолға тұру түрлі бастапқы қалыптардан және әр түрлі тәсілдермен (аяқпен итеріп, күшпен, бір аяқпен сермен және екінші аяқпен итеріліп) орындалады.

Орындау кезінде басты маңдайшаның жоғарғы бөлігіне қойып, баспен қолға аяқтарын бүгін тұру, сонан соң жазыла денені тік ұстауды орындау керек.

Бас қолдың алдында үш бұрыш қылып қойылады. Дененің ауырлығы тіректің барлық нүктелеріне біркелкі бөлінеді. Қолдар иықтың еніне қойылады, бүгілген қолдардың иынтақтары артқа қарай, саусақтары алға-сыртқа қарай ашылған.

1-ші шығармашылық емтиханда көрсеткен нәтижелер ұнай санына айналдыру арқылы бағаланады.

Максималді ұнай саны – 50 ұнай.

Минималді ұнай саны – 5 ұнай.

2 – ші шығармашылық емтихан

Спорт ойындары

(ВОЛЕЙБОЛ)

1. 1 метрлік диаметрдегі шеңбер бойымен, жоғарыға допты екі қолмен беру, беру биіктігі 2-2,5 метрден жоғары

Ерлер:

10 рет допты беру –20 ұнай

9-8 рет допты беру –15 ұнай

7-6 рет допты беру –10 ұнай

Әйелдер:

- 8 рет допты беру –20 ұпай
- 7-6 рет допты беру –15 ұпай
- 5-4 рет допты беру –10 ұпай

Ескертпе: Допты жоғарыдан екі қолмен беру. Ол максималды берудің ішінен допты бір рет жөндеп қайтаруға рұқсат етіледі (қайтарылған доп есептелмейді), сонымен қатар бір мүмкіндік беріледі. Тапсырманы орындау кезінде, шеңбер сызығын басуға болмайды.

2. Жоғарыдан екі қолмен допты баскетбол шығыршығына түсіру**Ерлер:**

- 6 рет допты түсіру –15 ұпай
- 5 рет допты түсіру –10 ұпай
- 4 рет допты түсіру –5 ұпай

Әйелдер:

- 5 рет допты түсіру –15 ұпай
- 4 рет допты түсіру –10 ұпай
- 3 рет допты түсіру –5 ұпай

Ескертпе: Бірінші беру жоғарыға, екінші допты шығыршық доғасына беру. (Бірінші беруге мүмкіндік беріледі, доптың шығыршыққа түскен жағдайда, ұпай есептеледі. Содай-ақ, допты беру кезінде сызықты басуға болмайды).

3. Берілген аймаққа допты жоғарыдан тік ойынға қосу (подача) (5 рет.)**Ерлер:**

- 5 рет допты түсіру –15 ұпай
- 3 рет допты түсіру –10 ұпай
- 1 рет допты түсіру –5 ұпай

Әйелдер:

- 4 рет допты түсіру –15 ұпай
- 2 рет допты түсіру –10 ұпай
- 1 рет допты түсіру –5 ұпай

Ескертпе: Доп бет сызығының таңдаған жерінен беріледі. Бет сызықты басуға немесе өтіп кетуге болмайды. Допты емтихан қабылдаушыға тура немесе бір метр қашықтыққа берілген доп, ұпай береді. Мүмкіндік берілмейді.

**Спорт ойындары
(БАСКЕТБОЛ)****1. Үш шеңбердің бойымен допты алып жүру және шығыршыққа түсіру****Ерлер :**

- 17 секунд –25 ұпай

18 секунд –20 ұнай

20 секунд –10 ұнай

Әйелдер:

19 секунд –25 ұнай

21 секунда –20 ұнай

23 секунды –10 ұнай

Ескертпе: Бастапқы калыптан, алаңның бұрышынан тұрып, үш шеңбердің бойымен допты алып жүру. (ортаңғы және екі көмекші). Сондай-ақ, шеңбер сызығын баспай екі жақ шығырышыққа допты түсіру. (шеңберге доп түскенге дейін лақтыруға мүмкіндік беріледі). Уақыт қозғалған кезден бастап есепке алынып, допты екінші рет шеңберге түсірген кезде тоқтатылады. Жаттығуды орыдау техникасы ескеріледі.

2. Айып допты лақтыру (10 рет доп лақтыру)

Ерлер:

6 рет доп түсіру –25 ұнай

5 рет доп түсіру –15 ұнай

3 рет доп түсіру –5 ұнай

Әйелдер:

5 рет доп түсіру –25 ұнай

4 рет доп түсіру –15 ұнай

2 рет доп түсіру –5 ұнай

Ескертпе: Бір еркін лақтыруға мүмкіндік беріледі, доп торға түскен жағдайда, лақтыру есепке алынбайды. Сондай-ақ, айып допты лақтыру кезінде, сызықты баспауға рұқсат етілмейді.

2-ші шығармашылық емтиханда көрсеткен нәтижелер ұнай санына айналдыру арқылы бағаланады.

Максималді ұнай саны – 50 ұнай.

Минималді ұнай саны – 5 ұнай.

Онлайн форматтағы процедураның сипаттамасы:

Шығармашылық емтихан тапсыру технологиясы

(карантинді енгізуге байланысты, шығармашылық емтихандар онлайн режимінде өткізіледі).

I. «Шығармашылық емтихандарының қабылдау ережесінде» көрсетілген кезектілік бойынша жаттығуларды орындаудың бейнематериалын түсіру. (Материалдың басында талапкер өзінің тегін, атын, әкесінің атын және мамандық атауын нақты айту керек. Верификациядан оту үшін өзіңізбен бірге жеке куәлік (паспорт) болуы керек. Толық материал көп дегенде 5-7 минутқа жазылуы керек. Бейне материал сапалы, оператордан басқа, қандай да бір бөгде адамдар мен дыбыссыз болуы тиіс).

II. Түсірілген бейнематериалды шығармашылық емтихан комиссиясы мүшелерінің электронды поштасына кесте бойынша жіберілуі керек. Емтихан

кестесі талапкердің жеке кабинетінде немесе электрондық поштасында болады.

В005 – «Дене шынықтыру мұғалімдерін даярлау» білім беру бағдарламасы тобы бойынша:

1. Дуйсбаев Б.Т. – bolat70@bk.ru
2. Григоркевич А.А. – grigorkevicha@mail.ru

В004 – «Бастапқы әскери дайындық мұғалімдерін даярлау» білім беру бағдарламасы тобы бойынша:

1. Омаров О.С. – omarow1106@mail.ru
2. Саликов Ж.К. – jas_salikov@mail.ru

III. Бейнематериалдың атауында төмендегі жазбалар болу керек:

- Тегі, Аты, Әкесінің аты;
- Мамамдықтың атауы;
- Оқу түрі (күндізгі);
- Оқу мерзімі (күндізгі 4 жыл).

Мысалы: Омаров О. С. ДШЖС күндізгі 4 жыл

IV. Шығармашылық емтихандардың оңделген нәтижелері талапкердің жеке кабинетіне немесе электрондық поштасына жіберіледі.

ДМЖС факультетінің деканы



Ж.Б. Абишев