



Председатель приёмной комиссии
НАО «Казахская академия спорта и туризма»
профессор К.К. Закирьянов
» 2025 г.

**НОРМАТИВЫ
СПЕЦИАЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА
специализация ТЕННИС**

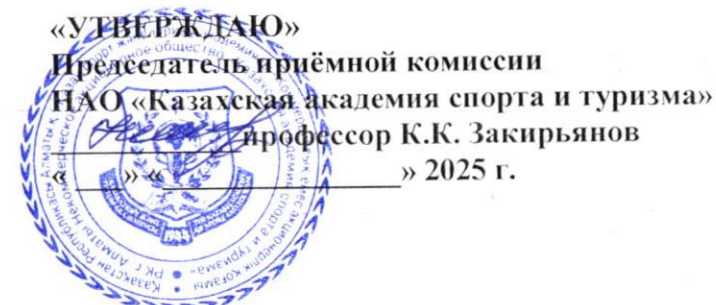
№	УПРАЖНЕНИЯ	МУЖЧИНЫ										ЖЕНЩИНЫ									
		50	45	40	35	30	25	20	15	10	5	50	45	40	35	30	25	20	15	10	5
1	Подача мяча , 10 подач: (5 подач – в правую сторону и 5 подач – в левую сторону).	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
2	Удары с отскока в площадку одиночной игры (5 с правой стороны, 5- с левой стороны)	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
3	Удары с лета в площадку одиночной игры (5-с правой стороны, 5- с левой стороны)	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
4	Участие в игре	Оценка техники и тактики игры																			

ПРИМЕЧАНИЕ: 1. Подачи выполняется последовательно: 5 подач в правую сторону площадки, 5 подач – в левую сторону площадки. Учитывается суммарное количество попаданий в поле подачи.

2. Удары с отскока в площадку одиночной игры выполняется любым способом (плоские, крученые, резаные). Учитывается суммарное количество попаданий

Председатель предметной комиссии кафедры спортивных игр

Кефер Н.Э.



НОРМАТИВЫ
СПЕЦИАЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА
(для сокращенной формы обучения)
специализация ТЕННИС

№	УПРАЖНЕНИЯ	МУЖЧИНЫ				ЖЕНЩИНЫ			
		20	15	10	5	20	15	10	5
1	Подача мяча . 10 подач: (5 подач – в правую сторону и 5 подач – в левую сторону).	9	8	7	6	9	8	7	6
2	Удары с отскока в площадку одиночной игры (5 с правой стороны, 5- с левой стороны)	9	8	7	6	10	9	8	7
3	Удары с лета в площадку одиночной игры (5- с правой стороны, 5- с левой стороны)	9	8	7	6	9	8	7	6
4	Участие в игре	Оценка техники и тактики игры							

ПРИМЕЧАНИЕ: 1. Подачи выполняется последовательно: 5 подач в правую сторону площадки. 5 подач – в левую сторону площадки. Учитывается суммарное количество попаданий в поле подачи.

2. Удары с отскока в площадку одиночной игры выполняется любым способом (плоские, крученые, резаные). Учитывается суммарное количество попаданий.

Председатель предметной комиссии кафедры спортивных игр

Кефер Н.А.



**НОРМАТИВЫ
ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА
специализация ТЕННИС**

№	УПРАЖНЕНИЯ	МУЖЧИНЫ										ЖЕНЩИНЫ									
		50	45	40	35	30	25	20	15	10	5	50	45	40	35	30	25	20	15	10	5
1	Бег 30 м	4.4	4.5	4.6	4.8	4.9	5.0	5.1	5.2	5.3	5.4	4.8	4.9	5.0	5.2	5.4	5.6	5.8	6.0	6.2	6.4
2	Тройной прыжок	8.1	8.0	7.4	6.5	6.0	5.5	5.0	4.5	4	3.5	7.1	7.0	6.5	6.0	5.5	5.0	4.5	4	3.5	3.2
3	Бег 6х8м.	12.5	12.6	13.0	13.2	13.5	13.8	14.0	14.2	14.4	14.6	13.4	13.3	13.7	14.0	14.7	15.3	15.6	15.8	16.0	16.2
4	Метание набивного мяча (1кг) движением подачи. (3 попытки)	24.0	23.0	20.0	17.0	15.0	13.0	11.0	10	9	8	15.3	15.0	14.0	13.0	12.0	11.0	10.0	9	8	7

Председатель предметной комиссии кафедры спортивных игр

Кефер Н.Э.



Председатель приёмной комиссии
НАО «Казахская академия спорта и туризма»
профессор К.К. Закирьянов
» 2025 г.

НОРМАТИВЫ
СПЕЦИАЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА
специализация БАСКЕТБОЛ

№	НОРМАТИВЫ	МУЖЧИНЫ								ЖЕНЩИНЫ							
		50	45	40	35	30	25	20	15	50	45	40	35	30	25	20	15
1	Броски с дистанции, 10 бросков с расстояния 4 и 6,25м, по очередно (кол-во очков).	15	12-13	11	10	9	8	7	6 и ниже	15	12-13	11	10	9	8	7	6 и ниже
2	Штрафные броски -10 бросков (кол-во попаданий).	9	8	7	6	5	4	3	2 и ниже	9	8	7	6	5	4	3	2 и ниже
3	Передвижение в защитной стойке по 6-ти точкам (сек)	12,8	13,0	13,2	13,4	13,6	13,8	14,0	14,5 и ниже	13,2	13,4	13,6	13,8	14,0	14,5	14,7	14,9 и ниже
4	Комплексный норматив для оценки технико-тактического мастерства	Оценка техники и тактики игры															

ПРИМЕЧАНИЕ:

1. БРОСКИ НА ТОЧНОСТЬ. Броски выполняются последовательно с 10-ти разно удаленных точек. Точки располагаются симметрично по обе стороны щита на линии параллельно лицевой и проходят через проекцию центра кольца, а также на линиях под углом 45 и 90 градусов к щиту. Учитывается суммарное количество забитых очков, причем за каждое попадание с 6,25м. начисляется три очка, за остальные по два.

2. ШТРАФНЫЕ БРОСКИ. Броски выполняются со штрафной линии. Производится 10 бросков, результат учитывается по сумме количества заброшенных очков.

3. ПЕРЕДВИЖЕНИЕ В ЗАЩИТНОЙ СТОЙКЕ. Точка 1 на лицевой линии под кольцом, точка 2 правый конец линии штрафного броска, точка 3 вершина дуги зоны штрафного броска, точка 4 левый конец линии штрафного броска, точка 5 правый угол площадки, точка

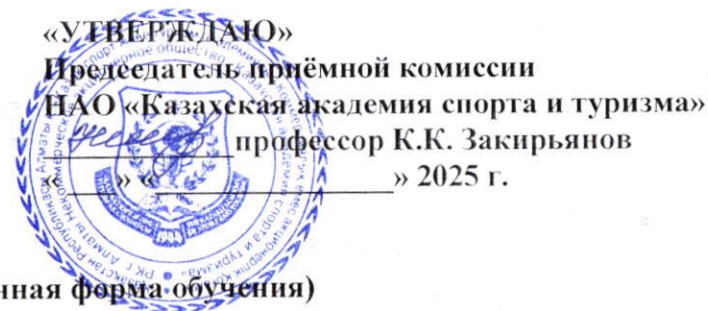
6 левый угол площадки. Игрок последовательно без каких-либо пауз выполняет рывки из исходной точки 1 в точки 2,3,4,5,6 с обязательным ударом по набивным мячам лежащим в этих точках и с возвращением каждый раз в точку 1. Рывки из точки 1 в точки 2,3,4 выполняются лицом вперед, возвращение в точку 1 – спиной вперед, а из точки 1 в точку 5, 6 и обратно приставным шагом. Секундомер останавливается в момент касания точки 1.

4. КОМПЛЕКСНЫЙ НОРМАТИВ ДЛЯ ОЦЕНКИ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКОГО МАСТЕРСТВА. ЗАНИМАЮЩИЕСЯ РАСПОЛАГАЮТСЯ ПО ЦЕНТРУ. Игрок начинает ведение из-за лицевой линии под щитом, обводит препятствия; правой- левой-правой рукой, выполняет бросок в движении из под щита правой рукой, тут же берет другой мяч, лежащий вне площадки на расстоянии 0,5м за лицевой под щитом и продолжает движение в обратную сторону левой-правой –левой рукой, заканчивает его броском в корзину из под щита в движении левой рукой. Секундомер останавливается при двух попаданиях в корзину.

Председатель предметной комиссии кафедры спортивных игр



Кефер Н.Э.



«УТВЕРЖДАЮ»

Председатель приёмной комиссии

НАО «Казахская академия спорта и туризма»

профессор К.К. Закирьянов

» 2025 г.

НОРМАТИВЫ
СПЕЦИАЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА (сокращенная форма обучения)
специализация БАСКЕТБОЛ

№	НОРМАТИВЫ	МУЖЧИНЫ				ЖЕНЩИНЫ			
		20	15	10	5	20	15	10	5
1	Броски с дистанции, 10 бросков с расстояния 4 и 6,25м, поочередно (кол-во очков).	15	13	12	11	15	13	12	11
2	Штрафные броски - 10 бросков (кол-во попаданий).	9	8	7	6	9	8	7	6
3	Передвижение в защитной стойке по 6-ти точкам (сек)	12,8	13,0	13,2	13,4	13,2	13,4	13,6	13,8
4	Комплексный норматив для оценки технико-тактического мастерства	Оценка техники и тактики игры							

ПРИМЕЧАНИЕ:

1. **БРОСКИ НА ТОЧНОСТЬ.** Броски выполняются последовательно с 10-ти разнo удаленных точек. Точки располагаются симметрично по обе стороны щита на линии параллельно лицевой и проходят через проекцию центра кольца, а также на линиях под углом 45 и 90 градусов к щиту. Учитывается суммарное количество забитых очков, причем за каждое попадание с 6,25м. начисляется три очка, за остальные по два.

2. **ШТРАФНЫЕ БРОСКИ.** Броски выполняются со штрафной линии. Производится 10 бросков, результат учитывается по сумме количества заброшенных очков.

3. **ПЕРЕДВИЖЕНИЕ В ЗАЩИТНОЙ СТОЙКЕ.** Точка 1 на лицевой линии под кольцом, точка 2 правый конец линии штрафного броска, точка 3 вершина дуги зоны штрафного броска, точка 4 левый конец линии штрафного броска, точка 5 правый угол площадки, точка 6 левый угол площадки. Игрок последовательно без каких-либо пауз выполняет рывки из исходной точки 1 в точки 2,3,4,5,6 с обязательным ударом по набивным мячам лежащим в этих точках и с возвращением каждый раз в точку 1. Рывки из точки 1 в точки 2,3,4 выполняются лицом вперед, возвращение в точку 1 – спиной вперед, а из точки 1 в точку 5, 6 и обратно приставным шагом. Секундомер останавливается в момент касания точки 1.

4. **КОМПЛЕКСНЫЙ НОРМАТИВ ДЛЯ ОЦЕНКИ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКОГО МАСТЕРСТВА.** ЗАНИМАЮЩИЕСЯ РАСПОЛАГАЮТСЯ ПО ЦЕНТРУ Игрок начинает ведение из-за лицевой линии под щитом, обводит препятствия: правой-левой – правой рукой, выполняет бросок в движении из под щита правой рукой, тут же берет другой мяч, лежащий вне площадки на расстоянии 0,5м за лицевой под щитом и продолжает движение в обратную сторону левой-правой –левой рукой, заканчивает его броском в корзину из под щита в движении левой рукой. Секундомер останавливается при двух попаданиях в корзину.

Председатель предметной комиссии кафедры спортивных игр

Кефер Н.Э.



НОРМАТИВЫ
ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА
специализация БАСКЕТБОЛ

№	НОРМАТИВЫ	МУЖЧИНЫ								ЖЕНЩИНЫ							
		50	45	40	35	30	25	20	15	50	45	40	35	30	25	20	15
1	Бег 28 м (сек), 2 попытки	3,8	4,0	4,2	4,4	4,6	4,8	5,0	5,2	4,2	4,4	4,6	4,8	5,0	5,2	5,4	5,6
2	Серийная прыгучесть. 20 сек. по кругу через 4 барьера, установленные крестом. Высота барьера: Мужчины - 50 см, женщины 40 см (кол-во прыжков)	30	28	26	24	22	20	18	16	26	24	22	20	18	16	14	12
3	«Челночный бег» 66,4 м (сек)	15,3	15,6	15,9	16,2	16,5	16,8	17,1	17,4	15,9	16,2	16,5	16,8	17,1	17,4	17,7	18,0
4	Прыжки в длину с места (см)									230	225	220	215	210	205	200	195
5	Тройной прыжок с места (см)	820	800	780	760	740	720	700	680								

Председатель предметной комиссии кафедры спортивных игр

Кефер Н.Э.



НОРМАТИВЫ
СПЕЦИАЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА
 специализация ГАНДБОЛ

№	НОРМАТИВЫ	МУЖЧИНЫ												ЖЕНЩИНЫ											
		50	45	40	35	30	25	20	15	10	5	0	50	45	40	35	30	25	20	15	10	5	0		
1	Передача мяча на точность (из 10 передач, кол-во раз)	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	0	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	0		
2	Броски мяча на точность в ворота с разбега (из 12 бросков, кол-во попаданий)	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	0	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	0		
3	Броски мяча на точность после ведения (с)	11,5	12,0	12,5	13,0	13,5	14,0	14,5	15,0	15,5	16	16,5 и выше	13,0	13,5	14,0	14,5	15,0	15,5	16,0	16,5	17,0	17,5	18 и выше		
4	Комплексный норматив для оценки технико-тактического мастерства	Оценка техники и тактики игры																							

ПРИМЕЧАНИЕ: 1. ПЕРЕДАЧА НА ТОЧНОСТЬ: экзаменуемый находится на лицевой линии, спиной к площадке, передача мяча производится с места бегущему поперек площадки партнеру на расстоянии 20м по сигналу экзаменатора.

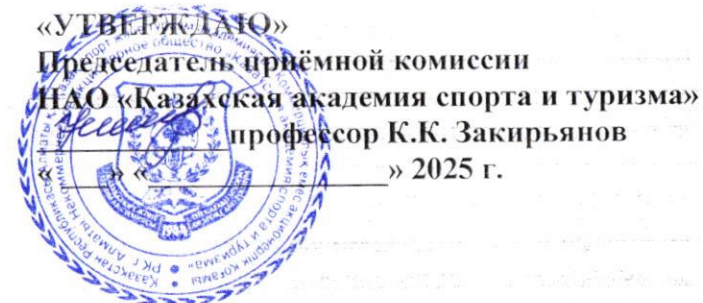
2. БРОСКИ МЯЧА НА ТОЧНОСТЬ В ВОРОТА С РАЗБЕГА В ОПОРНОМ ПОЛОЖЕНИИ: Броски мяча производятся с разбега с 3 шагов, с 9-метровой линии (с центральной позиции), в мишени размером 60х60 см, помещенные в 4-х углах ворот. В течении 3х минут произвести 6 бросков в одну мишень и 6 бросков в другую.

3. БРОСКИ МЯЧА НА ТОЧНОСТЬ ПОСЛЕ ВЕДЕНИЯ. Старт с лицевой линии. Экзаменуемый, подбросив мяч в центр площадки, догоняет его и производит бросок с опорного положения в мишень с любого расстояния. Затем, подобрав мяч, лежащий на 9-метровой линии, обводит 3 стойки и производит бросок в мишень противоположенных ворот. Второй бросок производится в прыжке. Стойки расположены: средняя – в центре площадки, две другие на расстоянии 3-х метров от нее. Мишень размером 60 x 60 см. За каждый промах ко времени выполнения прибавляется 1 секунда.

4. КОМПЛЕКСНЫЙ НОРМАТИВ ДЛЯ ОЦЕНКИ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКОГО МАСТЕРСТВА. Занимающиеся располагаются по центру на 6-ти метровой линии у стойки №1 с мячом. По сигналу начинаем выходы к стойкам №2 и №3, располагающимися на 9-ти метровой линии на уровне штанг. При этом каждый раз, обегая стойку №1. По 2-а касания стоек 2 и 3. После завершения касаний (выходов), игрок начинает движение от стойки №1 в сторону противоположных ворот, обводя 3 стойки стоящих на центральной линии, на расстоянии 3-х метров друг от друга. После прохождения стоек, он совершает бросок с 9-ти метровой линии в прыжке. Норматив считается законченным после того, как мяч пересечет лицевую линию.

Председатель предметной комиссии кафедры спортивных игр

Кефер Н.Э.



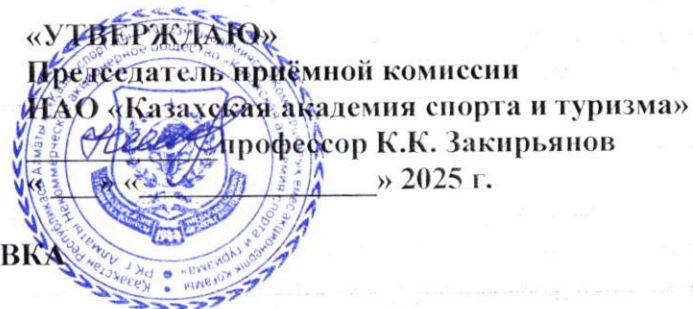
**НОРМАТИВЫ
 ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА
 специализация ГАНДБОЛ**

специализация ГАНДБОЛ																								
№	НОРМАТИВ Ы	МУЖЧИНЫ												ЖЕНЩИНЫ										
		50	45	40	35	30	25	20	15	10	5	0	50	45	40	35	30	25	20	15	10	5	0	
1	Бег 30м высокого старта (сек)	3,8	3,9	4,0	4,1	4,2	4,3	4,4	4,5	4,6	4,7	4,8 и больше	4,0	4,1	4,2	4,3	4,4	4,5	4,6	4,7	4,8	4,9	5,0 и больше	
2	Прыжок в длину с места (лучший рез-т из 2-х попыток)												2,3	2,2	2,1	2,0	1,9	1,8	1,7	1,6	1,5	1,4	1,5 и меньш е	
3	Тройной прыжок в длину с ноги на ногу с места (лучший результат из 2-х попыток).	8,0	7,9	7,8	7,7	7,6	7,5	7,4	7,3	7,2	7,1	7,2 и меньш е												
4	Ведение мяча на дистанции 30 м высокого старта.	3,9	4,0	4,1	4,2	4,3	4,4	4,5	4,6	4,6	4,7	4,9 и больше	4,1	4,2	4,3	4,4	4,5	4,6	4,7	4,8	4,9	5,0	5,1 и больше	
5	«Челночный» бег 100 м (сек)	21, 0	22, 0	23, 0	24, 0	25, 0	26, 0	26, 5	27, 0	27, 5	28, 0	28,5 и больше	23, 0	24, 0	25, 0	25, 5	26, 0	26, 5	27, 0	27, 5	27, 0	28, 5	29,0 и больше	

ПРИМЕЧАНИЕ: «ЧЕЛНОЧНЫЙ БЕГ» - выполняется на половине площадки: старт и финиш на лицевой линии. Каждый раз, возвращаясь к лицевой линии, экзаменуемый бежит до 6-метровой линии, до 9-метровой линии, затем до центральной линии, снова до 9-метровой, 6-метровой линии.

Председатель предметной комиссии кафедры спортивных игр

Кефер Н. А.



**НОРМАТИВЫ
СПЕЦИАЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА
(для сокращенной формы обучения)
специализация ГАНДБОЛ**

№	У П Р А Ж Н Е Н И Я	МУЖЧИНЫ					ЖЕНЩИНЫ				
		20	15	10	5	0	20	15	10	5	0
1	Передача мяча на точность (из 8 передач, кол-во раз)	8	7	6	5	4	8	7	6	5	4
2	Броски мяча на точность в ворота с разбега (из 12 бросков, кол-во попадений)	10-12	9	8	7	6 и ниже	10	9	8	7	6 и ниже
3	Броски мяча на точность после ведения (с)	11,5	11,8	12,0	12,5	13,0	12,0	12,5	12,8	13,0	14
4	Комплексный норматив для оценки технико-тактического мастерства	Оценка техники и тактики игры									

ПРИМЕЧАНИЕ: 1. ПЕРЕДАЧА НА ТОЧНОСТЬ: экзаменующийся находится на лицевой линии, спиной к площадке, передача мяча производится с места бегущему поперек площадки партнеру на расстоянии 20м по сигналу экзаменатора.

2. БРОСКИ МЯЧА НА ТОЧНОСТЬ В ВОРОТА С РАЗБЕГА В ОПОРНОМ ПОЛОЖЕНИИ: Броски мяча производятся с разбега с 3 шагов с 9-метровой линии (с центральной позиции), в мишени размером 60х60 см, помещенные в 4-х углах ворот. В течении 3-3х минут произвести 6 бросков в одну мишень и 6 бросков в другую.

3. БРОСКИ МЯЧА НА ТОЧНОСТЬ ПОСЛЕ ВЕДЕНИЯ. Старт с лицевой линии. Экзаменующийся, подбросив мяч в центр площадки, догоняет его и производит бросок в опорном положении в мишень с любого расстояния. Затем, подобрав мяч, лежащий на 9-метровой линии, обводит 3 стойки и производит бросок в мишень, расположенных в противоположных воротах. Второй бросок производится в прыжке. Стойки расположены: средняя – в центре площадки, две другие – на расстоянии 3-х метров от нее. Мишень размером 60 x 60 см. За каждый промах ко времени выполнения прибавляется 1 секунда.

4. КОМПЛЕКСНЫЙ НОРМАТИВ ДЛЯ ОЦЕНКИ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКОГО МАСТЕРСТВА. Занимающиеся располагаются по центру на 6-ти метровой линии у стойки №1 с мячом. По сигналу начинаем выходы к стойкам №2 и №3, располагающимися на 9-ти метровой линии на уровне штанг. При этом каждый раз, обегая стойку №1. По 2-а касания стоек 2 и 3. После завершения касаний (выходов), игрок начинает движение от стойки №1 в сторону противоположных ворот, обводя 3 стойки стоящих на центральной линии, на расстоянии 3-х метров друг от друга. После прохождения стоек, он совершает бросок с 9-ти метровой линии в прыжке. Норматив считается законченным, после того, как мяч пересечет лицевую линию.

Председатель предметной комиссии кафедры спортивных игр

Кефер Н.Э.



«УТВЕРЖДАЮ»
Председатель приёмной комиссии
НАО «Казахская академия спорта и туризма»
профессор К.К. Закирьянов
«___» _____ 2025г.

НОРМАТИВЫ
ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА
специализация ВОЛЕЙБОЛ

№	НОРМАТИВЫ	МУЖЧИНЫ												ЖЕНЩИНЫ											
		50	45	40	35	30	25	20	15	10	5	0	50	45	40	35	30	25	20	15	10	5	0		
1.	Прыжок с разбега 3-5 м., доставая рукой разметку шкалы высоты на максимальной высоте (наилучш. результат из трех попыток м, см)	3,20	3,15	3,10	3,05	3,00	2,95	2,90	2,85	2,80	2,75	2,70 и меньш е	2,80	2,75	2,70	2,65	2,60	2,55	2,50	2,45	2,40	2,35	2,30 и мень ше		
2.	Бег, «ёлочка» на одной стороне площадки повторно-скростные перемещения (послед. влево и право) и с касанием рукой набив. мячей, расположен-х на расстоянии 3 м друг от друга на боковых линиях. Старт от середины лицевой линии (сек)	23,0	23,5	24,0	24,5	25,0	25,5	26,0	26,5	27,0	27,5	28,0 и больш е	26,0	26,5	27,0	27,5	28,0	28,5	29,0	29,5	30,0	30,5	31,0 и больш е		
3.	Прыжок с места в длину	2,50	2,45	2,40	2,35	2,30	2,25	2,20	2,15	2,10	2,05	2,00	2,20	2,15	2,10	2,05	2,00	1,95	1,90	1,85	1,80	1,75	1,70		

Председатель предметной комиссии кафедры спортивных игр

Кефер Н. Э.



Председатель приёмной комиссии
НАО «Казанская академия спорта и туризма»
профессор К.К. Закирьянов
» 2025 г.

НОРМАТИВЫ
СПЕЦИАЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА
специализация ВОЛЕЙБОЛ

№	УПРАЖНЕНИЯ	МУЖЧИНЫ												ЖЕНЩИНЫ											
		50	45	40	35	30	25	20	15	10	5	0	50	45	40	35	30	25	20	15	10	5	0		
1	Верхняя передача мяча высотой 1,5 -2 м над собой и далее партнеру на расстояние 6-7 м высотой 2,5-3 м (20 попыток)	20	18	16	14	12	10	8	6	4	2	0	20	18	16	14	12	10	8	6	4	2	0		
2	Верхняя подача мяча по четыре раза в зоны 1,6,5 (12 подач)	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1		
3	Прием мяча снизу двумя руками с подачи на точность (12 попыток)	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1		
4	Прямой нападающий удар (12 попыток)	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1		

ПРИМЕЧАНИЕ:

1. ВЕРХНЯЯ ПЕРЕДАЧА МЯЧА. Выполняется на высоту 1,5 -2 м над собой и далее партнеру на расстояние 6-7 м высотой 2,5-3 м. Передачи выполняются последовательно с 20-ти разно удаленных точек. Точки располагаются симметрично по обе стороны сетки, с передней линии, с задней линии, параллельно лицевой линии. Учитывается суммарное количество правильно поданных передач.

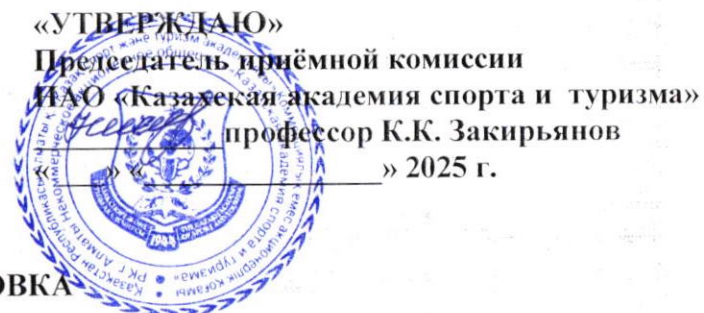
2. ВЕРХНЯЯ ПОДАЧА МЯЧА. Подачи мяча выполняются с лицевой линии, по четыре раза в зоны 1, 6, 5 (кол-во подач). Производится 12 подач сверху, на определенные зоны. Результат учитывается по сумме количества точных попаданий в заданную зону.

3. ПРИЕМ МЯЧА СНИЗУ ДВУМЯ РУКАМИ. Прием мяча осуществляется снизу двумя руками с подачи на точность (12 попыток). Игрок последовательно без каких-либо пауз выполняет рывки из исходной зоны 5 в зоны 6, 1, с обязательным приемом мяча двумя руками во 3 зону.

4. НАПАДАЮЩИЙ УДАР. Прямые нападающие удары производятся последовательно по 4 удара с зоны 2, 4, 3. Результат учитывается по сумме количества точных ударов.

Председатель предметной комиссии кафедры спортивных игр

Кефер Н.А.



НОРМАТИВЫ
СПЕЦИАЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА
(для сокращенной формы обучения)
специализация **ВОЛЕЙБОЛ**

№	НОРМАТИВЫ	МУЖЧИНЫ					ЖЕНЩИНЫ				
		20	15	10	5	0	20	15	10	5	0
1	Верхняя передача мяча высотой 1,5 -2 м над собой и далее партнеру на расстояние 6-7 м высотой 2,5-3 м (20 попыток)	17	15	13	11	9	16	14	12	10	8
2	Верхняя подача мяча по четыре раза в зоны 1,6,5 (кол-во подач 12)	9	8	7	6	5	9	8	7	6	5
3	Прием мяча снизу двумя руками с подачи на точность (12 попыток)	9	8	7	6	5	9	8	7	6	5
4	Прямой нападающий удар (12 попыток)	9	8	7	6	5	9	8	7	6	5

ПРИМЕЧАНИЕ:

1. ВЕРХНЯЯ ПЕРЕДАЧА МЯЧА. Выполняется на высоту 1,5 -2 м над собой и далее партнеру на расстояние 6-7 м высотой 2,5-3 м. Передачи выполняются последовательно с 20-ти разно удаленных точек. Точки располагаются симметрично по обе стороны сетки, с передней линии, с задней линии, параллельно лицевой линии. Учитывается суммарное количество правильно поданных передач.
2. ВЕРХНЯЯ ПОДАЧА МЯЧА. Подачи мяча выполняются с лицевой линии, по четыре раза в зоны 1, 6, 5 (кол-во подач). Производится 12 подач сверху, на определенные зоны. Результат учитывается по сумме количества точных попаданий в заданную зону.
3. ПРИЕМ МЯЧА СНИЗУ ДВУМЯ РУКАМИ. Прием мяча осуществляется снизу двумя руками с подачи на точность (12 попыток). Игрок последовательно без каких-либо пауз выполняет рывки из исходной зоны 5 в зоны 6, 1, с обязательным приемом мяча двумя руками во 2 зону.
4. НАПАДАЮЩИЙ УДАР. Прямые нападающие удары производятся последовательно по 4 удара с зоны 2, 4, 3. Результат учитывается по сумме количества точных ударов.

Председатель предметной комиссии кафедры спортивных игр

Кефер Н.Э.



УТВЕРЖДАЮ»

Председатель приёмной комиссии

НАО «Казахская академия спорта и туризма»

профессор К.К. Закирьянов

» 2025 г.

НОРМАТИВЫ
ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА
Специализация: ШАХМАТЫ

№	НОРМАТИВЫ	БАЛЛЫ																	
		50	45	40	35	30	25	20	15	10	50	45	40	35	30	25	20	15	10
		МУЖЧИНЫ									ЖЕНЩИНЫ								
1	Бег 30 м (сек)	6,0	6,2	6,4	6,6	6,8	7,0	7,2	7,3	7,4	6,9	7,0	7,2	7,4	7,6	7,8	8,0	8,2	8,4
2	Прыжок с места в длину (м)	2,50	2,45	2,40	2,35	2,30	2,25	2,20	2,15	2,10	2,30	2,25	2,20	2,15	2,10	2,05	2,00	1,95	1,90
3	Подъем туловища, лежа на полу. (количество повторений)	30	25	20	18	15	11	10	9	8	25	22	20	18	15	10	9	8	7

ПРИМЕЧАНИЕ:

1. Бег на 30 м. Предназначен для оценки уровня развития быстроты. Выполняется на стадионе или в спортивном зале с высокого старта в обуви без шипов. В забеге участвуют двое учащихся. Предоставляется одна попытка.

2. Прыжок в длину с места. Предназначен для оценки взрывной силы ног. Выполняется на ровной поверхности из положения стоя. Заняв исходное положение, сделать взмах руками назад с одновременным полуприседом и, отталкиваясь обеими ногами, прыгнуть вперед, приземляясь на обе ноги. Предоставляется три попытки, лучший результат оценивается с точностью до 1 см по расстоянию от линии отталкивания до пяток в месте приземления.

3. Подъем туловища, лежа на полу. Предназначен для оценки силовой выносливости. Лечь на спину, прижать поясницу к полу, ноги чуть согнуть в коленях. Руки закрепить за головой или на груди. Локти в стороны. Начать сгибание туловища с головы. Подбородком тянуться к груди. Дойдя до максимально возможной точки - вернуться назад.

Председатель предметной комиссии кафедры спортивных игр

Кефер Н. Э.



НОРМАТИВЫ
СПЕЦИАЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА
Специализация: ШАХМАТЫ

№	НОРМАТИВЫ	МУЖЧИНЫ (баллы)										ЖЕНЩИНЫ (баллы)									
		50	45	40	35	30	25	20	15	10	50	45	40	35	30	25	20	15	10		
1	Теоретические знания (10 заданий) кол.выполненных заданий	10	9	8	7	6	5	4	3	2	10	9	8	7	6	5	4	3	2		
2	Ситуационные задачи: решить 3 задачи (мин)	10	11	12	13	15	18	20	25	30	12	13	14	16	20	22	25	28	30		
3	Блиц игра (5 минут)	3,0	3,15	3,30	3,45	4,0	4,15	4,30	4,45	5,0	3,0	3,15	3,30	3,45	4,0	4,15	4,30	4,45	5,0		

ПРИМЕЧАНИЕ:

1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ЗНАНИЯ.

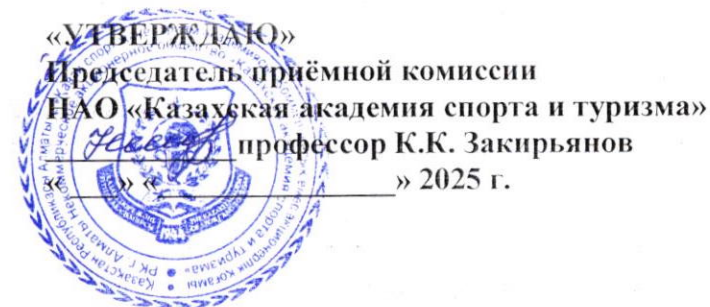
1. Знать названия, ходы и взятия шахматных фигур, правила и цель игры. Уметь расставлять начальную позицию.
2. Знать определения шаха, мата и пата. Уметь ставить мат в 1 ход.
3. Создавать, видеть примитивные угрозы и правильно их отражать.
4. Знать основы шахматного кодекса, уметь записывать партию.
5. Определять цвет полей шахматной доски по названным координатам «вслепую».
6. Уметь играть партию без грубых ошибок и всеми фигурами.
7. Показать знания простейших дебютных принципов.
8. Уметь определять названия и идеи основных тактических приемов.
9. Владеть простейшими принципами реализации материального преимущества.
10. Уметь ставить мат одиночному королю: ферзем, ладьей, двумя слонами.

2. СИТУАЦИОННЫЕ ЗАДАЧИ. Выдаются 3 ситуационных задания, которые нужно решить максимум за 30 мин. Учитывается суммарное время потраченное на решение задач.

3. БЛИЦ ИГРА. Игра с соперником за 5 минут отведенного времени на каждого игрока. Оценивается время отведенное на партию. Чем меньше времени потрачено на партию, тем выше оценка.

Председатель предметной комиссии кафедры спортивных игр

Кефер Н. А.



НОРМАТИВЫ
СПЕЦИАЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА
(для сокращенной формы обучения)
Специализация: ШАХМАТЫ

№	НОРМАТИВЫ	МУЖЧИНЫ(баллы)					ЖЕНЩИНЫ(баллы)				
		20	15	10	5	3	20	15	10	5	3
1	Теоретические знание (10 заданий)	10	9	8	7	6	10	9	8	7	6
2	Ситуационные задачи (решить 3 задачи, мин)	10	15	20	25	30	12	15	20	25	30
3	Блиц игра (5 минут)	3,0	3,30	4,0	4,30	5,0	3,30	4,0	4,30	5,0	5,30

ПРИМЕЧАНИЕ:

1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ЗНАНИЯ.

1. Знать названия, ходы и взятия шахматных фигур, правила и цель игры. Уметь расставлять начальную позицию.
2. Знать определения шаха, мата и пата. Уметь ставить мат в 1 ход.
3. Создавать, видеть примитивные угрозы и правильно их отражать.
4. Знать основы шахматного кодекса, уметь записывать партию.
5. Определять цвет полей шахматной доски по названным координатам «вслепую».
6. Уметь играть партию без грубых ошибок и всеми фигурами.
7. Показать знания простейших дебютных принципов.
8. Уметь определять названия и идеи основных тактических приемов.
9. Владеть простейшими принципами реализации материального преимущества.
10. Уметь ставить мат одиночному королю: ферзем, ладьей, двумя слонами.

2. СИТУАЦИОННЫЕ ЗАДАЧИ. Выдаются 3 ситуационных задания, которые нужно решить максимум за 30 мин. Учитывается суммарное время потраченное на решение задач.

3. БЛИЦ ИГРА. Игра с соперником за 5 минут отведенного времени на каждого игрока. Оценивается время потраченное на партию. Чем меньше времени потрачено на партию, тем выше оценка.

Председатель предметной комиссии кафедры спортивных игр

Кефер Н.Э.



НОРМАТИВЫ
СПЕЦИАЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА
Специализация ХОККЕЙ НА ТРАВЕ

№	НОРМАТИВЫ	МУЖЧИНЫ										ЖЕНЩИНЫ									
		50	45	40	35	30	25	20	15	10	5	50	45	40	35	30	25	20	15	10	5
1	Ведение мяча с обводкой стоек и ударом по воротам (сек)	6,6	6,7	6,8	6,9	7,0	7,1	7,2	7,3	7,4	7,5 и больше	7,2	7,3	7,7	7,8	8,0	8,2	8,4	8,5	8,6	8,7 и больше
2	Точность и дальность броска мяча клюшкой (м)	35,0	33,0	32,0	30,0	29,0	28,0	27,0	26	25	24 и меньше	32,0	30,0	29,0	28,0	27,0	26,0	25,0	22,0	21,0	20 и меньше
3	Удары по воротам время (сек)	8,2	8,4	8,6	8,7	8,8	8,9	9,0	9,1	9,2	9,3 и больше	8,6	8,7	8,8	8,9	9,0	9,1	9,2	9,3	9,4	9,5 и больше
4	Комплексный норматив для оценки технико-тактического мастерства	Оценка техники и тактики игры																			

ПРИМЕЧАНИЕ:

1. Удары по неподвижному мячу с 9 м в створ ворот. Мяч после удара должен пересечь линию ворот по воздуху и коснуться земли не ближе 10м. Выполняется 10 ударов и оценивается кол-во попаданий (разрешается 1 попытка). Норматив только для полевых игроков.
2. Ведение мяча от стартовой точки расположенной в 20 м от ворот с последующим ударом в цель. По прямой линии расставлены 4 стойки: первая – в 3м от стартовой точки, последующие в 3 м одна другой, необходимо обвести эти стойки и выполнить удар по воротам не ближе 9 метров. Попадание в ворота обязательно. Норматив оценивается по времени (разрешается 2 попытки).

3. Удары на дальность и точность. Выполняется 3 удара по неподвижному мячу на дальность в квадраты (5м x 5м).

Оценивается метраж и попадание в квадрат. Норматив выполняют все.

4. Комплексный норматив для оценки технико-тактического мастерства.

Председатель предметной комиссии кафедры спортивных игр



Кефер Н.Э.



«УТВЕРЖДАЮ»
Председатель приёмной комиссии
НАО «Казахская академия спорта и туризма»
Профессор К.К. Закирьянов
» 2025 г.

НОРМАТИВЫ
ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА
специализация ХОККЕЙ НА ТРАВЕ

№	НОРМАТИВЫ	МУЖЧИНЫ										ЖЕНЩИНЫ									
		50	45	40	35	30	25	20	15	10	5	50	45	40	35	30	25	20	15	10	5
1	Бег 20 м с высокого старта (с)	4,2	4,3	4,4	4,5	4,6	4,7	4,8	4,9	5,0	5,1 и больше	4, 5	4, 6	4,8	5,0	5, 2	5,4	5, 5	5, 5	5,9	6,0 и больше
2	Бег 100 м (с)	3,0	3,1 0	3,2 0	3,2 5	3,3 0	3,3 5	3,4 0	3,4 5	3,50 и больше	4,25	4, 3	4, 40	4,4 5	5,0 0	5, 4	4,6	4, 65	4, 70	4,75	4,80 и больше
3	Челночный бег 7 раз по 40 м (с)	60	63	65	67	68	69	70	71	72	73 и больше	65	67	68	69	70	71	72	73	74	75 и больше

Председатель предметной комиссии кафедры спортивных игр

Кефер Н.Э.



НОРМАТИВЫ
СПЕЦИАЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА (сокращенная форма обучения)
специализация ХОККЕЙ НА ТРАВЕ

№	НОРМАТИВ Ы	МУЖЧИНЫ				ЖЕНЩИНЫ			
		20	15	10	5	20	15	10	5
1	Ведение мяча с обводкой стоек и ударом по воротам (сек)	7,2	7,3	7,4	7,5 и больше	8,4	8,5	8,6	8,7 и больше
2	Точность и дальность броска мяча клюшкой (м)	27,0	26	25	24 и меньше	25,0	22,0	21,0	20 и меньше
3	Удары по воротам время (сек)	9,0	9,1	9,2	9,3 и больше	9,2	9,3	9,4	9,5 и больше
4	Комплексный норматив для оценки технико-тактического мастерства	Оценка техники и тактики игры							

ПРИМЕЧАНИЕ:

1. Удары по неподвижному мячу с 9 м в створ ворот. Мяч после удара должен пересечь линию ворот по воздуху и коснуться земли не ближе 10м. Выполняется 10 ударов и оценивается кол-во попаданий (разрешается 1 попытка). Норматив только для полевых игроков.

2. Ведение мяча от стартовой точки расположенной в 20 м от ворот с последующим ударом в цель. По прямой линии расставлены 4 стойки: первая – в 3 м от стартовой точки, последующие в 3 м одна другой, необходимо обвести эти стойки и выполнить удар по воротам не ближе 9 метров. Попадание в ворота обязательно. Норматив оценивается по времени (разрешается 2 попытки).
3. Удары на дальность и точность. Выполняется 3 удара по неподвижному мячу на дальность в квадраты (5 м x 5 м).
Оценивается метраж и попадание в квадрат. Норматив выполняют все.
4. Комплексный норматив для оценки технико-тактического мастерства.

Председатель предметной комиссии кафедры спортивных игр



Кефер Н.Э.



«ПРИЕМАЮ»
Председатель приемной комиссии
НАО «Казанская академия спорта и туризма»
профессор К.К. Закирьянов
» 2025 г.

НОРМАТИВЫ
СПЕЦИАЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА
специализация РЕГБИ

№	НОРМАТИВЫ	МУЖЧИНЫ											ЖЕНЩИНЫ										
		50	45	40	35	30	25	20	15	10	5	0	50	45	40	35	30	25	20	15	10	5	0
1	Передача мяча партнеру	32	30	28	26	24	22	20	18	16	14	13 и меньше	30	28	26	24	22	20	18	16	14	12	11 и меньше
2	Передача мяча на дальность	32	30	28	26	24	22	20	18	16	14 и	13 и меньше	30	28	26	24	22	20	18	16	14	12	11 и меньше
3	«Свеча»	30	28	26	24	22	20	18	16	14	12	11 и меньше	28	26	24	22	20	18	16	14	12	10	9 и меньше
4	Комплексный норматив для оценки технико-тактического мастерства	Оценка техники и тактики игры																					

ПРИМЕЧАНИЕ:

1. Расстояние от одной линии до другой 22 м. В этом коридоре 2 игрока выполняют передачи друг другу (расстояние между игроками не менее 3 м.). Челнок. Результат больше кол-во передач.
2. С линии игрок выполняет передачу в движении сначала правой рукой, затем с левой руки. 3 попытка дается с места (любой рукой) менее 7 м. не считается. Суммируется 3 передачи.
3. Игрок пинает мяч вверх-вперед, но при этом он должен поймать мяч. Расстояние, которое должен пролетать мяч не меньше 8 метров в длину. (3 удара) расстояние суммируется. Если игрок не поймал мяч, попытка не засчитывается.
4. Комплексный норматив для оценки технико-тактического мастерства.

Председатель предметной комиссии кафедры спортивных игр

Кефер Н. Э.



НОРМАТИВЫ
ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА
специализация РЕГБИ

№	НОРМАТИВЫ	МУЖЧИНЫ												ЖЕНЩИНЫ											
		50	45	40	35	30	25	20	15	10	5	0	50	45	40	35	30	25	20	15	10	5	0		
1	Бег 30 м. с высок. старта (с)	4,1	4,2	4,3	4,4	4,5	4,6	4,7	4,8	4,9	5,0	5,1 и бол ьше	4,6	4,7	4,8	4,9	5,0	5,1	5,2	5,3	5,4	5,5	5,6 и бол ьше		
2	Прыжок в длину с места (м)											2,3	2,2	2,1	2,0	1,9	1,8	1,6	1,4	1,3	1,2	1,1	1,0 и мен ьше		
3	Тройной прыжок в длину с ноги на ногу с места из 2- х попыт. (м)	8,0	7,5	7,3	7,0	6,5	6,0	5,5	5,0	4,5	4,0 и мен ьше														
4	«Челночны й» бег, 100м. (с)	22,0	22,5	23,0	23,5	24,0	24,5	25,0	25,5	26,0	26,5 и бол ьше	23,0	23,5	24,0	24,5	25,0	25,5	26,0	26,5	27,0	27,5	28,0	28,5 и бол ьше		

Примечание: Челночный бег - выполняется на половине площадки: старт и финиш на лицевой линии. Каждый раз возвращаясь к лицевой линии, экзаменуемый бежит до 6-метровой линии, до 9-метровой линии, затем до центральной линии, снова до 9-метровой, 6-метровой линии.

Председатель предметной комиссии кафедры спортивных игр

Кефер Н. Э.



НОРМАТИВЫ
СПЕЦИАЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА
(для сокращенной формы обучения)
специализация РЕГБИ

№	НОРМАТИВЫ	МУЖЧИНЫ					ЖЕНЩИНЫ				
		20	25	10	5	0	20	15	10	5	0
1	Передача мяча партнеру	20	18	16	14	13 и меньше	18	16	14	12	11 и меньше
2	Передача мяча на дальность	20	18	16	14 и	13 и меньше	18	16	14	12	11 и меньше
3	«Свеча»	18	16	14	12	11 и меньше	16	14	12	10	9 и меньше
4	Комплексный норматив для оценки технико-тактического мастерства	20	18	16	14	13 и меньше	18	16	14	12	11 и меньше

ПРИМЕЧАНИЕ:

1. Расстояние от одной линии до другой 22 м. В этом коридоре 2 игрока выполняют передачи друг другу (расстояние между игроками не менее 3м.). Челнок. Результат больше кол-во передач.
2. С линии игрок выполняет передачу в движении сначала правой руки, затем с левой руки. 3 попытка дается с места (любой рукой) менее 7 м. не считается. Суммируется 3 передачи.
3. Игрок пинает мяч вверх-вперед, но при этом он должен поймать мяч. Расстояние, которое должен пролетать мяч не меньше 8 метров в длину. (3 удара) расстояние суммируется. Если игрок не поймал мяч, попытка не засчитывается.
4. Комплексный норматив для оценки технико-тактического мастерства.

— Председатель предметной комиссии кафедры спортивных игр



Кефер Н.Э.