

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
Республики
Узбекистан



“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 ПО СПЕЦИАЛИЗАЦИИ
НАСТОЛЬНЫЙ ТЕННИС НА 2024/2025 УЧЕБНЫЙ ГОД
(Максимальный балл по специализации – 93 балл)**

Для мужчин и женщин

Ввод мяча в игру с правой стороны на отведенную площадь 30x152,5 см. Количество ударов 10			Удары с правой и левой стороны на обозначенную площадь 40x152,5см. Количество ударов 10 (удары делаются по 5 раз правой и левой рукой)			Бросок топ-спином с правой и левой стороны в обозначенную зону 40x152,5см. Количество ударов 10 (удары делаются по 5 раз правой и левой рукой)		
Результат	Балл	Оценка за технику (баллы)	Результат	Балл	Оценка за технику (баллы)	Результат	Балл	Оценка за технику (баллы)
10	16	0-15	10	16	0-15	10	16	0-15
9	14		9	14		9	14	
8	12		8	12		8	12	
7	10		7	10		7	10	
6	8		6	8		6	8	
5	6		5	6		5	6	
4	4		4	4		4	4	
3	3		3	3		3	3	
2	2		2	2		2	2	
1	1		1	1		1	1	
0	0	0	0	0	0	0	0	0
<p>1. Когда движение руки во время удара происходит в правильном согнутом положении в соответствии с предписанной техникой . 1,5 балла 2. Введение мяча в игру, не закрывая его рукой. 1,5 балла. 3. Ввод мяча в игру, не закрывая его телом. 1,5 балла; 4. Правильная постановка ног по отношению к техническому движению. 1,5 балла. 5. Отсутствие падения мяча. 1,5 балла. 6. Тело не выше 30 см над столом. 1,5 балла 7. Попадание мяча в указанную точку. 1,5 балла. 8. Мяч вводится в игру менее, чем за 10 секунд. 1,5 балла 9. Мяч вводится в игру без касания частей тела. 1,5 балла 10. Ракетка не ударяется о стол при вводе мяча. 1,5 балла</p>			<p>1.Когда движение руки во время удара происходит в правильном согнутом положении в соответствии с предписанной техникой. 1,5 балла 2. Тело не наклонено над столом. 1,5 балла 3. Отсутствие прыжка при ударе. 1,5 балла 4. Бросает мяч в указанную область. 1.5 балла. 5.Отсутствие удара по мячу рукой. 1.5 балла. 6. Положение стоя при приеме мяча. 1.5 балла. 7. Правильное выполнение действия рукой при нанесении удара. 1.5 балла. 8. Правильное выполнение действия ногой при ударе. 1.5 балла. 9. Мяч ударяется о стол, не отскакивая дважды. 1.5 балла. 10. Технический удар по мячу (накат, подрез). 1.5 балла.</p>			<p>1.Когда движение руки во время удара происходит в правильном согнутом положении в соответствии с предписанной техникой . 1,5 балла 2. Тело не наклонено над столом. 1,5 балла 3. Отсутствие прыжка при ударе. 1,5 балла 4. Бросает мяч в указанную область. 1.5 балла. 5.Отсутствие удара по мячу рукой. 1.5 балла. 6. Положение стоя при приеме мяча. 1.5 балла. 7. Правильное выполнение действия рукой при нанесении удара. 1.5 балла. 8. Правильное выполнение действия ногой при ударе. 1.5 балла. 9. Мяч ударяется о стол, не отскакивая дважды. 1.5 балла. 10. Технический удар по мячу (накат, подрез). 1.5 балла.</p>		

Критерии оценки творческих (вступительных) экзаменов по настольному теннису

Если каждое тестовое упражнение выполнено правильно и с максимальным результатом по количеству, времени и техническим аспектам, выставляется максимальный балл. Однако за каждую техническую ошибку, допущенную при выполнении тестового упражнения, снимается 1,5 балла, за 10 технических ошибок - минус 15 баллов.

Тест 1 – 16 баллов и техника – 15 баллов, всего – 31 балл.

1-тест: Технические ошибки при вводе мяча в игру с правой стороны в обозначенную область 30x152, 5 см при броске мяча с открытой ладони на высоту более 16 см:

1. Ноги находятся в несогнутом положении (вертикально) при вводе мяча;
2. Ноги находятся в полусогнутом положении (вертикально) при вводе мяча;
3. Проброс мяча на 16 см
4. Передача мяча ладонью;
5. Выход из круга при передаче мяча снизу;
6. Закрытие мяча корпусом;
7. Корпус повернут в правую или левую стороны;
8. Сгибание руки при вводе мяча;
9. Скользящее движение при введении мяча;
10. Слабость координации движений.

Примечание: Выход из-за стола при выполнении теста не дает права на его повторение, тест останавливается. Потеря мяча во время теста не дает права на передачу.

2-тест – 16 баллов и 15 баллов за технику, всего - 31 балл.

2-тест: По указанию экзаменуемого выполнить занос с правой и левой стороны на обозначенную площадь 40x152, 5 см. Количество ударов 10 (5 раз с правой и 5 раз с левой стороны) технические ошибки при выполнении:

1. Касание мяча при ударе;
2. Сгибание руки при ударе;
3. Попадание из указанной точки в другую точку;
4. Ненадлежащее выполнение технических действий;
5. Удар по мячу;
6. Неверный шаг и удар;
7. Введенный мяч падает на линию границы неотмеченных зон;
8. Выполнение атакующего удара из другой зоны;
9. Удар по мячу до указаний экзаменатора;
10. Попадание в зону, отличную от указанной в задании.

Примечание: Ударить можно только по правильно введенному мячу. Необходимо точно и технично ударить по мячу с помощью точного и техничного движения;

За максимальный результат, показанный в тесте 3 - 16 баллов и за технику - 15 баллов, всего -31 балл.

3-тест: 40x152, 5 см выполнение топспин-удара справа и слева в обозначенную область. Количество ударов 10 (5 раз с правой и 5 раз с левой стороны) ошибки в технике выполнения:

2. Выполнение топспина, не наклоняясь перед столом;
3. Результат не учитывается при попадании в другие точки, кроме обозначенной точки.
3. Невозможность ударить по мячу в указанную точку при перемещении ракетки и удара.
4. Невозможность правильно выполнить технику при ударе.

Общие замечания:

1. За 10 мин до испытания к абитуриенту. Летом разрешено заниматься спортом.
2. Максимальный балл по всем результатам теста – 93.

Оценка выполнения теста 1: Подача мяча перед столом на высоте 16 см и ввод мяча в игру с правой стороны 10 раз на отведенной площади 30x152,5 см.

Результат	Балл	Балл за технику	Общий балл за тест
10	16	0-15	31
9	14	0-15	29
8	12	0-15	27
7	10	0-15	25
6	8	0-15	23
5	6	0-15	21
4	4	0-15	19
3	3	0-15	18
2	2	0-15	17
1	1	0-15	16
0	0	0	0

Примечание: 1-й тест: ввод мяча в игру с правой стороны на отведенной площади 30x152,5см. Количество попыток 10 с правой стороны.

Уровень технических навыков, связанных с выполнением этого метода, оценивается по 15-балльной экспертной системе.

Оценка выполнения теста 2: 40x152, 5 см осуществить занос с правой и левой стороны на обозначенную площадь. Количество ударов 10 раз (5 раз справа и 5 раз слева):

Результат	Балл	Балл за технику	Общий балл за тест
10	16	0-15	31
9	14	0-15	29
8	12	0-15	27
7	10	0-15	25
6	8	0-15	23
5	6	0-15	21
4	4	0-15	19
3	3	0-15	18
2	2	0-15	17
1	1	0-15	16
0	0	0-15	0

Примечание: 2-й тест: 40x152, 5 см выполнение удара скида с правой и левой стороны в обозначенную область. Количество ударов выполняется справа и слева по 5 раз, уровень технического мастерства, связанный с выполнением данного метода, оценивается по 15-балльной экспертной системе.

Оценка выполнения теста 3: 40x152, 5 см выполнение топспин-удара справа и слева в обозначенную область. Количество ударов 10 раз (5 раз справа и 5 раз слева):

Результат	Балл	Балл за технику	Общий балл за тест
10	16	0-15	31
9	14	0-15	29
8	12	0-15	27
7	10	0-15	25
6	8	0-15	23
5	6	0-15	21
4	4	0-15	19
3	3	0-15	18
2	2	0-15	17
1	1	0-15	16
0	0	0	0

***Примечание:** 3-й тест: 40x152, 5 см выполнение топспин-удара справа и слева в обозначенную область. Количество ударов выполняется справа и слева по 5 раз, уровень технического мастерства, связанный с выполнением данного метода, оценивается по 15-балльной экспертной системе.*

**НОРМАТИВНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ И КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ
(ТВОРЧЕСКИХ) ЭКЗАМЕНОВ ПО СПЕЦИАЛЬНОСТИ НАСТОЛЬНЫЙ ТЕННИС НА
2024/2025 УЧЕБНЫЙ ГОД**

(Максимальный балл по физической подготовке - 63 балла)

Для мужчин

№	Содержание нормы					
1	Бег на 250 см в сторону за 1 минуту (Максимальный балл – 21)					
	Мужчины					
	Результат	Балл	Балл	Балл	Результат	Балл
	95-98	21	67-70	14	39-42	7
	91-94	20	63-66	13	35-38	6
	87-90	19	59-62	12	31-34	5
	83-86	18	55-58	11	27-30	4
	79-82	17	51-54	10	23-26	3
	75-78	16	47-50	9	19-22	2
	71-74	15	43-46	8	18	1

***Примечание:** В процессе выполнения практического упражнения обязательно прикасаться к доске рукой, если доску не трогать, результат не учитывается. Во время упражнения необходимо правильно принимать позу. При этом ноги должны быть широко расставлены, а корпус наклонен вперед.*

№	Содержание нормы					
2	Выполнение имитационных движений топспина с правой стороны от 3 точек (правая, средняя, левая) перед столом без шарика (имитация) в течение 1 минуты. (Максимальный балл – 21)					
	Мужчины					
	Результат	Балл	Балл	Балл	Результат	Балл
	95-98	21	67-70	14	39-42	7
	91-94	20	63-66	13	35-38	6
	87-90	19	59-62	12	31-34	5
	83-86	18	55-58	11	27-30	4
	79-82	17	51-54	10	23-26	3
	75-78	16	47-50	9	19-22	2
	71-74	15	43-46	8	18	1

***Примечание:** В процессе выполнения практического упражнения требуется выполнять движение без ракетки с правильной техникой. При этом ноги согнуты вперед и полувернуты, положение полусидя, а рука выдвинута вперед. Если действие выполнено неправильно, результат не учитывается.*

№	Содержание нормы					
3	Касание рукой отмеченной точки в двух правых и левых углах стола, стоя перед сеткой. В течение 1 минуты. (Максимальный балл – 21)					
	Мужчины					
	Результат	Балл	Балл	Балл	Результат	Балл
	95-98	21	67-70	14	39-42	7
	91-94	20	63-66	13	35-38	6
	87-90	19	59-62	12	31-34	5
	83-86	18	55-58	11	27-30	4
	79-82	17	51-54	10	23-26	3
75-78	16	47-50	9	19-22	2	
71-74	15	43-46	8	18	1	

Примечание: Во время упражнения необходимо правильно принимать позу. При этом ноги должны быть широко расставлены, а корпус наклонен вперед. Необходимо коснуться той стороны стола, где установлена сетка (половина стола). Если действие выполнено неправильно, результат не учитывается.

Для женщин

№	Содержание нормы					
1	Бег на 220 см в сторону за 1 минуту (Максимальный балл – 21)					
	Женщины					
	Результат	Балл	Балл	Балл	Результат	Балл
	95-98	21	67-70	14	39-42	7
	91-94	20	63-66	13	35-38	6
	87-90	19	59-62	12	31-34	5
	83-86	18	55-58	11	27-30	4
	79-82	17	51-54	10	23-26	3
75-78	16	47-50	9	19-22	2	
71-74	15	43-46	8	18	1	

Примечание: В процессе выполнения практического упражнения обязательно прикасаться к доске рукой, если доску не трогать, результат не учитывается. Во время упражнения необходимо правильно принимать позу. При этом ноги должны быть широко расставлены, а корпус наклонен вперед.

№	Содержание нормы					
2	Выполнение имитационных движений топспина с правой стороны от 3 точек (правая, средняя, левая) перед столом без шарика (имитация) в течение 1 минуты. (Максимальный балл – 21)					
	Женщины					
	Результат	Балл	Балл	Балл	Результат	Балл
	95-98	21	67-70	14	39-42	7
	91-94	20	63-66	13	35-38	6
	87-90	19	59-62	12	31-34	5
	83-86	18	55-58	11	27-30	4
	79-82	17	51-54	10	23-26	3
	75-78	16	47-50	9	19-22	2
	71-74	15	43-46	8	18	1

Примечание: В процессе выполнения практического упражнения требуется выполнять движение без ракетки в правильной технике. При этом ноги выполняются в положении с широко выпяченным туловищем, согнутым вперед, и полусидя, полусидя, с движением руки вперед. Результат не учитывается, если действие не выполнено правильно.

№	Содержание нормы					
3	Касание рукой отмеченной точки в двух правых и левых углах стола, стоя перед сеткой. В течение 1 минуты. (Максимальный балл – 21)					
	Женщины					
	Результат	Балл	Балл	Балл	Результат	Балл
	95-98	21	67-70	14	39-42	7
	91-94	20	63-66	13	35-38	6
	87-90	19	59-62	12	31-34	5
	83-86	18	55-58	11	27-30	4
	79-82	17	51-54	10	23-26	3
	75-78	16	47-50	9	19-22	2
	71-74	15	43-46	8	18	1

Примечание: В процессе выполнения упражнения исполнитель позы должен встать перед той частью стола, из центра которой натянута сетка, и после сигнала выполнить движение рукой касательное к цели, поставленной в правом и левом углах (общее расстояние 274,3 см, общая длина стола). При этом ноги должны быть широко поставлены, а туловище наклонено вперед. Начинать упражнение следует с центра стола, где установлена сетка. Результат не учитывается, если действие не выполнено правильно.

Заведующий кафедрой

Подпись

Ф.И.О