

**2023/2024-ОҚУ ЖЫЛЫНДА
ЖАЛПЫ БІЛІМ БЕРЕТІН
МЕКТЕПТЕРДІҢ 9-СЫНЫП
ОҚУШЫЛАРЫНА АРНАЛҒАН**

Дене тәрбиесі

**ПӘНІНЕН ҚОРЫТЫНДЫ АТТЕСТАЦИЯНЫ
ӨТКІЗУ БОЙЫНША ӘДІСТЕМЕЛІК
ҰСЫНЫМДАР МЕН МАТЕРИАЛДАР**



2023-2024- ОҚУ ЖЫЛЫНДА ЖАЛПЫ БІЛІМ БЕРЕТІН МЕКТЕПТЕРДІҢ 9-СЫНЫП ОҚУШЫЛАРЫНА АРНАЛҒАН ҚОРЫТЫНДЫ БАҚЫЛАУ ЕМТИХАНЫН ӨТКІЗУ БОЙЫНША ДЕНЕ ТӘРБИЕСІ ПӘНІНЕН СПЕЦИФИКАЦИЯСЫ

Құрастырушылар: Рахматова Нигора Джумаевна – Ташкент қаласы, Мирзо Ұлықбек ауданындағы 208-мектептің дене тәрбиесі пәнінің оқытушысы

Пікір жазғандар: Халиков Акмал Алиевич – Ташкент қаласы, Юнусабад ауданы, 86 мектептің дене шынықтыру пәнінің оқытушысы

Аудармашы: Ахмедов Турсинали Сапаралиевич – Ташкент облысы ПЖӘУҰ орталығы, Әдістемелік қызмет көрсету бөлімінің туысқан тілдер әдіскері
9-сыныпты бітірген оқушылар дене тәрбиесі пәнінен білім бағдарламасы бойынша стандарттар негізінде белгіленген компетенцияларға ие болады.

Оқушылардың алған білімі, дағдысы мен біліктіліктерін анықтау үшін 2023-2024-оқу жылында 9-сыныпта қорытынды емтихан практикалық түрде өтеді.

Әрбір емтихан билетінің тапсырмалары дене тәрбиесі пәні бойынша 8-9-сыныптардың тақырыптарын қамтиды. Ұсынымда тапсырмалар бойынша бағалау критерийлері берілген.

Оқушыларға ұсынылған базалық сұрақтардан тұратын 10 (қыз балаларға 5, ұл балаларға 5) билет беріледі. Билетте оқушыға 3 (жеңіл атлетикадан 1, гимнастикадан 1, спорт ойындарынан 1) практикалық тапсырма беріледі. Билет тапсырмаларын практикалық түрде орындау уақыты билеттің өзінде көрсетілген. Берілген тапсырмалардан қорытынды мемлекеттік аттестациясын өткізу белгіленген күннен бір күн бұрын, жұмысшы топ тарапынан жеребе тастау арқылы 2 нұсқа даярланып, жарияланады.

Оқушылардың дене тәрбиесі пәнінен практикалық тапсырмаларды орындауы 100 балдық жүйе негізінде:

0 – 29% – “қанағаттанарсыз”;

30–65% – “қанағаттанарлық”;

66–85% – “жақсы”;

86–100% – “үлгілі”

баға түрінде бағаланады. Әрбір тапсырма үшін көрсетілген балдан жоғары балл қоюға жол берілмейді.

Дене тәрбиесі	Саны	Қолдану
Жеңіл атлетика	1	1
Гимнастика	1	1
Спорт ойындары	1	1
	3	3

ТАПСЫРМА БОЙЫНША БАҒАЛАУ КРИТЕРИЙІ

	Бөлімнің аты	Тапсырма түрі	Бағалау критерийі
	Жеңіл атлетика	Практикалық	<p>Толық, дұрыс және норматив талаптары бойынша орындалған тапсырмаға 30 балл қойылады.</p> <p>Түсініктеме: тапсырманы белгіленген нормативтер негізінде орындағанда сәйкесінше 8 балл, 15 балл, 23 балл, 30 балл беріледі.</p>
	Гимнастика	Практикалық	<p>Толық, дұрыс және норматив талаптары бойынша орындалған тапсырмаға 30 балл қойылады.</p> <p>Түсініктеме: тапсырманы белгіленген нормативтер негізінде орындағанда сәйкесінше 8 балл, 15 балл, 23 балл, 30 балл беріледі.</p>
	Спорт ойындары	Практикалық	<p>Толық, дұрыс және норматив талаптары бойынша орындалған тапсырмаға 30 балл қойылады.</p> <p>Түсініктеме: тапсырманы белгіленген нормативтер негізінде орындағанда сәйкесінше 10 балл, 20 балл, 30 балл, 40 балл беріледі.</p>

ГИМНАСТИКА

Еңкейіп секіру. Гимнастик “есек”тен көпірді үлкейту және кішірейту арқылы түсу және секіру; Ұзындығы бойынша орнатылған гимнастикалық «көзёл» үстінен секіру (ер балалар 120 см биіктіктегі гимнастикалық көпір, аралығы 1 м) Айқастырып секіру.

Қыздар аяқтарын айқастырып, ұзындығы 110 см гимнастикалық «көзёлден» секіру; гимнастикалық «көзёл» үстінен бүгілген аяқпен секіреді.

Шығу. қолдың көмегімен 5 м арқанға өрмелеу (уақыт бойынша); аялдама өрмелеу (белгілі бір биіктікте тоқтау үшін белгілер қойылады);

Асу және итермелеу: төмен ілмектен жоғары көтерілу; денені бүгуден тербелуге көшу; тербелу кезінде дененің өткір жазуымен тірекке көтерілу; турникетте демалудан, аяқпен және денемен жарты ай пішінде алға жылжу, ілу үшін төмен тербелу; қолды бүгіп, биік штангаға ілініп жазу; Қолды еденге қойып иілу және жазу. **қыздар** – аласа турникте (биіктігі 100 см), аяқтары жерге тіреліп, қолға ілініп, қолды бүгу және жазу; қолды бүгіп, гимнастикалық орындықта қолды сүйеп жазу.

Ұлдар; брусте қолды сүйеп тербелу, алға қимылмен тірекке көтерілу; гимнастикалық брусста шынтакпен тұрып тербелу, артқа серпілу арқылы тірекке көтерілу; Гимнастикалық брусста демалып, алға және артқа сермеу кезінде 900 бүйірден секіру.

Акробатика. Ұлдар үшін: әртүрлі бастапқы қалыптан алға қарай домалау; Биіктігі 40-50 см заттардың үстінен секіру; алысқа жүгіру және секіру; серіктестің көмегімен қолмен немесе баспен тұру;

Қыздар үшін: екі қайталау алға, артқы жамбас ұлғаюы; күректе тұру; тұрған күйден «көпір» жасап, бүйірге қарай домалау. Ұлттық би элементтерін үйлестіру; «Муножот», «Рохат», «Тановор» және көркем гимнастиканың басқа элементтері; қолдың көмегімен асимметриялық қозғалыстармен әртүрлі жылдамдықта әртүрлі жаттығуларды орындау; әртүрлі жылдамдықта қолмен жаттығуларды орындау кезінде қолдың бағытталған қозғалыстарының қалпын дірілдеу (түлкі қалпында); 85-90 см фланецпен жаттығуларды орындау. Би қимылдарының динамикасы мен тонуына сәйкес күрделену; халық билерінің элементтерінен тұратын жаттығулар.

Тепе-теңдік жаттығулары. Депсініп жалғыз жүру; жалғыз аяққа сүйеніп, екі аяқпен секіру және кезектесіп тұрудан 90° бұрылып атпен жүру; жартылай еңкейіп аяқпен жүру, аяқтың ұшымен бұрылу, оң (сол) аяқпен «қарлығаш» қалыптастыру; бұрышта отыру және қолды сүйеп, аяқты артқа сермеу арқылы жоғары-төмен секіру.

ЖЕҢІЛ АТЛЕТИКА

Жүгіру. Арнайы жүгіру жаттығуларының техникасын жетілдіру; төмен старттан 60 метрге жүгіру; 4x60 метрге эстафеталық жүгіру; 200-300 метрге кезекпен 4-5 қайталаумен жүгіру; әртүрлі қашықтықта 6 минут жеңіл жүгіру.

Мокисимон жүгіру 4x10 m мокусимон жүгіру

Кросс дайындығы. 800, 1000 m қашықтыққа жүгіру; жаяу жүрумен кезектесіп 6 минут жүгіру; бағытты өзгерту кезінде жоғары және төмен жүгіру; 2000 м қашықтыққа жүгіру.

Секіру. Арнайы биіктікке және ұзындыққа секіру жаттығулары; жүгіру және «аяқты бүгу» әдісі бойынша ұзындыққа секіру; жүгіру және жоғары секіру.

Лақтыру. Түрлі жағдайларда теннис добын тұрып лақтыру; теннис добын нысанаға лақтыру; жүгіру және теннис добын лақтыру

СПОРТ ОЙЫНДАРЫ

(футбол, баскетбол, волейбол, қол добы)

Баскетбол. Баскетбол ойын элементтеріне негізделген әртүрлі оқыту әдістерін орындау; допты бір қолмен алып жүру және беру; қарсыласты айналып өту; допты бас жағынан екі қолмен беру; далада жеке және ұжымдық қорғаныс әдістерін үйрету; 2x1x2 және 1x2x2 тактикасы; бос доптарды себетке лақтыру; баскетбол ойынының ережесіне негізделген қос ойын; ойынға төрешілік етуді үйрету.

Волейбол. Жұппен бір-біріне допты жоғарыдан және төменнен тор үстінде беру; тордан қайтарылған допты қабылдау; допты қабылдау және беру; техникалық әдістер; допты ойынға енгізу тәсілдері; тор арқылы соғу тәсілдері; блоктау (жалғыз және жұпта), қорғау әдістері; шабуылда және қорғаныста жеке, топтық және ұжымдық тактикалық әрекеттер; Волейбол оқу ойыны; Ережеге негізделген волейбол ойыны; Волейболдан тұрып қимылдау; Волейбол ойынында тұру, қозғалу, тоқтау, жылдамдату элементтерін орындау техникасын үйрету және бекіту; Допты негізге кері беру, қозғалу, секіру техникасын бекіту; торда төңкеріп тұрып, допты қарсыластың алаңындағы нысанаға түсіру; допты жоғарыдан ойынға енгізуді күшейту; тікелей шабуылды күшейту; допты төменнен қабылдауды күшейту; Алға түсіп, бір қолмен қабылдауды күшейтіңіз; жеңілдетілген ережелерге негізделген волейбол ойыны; қос ойын.

Қол добы. Гандбол ойынында арнайы техникалық жаттығуларды қолдану арқылы оқушылардың бойына шапшаңдық, күш, бағыттылық сияқты қасиеттерді дамыту; доппен жұмыс істеу техникасын жетілдіру (жылдамдықпен позицияны ауыстыру кезінде допты әртүрлі тәсілдермен беру, «восмёрка», допты алдын ала қабылдау); қорғаныс әдістерін жетілдіру, қарсыластарды қорғаныс аймағынан алшақ ұстау, арақашықтықта ұстау, «саптық ойыншыны» басқару; шабуыл тактикасын жетілдіру (4x1, 3x2, «восмёрка», «стяйка», яғни қарсыластың

қорғанысын алаңдату, тосқауыл қою); қақпашының техникалық жағдайын жақсарту; үйренген элементтерге негізделген жарыс ойыны.

Футбол. Аяқтың ішкі және сыртқы жағымен қозғалатын доптарды тоқтату; ұшып бара жатқан доптың секіріп, баспен соққысын орындау; қозғалыс бағытын өзгерте отырып, допты алып жүру, алаңдататын әрекеттерді қолдана білу; қарсыластан допты тартып алу; допты баспен қақпаға бағыттай білу дағдылары мен дағдыларын дамыту; оң және сол аяқпен ұзақ тебуді жақсарту; оқушыларды қарсыласынан допты тартып алу техникасы; тұрып допты өкшемен тоқтату; әдістері мен тактикасы; футбол ережесі бойынша екі жақты ойын; жарыстарға төрелік ету.

9-сыныптар үшін қорытынды емтихан билеттері

Қыздар

1-БИЛЕТ

1. Жеңіл атлетика. Төмен старттан 60 метр қашықтыққа жүгіру.

Норматив: (секунд) 9,5 – 9,7 – 10,0 – 10,5

2. Гимнастика. Гимнастикалық жеке орында тепе-теңдік жаттығуларын орындау (қарапайым жүру, отыру бұрылысы, аяқтың тербелуі, «Қарлығаш» қалыптасуы, аяқтың тербелуі, тұрып бұрылысы, қарапайым жүру, секіру).

Норматив: Дұрыс орындау техникасын бағалау.

3. Гандбол. Гандбол добын техникаға 30 метр екпінмен қашықтыққа апарыңыз.

Норматив: (секунд) 6,8 – 6,9 – 7,0 – 7,2

2-БИЛЕТ

1. Жеңіл атлетика. 1000 метр қашықтыққа уақыт есебінде алынған позицияда жүгіру.

Норматив: (минут) 5,00 – 5,30 – 6,00 – 6,30

2. Гимнастика. Биіктігі 110 см болған гимнастика “есек” үстінен аяқтары керіп секіреп өту.

Норматив: Дұрыс орындау техникасын бағалау

3. Волейбол. Волейбол добын ойынға кіріту. Допты 5 мүмкіндігінше қарсылас алаңының оң және сол аймағына түсу

Норматив: (рет) 3 – 2 – 1 – 0

3-БИЛЕТ

1. Жеңіл атлетика. Жүрумен кезектесіп 6 минут жүгіру

Норматив: (метр) 1200 – 1000 – 800 — 600

2. Гимнастика. Гимнастикалық элементтердің акробатикалық комбинациясы: Екі қатар алға, бір қатар артқа секіру, күректерге тұру, «көпір» құру.

Норматив: Дұрыс орындау техникасын бағалау

3. Баскетбол. Баскетбол 8 мүмкіндіктен бос допты себетке лақтыру

Норматив: (рет) 4 – 3 – 2 – 1

4-БИЛЕТ

1. Жеңіл атлетика. 4 x 10 метрге максиман жүгіру.

Норматив. (секунд) 10,3 – 10,8 – 11,3 – 11,8

2. Гимнастика. Арқанмен 1 минут секіру.

Норматив: (рет) 120 – 100 — 90 – 80

3. Волейбол. Волейбол добыны екі қолда бас төбесінде өз-өзіне лақтыру.

Норматив: (рет) 20 – 15 – 10 – 5

5-БИЛЕТ

1. Жеңіл атлетика. Жүгіріп келіп кіші (150 gr) теннис добыны алысқа лақтыру.

Норматив: (метр) 28 – 23 – 18 – 13

2. Гимнастика. Гимнастик орындыққа еңкею, қолды бүгу және жазу (орындау техникасына назар аудару).

Норматив: (рет) 13 – 10 – 7 – 5

3. Футбол. Футбол добыны “aut” тан ойынға кіріту (орындау техникасына назар аудару).

Норматив: (метр) 8 – 7 – 5 — 3

Ұл балалар

1-БИЛЕТ

1. Жеңіл атлетика. Төмен старттан 60 метр қашықтыққа жүгіру .

Норматив: (секунд) 8,8 – 9,5 – 10,0 – 10,3

2. Гимнастика. Биік турникте тартылу (орындау техникасына назар аудару).

Норматив: (рет) 10 – 8 – 6 – 4

3. Гандбол. Қол добыны, техникаға 30 метр қашықтыққа назар аудару доппен жүгіру

Норматив: (секунд) 6,6 – 6,7 – 6,8 – 7,0

2-БИЛЕТ

1. Жеңіл атлетика. 2000 метр қашықтыққа уақыт есепке алынған жағдайда жүгіру.

Норматив: (минут) 9,30 – 10,00 – 11,00 – 12,00

2. Гимнастика. Гимнастика көпірмен 1 метр қашықтықта ұзына бойына орналастырылған 120 см биіктіктегі «көзёл» гимнастикалық гимнастикасына сүйеніп, аяқты айқастырып секіру

Норматив: Дұрыс орындау техникасын бағалау

3. Волейбол. Волейбол добыны ойынға кіріту. Допты 5 мүмкіндігінше қарсылас алаңының оң және сол аймағына түсу

Норматив: (рет) 4 – 3 – 2 – 1

3-БИЛЕТ

1. Жеңіл атлетика. 1000 метр қашықтыққа уақыт есепке алынған әрекетте жүгіру.

Норматив: (минут) 3,40 — 4,00 – 4,30 – 4,50

2. Гимнастика. Қолдар бас арқасында, шалқасынан жатып, денені 1 минут бойы көтеріп, түсіру (орындау техникасына назар аудару).

Норматив: (рет) 30 – 25 – 20 – 15

3. Баскетбол. Баскетбол корзинасына белгіленген айып добыны 8 жағдайда

тастау.

Норматив: (рет) 5 – 4 – 2 – 1

4-БИЛЕТ

1. Жеңіл атлетика. 4 x 10 метрге моқисимон жүгіру.

Норматив. (секунд) 9,5 – 10,0 – 10,5 – 11,0

2. Гимнастика. Арғамчида 1 минут барысында секіру.

Норматив: (рет) 100 – 90 – 70 – 50

3. Футбол. Футбол добыны оң және сол аяқта ұзақ соққы (оң және сол аяқтың нәтижелерінің қосындысы бағаланады).

Норматив: (метр) 50 – 45 – 40 – 35

5-БИЛЕТ

1. Жеңіл атлетика. Жүгіріп келіп кіші теннис добыны (150 gr) алысқа лақтыру.

Норматив: (метр) 45 – 40 – 33 – 25

2. Гимнастика. Еденге еңкею, қолды бүгіп жазу (орындау техникасына көңіл бөлу).

Норматив: (рет) 30 – 25 – 20 – 15

3. Футбол: Футбол добыны “aut” тан ойынға кіріту (орындау техникасына назар аудару).

Норматив: (метр) 12 – 10 – 8 – 5

IMTİHON MATERIALLARI

№	Бөлімдер	Тапсырмалар	Балл	Вариант
1	Жеңіл атлетика	Төмен старттан 60 метр	30	1(Q)

		қашықтыққа жүгіру		
2	Гимнастика	Гимнастикалық жеке орында тепе-теңдік жаттығуларын орындау	30	
3	Спорт ойындары	Гандбол техникасына мән бере отырып, допты 30 метр қашықтыққа алып жүру	40	
4	Жеңіл атлетика	1000 метр қашықтыққа уақыт есебіне алынған жағдайда жүгіру	30	2(Q)
5	Гимнастика	Биіктігі 110 см болған гимнастика “есек” үстінен аяқтарыны секіру	30	
6	Спорт ойындары	Волейбол добыны ойынға кіріту. Допты 5 жағдайда қарсылас алаңының оң және сол жақ аймағына түсу	40	
7	Жеңіл атлетика	Жүру мен алмасып 6 минут барысында жүгіру	30	3(Q)
8	Гимнастика	Гимнастик элементтерден түзілген акробатика комбинациясы: Екі рет алдыға және бір рет арқаға умбалақ ұлғайып, күректерде тұрып, «көпір» құрайды	30	
9	Спорт ойындары	Баскетбол корзинасына белгіленген айып добына 8 мүмкіндік беру	40	
10	Жеңіл атлетика	4 x 10 метрге мокусимон жүгіру	30	4(Q)
11	Гимнастика	Арқанда 1 минут барысында секіру	30	
12	Спорт ойындары	Волейбол добыны екі қолда	40	

		бас үстінен өз-өзіне асыру		
13	Жеңіл атлетика	Жүгіріп келіп кіші (150 gr) теннис добыны ұзақтыққа лақтыру	30	5(Q)
14	Гимнастика	Гимнастик орындыққа сүйеніп, қолдарын бүгу және жазу	30	
15	Спорт ойындары	Футбол добыны “aut”тан ойынға кіріту	40	
16	Жеңіл атлетика	Төмен старттан 60 метр қашықтыққа жүгіру	30	1(O‘)
17	Гимнастика	Биік турниктен тартылу	30	
18	Спорт ойындары	Қол добыны техникаға 30 метр қашықтыққа назар аудару доппен жүгіру	40	
19	Жеңіл атлетика	2000 метрге уақыт бойынша жүгіру	30	2(O‘)
20	Гимнастика	Биіктігі 120 см гимнастикалық көпірмен ұзындығы 1 метр аралықта орналастырылған «есек» гимнастикалық гимнастикасының үстінде аяқпен секіру.	30	
21	Спорт ойындары	Волейболды ойынға қосу. 5 мүмкіндікте допты қарсыластың алаңының оң және сол аймағына тастау	40	
22	Жеңіл атлетика	1000 метрге уақыт бойынша жүгіру	30	3(O‘)
23	Гимнастика	Шалқадан жатып, қолды бастың артына қойып, денені	30	

		1 минут бойы көтеріп, түсіру		
24	Спорт ойындары	Баскетбол себетіне еркін лақтырудың 8 мүмкіндігі	40	
25	Жеңіл атлетика	4 x 10 метрге мокусимон жүгіру	30	4(О‘)
26	Гимнастика	Арқанда 1 минут барысында секіру	30	
27	Спорт ойындары	Футбол добыны оң немесе сол аяқта соққымен ұзаққа тебу	40	
28	Жеңіл атлетика	Жүгіріп келіп кіші теннис добыны(150 gr) алысқа лақтыру	30	5(О‘)
29	Гимнастика	Еденге сүйенген жағдайда қолдарын бүгу және жазу	30	
30	Спорт ойындары	Футбол добыны “aut” тан ойынға кіріту	40	

9-сынып қорытынды емтихан бойынша бағалау критерийлері

№ Тапсырма	1-БИЛЕТ (қыздар)	Балл
1	Төмен старттан 60 метр қашықтыққа жүгіру, төмен стартта тұру, шығу, старттан кейін жүгіру, қашықтықты бойлай жүгіру, мәреге кіру және өту, тапсырманы 9,5 секундта орындау, техникаға назар аудару.	30
	Төмен старттан 60 метр қашықтыққа жүгіргенде, төмен стартта тұруда, шығуда, старттан кейін жүгіруде, қашықтықты бойлай жүгіруде, мәре сызығына кіру және өту кезінде, егер ол тапсырманы 9,7 секундта орындаса, техникаға көңіл бөлсе.	23

	Төмен старттан 60 метр қашықтыққа жүгіру, төмен стартта тұру, шығу, старттан кейін жүгіру, қашықтықты кесіп өту, мәре сызығына кіру және өту және тапсырманы 10,0 секундта орындау, техникаға назар аудару.	15
	Төмен старттан 60 метр қашықтыққа жүгіру, төмен стартта тұру, шығу, старттан кейін жүгіру, қашықтықты бойлай жүгіру, мәре сызығына кіру және өту, тапсырманы 10,5 секундта орындау, техникаға назар аудару.	8
2	Тепе-теңдік жаттығуларын дұрыс орындау, жеке гимнастикалық жаттығуларда қарапайым жүру, отыру бұрылыстары, аяқты сермеу, «Қарлығаш» қалыптастыру, аяқты сермеу, тұрып бұрылыстар, қарапайым жүру, техникаға мән беріп секіру жаттығулары.	30
	Жартылай дұрыс тепе-теңдік жаттығулары, гимнастикалық жеке жүру, отыру бұрылысы, аяқпен серуендеу, «Қарлығаш» қалыптастыру, аяқпен серпілу, тұру бұрылысы, қарапайым жүру, техникаға мән беріп секіру жаттығулары	23
	Жартылай дұрыс тепе-теңдік жаттығулары, гимнастикалық жеке жүру, отыру бұрылысы, аяқпен серуендеу, «Қарлығаш» қалыптастыру, аяқпен серпілу, тұру бұрылысы, қарапайым жүру, техникаға мән беріп секіру жаттығулары	15
	Тепе-теңдік жаттығуларын орындай алмау, жеке гимнастикалық, қарапайым жүру, отырып-тұру, аяқпен серпілу, «Қарлығаш» қалыптастыру, аяқпен серпілу, тұрып бұрылыс, қарапайым жүру, техникаға мән беріп секіру жаттығуларын орындай алмау.	8
3	Стартта тұру, шығу, старттан кейін допты соғу, қашықтық бойынша жүгіру, мәре сызығына кіру және өту, гандбол добын 30 метрге техникаға мән беріп алып жүру 6. Егер ол 8 секундта орындаса.	40

	Стартта тұру, сыртқа шығу, старттан кейін жүгіру, допты жерге тигізу, қашықтықты бойлай жүгіру, мәре сызығына кіру және өту, гандбол добын 30 метрге алып жүру, 6.9 техникасына баса назар аудару, егер секундтарда орындалса.	30
	Стартта тұру, сыртқа шығу, старттан кейін жүгіру, допты жерге тигізу, допты жерде жүгіру, мәре сызығына кіру және өту, гандбол добын 30 метрге алып жүру, егер секундта орындалса 7.0 техникасына баса назар аудару.	20
	Стартта тұру, сыртқа шығу, старттан кейін жүгіру, допты жерге тигізу, қашықтықты бойлай жүгіру, мәре сызығына кіру және өту, гандбол добын 30 метрге алып жүру, 7.2 техникаға екпін беру, егер секундта орындалса.	10
ЖАЛПЫ:		100

№ Тапсырма	2-БИЛЕТ (қыздар)	Балл
1	1000 метрге уақыт бойынша жүгіру, стартта тұру, шығу, старттан кейін жүгіру, қашықтық бойынша жүгіру, 5.00 минутта мәре сызығына кіру және өту	30
	1000 метрге уақыт бойынша жүгіруде стартта тұру, шығу, старттан кейін жүгіру, қашықтық бойынша жүгіру, мәре сызығына кіру және өту техникасы негізінде тапсырманы 5,30 минутта орындаса.	23
	1000 метрге уақыт бойынша жүгіруде стартта тұру, шығу, старттан кейін жүгіру, қашықтық бойынша жүгіру, мәре сызығына кіру және өту техникасы негізінде тапсырманы 6.00 минутта орындаса.	15
	1000 метрге уақыт бойынша жүгіруде стартта тұру, шығу, старттан кейін жүгіру, қашықтық бойынша жүгіру, мәре сызығына кіру және өту техникасы негізінде тапсырманы 6,30 минутта орындаса.	8

2	Биіктігі 110 см гимнастикалық «көзәлден» жүгіру, қону, секіру және ұшу, қону, аяқпен дұрыс секіру.	30
	Биіктігі 110 см гимнастикалық «көзәлден» секіру кезінде жүгіру, қону, секіру және ұшу, қону, тепе-теңдікті сақтау тәсілдеріне назар аудара отырып, көлденең секіруді ішінара дұрыс орындайды.	23
	110 см биіктіктегі гимнастикалық «көзәлден» жүгіру, қону, секіру және ұшу, қону, теңестіру тәсілдері арқылы, аяқты айқастырып секіру қатесін орындау арқылы секіргенде.	15
	110 см биіктіктегі «көзәл» гимнастикасынан секіре алмау.	8
3	Волейболды ойынға қосу. Тұру, сызықты баспау, жаттықтырушының сигналына мән беру, допты соғу, допты белгіленген аймаққа тастай білу, допты қарсылас алаңының оң және сол аймағына 3 рет тастау техникасына көңіл бөлу. 5 мүмкіндіктен	40
	Волейболды ойынға қосу. Тұру, сызықты баспау, жаттықтырушының сигналына мән беру, допты соғу, допты белгіленген аймаққа түсіре білу, допты қарсылас алаңының оң және сол аймағына түсіру техникасына назар аудару. 5 мүмкіндіктің 2 реті	30
	Волейболды ойынға қосу. Тұру, сызықты баспау, жаттықтырушының сигналына мән беру, допты соғу, допты белгіленген аймаққа түсіре білу, допты қарсылас алаңының оң және сол аймағына түсіру техникасына назар аудару. 5 мүмкіндіктен 1 рет	20
	Волейболды ойынға қосу. Тұру, сызықты баспау, жаттықтырушының сигналына мән беру, допты соғу, допты белгіленген аймаққа түсіре алу, допты қарсылас алаңының оң және сол аймағына 0 рет түсіру техникасына көңіл бөлу. 5 мүмкіндікте	10

ЖАЛПЫ:		100
Тапсырма	3-билет (қыздар)	Балл
1	Стартта тұру, шығу, старттан кейінгі жүгіру, қашықтыққа жүгіру, финиш (мәре) сызығына кіру және кесіп өту әдістеріне назар аударған түрде 6 минут барысында жүрумен қатар ауысып жүгіру тапсырмасын орындау кезінде 1200 метр қашықтықты жүріп өтсе	30
	Стартта тұру, шығу, старттан кейінгі жүгіру, қашықтыққа жүгіру, финиш (мәре) сызығына кіру және кесіп өту әдістеріне назар аударған түрде 6 минут барысында жүрумен қатар ауысып жүгіру тапсырмасын орындау кезінде 1000 метр қашықтықты жүріп өтсе	23
	Стартта тұру, шығу, старттан кейінгі жүгіру, қашықтыққа жүгіру, финиш (мәре) сызығына кіру және кесіп өту әдістеріне назар аударған түрде 6 минут барысында жүрумен қатар ауысып жүгіру тапсырмасын орындау кезінде 800 метр қашықтықты жүріп өтсе	15
	Стартта тұру, шығу, старттан кейінгі жүгіру, қашықтыққа жүгіру, финиш (мәре) сызығына кіру және кесіп өту әдістеріне назар аударған түрде 6 минут барысында жүрумен қатар ауысып жүгіру тапсырмасын орындау кезінде 600 метр қашықтықты жүріп өтсе	8
2	Гимнастикалық элементтердің акробатикалық комбинациясын оның ішінде екі рет алға және бір рет артқа айналса, күрек үстінде тұру, «көпір» қалыптастыру техникаларына назар аударған түрде дұрыс орындаса	30
	Гимнастикалық элементтердің акробатикалық комбинациясын оның ішінде екі рет алға және бір рет	23

	артқа айналса, күрек үстінде тұру, «көпір» қалыптастыру техникаларына назар аударған түрде ішінара дұрыс орындаса	
	Гимнастикалық элементтердің акробатикалық комбинациясын оның ішінде екі рет алға және бір рет артқа айналса, күрек үстінде тұру, «көпір» қалыптастыру техникаларына назар аударған түрде қате орындаса	15
	Гимнастикалық элементтердің акробатикалық комбинациясын оның ішінде екі рет алға және бір рет артқа айналса, күрек үстінде тұру, «көпір» қалыптастыру техникаларына назар аударған түрде орындай алмауы	8
3	Тұру, аяқ пен қолдың орналасуы, допты қағып алу, допты кеудеден екі қолмен лақтыру техникасына назар аударған түрде баскетбол қоржынына белгіленген айып добын 8 мүмкіндіктен 4 рет түсіруі	40
	Тұру, аяқ пен қолдың орналасуы, допты қағып алу, допты кеудеден екі қолмен лақтыру техникасына назар аударған түрде баскетбол қоржынына белгіленген айып добын 8 мүмкіндіктен 3 рет түсіруі	30
	Тұру, аяқ пен қолдың орналасуы, допты қағып алу, допты кеудеден екі қолмен лақтыру техникасына назар аударған түрде баскетбол қоржынына белгіленген айып добын 8 мүмкіндіктен 2 рет түсіруі	20
	Тұру, аяқ пен қолдың орналасуы, допты қағып алу, допты кеудеден екі қолмен лақтыру техникасына назар аударған түрде баскетбол қоржынына белгіленген айып добын 8 мүмкіндіктен 1 рет түсіруі	10
ЖАЛПЫ:		100

Тапсырма	4-билет (қыздар)	Балл
-----------------	-------------------------	-------------

1	Стартта тұру, шығу, старттан кейінгі жүгіру, қашықтыққа жүгіру, әр 10 метрде сызыққа қолды тигізу финиш (мәре) сызығына кіру және кесіп өту техникаларына назар аударған түрде 4x10 мөртге максимал жүгіруді 10,3 секундта орындаса	30
	Стартта тұру, шығу, старттан кейінгі жүгіру, қашықтыққа жүгіру, әр 10 метрде сызыққа қолды тигізу финиш (мәре) сызығына кіру және кесіп өту техникаларына назар аударған түрде 4x10 мөртге максимал жүгіруді 11,3 секундта орындаса	23
	Стартта тұру, шығу, старттан кейінгі жүгіру, қашықтыққа жүгіру, әр 10 метрде сызыққа қолды тигізу финиш (мәре) сызығына кіру және кесіп өту техникаларына назар аударған түрде 4x10 мөртге максимал жүгіруді 10,3 секундта орындаса	15
	Стартта тұру, шығу, старттан кейінгі жүгіру, қашықтыққа жүгіру, әр 10 метрде сызыққа қолды тигізу финиш (мәре) сызығына кіру және кесіп өту техникаларына назар аударған түрде 4x10 мөртге максимал жүгіруді 11,8 секундта орындаса	8
2	Арқанды ұстау, аяқ қозғалысы, секіру техникасына назар аударған түрде арқанда 1 минут ішінде 120 рет секіруі	30
	Арқанды ұстау, аяқ қозғалысы, секіру техникасына назар аударған түрде арқанда 1 минут ішінде 100 рет секіруі	23
	Арқанды ұстау, аяқ қозғалысы, секіру техникасына назар аударған түрде арқанда 1 минут ішінде 90 рет секіруі	15
	Арқанды ұстау, аяқ қозғалысы, секіру техникасына назар аударған түрде арқанда 1 минут ішінде 80 рет секіруі	8

3	Волейбол добын екі қолда бас үстінде өз-өзіне көтеруді қолдың күйіне, допты көтеруге, допты көтеру биіктік техникасына назар аударған түрде 1 мүмкіндікте 20 рет орындауы	40
	Волейбол добын екі қолда бас үстінде өз-өзіне көтеруді қолдың күйіне, допты көтеруге, допты көтеру биіктік техникасына назар аударған түрде 1 мүмкіндікте 15 рет орындауы	30
	Волейбол добын екі қолда бас үстінде өз-өзіне көтеруді қолдың күйіне, допты көтеруге, допты көтеру биіктік техникасына назар аударған түрде 1 мүмкіндікте 10 рет орындауы	20
	Волейбол добын екі қолда бас үстінде өз-өзіне көтеруді қолдың күйіне, допты көтеруге, допты көтеру биіктік техникасына назар аударған түрде 1 мүмкіндікте 5 рет орындауы	10
ЖАЛПЫ:		100

Тапсырма	5-билет (қыздар)	Балл
1	Жүгіріп келу, допты қағып алу және лақтыру техникаларына назар аударған түрде жүгіріп келіп кішкене (150г) теннис добын қашықтыққа лақтыру кезінде доп 28 метр қашықтыққа түссе	30
	Жүгіріп келу, допты қағып алу және лақтыру техникаларына назар аударған түрде жүгіріп келіп кішкене (150г) теннис добын қашықтыққа лақтыру кезінде доп 23 метр қашықтыққа түссе	23
	Жүгіріп келу, допты қағып алу және лақтыру техникаларына назар аударған түрде жүгіріп келіп кішкене (150г) теннис добын қашықтыққа лақтыру кезінде доп 18 метр қашықтыққа түссе	15
	Жүгіріп келу, допты қағып алу және лақтыру техникаларына назар аударған түрде жүгіріп келіп	8

	кішкене (150г) теннис добын қашықтыққа лақтыру кезінде доп 13 метр қашықтыққа түссе	
2	Гимнастикалық орындыққа сүйеніп, бас пен денені бір жазықтықта ұстап, қолды бүгу және жазу техникаларына назар аударған түрде қолды бүгу жіне жазуды 1 мүмкіндікте 13 рет орындаса	30
	Гимнастикалық орындыққа сүйеніп, бас пен денені бір жазықтықта ұстап, қолды бүгу және жазу техникаларына назар аударған түрде қолды бүгу жіне жазуды 1 мүмкіндікте 10 рет орындаса	23
	Гимнастикалық орындыққа сүйеніп, бас пен денені бір жазықтықта ұстап, қолды бүгу және жазу техникаларына назар аударған түрде қолды бүгу жіне жазуды 1 мүмкіндікте 7 рет орындаса	15
	Гимнастикалық орындыққа сүйеніп, бас пен денені бір жазықтықта ұстап, қолды бүгу және жазу техникаларына назар аударған түрде қолды бүгу жіне жазуды 1 мүмкіндікте 5 рет орындаса	8
3	Футбол добын «ауттан» алаңға қараған қалыпта, аяқты жерден үзбестен және сызықтан тыс, допты екі қолмен лақтыру, допты бастың артына лақтыру техникаларына назар аударған түрде 1 мүмкіндікте доп 8 метр қашықтыққа түссе	40
	Футбол добын «ауттан» алаңға қараған қалыпта, аяқты жерден үзбестен және сызықтан тыс, допты екі қолмен лақтыру, допты бастың артына лақтыру техникаларына назар аударған түрде 1 мүмкіндікте доп 7 метр қашықтыққа түссе	30
	Футбол добын «ауттан» алаңға қараған қалыпта, аяқты жерден үзбестен және сызықтан тыс, допты екі қолмен лақтыру, допты бастың артына лақтыру техникаларына назар аударған түрде 1 мүмкіндікте доп 5 метр	20

	қашықтыққа түссе	
	Футбол добын «ауттан» алаңға қараған қалыпта, аяқты жерден үзбестен және сызықтан тыс, допты екі қолмен лақтыру, допты бастың артына лақтыру техникаларына назар аударған түрде 1 мүмкіндікте доп 3 метр қашықтыққа түссе	10
ЖАЛПЫ:		100

Тапсырма	1-билет (ұл балалар)	Балл
1	Төмен старттан 60 метр қашықтыққа жүгіруде төмен стартта тұру, шығу, старттан кейінгі жүгіру, қашықтық бойымен жүгіру, финиш (мәре) сызығына кіру және кесіп өту техникасына назар аударған түрде тапсырманы 8,8 секундта орындаса	30
	Төмен старттан 60 метр қашықтыққа жүгіруде төмен стартта тұру, шығу, старттан кейінгі жүгіру, қашықтық бойымен жүгіру, финиш (мәре) сызығына кіру және кесіп өту техникасына назар аударған түрде тапсырманы 9,5 секундта орындаса	23
	Төмен старттан 60 метр қашықтыққа жүгіруде төмен стартта тұру, шығу, старттан кейінгі жүгіру, қашықтық бойымен жүгіру, финиш (мәре) сызығына кіру және кесіп өту техникасына назар аударған түрде тапсырманы 10,0 секундта орындаса	15
	Төмен старттан 60 метр қашықтыққа жүгіруде төмен стартта тұру, шығу, старттан кейінгі жүгіру, қашықтық бойымен жүгіру, финиш (мәре) сызығына кіру және кесіп өту техникасына назар аударған түрде тапсырманы 10,3 секундта орындаса	8
2	Биік турникте тартылуда қажетті кеңдік және ұстау әдісін таңдау, турникте тартылу, тартылу кезінде дем шығару және төмен түскенде дем алу, қозғалысты толық амплитудамен орындауы, төмен нүктеде қолды толық босаңсыту 1 секунд үзіліс жасау техникаларына	30

	назар аударған түрде 10 рет орындаса	
	Биік турникте тартылуда қажетті кеңдік және ұстау әдісін таңдау, турникте тартылу, тартылу кезінде дем шығару және төмен түскенде дем алу, қозғалысты толық амплитудамен орындауы, төмен нүктеде қолды толық босаңсыту 1 секунд үзіліс жасау техникаларына назар аударған түрде 8 рет орындаса	23
	Биік турникте тартылуда қажетті кеңдік және ұстау әдісін таңдау, турникте тартылу, тартылу кезінде дем шығару және төмен түскенде дем алу, қозғалысты толық амплитудамен орындауы, төмен нүктеде қолды толық босаңсыту 1 секунд үзіліс жасау техникаларына назар аударған түрде 6 рет орындаса	15
	Биік турникте тартылуда қажетті кеңдік және ұстау әдісін таңдау, турникте тартылу, тартылу кезінде дем шығару және төмен түскенде дем алу, қозғалысты толық амплитудамен орындауы, төмен нүктеде қолды толық босаңсыту 1 секунд үзіліс жасау техникаларына назар аударған түрде 4 рет орындаса	8
3	Стартта тұру, сыртқа шығу, старттан кейін допты жерге ұрып жүгіру, қашықтық бойымен допты жерге ұрып жүгіру, финиш (мәре) сызығына кіру және кесіп өту техникаларына назар аударған түрде Гандбол добын 30 метр қашықтыққа алып жүруді 6,6 секундта орындаса	40
	Стартта тұру, сыртқа шығу, старттан кейін допты жерге ұрып жүгіру, қашықтық бойымен допты жерге ұрып жүгіру, финиш (мәре) сызығына кіру және кесіп өту техникаларына назар аударған түрде Гандбол добын 30 метр қашықтыққа алып жүруді 6,6 секундта орындаса	30
	Стартта тұру, сыртқа шығу, старттан кейін допты жерге ұрып жүгіру, қашықтық бойымен допты жерге ұрып жүгіру, финиш (мәре) сызығына кіру және кесіп өту техникаларына назар аударған түрде Гандбол добын 30 метр қашықтыққа алып жүруді 6,8 секундта орындаса	20

	Стартта тұру, сыртқа шығу, старттан кейін допты жерге ұрып жүгіру, қашықтық бойымен допты жерге ұрып жүгіру, финиш (мәре) сызығына кіру және кесіп өту техникаларына назар аударған түрде Гандбол добын 30 метр қашықтыққа алып жүруді 7,0 секундта орындаса	10
ЖАЛПЫ:		100

Тапсырма	2- билет (ұл балалар)	Балл
1	2000 метр қашықтыққа уақыт есепке алынған түрде жүгіру кезінде стартта тұру, шығу, старттан кейінгі жүгіру, қашықтық бойымен жүгіру, финиш (мәре) сызығына кіру және кесіп өту техникасы негізде тапсырманы 9.30 минутта орындаса	30
	2000 метр қашықтыққа уақыт есепке алынған түрде жүгіру кезінде стартта тұру, шығу, старттан кейінгі жүгіру, қашықтық бойымен жүгіру, финиш (мәре) сызығына кіру және кесіп өту техникасы негізде тапсырманы 10:00 минутта орындаса	23
	2000 метр қашықтыққа уақыт есепке алынған түрде жүгіру кезінде стартта тұру, шығу, старттан кейінгі жүгіру, қашықтық бойымен жүгіру, финиш (мәре) сызығына кіру және кесіп өту техникасы негізде тапсырманы 11:00 минутта орындаса	15
	2000 метр қашықтыққа уақыт есепке алынған түрде жүгіру кезінде стартта тұру, шығу, старттан кейінгі жүгіру, қашықтық бойымен жүгіру, финиш (мәре) сызығына кіру және кесіп өту техникасы негізде тапсырманы 12:00 минутта орындаса	8
2	Биіктігі 120 см гимнастикалық көпірмен 1 м аралықпен қойылған гимнастикалық «көзәлді» дұрыс орындау үшін секіруде жүгіріп келу, тебіну, тіреген түрде секіру және ұшу, қону, қалыпты ұстау техникаларына назар аударған түрде аяқтарды керіп секіруді дұрыс орындауы	30

	Биіктігі 120 см гимнастикалық көпірмен 1 м аралықпен қойылған гимнастикалық «көзәлді» дұрыс орындау үшін секіруде жүгіріп келу, тебіну, тіреген түрде секіру және ұшу, қону, қалыпты ұстау техникаларына назар аударған түрде аяқтарды керіп секіруді ішінара дұрыс орындауы	23
	Биіктігі 120 см гимнастикалық көпірмен 1 м аралықпен қойылған гимнастикалық «көзәлді» дұрыс орындау үшін секіруде жүгіріп келу, тебіну, тіреген түрде секіру және ұшу, қону, қалыпты ұстау техникаларына назар аударған түрде аяқтарды керіп секіруді қате орындауы	15
	Биіктігі 120 см гимнастикалық көпірмен 1 м аралықпен қойылған гимнастикалық «көзәлді» дұрыс орындау үшін секіруде жүгіріп келу, тебіну, тіреген түрде секіру және ұшу, қону, қалыпты ұстау техникаларына назар аударған түрде аяқтарды керіп секіруді орындай алмауы	8
3	Волейбол добын ойынға қосу. Тұруы, сызықты баспауы, жаттықтырушының сигналына мән беруі, допты соғуы, допты белгіленген аймаққа тастай білу техникасына назар аударған түрде допты 5 мүмкіндіктен жалпы 4 рет қарсылас алаңының оң және сол аймағына түсіруі	40
	Волейбол добын ойынға қосу. Тұруы, сызықты баспауы, жаттықтырушының сигналына мән беруі, допты соғуы, допты белгіленген аймаққа тастай білу техникасына назар аударған түрде допты 5 мүмкіндіктен жалпы 3 рет қарсылас алаңының оң және сол аймағына түсіруі	30
	Волейбол добын ойынға қосу. Тұруы, сызықты баспауы, жаттықтырушының сигналына мән беруі, допты соғуы, допты белгіленген аймаққа тастай білу техникасына назар аударған түрде допты 5 мүмкіндіктен жалпы 2 рет қарсылас алаңының оң және сол аймағына түсіруі	20
	Волейбол добын ойынға қосу. Тұруы, сызықты баспауы, жаттықтырушының сигналына мән беруі,	10

	допты соғуы, допты белгіленген аймаққа тастай білу техникасына назар аударған түрде допты 5 мүмкіндіктен жалпы 1 рет қарсылас алаңының оң және сол аймағына түсіруі	
ЖАЛПЫ:		100

Тапсырма	3-билет (ұл балалар)	Балл
1	1000 метр қашықтыққа уақыт есепке алған түрде жүгіруде стартта тұру, шығу, старттан кейін жүгіру, қашықтық бойынша жүгіру, финиш (мәре) сызығына кіру және кесіп өту техникасы негізінде тапсырманы 3,40 минутта орындаса	30
	1000 метр қашықтыққа уақыт есепке алған түрде жүгіруде стартта тұру, шығу, старттан кейін жүгіру, қашықтық бойынша жүгіру, финиш (мәре) сызығына кіру және кесіп өту техникасы негізінде тапсырманы 4,00 минутта орындаса	23
	1000 метр қашықтыққа уақыт есепке алған түрде жүгіруде стартта тұру, шығу, старттан кейін жүгіру, қашықтық бойынша жүгіру, финиш (мәре) сызығына кіру және кесіп өту техникасы негізінде тапсырманы 4,30 минутта орындаса	15
	1000 метр қашықтыққа уақыт есепке алған түрде жүгіруде стартта тұру, шығу, старттан кейін жүгіру, қашықтық бойынша жүгіру, финиш (мәре) сызығына кіру және кесіп өту техникасы негізінде тапсырманы 4,50 минутта орындаса	8
2	Қолды бас артынан алмау, аяқты жерден үзбеу, тыныс алу ырғағы, денені түсірген кезде күректерді тиюі, денені толық көтеруі техникаларына назар аударған түрде «Қолды бастың артына қойып, шалқасынан	30

	жатып денені 1 минут көтеру және түсіру» тапсырманы 30 рет орындаса	
	Қолды бас артынан алмау, аяқты жерден үзбеу, тыныс алу ырғағы, денені түсірген кезде күректерді тиюі, денені толық көтеруі техникаларына назар аударған түрде «Қолды бастың артына қойып, шалқасынан жатып денені 1 минут көтеру және түсіру» тапсырманы 25 рет орындаса	23
	Қолды бас артынан алмау, аяқты жерден үзбеу, тыныс алу ырғағы, денені түсірген кезде күректерді тиюі, денені толық көтеруі техникаларына назар аударған түрде «Қолды бастың артына қойып, шалқасынан жатып денені 1 минут көтеру және түсіру» тапсырманы 20 рет орындаса	15
	Қолды бас артынан алмау, аяқты жерден үзбеу, тыныс алу ырғағы, денені түсірген кезде күректерді тиюі, денені толық көтеруі техникаларына назар аударған түрде «Қолды бастың артына қойып, шалқасынан жатып денені 1 минут көтеру және түсіру» тапсырманы 15 рет орындаса	8
3	Тұру, аяқ пен қолдың орналасуы, допты қағып алу, допты кеудеден екі қолмен лақтыру техникасына назар аударған түрде баскетбол қоржынына айып добын 8 мүмкіндіктен 5 рет түсірсе	40
	Тұру, аяқ пен қолдың орналасуы, допты қағып алу, допты кеудеден екі қолмен лақтыру техникасына назар аударған түрде баскетбол қоржынына айып добын 8 мүмкіндіктен 4 рет түсірсе	30
	Тұру, аяқ пен қолдың орналасуы, допты қағып алу, допты кеудеден екі қолмен лақтыру техникасына назар аударған түрде баскетбол қоржынына айып добын 8 мүмкіндіктен 2 рет түсірсе	20
	Тұру, аяқ пен қолдың орналасуы, допты қағып алу,	10

	допты кеудеден екі қолмен лақтыру техникасына назар аударған түрде баскетбол қоржынына айып добын 8 мүмкіндіктен 1 рет түсірсе	
ЖАЛПЫ:		100

Тапсырма	4-билет (ұл балалар)	Балл
1	Стартта тұру, шығу, старттан кейінгі жүгіру, қашықтыққа жүгіру, әр 10 метрде сызыққа қолды тигізу финиш (мәре) сызығына кіру және кесіп өту техникаларына назар аударған түрде 4x10 метрге максимал жүгіруді 9,5 секундта орындаса	30
	Стартта тұру, шығу, старттан кейінгі жүгіру, қашықтыққа жүгіру, әр 10 метрде сызыққа қолды тигізу финиш (мәре) сызығына кіру және кесіп өту техникаларына назар аударған түрде 4x10 метрге максимал жүгіруді 10,0 секундта орындаса	23
	Стартта тұру, шығу, старттан кейінгі жүгіру, қашықтыққа жүгіру, әр 10 метрде сызыққа қолды тигізу финиш (мәре) сызығына кіру және кесіп өту техникаларына назар аударған түрде 4x10 метрге максимал жүгіруді 10,5 секундта орындаса	15
	Стартта тұру, шығу, старттан кейінгі жүгіру, қашықтыққа жүгіру, әр 10 метрде сызыққа қолды тигізу финиш (мәре) сызығына кіру және кесіп өту техникаларына назар аударған түрде 4x10 метрге максимал жүгіруді 11,0 секундта орындаса	8
2	Арқанды ұстау, аяқ қозғалысы, секіру техникасына назар аударған түрде арқанда 1 минут ішінде 100 рет секіруі	30
	Арқанды ұстау, аяқ қозғалысы, секіру техникасына назар аударған түрде арқанда 1 минут ішінде 90 рет	23

	секіруі	
	Арқанды ұстау, аяқ қозғалысы, секіру техникасына назар аударған түрде арқанда 1 минут ішінде 70 рет секіруі	15
	Арқанды ұстау, аяқ қозғалысы, секіру техникасына назар аударған түрде арқанда 1 минут ішінде 60 рет секіруі	8
3	Футбол добын оң және сол аяқпен соғу тәсілдеріне тоқталған жағдайда оң және сол аяқтың нәтижелерінің қосындысы 50 метр болса	40
	Футбол добын соғу әдістеріне тоқталған жағдайда оң және сол аяқтың нәтижелерінің қосындысы 45 метр болса	30
	Футбол добын соғу тәсілдеріне тоқталған жағдайда оң және сол аяқтың нәтижелерінің қосындысы 40 метр болса	20
	Футбол добын соғу тәсілдеріне назар аударған жағдайда оң және сол аяқтың нәтижелерінің қосындысы 35 метр болса	10
ЖАЛПЫ:		100

Тапсырма	5-билет (ұл балалар)	Балл
1	Жүгіріп келу, допты қағып алу және лақтыру техникаларына назар аударған түрде жүгіріп келіп кішкене (150г) теннис добын қашықтыққа лақтыру кезінде доп 45 метр қашықтыққа түссе	30
	Жүгіріп келу, допты қағып алу және лақтыру техникаларына назар аударған түрде жүгіріп келіп кішкене (150г) теннис добын қашықтыққа лақтыру кезінде доп 40 метр қашықтыққа түссе	23

	Жүгіріп келу, допты қағып алу және лақтыру техникаларына назар аударған түрде жүгіріп келіп кішкене (150г) теннис добын қашықтыққа лақтыру кезінде доп 33 метр қашықтыққа түссе	15
	Жүгіріп келу, допты қағып алу және лақтыру техникаларына назар аударған түрде жүгіріп келіп кішкене (150г) теннис добын қашықтыққа лақтыру кезінде доп 25 метр қашықтыққа түссе	8
2	Еденде жатқанда қолды бүгу және жазу техникасына көңіл бөлу, бас пен денені бір жазықтықта ұстау техникасына назар аударған түрде 1 мүмкіндіктен 30 рет орындауы	30
	Еденде жатқанда қолды бүгу және жазу техникасына көңіл бөлу, бас пен денені бір жазықтықта ұстау техникасына назар аударған түрде 1 мүмкіндіктен 25 рет орындауы	23
	Еденде жатқанда қолды бүгу және жазу техникасына көңіл бөлу, бас пен денені бір жазықтықта ұстау техникасына назар аударған түрде 1 мүмкіндіктен 20 рет орындауы	15
	Еденде жатқанда қолды бүгу және жазу техникасына көңіл бөлу, бас пен денені бір жазықтықта ұстау техникасына назар аударған түрде 1 мүмкіндіктен 15 рет орындауы	8
3	Футбол добын «ауттан» алаңға қараған қалыпта, аяқты жерден үзбестен және сызықтан тыс, допты екі қолмен лақтыру, допты бастың артына лақтыру техникаларына назар аударған түрде 1 мүмкіндікте доп 12 метр қашықтыққа түссе	40
	Футбол добын «ауттан» алаңға қараған қалыпта, аяқты жерден үзбестен және сызықтан тыс, допты екі қолмен лақтыру, допты бастың артына лақтыру техникаларына назар аударған түрде 1 мүмкіндікте доп 10 метр	30

	қашықтыққа түссе	
	Футбол добын «ауттан» алаңға қараған қалыпта, аяқты жерден үзбестен және сызықтан тыс, допты екі қолмен лақтыру, допты бастың артына лақтыру техникаларына назар аударған түрде 1 мүмкіндікте доп 8 метр қашықтыққа түссе	20
	Футбол добын «ауттан» алаңға қараған қалыпта, аяқты жерден үзбестен және сызықтан тыс, допты екі қолмен лақтыру, допты бастың артына лақтыру техникаларына назар аударған түрде 1 мүмкіндікте доп 5 метр қашықтыққа түссе	10
ЖАЛПЫ:		100