

# **«Ә.МОЛДАҒҰЛОВА АТЫНДАҒЫ ОБЛЫСТЫҚ МАМАНДАНДЫРЫЛҒАН ОЛИМПИАДАЛЫҚ РЕЗЕРВТЕГІ МЕКТЕП-ИНТЕРНАТ-КОЛЛЕДЖІ»**

## **2026-2027 оқу жылына 7, 8, 9, 10, 11 сыныптарға және колледждің 1 курсына оқушыларды қабылдайды**

Олимпиада және Азия ойындарының, Әлем, Азия, Қазақстан Республикасы чемпионаттарының чемпиондары мен жүлдегерлері сұхбаттасу нәтижелері бойынша ОМОРМИК-қа қабылданады.

Мектеп-интернат-колледжде оқыту екі тілде: қазақ және орыс тілдерінде жүргізіледі.

«Ә.Молдағұлова атындағы облыстық мамандандырылған олимпиадалық резервтегі мектеп-интернат-колледжі» КММ – жалпы орта білім беретін таңдалған спорт түрінде дарындылық танытқан балаларды тәрбиелеу мен оқытуға арналған типтік оқу орны.

Мектеп-интернат-колледждің мақсаты: таңдалған спорт түрін меңгеруде оқушыға барлық жағдайларды жасап, жеке қасиеттерін дамыту болып табылады.

Міндеттері: жыл бойына оқу-жаттығу сабақтарын ұйымдастыру, ҚР ұлттық құрамаларына спортшы-үміткерлерді әзірлеу.

Оқуға қабылдау және сыныпқа ауыстыру емтихандары ҚР Ғылым және білім министрлігінің Нұсқаулығы мен Мәдениет және спорт министрлігі комитетінің Нұсқаулығына сәйкес жүзеге асырылады.

9 сыныпты аяқтайтын оқушыларға негізгі мектепті аяқтағандығы туралы куәлік, 11 сыныпты аяқтаған оқушыларға орта білім туралы аттестат беріледі.

Оқушылар жатақхана мен тамақпен қамтамасыз етіледі.

Білім алушыларды мектеп-интернат-колледжге қабылдау басшының бұйрығымен қабылдау комиссиясының шешімі негізінде конкурстық негізде жүргізіледі.

ОМОРМИК-ға оқуға құжаттарды кәмелетке толған тұлға жеке өзі, ал кәмелетке толмаған тұлға үшін баланың заңды өкілі тапсырады.

ОМОРМИК-ға түсу үшін жеке тұлғалар көрсетілетін қызметті берушінің кеңсесіне немесе «электрондық үкімет» веб-порталы [www.egov.kz](http://www.egov.kz) арқылы Қазақстан Республикасы Туризм және спорт министрінің 2025 жылғы 3 қыркүйектегі №169 бұйрығымен бекітілген «Республикалық, облыстық, республикалық маңызы бар қалалар мен астананың олимпиада резервінің мамандандырылған мектеп-интернат-колледждеріне және облыстық, республикалық маңызы бар қалалар мен астананың спорттағы дарынды балаларға арналған мектеп-интернаттарына оқуға қабылдау қағидаларына» 1-қосымшаға сәйкес, «Республикалық, облыстық, республикалық маңызы бар қалалардың, астананың олимпиада резервінің мамандандырылған мектеп-интернат-колледждеріне және облыстық, республикалық маңызы бар қалалардың, астананың спорттағы дарынды балаларға арналған мектеп-интернаттарына оқуға қабылдау» мемлекеттік қызметін

көрсетуге қойылатын негізгі талаптар тізбесінде көрсетілген құжаттарды қоса бере отырып, еркін нысанда өтініш береді.

"Облыстық мамандандырылған олимпиадалық резервтегі мектеп-интернат-колледжіне құжаттарды қабылдау" мемлекеттік қызмет көрсету бойынша көрсетілетін қызметті беруші кеңсесінің жұмыс кестесі:

- көрсетілетін қызметті беруші: - Қазақстан Республикасының еңбек заңнамасына сәйкес демалыс және мереке күндерінен басқа, дүйсенбіден жұмаға дейін, сағат 13.00-ден 14.30-ға дейінгі түскі үзіліспен сағат 09.00-ден 18.30-ға дейін.

- көрсетілетін қызметті берушінің кеңсесі: Қазақстан Республикасының еңбек заңнамасына сәйкес демалыс және мереке күндерінен басқа, дүйсенбіден жұмаға дейін сағат 9.00-ден 17.00-ге дейін өтініштерді қабылдау және мемлекеттік қызмет көрсету нәтижелерін беру, түскі үзіліс сағат 13.00-ден 14.30-ға дейін

Мемлекеттік қызметті көрсету орнының мекен-жайы:

- Қарағанды қ., Комиссаров к-сі, 34 Б; тел. 8 (7212) 50 71 45.
- Теміртау қ., Чайковский к-сі, 24/4; тел. 8 (7213) 90 84 26.

"Облыстық мамандандырылған олимпиадалық резервтегі мектеп-интернат-колледжіне құжаттарды қабылдау" мемлекеттік қызмет көрсету бойынша Кеңсенің жұмыс режимі":

Құжаттарды қабылдау комиссиясының жұмыс тәртібі:

- 7, 8, 9 сыныптарға түсу үшін – 2025 жылғы 1 маусымнан 20 тамызға дейін;
- 10, 11 сыныптарға тапсыру үшін – 2025 жылғы 15 маусымнан 15 тамызға дейін;
- колледждің 1 курсына түсу үшін – 2025 жылғы 25 маусымнан 5 тамызға дейін.

2026 жылдың 6-11 тамызында колледждің 1 курсына түсушілер үшін қабылдау емтихандары.

2026 жылғы 24-25 тамызда 7, 8, 9, 10, 11 - сыныптарға түсушілер үшін түсу емтихандары.

Бокс, грек-рим күресі, еркін күресі, әйелдер күресі, велоспорт, дзюдо, жеңіл атлетика, ауыр атлетика, шорт-трек, қазақ күресі бөлімшелеріне "Облыстық мамандандырылған олимпиадалық резервтегі мектеп-интернат-колледжіне құжаттар қабылдау" мемлекеттік қызмет көрсету Қарағанды қаласындағы мектеп-интернаттың базасында жүргізіледі.

Теміртау қ. мектеп-интернат филиалы базасында академиялық есу, байдарка мен каноэде есу, дзюдо, жеңіл атлетика, жүзу, әртістік (синхронды) жүзу, ауыр атлетика, биатлон, шаңғы жарысы бөлімшелеріне "Облыстық мамандандырылған олимпиадалық резервтегі мектеп-интернат-колледжіне құжаттарды қабылдау" мемлекеттік қызметін көрсету.

Мектеп-интернат-колледжге түсу емтихандарына №1 қосымша бойынша құжаттарды толық көлемде тапсырған 7, 8, 9, 10, 11 сынып оқушылары және колледждің 1 курсына талапкерлер жіберіледі.

Үміткерлер екі турдан тұратын емтихандар тапсырады:

- бірінші тур – жалпы физикалық дайындық, таңдаған спорт түрі бойынша арнайы физикалық дайындық;
- екінші тур – жалпы білім беретін пәндер бойынша тест.

**«Ә.МОЛДАҒҰЛОВА АТЫНДАҒЫ ОБЛЫСТЫҚ МАМАНДАНДЫРЫЛҒАН  
ОЛИМПИАДАЛЫҚ РЕЗЕРВТЕГІ МЕКТЕП-ИНТЕРНАТ-КОЛЛЕДЖІ»**

ОМОРМИК-ға оқуға  
қабылдау қағидаларына  
3 қосымша

**Олимпиадалық резервтің республикалық, облыстық, республикалық маңызы  
бар қалалардың және астананың мамандандырылған мектеп-интернат-  
колледждеріне және спорттағы дарынды балаларға арналған облыстық,  
республикалық маңызы бар қалалардың, астананың мектеп-интернаттарына  
оқушыларды іріктеуге арналған норматив**

1-кесте

**Әртүрлі спорт түрлерінен тестілеуге арналған көрсеткіштер тізбесі**

| Спорт түрі                                               | жүгіру<br>30 м. | үздіксіз<br>жүгіру, 5<br>мин | орнында<br>жүгіру,<br>10 сек. | шаттлдық<br>жүгіру,<br>3x10 | ұзындыққа<br>секіру | жоғары<br>секіру | асылып<br>тұрып<br>тартылу | допты<br>лақтыру | еденнен<br>итеру |
|----------------------------------------------------------|-----------------|------------------------------|-------------------------------|-----------------------------|---------------------|------------------|----------------------------|------------------|------------------|
| Бокс                                                     | +               | +                            | +                             | +                           | -                   | +                | +                          | -                | +                |
| Күрес (грек-рим, еркін<br>және әйелдер, қазақ<br>күресі) | -               | +                            | -                             | +                           | +                   | +                | +                          | +                | +                |
| Дзюдо                                                    | -               | +                            | -                             | +                           | +                   | +                | +                          | +                | +                |
| Ауыр атлетика                                            | +               | +                            | -                             | +                           | +                   | +                | -                          | +                | +                |
| Велоспорт (тас жол,<br>трек)                             | +               | +                            | +                             | -                           | +                   | +                | +                          | -                | -                |
| Жүзу                                                     | +               | +                            | -                             | +                           | +                   | -                | +                          | +                | -                |
| Әртістік жүзу<br>(синхронды жүзу)                        | -               | +                            | -                             | +                           | +                   | +                | +                          | +                | -                |
| Жеңіл атлетика (орта<br>және алыс<br>қашықтықтар)        | +               | +                            | +                             | -                           | +                   | +                | +                          | -                | -                |
| Жеңіл атлетика<br>(жүгіру, кедергілер)                   | +               | +                            | +                             | -                           | +                   | +                | +                          | -                | +                |
| Жеңіл атлетика,<br>лақтыру                               | +               | -                            | -                             | +                           | +                   | +                | +                          | +                | -                |
| Жеңіл атлетика, секіру                                   | +               | +                            | +                             | -                           | +                   | +                | +                          | -                | -                |
| Жеңіл атлетика,<br>көпсайыс                              | +               | +                            | +                             | +                           | +                   | +                | +                          | +                | -                |
| Биатлон                                                  | +               | +                            | +                             | +                           | +                   | -                | +                          | -                | -                |
| Шаңғы жарыстары                                          | +               | +                            | -                             | +                           | +                   | +                | +                          | -                | -                |
| Шорт трек                                                | +               | +                            | -                             | +                           | +                   | +                | -                          | +                | -                |
| Академиялық есу                                          | +               | +                            | -                             | -                           | +                   | +                | +                          | +                | +                |
| Байдарка мен каноэ<br>есу                                | +               | +                            | -                             | +                           | +                   | -                | +                          | +                | +                |

Ескерту: + тестілеу міндетті; - тестілеу міндетті емес.

## Дене дайындығын бағалаудың болжамды нормативтері (ұлдар)

| нормативтер                                 | баға | жасы                |                     |                     |                     |                     |
|---------------------------------------------|------|---------------------|---------------------|---------------------|---------------------|---------------------|
|                                             |      | 12 - 13             | 14                  | 15                  | 16                  | 17 және одан жоғары |
| Жүгіру 30 м сек                             | 5    | 4,7 және одан төмен | 4,6 және одан төмен | 4,5 және одан төмен | 4,4 және одан төмен | 4,3 және одан төмен |
|                                             | 4    | 4,8 - 4,9           | 4,7 - 4,8           | 4,6 - 4,7           | 4,5 - 4,6           | 4,4 - 4,5           |
|                                             | 3    | 5,0 - 5,1           | 4,9 - 5,0           | 4,8 - 4,9           | 4,7 - 4,8           | 4,6 - 4,7           |
|                                             | 2    | 5,2 - 5,3           | 5,1 - 5,2           | 5,0 - 5,1           | 4,9 - 5,0           | 4,8 - 4,9           |
|                                             | 1    | 5,4 және одан көп   | 5,3 және одан көп   | 5,2 және одан көп   | 5,1 және одан көп   | 5,0 және одан көп   |
| Үздіксіз жүгіру 5 мин, м                    | 5    | 1376 және одан көп  | 1426 және одан көп  | 1476 және одан көп  | 1526 және одан көп  | 1576 және одан көп  |
|                                             | 4    | 1301 - 1375         | 1351 – 1425         | 1401 – 1475         | 1451 – 1525         | 1476 – 1575         |
|                                             | 3    | 1251 - 1300         | 1276 – 1350         | 1326 – 1400         | 1351 – 1450         | 1376 – 1475         |
|                                             | 2    | 1191 - 1250         | 1201 – 1275         | 1225 – 1325         | 1251 – 1350         | 1276 – 1375         |
|                                             | 1    | 1190 және одан көп  | 1200 және одан көп  | 1225 және одан көп  | 1250 және одан көп  | 1275 және одан көп  |
| Орнында жүгіру 10 сек, қадамдар             | 5    | 34 және одан көп    | 34 және одан көп    | 34 және одан көп    | 34 және одан көп    | 34 және одан көп    |
|                                             | 4    | 29 - 33             | 29 - 33             | 29 - 33             | 29 - 33             | 29 - 33             |
|                                             | 3    | 26 - 28             | 26 - 28             | 26 - 28             | 26 - 28             | 26 - 28             |
|                                             | 2    | 23 - 25             | 23 - 25             | 23 - 25             | 23 - 25             | 23 - 25             |
|                                             | 1    | 22 және одан аз     | 22 және одан аз     | 22 және одан аз     | 22 және одан аз     | 22 және одан аз     |
| Қайтармалы жүгіріс 3x10 м, сек              | 5    | 7,5 және одан төмен | 7,5 және одан төмен | 7,4 және одан төмен | 7,3 және одан төмен | 7,2 және одан төмен |
|                                             | 4    | 7,4 - 7,9           | 7,6 - 7,8           | 7,5 - 7,7           | 7,4 - 7,6           | 7,3 - 7,4           |
|                                             | 3    | 8,0-9,0             | 7,9 - 8,6           | 7,8 - 8,2           | 7,7 - 8,0           | 7,5 – 7,8           |
|                                             | 2    | 9,1 – 9,7           | 8,7 – 8,9           | 8,3 – 8,7           | 8,1 – 8,5           | 7,9 – 8,2           |
|                                             | 1    | 9,8 және одан көп   | 9,0 және одан көп   | 8,8 және одан көп   | 8,6 және одан көп   | 8,3 және одан көп   |
| Орнынан ұзындыққа секіру, см                | 5    | 238 және одан көп   | 251 және одан көп   | 256 және одан көп   | 261 және одан көп   | 266 және одан көп   |
|                                             | 4    | 219 - 237           | 235 - 250           | 240 - 255           | 245 - 260           | 250 - 265           |
|                                             | 3    | 200 - 218           | 219 - 234           | 224 - 239           | 229 - 244           | 234 - 249           |
|                                             | 2    | 181 - 199           | 203 - 218           | 208 - 223           | 213 - 228           | 218 - 233           |
|                                             | 1    | 180 және одан аз    | 202 және одан аз    | 207 және одан аз    | 212 және одан аз    | 217 және одан аз    |
| Жоғарыға секіру, см (Абалаков бойынша тест) | 5    | 55 және одан көп    | 57 және одан көп    | 58 және одан көп    | 59 және одан көп    | 60 және одан көп    |
|                                             | 4    | 50 - 54             | 52 - 56             | 53 - 57             | 54 - 58             | 55 - 59             |
|                                             | 3    | 45 - 49             | 47 - 51             | 48 - 52             | 49 - 53             | 50 - 54             |
|                                             | 2    | 40 - 44             | 42 - 46             | 43 - 47             | 44 - 48             | 45 - 49             |
|                                             | 1    | 39 және одан төмен  | 41 және одан төмен  | 42 және одан төмен  | 43 және одан төмен  | 44 және одан төмен  |
| Асылып тұрып тартылу, рет                   | 5    | 17 және одан көп    | 17 және одан көп    | 17 және одан көп    | 18 және одан көп    | 18 және одан көп    |
|                                             | 4    | 13 - 16             | 13 - 16             | 13 - 16             | 14 - 17             | 14 - 17             |
|                                             | 3    | 9 - 12              | 9 - 12              | 9 - 12              | 10 - 13             | 10 - 13             |
|                                             | 2    | 5 - 8               | 5 - 8               | 5 - 8               | 6 - 9               | 6 - 9               |
|                                             | 1    | 4 және одан аз      | 4 және одан аз      | 4 және одан аз      | 5 және одан аз      | 5 және одан аз      |
| Нығыздалған допты лақтыру (2 кг) бастан     | 5    | 480 және одан көп   | 575 және одан көп   | 650 және одан көп   | 775 және одан көп   | 850 және одан көп   |
|                                             | 4    | 445 - 479           | 540 - 574           | 615 - 649           | 740 - 774           | 815 - 489           |
|                                             | 3    | 410 - 444           | 505 - 539           | 575 - 614           | 700 - 739           | 775 - 814           |
|                                             | 2    | 375 - 409           | 470-504             | 545 - 574           | 650 - 699           | 725 - 769           |
|                                             | 1    | 374 және одан төмен | 469 және одан төмен | 544 және одан төмен | 649 және одан төмен | 724 және одан төмен |
| Жатып тіреліп қолды бүгу және жазу, рет     | 5    | 30 және одан көп    | 30 және одан көп    | 35 және одан көп    | 35 және одан көп    | 40 және одан көп    |
|                                             | 4    | 25 - 29             | 25 - 29             | 30 - 34             | 30 - 34             | 35 - 39             |
|                                             | 3    | 20 - 24             | 20 - 24             | 25 - 29             | 25 - 29             | 30 - 34             |
|                                             | 2    | 15 - 19             | 15 - 19             | 20 - 24             | 20 - 24             | 25 - 29             |
|                                             | 1    | 14 және одан аз     | 14 және одан аз     | 19 және одан аз     | 19 және одан аз     | 24 және одан аз     |

## Дене дайындығын бағалаудың болжамды нормативтері (қыздар)

| нормативтер                                 | баға | жасы                 |                      |                      |                      |                      |
|---------------------------------------------|------|----------------------|----------------------|----------------------|----------------------|----------------------|
|                                             |      | 12 - 13              | 14                   | 15                   | 16                   | 17 және одан жоғары  |
| Жүгіру 30 м сек                             | 5    | 4,9 және одан төмен  | 4,8 және одан төмен  | 4,7 және одан төмен  | 4,6 және одан төмен  | 4,5 және одан төмен  |
|                                             | 4    | 5,0 - 5,1            | 4,9 - 5,0            | 4,8 - 4,9            | 4,7 - 4,8            | 4,6 - 4,7            |
|                                             | 3    | 5,2 - 5,3            | 5,1 - 5,2            | 5,0 - 5,1            | 4,9 - 5,0            | 4,8 - 4,9            |
|                                             | 2    | 5,4 - 5,5            | 5,3 - 5,4            | 5,2 - 5,3            | 5,1 - 5,2            | 5,0 - 5,1            |
|                                             | 1    | 5,6 және одан көп    | 5,5 және одан көп    | 5,4 және одан көп    | 5,3 және одан көп    | 5,2 және одан көп    |
| Үздіксіз жүгіру 5 мин, м                    | 5    | 1356 және одан көп   | 1401 және одан көп   | 1451 және одан көп   | 1501 және одан көп   | 1571 және одан көп   |
|                                             | 4    | 1256 – 1355          | 1301 – 1400          | 1351 – 1450          | 1401 – 1500          | 1446 – 1550          |
|                                             | 3    | 1156 – 1255          | 1201 – 1300          | 1251 - 1350          | 1301 – 1400          | 1341 – 1445          |
|                                             | 2    | 1056 – 1155          | 1101 – 1200          | 1151 – 1250          | 1201 – 1300          | 1236 – 1340          |
|                                             | 1    | 1055 және одан төмен | 1100 және одан төмен | 1150 және одан төмен | 1200 және одан төмен | 1235 және одан төмен |
| Орнында жүгіру 10 сек, қадамдар             | 5    | 34 және одан көп     | 34 және одан көп     | 34 және одан көп     | 34 және одан көп     | 34 және одан көп     |
|                                             | 4    | 29 - 33              | 29 - 33              | 29 - 33              | 29 - 33              | 29 - 33              |
|                                             | 3    | 26 - 28              | 26 - 28              | 26 - 28              | 26 - 28              | 26 - 28              |
|                                             | 2    | 23 - 25              | 23 - 25              | 23 - 25              | 23 - 25              | 23 - 25              |
|                                             | 1    | 22 және одан аз      | 22 және одан аз      | 22 және одан аз      | 22 және одан аз      | 22 және одан аз      |
| Қайтармалы жүгіріс 3x10 м, сек              | 5    | 7,8 және одан төмен  | 8,2 және одан төмен  | 8,1 және одан төмен  | 8,0 және одан төмен  | 7,9 және одан төмен  |
|                                             | 4    | 7,9 – 8,2            | 8,3 – 8,7            | 8,2 – 8,6            | 8,1 – 8,5            | 8,0 – 8,4            |
|                                             | 3    | 8,3 - 9,2            | 8,8 – 9,2            | 8,7 – 9,1            | 8,6 – 9,0            | 8,5 – 8,9            |
|                                             | 2    | 9,3 – 9,6            | 9,3 – 9,7            | 9,2 – 9,6            | 9,1 – 9,5            | 9,0 – 9,4            |
|                                             | 1    | 9,7 және одан көп    | 9,8 және одан көп    | 9,7 және одан көп    | 9,6 және одан көп    | 9,5 және одан көп    |
| Орнынан ұзындыққа секіру, см                | 5    | 223 және одан көп    | 231 және одан көп    | 236 және одан көп    | 240 және одан көп    | 250 және одан көп    |
|                                             | 4    | 211 - 222            | 216 - 230            | 226 - 235            | 231 - 239            | 237 - 249            |
|                                             | 3    | 199 - 210            | 206 - 215            | 211 - 225            | 216 - 230            | 222 - 236            |
|                                             | 2    | 187 - 198            | 191 - 205            | 196 - 210            | 201 - 215            | 205 - 221            |
|                                             | 1    | 186 және одан аз     | 190 және одан аз     | 195 және одан аз     | 200 және одан аз     | 204 және одан аз     |
| Жоғарыға секіру, см (Абалаков бойынша тест) | 5    | 50 және одан көп     | 51 және одан көп     | 52 және одан көп     | 53 және одан көп     | 54 және одан көп     |
|                                             | 4    | 45 - 49              | 46 - 50              | 47 - 51              | 48 – 52              | 49 - 53              |
|                                             | 3    | 40 - 44              | 41 - 45              | 42 - 46              | 43 – 47              | 44 - 48              |
|                                             | 2    | 35 - 39              | 36 - 40              | 37 - 41              | 38 – 42              | 39 - 43              |
|                                             | 1    | 34 және одан төмен   | 35 және одан төмен   | 36 және одан төмен   | 37 және одан төмен   | 38 және одан төмен   |
| Асылып тұрып тартылу, рет                   | 5    | 9 және одан көп      | 10 және одан көп     | 10 және одан көп     | 10 және одан көп     | 10 және одан көп     |
|                                             | 4    | 7 - 8                | 8 - 9                | 8 - 9                | 8 - 9                | 8 - 9                |
|                                             | 3    | 5 - 6                | 6 - 7                | 6 - 7                | 6 - 7                | 6 - 7                |
|                                             | 2    | 3 - 4                | 4 - 5                | 4 - 5                | 4 - 5                | 4 - 5                |
|                                             | 1    | 2 және одан аз       | 3 және одан аз       | 3 және одан аз       | 3 және одан аз       | 3 және одан аз       |
| Нығыздалған допты лақтыру (2 кг) бастан     | 5    | 480 және одан көп    | 510 және одан көп    | 540 және одан көп    | 570 және одан көп    | 600 және одан көп    |
|                                             | 4    | 445 - 479            | 475 - 509            | 505 - 539            | 535 - 569            | 565 - 599            |
|                                             | 3    | 410 - 444            | 440 - 474            | 470 - 504            | 500 - 534            | 530 - 564            |
|                                             | 2    | 375 - 409            | 405 - 439            | 435 - 469            | 465 - 499            | 500 - 529            |
|                                             | 1    | 374 және одан төмен  | 404 және одан төмен  | 434 және одан төмен  | 464 және одан төмен  | 499 және одан төмен  |

### Арнайы дене шынықтыру даярлығы бойынша нормативтер

| <b>бокс бөлімі үшін</b>             |                         |               |               |               |                            |             |
|-------------------------------------|-------------------------|---------------|---------------|---------------|----------------------------|-------------|
| <b>нормативтер</b>                  | <b>12 жас</b>           | <b>13 жас</b> | <b>14 жас</b> | <b>15 жас</b> | <b>16 және одан жоғары</b> | <b>баға</b> |
| Көлеңкемен күрес<br>(2 мин)         | көзбен бағалау          |               |               |               |                            | 5           |
|                                     |                         |               |               |               |                            | 4           |
|                                     |                         |               |               |               |                            | 3           |
|                                     |                         |               |               |               |                            | 2           |
|                                     |                         |               |               |               |                            | 1           |
| Арқанмен секіру<br>(мин., сек.)     | 1,00                    | 1,10          | 1,20          | 1,40          | 2,00                       | 5           |
|                                     | 0,40-0,59               | 0,50-1,09     | 1,00-1,19     | 1,20-1,39     | 1,40-1,59                  | 4           |
|                                     | 0,20-0,39               | 0,30-0,49     | 0,40-0,59     | 1,00-1,19     | 1,20-1,39                  | 3           |
|                                     | 0,10-0,19               | 0,20-0,29     | 0,30-0,39     | 0,50-0,59     | 1,10-1,19                  | 2           |
| Спаррингтер<br>(3 раунд 2 минуттан) | айқын басымдықпен жеңіс |               |               |               |                            | 5           |
|                                     | ұпайлар бойынша жеңіс   |               |               |               |                            | 4           |
|                                     | ұпайлар бойынша жеңіс   |               |               |               |                            | 3           |
|                                     | айқын жеңіліс           |               |               |               |                            | 2           |

| <b>грек-рим, еркін және әйелдер күресі, қазақ күресі бөлімдері үшін</b> |                         |               |               |               |                            |             |
|-------------------------------------------------------------------------|-------------------------|---------------|---------------|---------------|----------------------------|-------------|
| <b>нормативтер</b>                                                      | <b>12 жас</b>           | <b>13 жас</b> | <b>14 жас</b> | <b>15 жас</b> | <b>16 және одан жоғары</b> | <b>баға</b> |
| Мостағы<br>төңкерістер<br>(15 сек./рет)                                 | 9                       | 10            | 11            | 12            | 13                         | 5           |
|                                                                         | 8                       | 9             | 10            | 11            | 12                         | 4           |
|                                                                         | 7                       | 8             | 9             | 10            | 11                         | 3           |
|                                                                         | 6                       | 7             | 8             | 9             | 10                         | 2           |
| Мостта жүгіру<br>(15 сек./ рет)                                         | 9                       | 10            | 11            | 12            | 13                         | 5           |
|                                                                         | 8                       | 9             | 10            | 11            | 12                         | 4           |
|                                                                         | 7                       | 8             | 9             | 10            | 11                         | 3           |
|                                                                         | 6                       | 7             | 8             | 9             | 10                         | 2           |
| Тіректен мостқа<br>дейін<br>(15 сек./ рет)                              | 8                       | 9             | 10            | 11            | 12                         | 5           |
|                                                                         | 7                       | 8             | 9             | 10            | 11                         | 4           |
|                                                                         | 6                       | 7             | 8             | 9             | 10                         | 3           |
|                                                                         | 5                       | 6             | 7             | 8             | 9                          | 2           |
| Бәсекелестік күрес<br>(2x2 мин.)                                        | таза жеңіс              |               |               |               |                            | 5           |
|                                                                         | ұпайлар бойынша жеңіс   |               |               |               |                            | 4           |
|                                                                         | ұпайлар бойынша жеңіліс |               |               |               |                            | 3           |
|                                                                         | таза жеңіліс            |               |               |               |                            | 2           |

| дзюдо бөлімі үшін (ұлдар)                                                                                                                                                                                    |                                          |             |              |              |              |      |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------|-------------|--------------|--------------|--------------|------|
| нормативтер                                                                                                                                                                                                  | 7-8 сынып                                | 9 сынып     | 10 сынып     | 11 сынып     | 1 курс       | баға |
| Учикоми - шабуылдаушыны татамиден қол үзбей және қол үзіп әдістерді (лақтырусыз) орындау үшін қайталанатын әрекеттерді (тептендіктен шығару) жылдам және үйлесімді орындау. Учикомиді орындау саны (15 сек.) | 13-9                                     | 14-11       | 16-12        | 18-13        | 20-15        | 5    |
|                                                                                                                                                                                                              | 12-8                                     | 13-10       | 14-11        | 16-12        | 18-14        | 4    |
|                                                                                                                                                                                                              | 9-6                                      | 12-9        | 13-10        | 14-11        | 15-13        | 3    |
|                                                                                                                                                                                                              | 6-дан аздау                              | 9-дан аздау | 10-дан аздау | 11-дан аздау | 13-дан аздау | 2    |
| Мостағы төңкеріс (15 секунд, рет)                                                                                                                                                                            | 9                                        | 10          | 11           | 12           | 13           | 5    |
|                                                                                                                                                                                                              | 8                                        | 9           | 10           | 11           | 12           | 4    |
|                                                                                                                                                                                                              | 7                                        | 8           | 9            | 10           | 11           | 3    |
|                                                                                                                                                                                                              | 6                                        | 7           | 8            | 9            | 10           | 2    |
| Емтихан алушы жаттықтырушының тапсырмасы бойынша лақтырулар                                                                                                                                                  | орындау сапасына қарай көзбен бағаланады |             |              |              |              | 5    |
|                                                                                                                                                                                                              |                                          |             |              |              |              | 4    |
|                                                                                                                                                                                                              |                                          |             |              |              |              | 3    |
|                                                                                                                                                                                                              |                                          |             |              |              |              | 2    |
| Бәсекелік күрес (2х2 минут)                                                                                                                                                                                  | таза жеңіс                               |             |              |              |              | 5    |
|                                                                                                                                                                                                              | ұпайлар бойынша жеңіс                    |             |              |              |              | 4    |
|                                                                                                                                                                                                              | ұпайлар бойынша жеңіліс                  |             |              |              |              | 3    |
|                                                                                                                                                                                                              | таза жеңіліс                             |             |              |              |              | 2    |

| дзюдо бөлімі үшін(қыздар)                                   |                                                |         |          |          |        |      |
|-------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|---------|----------|----------|--------|------|
| нормативтер                                                 | 7-8 сынып                                      | 9 сынып | 10 сынып | 11 сынып | 1 курс | баға |
| Укеми (құлау техникасы)                                     | орындалу сапасына байланысты көзбен бағаланады |         |          |          |        | 5    |
|                                                             |                                                |         |          |          |        | 4    |
|                                                             |                                                |         |          |          |        | 3    |
|                                                             |                                                |         |          |          |        | 2    |
| Мостағы төңкеріс (15 сек, рет)                              | 8                                              | 9       | 10       | 11       | 12     | 5    |
|                                                             | 7                                              | 8       | 9        | 10       | 11     | 4    |
|                                                             | 6                                              | 7       | 8        | 9        | 10     | 3    |
|                                                             | 5                                              | 6       | 7        | 8        | 9      | 2    |
| Емтихан алушы жаттықтырушының тапсырмасы бойынша лақтырулар | орындау сапасына қарай көзбен бағаланады       |         |          |          |        | 5    |
|                                                             |                                                |         |          |          |        | 4    |
|                                                             |                                                |         |          |          |        | 3    |
|                                                             |                                                |         |          |          |        | 2    |
| Бәсекелік күрес (2х2 мин)                                   | таза жеңіс                                     |         |          |          |        | 5    |
|                                                             | ұпайлар бойынша жеңіс                          |         |          |          |        | 4    |
|                                                             | ұпайлар бойынша жеңіліс                        |         |          |          |        | 3    |
|                                                             | таза жеңіліс                                   |         |          |          |        | 2    |

| байдарка мен каноэде есу бөлімі үшін |           |         |          |          |         |      |
|--------------------------------------|-----------|---------|----------|----------|---------|------|
| нормативтер                          | 7-8 сынып | 9 сынып | 10 сынып | 11 сынып | 1 курс  | баға |
| Байдарка (жеке)<br>K1 200 м. ұлдар   | 1.02,00   | 58,00   | 54,00    | 50,00    | 47,00   | 5    |
|                                      | 1.04,00   | 1.00,00 | 56,00    | 52,00    | 49,00   | 4    |
|                                      | 1.06,00   | 1.01,00 | 57,00    | 53,00    | 50,00   | 3    |
|                                      | 1.08,00   | 1.02,00 | 58,00    | 54,00    | 51,00   | 2    |
| Байдарка (жеке)<br>K1 200 м. қыздар  | 1.07,00   | 1.03,00 | 59,00    | 55,00    | 52,00   | 5    |
|                                      | 1.09,00   | 1.05,00 | 1.01,00  | 57,00    | 54,00   | 4    |
|                                      | 1.10,00   | 1.06,00 | 1.02,00  | 58,00    | 55,00   | 3    |
|                                      | 1.11,00   | 1.07,00 | 1.03,00  | 59,00    | 56,00   | 2    |
| Каноэ (жеке) K1<br>200 м. ұлдар      | 1.05,00   | 1.01,00 | 58,00    | 53,00    | 50,00   | 5    |
|                                      | 1.07,00   | 1.03,00 | 1.00,00  | 55,00    | 52,00   | 4    |
|                                      | 1.08,00   | 1.04,00 | 1.01,00  | 56,00    | 53,00   | 3    |
|                                      | 1.09,00   | 1.05,00 | 1.02,00  | 57,00    | 54,00   | 2    |
| Каноэ (жеке) K1<br>200 м. қыздар     | 1.08,00   | 1.06,00 | 1.04,00  | 1.02,00  | 59,00   | 5    |
|                                      | 1.10,00   | 1.08,00 | 1.06,00  | 1.04,00  | 1.01,00 | 4    |
|                                      | 1.11,00   | 1.09,00 | 1.07,00  | 1.05,00  | 1.02,00 | 3    |
|                                      | 1.12,00   | 1.10,00 | 1.08,00  | 1.06,00  | 1.03,00 | 2    |
| Жүзу (еркін стиль), 100 м. ұлдар     | 2.10,00   | 2.00,00 | 1.50,00  | 1.40,00  | 1.30,00 | 5    |
|                                      | 2.15,00   | 2.05,00 | 1.55,00  | 1.45,00  | 1.35,00 | 4    |
|                                      | 2.20,00   | 2.10,00 | 2.00,00  | 1.50,00  | 1.40,00 | 3    |
|                                      | 2.25,00   | 2.15,00 | 2.05,00  | 1.55,00  | 1.45,00 | 2    |
| Жүзу (еркін стиль), 100 м. қыздар    | 2.30,00   | 2.20,00 | 2.10,00  | 2.00,00  | 1.50,00 | 5    |
|                                      | 2.35,00   | 2.25,00 | 2.15,00  | 2.05,00  | 1.55,00 | 4    |
|                                      | 2.40,00   | 2.30,00 | 2.20,00  | 2.10,00  | 2.00,00 | 3    |
|                                      | 2.45,00   | 2.35,00 | 2.25,00  | 2.15,00  | 2.05,00 | 2    |

| жүзу бөлімі үшін (ұлдар)                                |                |         |          |          |        |      |
|---------------------------------------------------------|----------------|---------|----------|----------|--------|------|
| нормативтер                                             | 7-8 сынып      | 9 сынып | 10 сынып | 11 сынып | 1 курс | баға |
| 50 м. негізгі<br>(өзінің) тәсіл<br>(спорттық<br>разряд) | II р.          | I р.    | I р.     | KMC      | KMC.   | 5    |
|                                                         | III р.         | II р.   | II р.    | I р.     | I р.   | 4    |
|                                                         | I ю.р.         | III р.  | III р.   | II р.    | II р.  | 3    |
|                                                         | II ю.р.        | I ю.р.  | I ю.р.   | III р.   | III р. | 2    |
| Негізгі тәсілдің<br>техникасы                           | көзбен бағалау |         |          |          |        | 5    |
|                                                         |                |         |          |          |        | 4    |
|                                                         |                |         |          |          |        | 3    |
|                                                         |                |         |          |          |        | 2    |
| жүзу бөлімі үшін (қыздар)                               |                |         |          |          |        |      |
| 50 м. негізгі<br>(өзінің) тәсіл                         | II р.          | I д.    | KMC      | MC       | MC     | 5    |
|                                                         | III р.         | II д.   | I р.     | KMC      | KMC    | 4    |
|                                                         | I ю.р.         | III д.  | II р.    | I р.     | I р.   | 3    |
|                                                         | II ю.р         | I ю.р.  | III р.   | II р.    | II р.  | 2    |
| Негізгі тәсілдің<br>техникасы                           | көзбен бағалау |         |          |          |        | 5    |
|                                                         |                |         |          |          |        | 4    |
|                                                         |                |         |          |          |        | 3    |
|                                                         |                |         |          |          |        | 2    |



| жеңіл атлетика бөлімі үшін (ұлдар)  |                 |                  |                 |                 |                 |      |
|-------------------------------------|-----------------|------------------|-----------------|-----------------|-----------------|------|
| нормативтер                         | 7-8 сынып       | 9 сынып          | 10 сынып        | 11 сынып        | 1 курс          | баға |
| 30 м. (сек.)                        | 5,6             | 5,6              | 5,4             | 5,4             | 5,2             | 5    |
|                                     | 5,7             | 5,7              | 5,5             | 5,5             | 5,3             | 4    |
|                                     | 5,8             | 5,8              | 5,6             | 5,6             | 5,4             | 3    |
|                                     | 5,9             | 5,9              | 5,7             | 5,7             | 5,5             | 2    |
| 400 м. (мин. Сек.)                  | 1.00,00         | 59               | 58              | 57              | 56              | 5    |
|                                     | 1.01,00-1.02,00 | 1.00,00-1.01,00  | 59,00-1.00,00   | 58,00-59,00     | 57,00-58,00     | 4    |
|                                     | 1.03,00-1.04,00 | 1.02,00-1.03,00  | 1.01,00-1.02,00 | 1.00,00-1.00,01 | 59,00-1.00,00   | 3    |
|                                     | 1.05,00-1.06,00 | 1.04,00-1.05,00  | 1.03,00-1.04,00 | 1.02,00-1.03,00 | 1.01,00-1.02,00 | 2    |
| Орнынан үш рет секіру (м. см.)      | 6               | 6                | 6,5             | 6,5             | 7               | 5    |
|                                     | 5,80-5,99       | 5,80-5,99        | 6,30-6,49       | 6,30-6,49       | 6,80-6,99       | 4    |
|                                     | 5,60-5,79       | 5,60-5,79        | 6,10-6,29       | 6,10-6,29       | 6,60-6,79       | 3    |
|                                     | 5,40-5,59       | 5,40-5,59        | 5,90-6,09       | 5,90-6,09       | 6,40-6,59       | 2    |
| жеңіл атлетика бөлімі үшін (қыздар) |                 |                  |                 |                 |                 |      |
| 30 м. (сек.)                        | 6               | 6                | 5,8             | 5,8             | 5,6             | 5    |
|                                     | 6,1             | 6,1              | 5,9             | 5,9             | 5,7             | 4    |
|                                     | 6,2             | 6,2              | 6               | 6               | 5,8             | 3    |
|                                     | 6,3             | 6,3              | 6,1             | 6,1             | 5,9             | 2    |
| 400 м. (мин. Сек.)                  | 1.10,00         | 1.09,00          | 1.08,00         | 1.07,00         | 1.06,00         | 5    |
|                                     | 1.11,00-1.12,00 | 1.10,00-1.11,00  | 1.09,00-1.10,00 | 1.08,00-1.09,00 | 1.07,00-1.08,00 | 4    |
|                                     | 1.13,00-1.14,00 | 1.12,00-01.13,00 | 1.11,00-1.12,00 | 1.10,00-1.11,01 | 1.09,00-1.10,00 | 3    |
|                                     | 1.15,00-1.16,00 | 1.14,00-1.15,00  | 1.13,00-1.14,00 | 1.12,00-1.13,00 | 1.11,00-1.12,00 | 2    |
| Орнынан үш рет секіру (м. см.)      | 5               | 5                | 5,5             | 5,5             | 6               | 5    |
|                                     | 4,80-4,99       | 4,80-4,99        | 5,30-5,49       | 5,30-5,49       | 5,80-5,99       | 4    |
|                                     | 4,60-4,79       | 4,60-4,79        | 5,10-5,29       | 5,10-5,29       | 5,60-5,79       | 3    |
|                                     | 4,40-4,59       | 4,40-4,59        | 4,90-5,09       | 4,90-5,09       | 5,40-5,59       | 2    |

| шорт-трек бөлімі үшін |                |         |          |          |        |      |
|-----------------------|----------------|---------|----------|----------|--------|------|
| нормативтер           | 7-8 сынып      | 9 сынып | 10 сынып | 11 сынып | 1 курс | баға |
| Төмен сөреуден бастау | көзбен бағалау |         |          |          |        | 5    |
|                       |                |         |          |          |        | 4    |
|                       |                |         |          |          |        | 3    |
|                       |                |         |          |          |        | 2    |
| Айналмалы жүгіру      | көзбен бағалау |         |          |          |        | 5    |
|                       |                |         |          |          |        | 4    |
|                       |                |         |          |          |        | 3    |
|                       |                |         |          |          |        | 2    |
| Тура жүгіру           | көзбен бағалау |         |          |          |        | 5    |
|                       |                |         |          |          |        | 4    |
|                       |                |         |          |          |        | 3    |
|                       |                |         |          |          |        | 2    |
| Секіру әдістері       | көзбен бағалау |         |          |          |        | 5    |
|                       |                |         |          |          |        | 4    |
|                       |                |         |          |          |        | 3    |
|                       |                |         |          |          |        | 2    |

| <b>велоспорт бөлімі үшін (ұлдар)</b>                         |                  |                |                  |                 |                  |             |
|--------------------------------------------------------------|------------------|----------------|------------------|-----------------|------------------|-------------|
| <b>нормативтер</b>                                           | <b>8 сынып</b>   | <b>9 сынып</b> | <b>10 сынып</b>  | <b>11 сынып</b> | <b>1 курс</b>    | <b>баға</b> |
| <b>Жеке жарыс 25 км.<br/>(тас жол)</b>                       | 40,3             | 38,3           | 36,3             | 35,3            | 35               | <b>5</b>    |
|                                                              | 40,5             | 39             | 36,45            | 35,5            | 35,2             | <b>4</b>    |
|                                                              | 41,2             | 39,2           | 37               | 36,2            | 35,3             | <b>3</b>    |
|                                                              | астам            | астам          | астам            | астам           | астам            | <b>2</b>    |
| <b>Жеке жарыс 3 км.<br/>(трек)</b>                           | 40,3             | 38,3           | 36,3             | 35,3            | 35               | <b>5</b>    |
|                                                              | 40,5             | 39             | 36,45            | 35,5            | 35,2             | <b>4</b>    |
|                                                              | 41,2             | 39,2           | 37               | 36,2            | 35,3             | <b>3</b>    |
|                                                              | астам            | астам          | астам            | астам           | астам            | <b>2</b>    |
| <b>Велостанокта<br/>жеделдету<br/>(10 сек./айналым саны)</b> | 24               | 26             | 30               | 32              | 33               | <b>5</b>    |
|                                                              | 23               | 25             | 28               | 31              | 32               | <b>4</b>    |
|                                                              | 22               | 24             | 26               | 30              | 31               | <b>3</b>    |
|                                                              | кем              | кем            | кем              | кем             | кем              | <b>2</b>    |
| <b>Велостанокта жүру<br/>(1 мин./айналымсаны)</b>            | 76               | 96             | 110              |                 |                  | <b>5</b>    |
|                                                              | 71-75            | 86-95          | 96-110           |                 |                  | <b>4</b>    |
|                                                              | 70               | 75-85          | 90-95            |                 |                  | <b>3</b>    |
|                                                              | менее            | менее          | менее            |                 |                  | <b>2</b>    |
| <b>велоспорт бөлімі үшін (қыздар)</b>                        |                  |                |                  |                 |                  |             |
| <b>нормативтер</b>                                           | <b>13-14 жас</b> |                | <b>15-16 жас</b> |                 | <b>17-18 жас</b> | <b>баға</b> |
| <b>Жеке жарыс 10 км.<br/>(тас жол)</b>                       | 18,5             |                | 17,5             |                 | 16,5             | <b>5</b>    |
|                                                              | 19               |                | 18,5             |                 | 17,5             | <b>4</b>    |
|                                                              | 20               |                | 19               |                 | 18,5             | <b>3</b>    |
|                                                              | астам            |                | астам            |                 | астам            | <b>2</b>    |
| <b>Орындықтардан<br/>секіру<br/>(1 мин)</b>                  | 61               |                | 80               |                 | 90               | <b>5</b>    |
|                                                              | 56-6             |                | 71-80            |                 | 81-90            | <b>4</b>    |
|                                                              | 55               |                | 60-70            |                 | 70-80            | <b>3</b>    |
|                                                              | кем              |                | кем              |                 | кем              | <b>2</b>    |
| <b>Велостанокта<br/>жеделдету (30<br/>сек./айналым саны)</b> | 61 және жоғары   |                | 66 және жоғары   |                 | 71 және жоғары   | <b>5</b>    |
|                                                              | 51-60            |                | 71-80            |                 | 81-90            | <b>4</b>    |
|                                                              | 55               |                | 60-70            |                 | 70-80            | <b>3</b>    |
|                                                              | кем              |                | кем              |                 | кем              | <b>2</b>    |

| <b>артистік (синхронды) жүзу бөлімі үшін</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                              |             | <b>баға</b> |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|-------------|
| <b>нормативтер</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <b>саны</b> |             |
| Міндетті бағдарламада фигуралар сериясы таңдалады. Әрбір жаттығу жеке, музыкалық сүйемелдеусіз орындалады. Ол үшін баға қойылады, ол мынадай жағдайда шығарылады: орташа арифметикалық мән шығарылады.                                                                                                                                    | 10-8 ұпай   | <b>5</b>    |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 7-6 ұпай    | <b>4</b>    |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 5-3 ұпай    | <b>3</b>    |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 2-1 ұпай    | <b>2</b>    |
| Еркін бағдарлама еркін нысанда музыкалық сүйемелдеумен орындалады. Үйлесімділік дәрежесі, фигуралар мен қозғалыстардың күрделілік дәрежесі, үйлесімділігі, бағдарламаның композициялық көрінісі, судағы қозғалыстардың пысықталуы, іс-қимылдардың үйлесімділігі, тақырыпты ашу тереңдігі, бағдарламаның түрі мен түпнұсқалығы ескеріледі. | 10-8 ұпай   | <b>5</b>    |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 7-6 ұпай    | <b>4</b>    |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 5-3 ұпай    | <b>3</b>    |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 2-1 ұпай    | <b>2</b>    |
| Бойлық шпагат орындыққа сүйеніп отырып                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 100%        | <b>5</b>    |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 80%         | <b>4</b>    |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 70%         | <b>3</b>    |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | кем         | <b>2</b>    |
| Спортшы музыканы тыңдап, алақанын ырғақпен қағады.                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Қателіксіз  | <b>5</b>    |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 1 қате      | <b>4</b>    |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 2 қате      | <b>3</b>    |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | астам       | <b>2</b>    |

| <b>ауыр атлетика бөлімі үшін</b>                                                                 |             |             |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|-------------|
| <b>нормативтер</b>                                                                               | <b>саны</b> | <b>баға</b> |
| Серпіліс<br>(өз салмағын және орындау техникасын ескере отырып)                                  | 90-100%     | <b>5</b>    |
|                                                                                                  | 80-90%      | <b>4</b>    |
|                                                                                                  | 70-80%      | <b>3</b>    |
|                                                                                                  | 70% кем     | <b>2</b>    |
| Түрткі<br>(өз салмағын және орындау техникасын ескере отырып)                                    | 90-100%     | <b>5</b>    |
|                                                                                                  | 80-90%      | <b>4</b>    |
|                                                                                                  | 70-80%      | <b>3</b>    |
|                                                                                                  | 70% кем     | <b>2</b>    |
| Штангамен отыру (өз салмағын ескере отырып)<br>(орындау техникасы ескеріледі)                    | 110-120%    | <b>5</b>    |
|                                                                                                  | 100-110%    | <b>4</b>    |
|                                                                                                  | 90-100%     | <b>3</b>    |
|                                                                                                  | 70% кем     | <b>2</b>    |
| Штанганы жерден белдікке дейін көтеру (өз салмағын ескере отырып) (орындау техникасы ескеріледі) | 110-120%    | <b>5</b>    |
|                                                                                                  | 100-110%    | <b>4</b>    |
|                                                                                                  | 90-100%     | <b>3</b>    |
|                                                                                                  | 70% кем     | <b>2</b>    |

| шаңғы жарыстары және биатлон бөлімі үшін                                                                                          |              |         |         |          |          |        |        |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|---------|---------|----------|----------|--------|--------|
| нормативтер                                                                                                                       | 7 сынып      | 8 сынып | 9 сынып | 10 сынып | 11 сынып | 1 курс | оценка |
| Классикалық жүріспен шаңғы жарысы 3 км. (мин.)<br>Ескертпе: жазғы маусымда шаңғы роллерлері                                       | 16:00/ 20:00 |         |         |          |          |        | 5      |
|                                                                                                                                   | 16:30/ 20:30 |         |         |          |          |        | 4      |
|                                                                                                                                   | 17:00/ 21:00 |         |         |          |          |        | 3      |
|                                                                                                                                   | астам        |         |         |          |          |        | 2      |
| Классикалық жүріспен шаңғы жарысы 5 км. (ұлдар 8 с., қыздар 9, 10, 11 сынып, 1 курс)<br>Ескертпе: жазғы маусымда шаңғы роллерлері |              | 24:20   | 25:30   | 22:30    | 21:00    | 20:00  | 5      |
|                                                                                                                                   |              | 24:50   | 26:00   | 23:00    | 21:30    | 20:30  | 4      |
|                                                                                                                                   |              | 25:20   | 26:30   | 23:30    | 22:00    | 21:00  | 3      |
|                                                                                                                                   |              | астам   | астам   | астам    | астам    | астам  | 2      |
| Классикалық жүріспен шаңғы жарысы 10 км.<br>Ескертпе: жазғы маусымда шаңғы роллерлері                                             |              |         | 41:30   | 40:00    | 39:00    | 37:30  | 5      |
|                                                                                                                                   |              |         | 42:00   | 40:30    | 39:30    | 38:00  | 4      |
|                                                                                                                                   |              |         | 42:30   | 41:00    | 40:00    | 38:30  | 3      |
|                                                                                                                                   |              |         | астам   | астам    | астам    | астам  | 2      |
| Пневматикалық винтовка: тұрып ату (20 атыс – ВП жаттығуы – 2), көзілдірік                                                         | 130          | 135     | 140     | 140      | 150      | 155    | 5      |
|                                                                                                                                   | 125          | 127     | 130     | 130      | 145      | 150    | 4      |
|                                                                                                                                   | 120          | 122     | 125     | 125      | 130      | 145    | 3      |
|                                                                                                                                   | кем          | кем     | кем     | кем      | кем      | кем    | 2      |
| Екі позициядан ату (жатып, тұрып), көзілдірік                                                                                     | 130          | 135     | 140     | 140      | 150      | 155    | 5      |
|                                                                                                                                   | 125          | 127     | 130     | 130      | 145      | 150    | 4      |
|                                                                                                                                   | 120          | 122     | 125     | 125      | 130      | 145    | 3      |
|                                                                                                                                   | кем          | кем     | кем     | кем      | кем      | кем    | 2      |

Аббревиатуралардың толық жазылуы:

сек – секунд;

мин – минут;

см – сантиметр;

м – метр;

кг – килограмм;

ҚРЧ – Қазақстан Республикасының чемпионаты;

ҚРК – Қазақстан Республикасының кубогы.

### Спортшының жеке карточкасы

Тегі, аты, әкесінің аты (ол болған жағдайда) \_\_\_\_\_

Туған жылы, айы, күні \_\_\_\_\_

Спорт түрі \_\_\_\_\_

жаттықтырушының немесе жаттықтырушы-оқытушының тегі, аты, әкесінің аты  
(ол болған жағдайда) \_\_\_\_\_

Спортпен шұғылдану басталған жылы, айы \_\_\_\_\_

Мекеме (ОРММИК, СДБМИ, балалар мен жасөспірімдер спорт мектептерінде,  
спорт түрлері бойынша федерацияларда, жалпы білім беретін мектептердің  
жанындағы спорт секцияларында, дене дайындығы балалар-жасөспірімдер  
клубтарында, спорт түрлері бойынша спорт клубтары)

Елді мекен \_\_\_\_\_

Мекен-жайы \_\_\_\_\_

1-кесте

| топтар (оқу<br>кезеңдері<br>бойынша)                      | оқу<br>жылы     | тексерілген<br>күні | физикалық дамуы |         |                       |                          |     |                   |                      | Медициналық<br>қорытынды |
|-----------------------------------------------------------|-----------------|---------------------|-----------------|---------|-----------------------|--------------------------|-----|-------------------|----------------------|--------------------------|
|                                                           |                 |                     | бойы            | салмағы | табанының<br>ұзындығы | саусақтарды<br>жұму күші | ӨӨК | ОЕП<br>мл/<br>мин | ОЕП<br>мл<br>/мин/кг |                          |
| Ұйымға<br>қабылданған<br>кездегі<br>бастапқы<br>деректер: |                 |                     |                 |         |                       |                          |     |                   |                      |                          |
| Алғашқы<br>даярлық                                        | 1               |                     |                 |         |                       |                          |     |                   |                      |                          |
|                                                           | 2               |                     |                 |         |                       |                          |     |                   |                      |                          |
| Оқу-жаттығу                                               | 1               |                     |                 |         |                       |                          |     |                   |                      |                          |
|                                                           | 2               |                     |                 |         |                       |                          |     |                   |                      |                          |
|                                                           | 3               |                     |                 |         |                       |                          |     |                   |                      |                          |
|                                                           | 4               |                     |                 |         |                       |                          |     |                   |                      |                          |
|                                                           | 5               |                     |                 |         |                       |                          |     |                   |                      |                          |
| Спорттық<br>жетілдіру                                     | 1               |                     |                 |         |                       |                          |     |                   |                      |                          |
|                                                           | 2               |                     |                 |         |                       |                          |     |                   |                      |                          |
|                                                           | 3               |                     |                 |         |                       |                          |     |                   |                      |                          |
| Жоғары спорт<br>шеберлігі                                 | барлық<br>кезең |                     |                 |         |                       |                          |     |                   |                      |                          |

Аббревиатуралардың толық жазылуы:

ӨӨК - өкпенің өмірлік көлемі;

ОЕП - оттегін ең көп пайдалану;  
мл - миллилитр;  
мин - минут;  
кг - килограмм.

2-кесте

| топтар (оқу кезеңдері бойынша) | оқу жылы     | ОФП         |              |               |                       |                               |         |                           |                  | АДД | 8здік спорттық көрсеткіш | бәсекелестік жаттығу қызметі |           |                          |
|--------------------------------|--------------|-------------|--------------|---------------|-----------------------|-------------------------------|---------|---------------------------|------------------|-----|--------------------------|------------------------------|-----------|--------------------------|
|                                |              | 30 м жүгіру | 6 мин жүгіру | 10 сек жүгіру | 3*10 м айналма жүгіру | орнында тұрып ұзындыққа өлшеу | тартылу | допты отырып лақтыру 2 кг | бойынша жоғарыға |     |                          | жарыстар саны                | сөре саны | жарыстар күндерінің саны |
| Бастапқы мәліметтер            |              |             |              |               |                       |                               |         |                           |                  |     |                          |                              |           |                          |
| Алғашқы даярлық                | 1            |             |              |               |                       |                               |         |                           |                  |     |                          |                              |           |                          |
|                                | 2            |             |              |               |                       |                               |         |                           |                  |     |                          |                              |           |                          |
| Оқу-жаттығу                    | 1            |             |              |               |                       |                               |         |                           |                  |     |                          |                              |           |                          |
|                                | 2            |             |              |               |                       |                               |         |                           |                  |     |                          |                              |           |                          |
|                                | 3            |             |              |               |                       |                               |         |                           |                  |     |                          |                              |           |                          |
|                                | 4            |             |              |               |                       |                               |         |                           |                  |     |                          |                              |           |                          |
|                                | 5            |             |              |               |                       |                               |         |                           |                  |     |                          |                              |           |                          |
| Спорттық жетілдіру             | 1            |             |              |               |                       |                               |         |                           |                  |     |                          |                              |           |                          |
|                                | 2            |             |              |               |                       |                               |         |                           |                  |     |                          |                              |           |                          |
|                                | 3            |             |              |               |                       |                               |         |                           |                  |     |                          |                              |           |                          |
| Жоғары спорт шеберлігі         | барлық кезең |             |              |               |                       |                               |         |                           |                  |     |                          |                              |           |                          |

Оқу жылдары бойынша оқуға қабылдау және ауыстыру және ұйымнан шығару туралы белгілер:

қабылдау туралы \_\_\_\_\_ мөрі, басшы орынбасарының қолы;  
ауыстыру туралы \_\_\_\_\_ мөрі, басшы орынбасарының қолы;  
шығару (оқуды аяқтау) туралы \_\_\_\_\_ мөрі, басшы орынбасарының қолы.

Аббревиатураның толық жазылуы:

ЖДД – жалпы дене дайындығы;

АДД – арнайы дене дайындығы;

сек – секунд;

м – метр;

мин – минут;

кг – килограмм.

**Жұмыс график - көрсетілетін қызметті берушінің кеңсесі: Қазақстан Республикасының еңбек заңнамасына сәйкес демалыс және мереке күндерінен басқа, дүйсенбіден бастап жұманы қоса алғанда, сағат 13.00 – ден 14.30 – ға дейінгі түскі үзіліспен сағат 9.00 – ден 18.30 – ға дейін.**

**Кұжаттар кәмелетке толған адамнан немесе оқуға түсушілердің заңды өкілдерінен қабылданады:**

**- 7, 8 және 9 – сыныптарға - ағымдағы күнтізбелік жылдың 1 маусымынан бастап 20 тамызға дейін қоса алғанда;**

**Мемлекеттік көрсетілетін қызметтің кіші түрлері бойынша:**

**1. 7, 8, 9 сыныптарына оқуға түсуге құжаттарды қабылдау ОМОРМИК.**

- 1) ата-анасының бірінің (заңды өкілінің) еркін нысандағы өтініші;
- 2) оқуға түсушінің жеке басын куәландыратын құжат (жеке сәйкестендіру нөмірі бар туу туралы) немесе цифрлық құжаттар сервисінен алынған цифрлық құжат (сәйкестендіру үшін);
- 3) оқуға түсушінің ата-анасының немесе заңды өкілдің жеке басын куәландыратын құжат немесе цифрлық құжаттар сервисінен алынған цифрлық құжат (сәйкестендіру үшін);
- 4) осы Қағидалардың 6 қосымшасына сәйкес нысан бойынша толтырылған спортшының жеке карточкасы;
- 5) 3x4 өлшемді төрт фотосурет немесе 3x4 өлшемді электрондық фотосурет;
- 6) куәліктің не бұйрықтың көшірмесі немесе "ҚР ЕССШ", "ҚР ХДСШ", "ҚР СШ", "ҚР СШҮ", 1-разрядты спортшы, 2-разрядты спортшы, 3-спортшы спорттық разрядтарын беру туралы бұйрықтан үзінді разрядты спортшы, 1 жасөспірімдік разрядты спортшы, 2 жасөспірімдік разрядты спортшы, 3 жасөспірімдік разрядты спортшы, не 7 сыныпқа түскен кезде спорт ұйымынан бастапқы даярлық кезеңінен өткені туралы анықтама немесе жалпы білім беретін мектептен спорт секцияларында даярлықтан өткені туралы анықтама;
- 7) "Денсаулық сақтау саласындағы есепке алу құжаттамасының нысандарын, сондай-ақ оларды толтыру жөніндегі нұсқаулықтарды бекіту туралы" Қазақстан Республикасы Денсаулық сақтау министрінің міндетін атқарушының 2020 жылғы 30 қазандағы № ҚР ДСМ-175/2020 бұйрығына 3-қосымшада бекітілген нысан бойынша амбулаториялық-емханалық ұйымдарда пайдаланылатын медициналық есепке алу құжаттамасының түпнұсқалары (мемлекеттік № 21579 нормативтік құқықтық актілерді тіркеу), атап айтқанда:
  - стоматолог қорытындысы,
  - эндокринолог қорытындысы,
  - кардиолог қорытындысы,
  - фтизиатрдың қорытындысы (тұрақты Манту реакциясы жағдайында),
  - № 052/у нысаны бойынша амбулаториялық пациенттің медициналық картасы (бар болса),
  - № 065/у форма бойынша профилактикалық егу картасы,
  - эпидемиологиялық орта туралы медициналық анықтама;
  - жүректі, бүйректі, іш қуысы органдарын ультрадыбыстық зерттеу туралы медициналық қорытындыларының;
  - электроэнцефалограф негізінде жасалған медициналық қорытындысының,
  - мидың магниттік-резонанстық көрінісі туралы қорытындысы (бокс бөліміне түсу кезінде).
- 8) Облыстық ОРММИК-ке және СДБМИ-ға оқуға түсушілер үшін бірыңғай аймақтық спорттық-бұқаралық іс-шаралардың күнтізбесіне енгізілген облыстардың, республикалық маңызы бар қалалардың, астананың немесе қалалық, немесе аудандық спорттық

жарыстарда жүлделі орын алғандығын куәландыратын дипломдардың, грамоталардың, жарыстың хаттамалардың көшірмелері (бар болған жағдайда).

**Оқуға түсуге үміткердің папкасын қалыптастыру үшін көрсетілетін қызметті алушы: оқудың соңғы 2 жылындағы табельдердің көшірмелерін, құжат тігіндегіш (скоросшиватель), 5 файлды, торға 12 парақтан тұратын 3 дәптерді ұсынады.**

**Жұмыс график - көрсетілетін қызметті берушінің кеңсесі: Қазақстан Республикасының еңбек заңнамасына сәйкес демалыс және мереке күндерінен басқа, дүйсенбіден бастап жұманы қоса алғанда, сағат 13.00 – ден 14.30 – ға дейінгі түскі үзіліспен сағат 9.00 – ден 18.30 – ға дейін.**

**Құжаттар кәмелетке толған адамнан немесе оқуға түсушілердің заңды өкілдерінен қабылданады:**

**- 10 және 11 – сыныптарға - ағымдағы күнтізбелік жылдың 15 маусымынан бастап 15 тамызға дейін қоса алғанда;**

**Мемлекеттік қызметтің кіші түрі бойынша:**

**2. 10 және 11 сыныптарға оқуға қабылдау ОМОРМИК:**

1) ата-анасының бірінің (заңды өкілінің) еркін нысандағы өтініші;  
2) оқуға түсушінің жеке басын куәландыратын құжат (жеке сәйкестендіру нөмірі бар туу туралы) немесе цифрлық құжаттар сервисінен алынған цифрлық құжат (сәйкестендіру үшін);

3) оқуға түсушінің ата-анасының немесе заңды өкілдің жеке басын куәландыратын құжат немесе цифрлық құжаттар сервисінен алынған цифрлық құжат (сәйкестендіру үшін);

4) осы Қағидалардың 6 қосымшасына сәйкес нысан бойынша толтырылған спортшының жеке карточкасы;

5) негізгі орта мектепті бітіргені туралы аттестат немесе жалпы орта білім туралы аттестат (10 және 11 сыныптарға түсу кезінде) (ақпараттық жүйелерде мәліметтер болмаған жағдайда);

6) 3x4 өлшемді төрт фотосурет немесе 3x4 өлшемді электрондық фотосурет;

7) куәліктің не бұйрықтың көшірмесі немесе "ҚР ЕССШ", "ҚР ХДСШ", "ҚР СШ", "ҚР СШҮ", 1-разрядты спортшы, 2-разрядты спортшы, 3-спортшы спорттық разрядтарын беру туралы бұйрықтан үзінді разрядты спортшы, 1 жасөспірімдік разрядты спортшы, 2 жасөспірімдік разрядты спортшы, 3 жасөспірімдік разрядты спортшы;

8) "Денсаулық сақтау саласындағы есепке алу құжаттамасының нысандарын, сондай-ақ оларды толтыру жөніндегі нұсқаулықтарды бекіту туралы" Қазақстан Республикасы Денсаулық сақтау министрінің міндетін атқарушының 2020 жылғы 30 қазандағы № ҚР ДСМ-175/2020 бұйрығына 3-қосымшада бекітілген нысан бойынша амбулаториялық-емханалық ұйымдарда пайдаланылатын медициналық есепке алу құжаттамасының түпнұсқалары (мемлекеттік № 21579 нормативтік құқықтық актілерді тіркеу), атап айтқанда:

- стоматолог қорытындысы,
- эндокринолог қорытындысы,
- кардиолог қорытындысы,
- фтизиатрдың қорытындысы (тұрақты Манту реакциясы жағдайында),
- № 052/у нысаны бойынша амбулаториялық пациенттің медициналық картасы (бар болса),
- № 065/у форма бойынша профилактикалық егу картасы,
- эпидемиологиялық орта туралы медициналық анықтама;
- жүректі, бүйректі, іш қуысы органдарын ультрадыбыстық зерттеу туралы медициналық қорытындыларының;
- электроэнцефалограф негізінде жасалған медициналық қорытындысының,
- мидың магниттік-резонанстық көрінісі туралы қорытындысы (бокс бөліміне түсу кезінде).



- 10 және 11 сыныптарға түскен кезде № 075/е нысаны бойынша қосымша медициналық анықтама (дәрігерлік кәсіптік-консультациялық қорытынды);

9) спорттық-бұқаралық іс-шаралардың бірыңғай өңірлік күнтізбесіне енгізілген облыстық, республикалық маңызы бар қалалардағы, астанадағы немесе қалалық немесе аудандық спорттық жарыстардағы жүлделі орын туралы куәландыратын дипломдардың, грамоталардың, жарыстар хаттамаларының көшірмелері. (бар болған жағдайда).

**Түсуге үміткердің папкасын қалыптастыру үшін көрсетілетін қызметті алушы мыналарды ұсынады: құжат тігіндегіш (скоросшиватель), 5 файл, торға 3 дәптер 12 парақ.**

**Жұмыс график - көрсетілетін қызметті берушінің кеңсесі: Қазақстан Республикасының еңбек заңнамасына сәйкес демалыс және мереке күндерінен басқа, дүйсенбіден бастап жұманы қоса алғанда, сағат 13.00 – ден 14.30 – ға дейінгі түскі үзіліспен сағат 9.00 – ден 18.30 – ға дейін.**

**Колледжге түсушілерден құжаттар ағымдағы күнтізбелік жылдың 25 маусымы мен 5 тамызын қоса алғанда қабылданады.**

**Мемлекеттік қызметтің кіші түрі бойынша:**

### **3. колледждің бірінші курсына оқуға қабылдау ОМОРМИК:**

- 1) еркін нысадағы өтініш;
- 2) оқуға түсушінің жеке басын куәландыратын құжат немесе цифрлық құжаттар сервисінен алынған цифрлық құжат (сәйкестендіру үшін);
- 3) жалпы орта білім туралы аттестат немесе цифрлық құжаттар сервисінен алынған цифрлық құжат;
- 4) мынадай спорттық атақтар мен спорттық разряд беру туралы куәліктің немесе бұйрықтың (бұйрықтан үзінді) көшірмесі: "ҚР ЕССШ", "ҚР ХДСШ", "ҚР СШ", "Қазақстан Республикасының спорт шеберіне үміткер", 1-разрядты спортшы;
- 5) 3х4 өлшемді төрт фотосурет немесе 3х4 өлшемді электрондық фотосурет;
- 6) Қазақстан Республикасы Денсаулық сақтау министрінің міндетін атқарушының 2020 жылғы 30 қазандағы № ҚР ДСМ-175/2020 бұйрығына 3-қосымшамен бекітілген нысан бойынша амбулаториялық-емханалық ұйымдарда пайдаланылатын медициналық есепке алу құжаттамасының түпнұсқалары, атап айтқанда:
  - өтініш берілген күнге дейін күнтізбелік 14 күннен ерте емес берілген, қанның, зәрдің жалпы талдауы туралы деректерді көрсете отырып, № 075/у нысаны бойынша медициналық анықтама (дәрігерлік кәсіптік-консультациялық қорытынды) ,
  - стоматолог қорытындысы,
  - эндокринолог қорытындысы,
  - кардиолог қорытындысы,
  - фтизиатрдың қорытындысы (тұрақты Манту реакциясы жағдайында),
  - № 052/у нысаны бойынша амбулаториялық пациенттің медициналық картасы (бар болса),
  - № 065/у форма бойынша профилактикалық егу картасы,
  - эпидемиологиялық орта туралы медициналық анықтама;
  - жүректі, бүйректі, іш қуысы органдарын ультрадыбыстық зерттеу туралы медициналық қорытындыларының;
  - электроэнцефалограф негізінде жасалған медициналық қорытындысының,
  - мидың магниттік-резонанстық көрінісі туралы қорытындысы (бокс бөліміне түсу кезінде).
- 7) спорттық-бұқаралық іс-шаралардың бірыңғай республикалық күнтізбесіне енгізілген халықаралық немесе республикалық спорттық жарыстарда жүлделі орын

алғанын куәландыратын дипломдардың, грамоталардың, жарыстар хаттамаларының көшірмелері (бар болған жағдайда);

8) осы Қағидаларға 6-қосымшаға сәйкес нысан бойынша толтырылған спортшының жеке карточкасы.

**Түсуге үміткердің папкасын қалыптастыру үшін көрсетілетін қызметті алушы мыналарды ұсынады: құжат тігіндегіш (скоросшиватель), 5 файл, торға 3 дәптер 12 парақ.**