

Факультет социальных наук
кафедра «Физическая культура и спорт»

УТВЕРЖДАЮ
Председатель приемной комиссии,
ректор
_____ **Е.Б. Сыдыков**
« _____ » _____ **2018 г.**




ПРОГРАММА
вступительного творческого экзамена
«Нормативы по общей физической подготовке» (Легкая атлетика)
по специальности 5В010800 – «Физическая культура и спорт»

Астана, 2018 г.

Разработчики:

к.п.н., доцент кафедры
«Физическая культура и спорт»  Марчибаева У.С.

старший преподаватель кафедры
«Физическая культура и спорт»  Назаркина О.Н.

старший преподаватель кафедры
«Физическая культура и спорт»  Агапова Г.В

Программа вступительного творческого экзамена «Нормативы общей физической подготовки» (Легкая атлетика) обсуждена на заседании кафедры «Физическая культура и спорт»,
протокол № 9 от «17» мая 2018 г.

Заведующей кафедрой  Токтарбаев Д.Г-С.

Одобрено учебно-методической комиссией (УМК) факультета социальных наук

протокол № 10 от «18» 05.2018 г.

Председатель УМК  Абетова З.Т.

Декан факультета  Кашхынбай Б.Б.

Согласовано:

Первый проректор-
проректор по учебной работе  Молдажанова А.А.

Содержание

1. Общие положения.....	4
2. Порядок проведения творческого экзамена.....	5
3. Критерии оценивания.....	5
4. Тематика экзаменационных заданий.....	6-7

1. Общие положения

Программа разработана в соответствии с Типовыми правилами приема на обучение в организации образования, реализующие образовательные программы высшего образования.

Творческие экзамены проводятся для лиц, поступающих в высшие учебные заведения по специальности, требующие творческой подготовки.

Целью творческих экзаменов является выявление и отбор наиболее физически подготовленных абитуриентов, способных обучаться по программе специальности «Физическая культура и спорт».

Количество творческих экзаменов по каждой специальности равно двум.

Прием заявлений абитуриентов на творческие специальности осуществляется по месту нахождения выбранных ими вузов.

К выполнению вступительных экзаменов допускаются абитуриенты, прошедшие медицинское обследование и представившие в приемную комиссию медицинскую справку о состоянии здоровья по установленной форме.

Для организации и проведения творческих экзаменов создаются предметные комиссии, состав которых утверждается приказом ректора.

Расписание творческих экзаменов (наименование предмета, дата, время и место проведения, консультации, дата объявления результатов) утверждается председателем приемной комиссии и доводится до сведения абитуриентов не позднее начала приема документов.

Творческие экзамены оцениваются по 40-бальной системе. Минимальное количество баллов по каждому творческому экзамену не менее – 5 баллов.

Абитуриенты, получившие на первом творческом экзамене менее установленного количества баллов, не допускаются к следующему экзамену.

Программа творческих экзаменов состоит из: первого творческого экзамена – «Нормативы по специализации», второго творческого экзамена – «Нормативы по общей физической подготовке».

Абитуриенты, которые не смогли явиться на вступительные испытания по уважительным причинам (болезнь или другие непредвиденные, подтвержденные документально обстоятельства, препятствующие участию во вступительных испытаниях), а также получившие травму во время их выполнения (подтвержденную документально), по решению приемной комиссии допускаются к их сдаче в пределах сроков, определенных расписанием вступительных испытаний.

Повторная сдача вступительных экзаменов при получении неудовлетворительной оценки и передача вступительных экзаменов с целью улучшения оценки не допускается.

2. Порядок проведения творческого экзамена

Экзаменуемые на первом вступительном творческом экзамене «Нормативы по специализации» выполняют тесты физической подготовленности по гимнастике.

Место проведения: спорткомплекс «Евразия», расположенный по адресу: Б. Дукенулы, 23.

Экзаменуемые на творческий экзамен должны иметь при себе: удостоверение личности, экзаменационный лист, ручку, спортивную форму.

Для выполнения каждого контрольного упражнения предоставляется одна попытка.

Выполнение упражнения повторно с целью улучшения результата не допускается.

Заявления на апелляцию подается на имя председателя апелляционной комиссии лично лицом, сдававшим творческий экзамен, принимается до 13.00 часов следующего дня после объявления результатов творческого экзамена и рассматривается апелляционной комиссией в течении одного дня.

В процессе подготовки и выполнения контрольных упражнений вступительного испытания кандидаты на обучение обязаны:

- выполнять команды преподавателя-экзаменатора;
- быть дисциплинированными и соблюдать форму обращения к преподавателю-экзаменатору;
- быть в спортивной форме одежды (спортивные шорты, майка, спортивный костюм, головной убор, спортивная обувь);
- без разрешения преподавателя-экзаменатора не покидать место выполнения контрольных упражнений;
- при выполнении контрольного упражнения стараться показать наиболее высокий результат;
- в случае ухудшения состояния здоровья немедленно сообщить об этом преподавателю-экзаменатору.

3. Критерии оценивания

«Отлично» - 30-40 баллов – ставится за технически правильное выполнение основных тестовых упражнений по легкой атлетике и физической подготовленности согласно шкале оценивания нормативных требований.

«Хорошо» - 15-29 баллов – при выполнении абитуриент действует так же, как и в предыдущем случае, но допустил не более двух незначительных ошибок.

«Удовлетворительно» - 5-14 баллов – ставится если двигательное действие в основном выполнено правильно, но допущена одна грубая или несколько мелких ошибок, приведших к скованности движений, неуверенности.

«Неудовлетворительно» - 0-4 баллов – ставится в случае движение или отдельные его элементы выполнены неправильно, допущено более двух значительных или одна грубая ошибка.

4. Тематика экзаменационных заданий

Творческий экзамен «Нормативы по общей физической подготовке» (легкой атлетика) состоит из 3-х нормативов:

1. Бег на 100 м. – 15 баллов;
2. Бег на 1000 м. (девушки); бег на 3000 м. (юноши) – 15 баллов;
3. Прыжок в длину с места – 10баллов.

Комплекс упражнений для юношей:

1. Бег - 100 метров:

- максимальное количество – 15 баллов;
- минимальное количество – 2 балла.

2. Бег-3000 метров:

- максимальное количество – 15 баллов;
- минимальное количество – 2 балла.

3. Прыжок в длину с места:

- максимальная длина – 10 баллов;
- минимальная длина – 1балл.

Критерии: максимум – 40 баллов; минимум – 5 баллов.

Каждый вид оценивается в баллах:

1 вид	100 метр	«t» 12,8 и меньше сек.	«t» 12,9-13,2 сек.	«t» 13,3-13,6 сек.	«t» 13,7-13,9 сек.	«t» 14,0 -14,3 сек.	«t» 14,4-14,7 сек.
	Баллы	15	12	9	6	4	2
2 вид	3000 метр	«t» 12,30 и меньше мин.	«t» 12,31-13,00 мин.	«t» 13,01-13,30 мин.	«t»13,31-14,00 мин.	«t»14,01-14,30 мин.	«t»14,31-15,00 мин.
	Баллы	15	12	9	6	4	2
3 вид	Длина (метр)	2,50 и больше метр	2,49-2,45 метр	2,44-2,25 метр	2,24-2,10 метр	2,09-2,00 метр	1,99-1,90 метр
	Баллы	10	8	6	4	2	1

Комплекс упражнений для девушек:

1. Бег - 100 метров:

- максимальное количество – 15 баллов;
- минимальное количество – 2 балла.

2. Бег - 1000 метров:

- максимальное количество – 15 баллов;
- минимальное количество – 2 балла.

3. Прыжок в длину с места:

- максимальная длина – 10 баллов;
- минимальная длина – 1 балл.

Каждый вид оценивается в баллах:

1 вид	100 метр	«т» 15,0 и меньше сек.	«т» 15,1-15,4 сек.	«т» 15,5-15,8 сек.	«т» 15,9-16,2 сек.	«т» 16,3-16,6 сек.	«т» 16,7-17,0 сек.
Баллы		15	12	9	6	4	2
2 вид	1000 метр	«т» 3,55 и меньше мин.	«т» 3,56-4,30 мин.	«т» 4,31-5,00 мин.	«т» 5,01-5,30 мин.	«т» 5,31-6,00 мин.	«т» 6,01-6,30 мин.
Баллы		15	12	9	6	4	2
3 вид	Длина (метр)	2,05 и больше метр	2,04-195 метр	1,94-1,85 метр.	1,84-1,75 метр	1,74-1,65 метр	1,64-1,55 метр
Баллы		10	8	6	4	2	1