

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 ОЦЕНКИ ПРОФИЛЬНЫХ (ТВОРЧЕСКИХ)  
ЭКЗАМЕНОВ ПО СПЕЦИАЛИЗАЦИИ **КИКБОКС** ОЧНОГО И ЗАОЧНОГО ОБУЧЕНИЯ НА  
2024/2025 УЧЕБНЫЙ ГОД  
(максимальный балл по специализации – 93)

Для мужчин и женщин

**1. Оценка технико-тактических действий кикбоксера при выполнении «Бой с тенью».**

Правильное выполнение всех технических движений – максимум **21 балл**.

При неправильном выполнении одного технико-тактического действия **снимаются** следующие баллы:

- 1) разведывательные действия – 1 балл
- 2) дистанционный маневр – 1 балл
- 3) фронтальный маневр – 1 балл
- 4) атакующие действия с помощью рук – 2 балла
- 5) атакующие действия с помощью ног – 2 балла
- 6) защитные действия – 2 балла
- 7) контратаки – 3 балла
- 8) потеря нужной дистанции при атаке и защите – 3 балла
- 9) запрещенные удары ногами – 3 балла
- 10) нанесение ударов неточно, с замахом, с потерей устойчивости – 3 балла

**2. Оценка выполнения технико-тактических действий при комбинированной защите, атаке с партнером «условный бой».**

За правильное выполнение всех технико-тактических действий – максимально **23 баллов**.

При неправильном выполнении одного технико-тактического действия **снимаются** следующие баллы:

- 1) подготовительные действия – 1 балл.
- 2) обманные действия – 1 балл.
- 3) вход в ближний бой в собственной атаке – 1 балл.
- 4) вход в ближний бой в атаку противника – 3 балла.
- 5) выход из ближнего боя – 2 балла.
- 6) неправильные защитные действия с помощью ног – 3 балла
- 7) защитные действия в ближнем бою – 3 балла.
- 8) неправильные действия при переходе в клинч – 2 балла.
- 9) неправильные защитные действия с помощью рук – 2 балла.
- 10) поздняя реакция, пропуск точных ударов – 5 баллов.

**3. Оценка эффективности технико-тактических действий кикбоксера в поединке с партнером «вольный бой».**

За демонстрацию всего технического и тактического арсенала боевых действий, грамотные и своевременные действия в защите, нападении и вольном бою – **25 баллов**.

**Снимаются баллы за ошибки:**

- 1) ошибки при выполнении техники передвижения – 1 балл.
- 2) ошибки при выполнении ударов руками – 1 балл.
- 3) ошибки при выполнении ударов ногами – 2 балла.

- 4) ошибки при выполнении техники защитных действий – 2 балла.
- 5) ошибки при выполнении ударов с разворота – 2 балла.
- 6) отсутствие подготовительных, разведывательных и обманных действий – 2 балла.
- 7) отсутствие тактического мышления – 3 балла.
- 8) получение 1-ого предупреждения – 4 балла.
- 9) получение 2-х предупреждений – 8 баллов.

**4. Оценка психологической и специальной физической подготовленности боксера в поединке с партнером «вольный бой» (24 баллов).**

**Снимаются баллы за ошибки:**

- 1) неточные удары руками и ногами – 1 балл.
- 2) падения – 1 балл.
- 3) провалы – 1 балл.
- 4) выполнять опасные движения головой и ногами – 2 балла.
- 5) отказ от выполнения упражнения – 2 балла.
- 6) не выполнение команды рефери – 2 балла.
- 7) пропуски точных ударов – 3 балла.
- 8) удары открытой перчаткой – 5 баллов.
- 9) выполнение ударов ногами по запрещенным местам – 4 балла.
- 10) выполнение ударов руками по запрещенным местам – 3 балла.

**НОРМАТИВНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ И КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ ПРОФИЛЬНЫХ (ТВОРЧЕСКИХ) ЭКЗАМЕНОВ ПО СПЕЦИАЛИЗАЦИИ КИКБОКС НА 2024/2025 УЧЕБНЫЙ ГОД**  
(Максимальный балл по физической подготовке – 63)

Для мужчин и женщин

**1. 30 м. бег с низкого старта (сек.) (21 балл)**

Баллы	Мужчины		
	48-63,5 кг.	67-75 кг.	80 - +92 кг.
21	... -4,05	... -4,10	... -4,20
19	4,06-4,15	4,11-4,20	4,21-4,30
17	4,16-4,25	4,21-4,30	4,31-4,40
15	4,26-4,35	4,31-4,40	4,41-4,50
13	4,36-4,45	4,41-4,50	4,51-4,55
11	4,46-4,50	4,51-4,55	4,56-4,60
9	4,51-4,55	4,56-4,60	4,61-4,65
7	4,56-4,60	4,61-4,65	4,66-4,70
5	4,61-4,65	4,66-4,70	4,71-4,75
3	4,66-4,70	4,71-4,75	4,76- 4,80
1	4,71-4,75	4,76- 4,80	4,81-4,85
0	4,76- ...	4,81-...	4,86-...
Баллы	Женщины		
	48-57 кг.	60-69 кг.	75-+81 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
15	4,81-4,90	4,91-5,00	5,01-5,05
13	4,91-5,00	5,01-5,05	5,06-5,10
11	5,01-5,05	5,06-5,10	5,11-5,15
9	5,06-5,10	5,11-5,15	5,16-5,20
7	5,11-5,15	5,16-5,20	5,21-5,25
5	5,16-5,20	5,21-5,25	5,26-5,30
3	5,21-5,25	5,26-5,30	5,31-5,35
1	5,26-5,30	5,31-5,35	5,36-5,40
0	5,31-	5,36 - ...	5,41-...

**2. Подъем и опускание ног на гимнастической стенке (21 балл)**

не сгибая колени под углом 90°

Баллы	Мужчины		
	48-63,5 кг.	67-75 кг.	80 - +92 кг.
21	45+	43+	41+
20	44	42	40
19	43	41	39
18	42	40	38
17	41	39	37

16	40	38	36
15	39	37	35
14	38	36	34
13	37	35	33
12	36	34	32
11	35	33	31
10	34	32	30
9	33	31	29
8	32	30	28
7	31	29	27
6	30	28	26
5	29	27	25
4	28	26	24
3	27	25	23
2	26	24	22
1	25	23	21
0	24	22	20
<b>Баллы</b>	<b>Женщины</b>		
	<b>48-57 кг.</b>	<b>60-69 кг.</b>	<b>75-+81 кг.</b>
21	40-...	38-...	36-...
20	39	37	35
19	38	36	34
18	37	35	33
17	36	34	32
16	35	33	31
15	34	32	30
14	33	31	29
13	32	30	28
12	31	29	27
11	30	28	26
10	29	27	25
9	28	26	24
8	27	25	23
7	26	24	22
6	25	23	21
5	24	22	20
4	23	21	19
3	22	20	18
2	21	19	17
1	20	18	16
0	...-19	...-17	...-15

### 3. Подтягивание на турнике (кол-во раз) (21 балл)

Баллы	Мужчины		
	48-63,5 кг.	67-75 кг.	80-+92 кг.
21	20-21	19-20	18-19
19	18-19	17-18	16-17
17	16-17	15-16	14-15
15	14-15	13-14	12-13
13	13	11-12	10-11
11	11-12	9-10	8-9
9	9-10	8	7
7	8	7	6
5	7	6	5
3	6	5	4
1	5	4	3
0	4	3	2
Баллы	Женщины		
	48-57 кг.	60-69 кг.	75-+81 кг.
21	17-...	16-...	15-...
19	15-16	14-15	13-14
17	13-14	12-13	11-12
15	11-12	10-11	9-10
13	9-10	8-9	7-8
11	8-9	6-7	6
9	6-7	5	5
7	4-5	4	4
5	3	3	3
3	2	2	2
1	1	1	1
0	0	0	0

Заведующий кафедрой

Подпись

Ф.И.О

 Сергеев Ю.Ф.