

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РЕСПУБЛИКИ УЗБЕКИСТАН

МИНИСТЕРСТВО ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ, НАУКИ И  
ИННОВАЦИЙ РЕСПУБЛИКИ УЗБЕКИСТАН

УЗБЕКСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ  
КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

“Внесено”

Ректор Узбекского  
государственного  
университета  
физической культуры  
и спорта  
Р.Маткаримов



“Согласовано”

Министерство  
высшего образования,  
науки и инноваций



“Утверждаю”

Заместитель министра  
спорта Республики  
Узбекистан  
Ш.Махмудов



**ПРОГРАММА ТВОРЧЕСКИХ (ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ)  
ЭКЗАМЕНОВ И КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ**

61010200-Спортивная деятельность (баскетбол, бокс, волейбол, велоспорт, гимнастика, плавание, легкая атлетика, гандбол, фехтование, тяжелая атлетика, гребля, теннис, футбол, художественная гимнастика, дзю-до, вольная борьба, борьба на поясах, таэквондо WT, самбо, борьба, синхронное плавание, бадминтон, греко-римская борьба, конный спорт, триатлон, биатлон, хоккей, регби, шахматы, карате WKF, горные лыжи, настольный теннис, фигурное катание, хоккей на траве, кикбоксинг, мини-футбол, стрельба из лука, муай тай, киберспорт, водное поло, академическая гребля, современное пятиборье, бодибилдинг и фитнес, сноуборд, рукопашный бой, женская борьба), для очной и заочной формы обучения.

61010300-Адаптивная физическая культура и спорт для очной формы обучения.

Чирчик-2024

Рассмотрено и одобрено Советом Узбекского государственного университета физической культуры и спорта. Протокол заседания № 7 29 февраля 2024 года.

Важное значение имеет дальнейшее развитие физической культуры и массового спорта на территории Республики Узбекистан, привлечение к регулярным занятиям физической культурой и спортом всех слоев населения, особенно молодежи, эффективное использование созданных в стране условий. В нашей стране принят и интенсивно внедряется ряд нормативно – правовых актов, направленных на развитие данной сферы.

В частности, Указ Президента Республики Узбекистан от 24 января 2020 года УП-5924 «О мерах по дальнейшему совершенствованию и популяризации физической культуры и спорта в Республике Узбекистан», постановления Президента Республики Узбекистан от 24 декабря 2021 года ПП-60 «О дополнительных мерах по обеспечению академической и организационно-управленческой независимости государственных высших образовательных учреждений» и ПП-414 от 3 ноября 2022 года «О мерах по дальнейшему совершенствованию системы подготовки кадров и научных исследований в сфере физической культуры и спорта».

Программы профессиональных (творческих) экзаменов по направлению «Спортивная деятельность» (по видам деятельности) в Узбекском государственном университете физической культуры и спорта и его Нукусском и Ферганском филиалах составлены на основе программ физической культуры и спорта спортивных школ, Республиканских центров подготовки по Олимпийским и Паралимпийским видам спорта и предназначены для оценки умений и навыков при выполнении абитуриентами упражнений.

При составлении данных программ были учтены предложения спортивных ассоциаций, спортивных федераций, школ высшего спортивного мастерства и спортивных школ, которыми были даны положительные отзывы.

В программе очной и заочной формы обучения 61010300-Спортивная деятельность (по видам деятельности) по образовательным направлениям (баскетбол, бокс, волейбол, велоспорт, гимнастика, плавание, легкая атлетика, гандбол, фехтование, тяжелая атлетика, гребля, теннис, футбол, художественная гимнастика, дзю-до, вольная борьба, борьба на поясах, тхэквондо WT, самбо, кураш, синхронное плавание, бадминтон, греко-римская борьба, конный спорт, триатлон, биатлон, хоккей, регби, шахматы, карате WKF, горные лыжи, настольный теннис, фигурное катание, хоккей на траве, кикбоксинг, мини-футбол, стрельба из лука, муай тай, киберспорт, водное поло, академическая гребля, современная пятиборье, бодибилдинг и фитнес, сноуборд, рукопашный бой, женская борьба, адаптивная физическая культура и спорт (параспорт)) отражены порядок проведения творческих (профессиональных) экзаменов, требования к практическим умениям и навыкам абитуриентов, а также критерии оценки.

НОРМАТИВНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ И КРИТЕРИИ ОЦЕНОК ПРОФИЛЬНЫХ (ТВОРЧЕСКИХ)  
ВСТУПИТЕЛЬНЫХ ЭКЗАМЕНОВ НА 2024/2025 УЧЕБНЫЙ ГОД ПО СПЕЦИАЛИЗАЦИИ

**КАРАТЕ WKF**

(Максимальный балл по специализации – 93 балл)

Для мужчин и женщин

**1. Ukemi:** (падения, самостраховка)

**Комментарии:** За правильное выполнение техники падений выставляется максимально **18,6 балла**. Падения должны быть выполнены технически правильно. Поверхности татами до бедра должна коснуться ладонь руки, голова должна быть прижата к грудной клетке, а также «не отхлестывать» головой. Если падение выполняется технически не правильно, балл вычитается как штрафной.

**Поощрительные и штрафные баллы:**

Падение вперед вправо **3.1 балла**

Падение вперед влево **3.1 балла**

Падение вперед прямо **3.1 балла**

Падение назад прямо **3.1 балла**

Падение назад вправо **3.1 балла**

Падение назад влево **3.1 балла**

**2. Кихон:**

**Комментарии:** за выполнение движений Кихон максимально начисляется **18,6 балла**. Кихон должен быть выполнен технически правильно. Удары выполняются точно и с силой, последовательность движений ног и рук не должны нарушаться. При невыполнении требований техники баллы вычитываются как штрафные.

**Поощрительные и штрафные баллы:**

1) Дзенкуцу-дачи санбон-дзуки, оборотом в 270° дзенкуцу-дачи Оя-дзуки дзодан оборотом в 180° дзенкуцу-дачи Тэцуи гияко-дзуки дзюдан оборотом в 180° дзенкуцу-дачи маваши-гери гедонбарай гияко-дзуки **4.6 балла**

2) Кизами дзуки Сури Аши гияко дзуки Сури Аши **3.5 балла**

3) Дзенкуцу-дачи Сото-Уке Кибо-дачи Эмпи-учи уракен уширо-Аши кокуцу-дачи шуто Уке Майя-Аши мая-гери дзенкуцу-дачи нуките. **3.5 балла**

4) Ояд - дзуки Джакко-дзуки Майя-гери гедан барай гияко дзуки **3.5 балла**

5) Дзенкуцу-дачи Самбон-дзуки ушира-Аши агэ-укэ татэ ураке гияко-дзуки гиданбарай (**3,5 балла**)

**3. Ката:** за технически правильное выполнение ката Канку-дай максимально начисляется **18,6 балла**.

**Штрафные баллы:**

Баланс (нарушение сохранения равновесия) **4.6 балла**

Нарушение последовательности действий ката **3.5 балла**

Атлетическое состояние – выполнение ката с применением силы **3.5 балла**

Правильное дыхание в процессе выполнения ката **3.5 балла**

Рууха: соответствие направлению ( Канкудай, Кушанку, Косокундай) **3.5 балла**

**4. Дзю ипон кумите: максимально 18,6 балла**

**Комментарии:** для 3 различных ударов, перечисленных ниже, следует использовать только контратакующие движения, равнозначные (эквивалентные) Ипону. Контратакующие действия обязательно должны быть разнообразными.

**Поощрительные и штрафные баллы:**

1. Оя-дзуки дзодан **6.2 балла**

2. Мая-гери чудан **6.2 балла**

3. Маваши-гери дзодан **6.2 балла**

**Кумите: максимально 18.6 балла**

**Комментарии:** засчитывается первая полученная оценка за 15 секунд. Обязательно иметь специальную одежду кумитэ. Протектор, фута, шингалка и капа.

Иппон- начисляется **18.6 баллов** за победу

Вазари - начисляется **13.6 баллов** за победу

Юко - начисляется **8.6 баллов** за победу

Дюринг (если оценка не выставлена ни одному из участников) **3.6 балла**

Поражение **0 балл**

**НОРМАТИВНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ И КРИТЕРИИ ОЦЕНОК ПРОФИЛЬНЫХ (ТВОРЧЕСКИХ)  
ВСТУПИТЕЛЬНЫХ ЭКЗАМЕНОВ НА 2024/2025 УЧЕБНЫЙ ГОД ПО СПЕЦИАЛИЗАЦИИ  
КАРАТЕ WKF**

**(Максимальный балл по физической подготовке – 63 балл)**

Для мужчин

**1. Бег 30 метров (сек.)**

Баллы	Весовая категория		
	55-60 кг.	67-75 кг	84-84+кг.
21	4.00	21	4.00
19	4.01-4.10	19	4.01-4.10
17	4.11-4.20	17	4.11-4.20
13	4.21-4.30	13	4.21-4.30
9	4.31-4.40	9	4.31-4.40
6	4.41-4.50	6	4.41-4.50
0	4.51	0	4.51

**Примечание:** Бег с высокого старта

**2. Прыжки в длину с места (см.)**

Баллы	Весовая категория		
	55-60 кг.	67-75 кг	84-84+кг.
21	260	255	250
19	250-259	245-254	240-249
17	240-249	235-244	230-239
13	230-239	225-234	220-229
9	220-229	215-224	210-219
6	210-219	205-214	200-209
0	209	204	199

**3. Подъем и опускание ног на гимнастической стене 90°. (раз)**

Баллы	Весовая категория		
	55-60 кг.	67-75 кг	84-84+кг.
21	45	43	41
19	42	40	38
17	39	37	35
13	36	34	32
9	33	31	29
6	30	28	26
0	29	27	25

Для женщин

**1. Бег 30 метров (сек.)**

Баллы	Весовая категория		
	50-55 кг.	61-68 кг.	68+ кг.
21	4.60	4.70	4.80

19	4.61-4.70	4.71-4.80	4.81-4.90
17	4.71-4.80	4.81-4.90	4.91-5.00
13	4.81-4.90	4.91-5.00	5.01-5.10
9	4.91-5.00	5.01-5.10	5.11-5.20
6	5.01-5.10	5.11-5.20	5.21-5.30
0	5.11	5.21	5.31

Примечание: Бег с высокого старта

**2. Прыжки в длину с места (см.)**

Баллы	Весовая категория		
	50-55 кг.	61-68 кг.	68+ кг.
21	220	215	212
19	219-214	214-210	211-206
17	213-208	209-204	205-200
13	207-202	203-198	199-194
9	201-196	197-192	193-188
6	195-190	191-186	187-182
0	189	185	181

**3. Подъем и опускание ног на гимнастической стене 90°. (раз)**

Баллы	Весовая категория		
	50-55 кг.	61-68 кг.	68+ кг.
21	40	38	36
19	37	35	34
17	34	33	32
13	32	31	30
9	30	29	28
6	28	27	26
0	27	26	25

Заведующий кафедрой

Подпись

Ф.И.О