

ОҢТҮСТІК ҚАЗАҚСТАН MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ  SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»	
Жалпы білім беретін пәндер кафедрасы	044-73/11-141 5 беттің 1 беті
Бақылау-өлшегіш құралдары	

«Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы»

АҚ жанындағы медицина колледжі

Жалпы білім беретін пәндер кафедрасы

БАҚЫЛАУ-ӨЛШЕУІШ ҚҰРАЛДАРЫ

Пән коды: ЖГП 04

Пәні: «Дене шынықтыру»

Мамандығы: 0302000 «Мейіргер ісі»

Біліктілігі: 03020541 «Мейіргер ісінің қолданбалы бакалавр» 3.6 ж.

Оқу сағатының кредиттің/ көлемі: 24 /1

Курсы: 3

Оқу семестрі: 5

Бақылау түрі: диф.сынақ

Шымкент, 2023 ж.

«Жалпы білім беретін пәндер» кафедрасының мәжілісінде қаралды.

Хаттама № 13 «27» 06 2023 ж.

Кафедра меңгерушісі:  А.Т. Сатаев

ONTÜSTİK QAZAQSTAN MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		 SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Жалпы білім беретін пәндер кафедрасы		044-73/11-141
Бақылау-өлшегіш құралдары		5 беттің 3 беті

Бақылау нормативтері «ҚР Тұңғыш Президенті – Елбасы тесті Ережесі» негізіне сүйене отыра жасалған. «ҚР Тұңғыш Президенті – Елбасы тесті Ережесі» жоғары оқу орындарының соңғы курсына тапсырылады. Бақылау нормативтері 4- саты – «Шынығуды жетілдіру» 18-23 жасжөңары оқу орындарына деградация (төмендету) әдісі бойынша жасалған.

Дене тәрбиесі даярлығының Президенттік сынамалары

Сынақ түрлері	Өлшем бірлігі	Нормативтері					
		Президенттік деңгей		Ұлттық әзірліктің деңгейі		Бастапқы дайындық деңгейі	
		ұл	қыз	ұл	қыз	ұл	қыз
100 м жүгіру	секунд	13,0	15,5	13,5	16,0	14,3	16,8
1000 м жүгіру	мин/сек	3,10	4,20	3,20	4,30	4,45	5,30
Бір орыннан ұзындыққа секіру	сантиметр	260	200	245	190	225	175
Кермеде тартылу	сан/ рет	17	-	14	-	10	-
Шалқалап жатып денені көтеру	мин/ рет	-	50	-	45	-	35
Алға еңкейу	см	+14	+16	+9	+13	+6	+10

«ҚР Тұңғыш Президенті – Елбасы тесті Ережелерін бекіту және өткізу» бойынша ҚР МСМ01.04.2019 жылғы №228 – V-ҚРЗ бұйрығына енгізілген өзгертулер мен толықтырулар негізінде құрастырылды.

АБ-1 Волейбол									
Доптытөменнен ойынға қосу техникасын орындау									
100 б	90 б	85 б	80 б	75 б	70 б	65 б	60 б	55 б	50 б
Тапсырманы дұрыс орындау		1 қате жіберіледі				2 қате жіберіледі			Тапсырманы орындамағанда
АБ-2 Гимнастика									

ОҢТҮСТІК ҚАЗАҚСТАН MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ  SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»	
Жалпы білім беретін пәндер кафедрасы	044-73/11-141 5 беттің 5 беті
Бақылау-өлшегіш құралдары	

Акробатикалық жаттығулар										
қыз	Алға айналу, жауырынмен тұру, жартылай шпагатқа отыру									
ұл										
100 б	90 б	85 б	80 б	75 б	70 б	65 б	60 б	55 б	50 б	
Техниканы дұрыс орындау		Бір қателік жасалынды				2 қателік жасалынды			Тапсырманы орындамағанда	

Қорытынды бақылау: «ҚР Тұңғыш Президенті – Елбасы тесті Ережесін» тапсыру

	Көктемгі семестр										
Жаттығу түрі	балл	100	90	85	80	75	70	65	60	55	50
Алға еңкейу	ұл	+16	+17	+18	+19	+20	+21	+22	+23	+24	+25
	қыз	+18	+19	+20	+21	+22	+23	+24	+25	+26	+27