



«Бекітемін»

Директор

А.К.Жумағали

2021ж

01140500 – «Дене тәрбиесі және спорт» мамандығы, 4801140501 – «Дене тәрбиесі мұғалімі» біліктілігі бойынша шығармашылық емтиханды тапсыру нормативтері

№	Жаттығу түрлері	«5»		«4»		«3»	
		ұлдар	қыздар	ұлдар	қыздар	ұлдар	қыздар
1	3 x10 м қайталап жүгіру	7.2	8.2	7.6	8.6	8.00	9.00
2	Бір орыннан ұзындыққа секіру	2.20	1.80	2.00	1.60	1.80	1.50
3	3000 м кросс Ұлдар	13.0		15.00		16.30	
	2000 м (мин) Қыздар		10.30		11.40		12.40
4	60 м жүгіру	9.2	10.2	9.6	10.6	9.8	11.0

Гимнастика

№	Жаттығу түрлері	«5»		«4»		«3»	
		ұлдар	қыздар	ұлдар	қыздар	ұлдар	қыздар
1	Кермеге тартылу	14 рет		12 рет		10 рет	
2	Шалқасынан жатып денені көтеру (1 мин)		35		25		20
3	Акробатикалық жаттығулар	Алға артқа домалау, жауырында тік тұру					

Спорттық ойындар

№	Ойын түрлері	Орындайтын жаттығулары
1	Волейбол	Допты ойынға қосу, қабылдау және беру
2	Баскетбол	Допты лақтыру, беру және қағу
3	Футбол	Допты жүргізу, допты тебу және тоқтату

Қабылдау комиссиясы