

2026-2027 оқу жылына Қазақ ұлттық спорт университетінің ақылы негізде қабылданушы талапкерлерді білім беру бағдарламаларының тобы бойынша әңгімелесуден өткізу сұрақтары

В005-«Дене шынықтыру пәнінің мұғалімдерін даярлау»
(техникалық және кәсіптік немесе орта білімнен кейінгі білім беру ұйымдарының түлектері үшін)

1. Дене тәрбиесіне анықтама беріңіз.
2. Дене тәрбиесінің негізгі құралдарын атаңыз.
3. Дене шынықтыру сабағының құрылымына не кіреді?
4. Мектептегі дене тәрбиесі қандай міндеттерді шешеді?
5. Дене шынықтыру сабағында қандай оқыту әдістері қолданылады?
6. Физикалық сапа дегеніміз не? Негізгі физикалық сапаларды атаңыз.
7. Төзімділікті дамытуға арналған жаттығуларға мысал келтіріңіз.
8. Қозғалу белсенділігі деген не және оны қалай өлшейді?
9. Сабақтың негізгі бөлігіне дейін қыздыру жаттығуларын қалай ұйымдастыру керек?
10. Қандай ойындар ептілікті дамытады?
11. Спорттық жаттығу деген не?
12. Спорттық жаттығудың принциптерін атаңыз.
13. Жаттығу процесіндегі "жүктеме" ұғымы нені білдіреді?
14. Спорттағы "қалпына келу" ұғымын түсіндіріңіз.
15. Спортшыны дайындау қандай кезеңдерден тұрады?
16. Жалпы дене дайындығы (ЖДД) мен арнайы дене дайындығының (АДД) айырмашылығы неде?
17. Жаттығу процесін жоспарлау деген не?
18. Күшті дамыту үшін қандай құралдар қолданылады?
19. Спортшының физикалық жағдайы қалай бақыланады?
20. Спорттағы техника мен тактика деген не?
21. Спорт залына қойылатын гигиеналық талаптарды атаңыз.
22. Спортпен шұғылдану кезінде күн тәртібін сақтау не үшін маңызды?
23. Спортшы қандай жеке гигиена ережелерін сақтауы керек?
24. Шаршауды болдырмау үшін не істеу қажет?
25. Ұйқының жеткіліксіздігі спорттық нәтижелерге қалай әсер етеді?
26. Физикалық дамуға кедергі келтіретін зиянды әдеттерді атаңыз.
27. Спорттық киімді қалай дұрыс таңдау керек?
28. Ашық ауада өткізілетін сабақтарда қандай санитарлық нормаларды сақтау қажет?
29. Шынығу дегеніміз не және ол не үшін қажет?
30. Дене шынықтыру сабағында жарақаттардың алдын алу жолдарын атаңыз.
31. Волейбол командасында неше ойыншы болады?
32. Үстел теннисінде допты беру ережелерін атаңыз.

33. Футболдағы "офсайд" ережесі нені білдіреді?
34. Баскетболдағы негізгі әдістерді атаңыз.
35. Жеңіл атлетиканың негізгі түрлерін атаңыз.
36. Жүзу қандай дағдыларды дамытады?
37. Спорттық ойындарда техника қауіпсіздігі деген не?
38. Жеңіл атлетикалық жарыстарда жеңімпазды қалай анықтайды?
39. Бастауыш сыныптарда эстафеталық ойындарды өткізудің ерекшеліктері қандай?
40. Балалармен дене шынықтыру сабағында қимылды ойынды қалай өткізуге болады?
41. Бастауыш және орта буындағы оқыту әдістемесінің айырмашылығы неде?
42. Сабақтарда қимылды ойындарды ұйымдастырудың ерекшеліктері қандай?
43. Мұғалімнің сабаққа дайындығы нені қамтиды?
44. Дене шынықтыру сабағының жоспар-конспектісін қалай рәсімдеу керек?
45. Дене шынықтыру сабағында бақылау және бағалау қалай жүргізіледі?
46. Оқушылардың дене дайындығын бағалау критерийлерін атаңыз.
47. Дене шынықтыру сабағының түрлерін атаңыз.
48. Қозғалысты үйлестіруді дамыту үшін қандай жаттығулар қолданылады?
49. Бастауыш сынып оқушыларына арналған таңертеңгі гимнастика кешенін қалай құрастыру керек?
50. Қыс мезгілінде сабақ ұйымдастыру кезінде қандай шараларды орындау қажет?

В098-«Спорт»

(техникалық және кәсіптік немесе орта білімнен кейінгі білім беру ұйымдарының түлектері үшін)

1. Спорт дегеніміз не және оның қоғамдағы негізгі функциялары қандай?
2. Негізгі спорт түрлерін атаңыз.
3. Спорттық даярлық жүйесіне не кіреді?
4. Жаттығу процесі дегеніміз не?
5. Спортшыны көпжылдық даярлау кезеңдерін атаңыз.
6. Физикалық даярлық дегеніміз не?
7. Жалпы физикалық даярлық пен арнайы даярлықтың айырмашылығы неде?
8. Спорттық мамандану деген не?
9. Спорттық жаттығудың қандай принциптері бар?
10. Спорттық жаттығулар техникасы нені қамтиды?
11. Спорттағы тактика дегеніміз не?

12. Жүктеме дегеніміз не және оның түрлері қандай?
13. Суперкомпенсация дегеніміз не?
14. Жүктемеден кейінгі қалпына келу неге маңызды?
15. Артық жаттығу белгілері қандай?
16. Қалпына келтірудің негізгі құралдарын атаңыз.
17. Күшті дамыту үшін қандай жаттығулар қолданылады?
18. Төзімділікті арттыруға арналған жаттығуларды атаңыз.
19. Қимыл үйлесімділігі дегеніміз не және оны қалай дамытуға болады?
20. Қозғалыс әрекеттерін үйрету әдістемесі неге негізделеді?
21. Спорттық жаттығуларды меңгерудің кезеңдерін атаңыз.
22. Жаттығу әдістерінің негізгі түрлерін атаңыз.
23. Спорттағы педагогикалық бақылау дегеніміз не?
24. Спорттық жарыстардың негізгі формалары қандай?
25. Жаттығу микроциклін қалай жоспарлайды?
26. Спортшыны жарысқа дайындау неге негізделеді?
27. Жаттығудағы жаттығу алдындағы және кейінгі кезеңдердің рөлі қандай?
28. Жеңіл атлетика сабағына арналған жаттығу жоспарын қалай құрастыруға болады?
29. Жүгірудің биомеханикалық ерекшеліктерін атаңыз.
30. Аэробтық және анаэробтық жүктемелердің айырмашылығы қандай?
31. Турникке тартылу кезінде қай бұлшықеттер жұмыс істейді?
32. Спорттық жарақат түрлерін және олардың алдын алу жолдарын атаңыз.
33. Спорттық медицина дегеніміз не және оның міндеттері қандай?
34. Спорт залдарына қойылатын гигиеналық талаптарды атаңыз.
35. Қыс мезгілінде ашық ауада жаттығуды қалай ұйымдастыру керек?
36. Спортшыларға арналған дұрыс тамақтану нормаларын атаңыз.
37. Спортшыға қажетті психологиялық қасиеттер қандай?
38. Спорттағы ерік-жігер даярлығы дегеніміз не?
39. Мотивацияның спорттық қызметке әсері қандай?
40. Спорттық этиканың негізгі ережелерін атаңыз.
41. Антидопингтік ережелер дегеніміз не?
42. Спорт жаттықтырушысының қандай кәсіби құзыреттері болуы керек?
43. Спорттық құжаттардың түрлерін атаңыз.
44. Балалармен жаттығу жүргізудің ерекшеліктері қандай?
45. Әйелдер спортының ерекшеліктері қандай?
46. Жаттықтырушы мен спортшы арасындағы өзара әрекет қалай құрылады?
47. Жеке және командалық спорт түрлерінің айырмашылығы қандай?
48. Жаттығу процесінде қолданылатын бақылау түрлерін атаңыз.
49. Спорттық менеджмент дегеніміз не?
50. «Спорт» бағыты бойынша білім алған мамандарға қандай жұмыс істеу мүмкіндіктері бар?

**Вопросы для проведения собеседования с абитуриентами,
поступающими на платной основе в Казахский национальный
университет спорта на 2026–2027 учебный год по группам
образовательных программ.**

В005 Подготовка учителей физической культуры
*(для выпускников организаций технического и профессионального или
последнего образования)*

1. Дайте определение физическому воспитанию.
2. Назовите основные средства физического воспитания.
3. Что входит в структуру урока физической культуры?
4. Какие задачи решает физическое воспитание в школе?
5. Какие методы обучения применяются на уроках физической культуры?
6. Что такое физическое качество? Назовите основные физические качества.
7. Приведите примеры упражнений на развитие выносливости.
8. Что такое двигательную активность и как её измеряют?
9. Как организовать разминку перед основной частью урока?
10. Какие игры развивают ловкость?
11. Что такое спортивная тренировка?
12. Назовите принципы спортивной тренировки.
13. Что означает термин «нагрузка» в тренировочном процессе?
14. Объясните понятие «восстановление» в спорте.
15. Какие этапы включает подготовка спортсмена?
16. В чём отличие общей физической подготовки (ОФП) от специальной (СФП)?
17. Что такое планирование тренировочного процесса?
18. Какие средства используются для развития силы?
19. Как контролируется физическое состояние спортсмена?
20. Что такое техника и тактика в спорте?
21. Какие гигиенические требования предъявляются к спортивному залу?
22. Почему важно соблюдать режим дня при занятиях спортом?
23. Какие правила личной гигиены должен соблюдать спортсмен?
24. Что такое переутомление и как его избежать?
25. Как влияет недосыпание на спортивные результаты?
26. Назовите вредные привычки, мешающие физическому развитию.
27. Как правильно подобрать спортивную одежду для занятий?
28. Какие санитарные нормы нужно соблюдать при проведении уроков на открытом воздухе?
29. Что такое закаливание и зачем оно нужно?
30. Назовите способы профилактики травм на уроках физкультуры.
31. Сколько игроков в команде по волейболу?
32. Назовите правила подачи в настольном теннисе.
33. Что означает правило «офсайд» в футболе?

34. Какие базовые приёмы используются в баскетболе?
35. Назовите основные виды лёгкой атлетики.
36. Какие навыки развивает плавание?
37. Что такое техника безопасности в спортивных играх?
38. Как определить победителя в легкоатлетических соревнованиях?
39. Какие особенности проведения эстафетных игр в начальных классах?
40. Как провести подвижную игру с детьми на уроке физкультуры?
41. Чем отличается методика преподавания в начальной и средней школе?
42. Каковы особенности организации подвижных игр на уроках?
43. Что включает в себя подготовка учителя к уроку?
44. Как оформить план-конспект урока физической культуры?
45. Как проводится контроль и оценка на уроках физкультуры?
46. Какие критерии используются для оценки физической подготовленности учащихся?
47. Назовите типы уроков физической культуры.
48. Какие упражнения применяются для развития координации движений?
49. Как разработать комплекс утренней гимнастики для младших классов?
50. Какие меры следует предпринять при организации урока зимой на улице?

В098-«Спорт»

(для выпускников организаций технического и профессионального или послесреднего образования)

1. Что такое спорт и каковы его основные функции в обществе?
2. Назовите основные виды спорта.
3. Что включает в себя система спортивной подготовки?
4. Объясните понятие «тренировочный процесс».
5. Назовите этапы многолетней подготовки спортсмена.
6. Что означает термин «физическая подготовка»?
7. Чем отличается общая физическая подготовка от специальной?
8. Что такое спортивная специализация?
9. Какие принципы лежат в основе спортивной тренировки?
10. Что включает техника спортивных упражнений?
11. Что такое тактика в спорте?
12. Объясните понятие «нагрузка» и её виды.
13. Что такое суперкомпенсация?
14. Что включает восстановление после нагрузки?
15. Каковы признаки перетренированности у спортсмена?
16. Назовите основные средства восстановления.
17. Какие средства применяются для развития силы?
18. Какие упражнения используются для развития выносливости?
19. Что такое координация движений и как её развивать?

20. Что включает методика обучения двигательным действиям?
21. Каковы этапы разучивания спортивных упражнений?
22. Назовите основные методы тренировки.
23. Что такое педагогический контроль в спорте?
24. Назовите основные формы спортивных соревнований.
25. Как планируется тренировочный микроцикл?
26. Что включает в себя подготовка спортсмена к соревнованиям?
27. Какова роль разминки и заминки в тренировке?
28. Как составить план тренировки по легкой атлетике?
29. Назовите биомеханические особенности бега.
30. Чем отличается аэробная нагрузка от анаэробной?
31. Какие мышцы работают при подтягиваниях?
32. Назовите типы спортивных травм и способы их профилактики.
33. Что такое спортивная медицина и её задачи?
34. Какие гигиенические требования предъявляются к спортивным залам?
35. Как правильно организовать тренировку на открытом воздухе зимой?
36. Какие нормы питания рекомендуются для спортсменов?
37. Назовите психологические качества, необходимые спортсмену.
38. Что такое волевая подготовка в спорте?
39. Как мотивация влияет на спортивную деятельность?
40. Назовите основные положения спортивной этики.
41. Что такое антидопинговые правила?
42. Какие компетенции должен иметь тренер по спорту?
43. Назовите виды спортивной документации.
44. Какие особенности проведения тренировок с детьми?
45. В чём особенности женского спорта?
46. Как взаимодействуют тренер и спортсмен в процессе подготовки?
47. Назовите особенности индивидуального и командного видов спорта.
48. Какие виды контроля используются в тренировочном процессе?
49. Что такое спортивный менеджмент?
50. Какие перспективы трудоустройства открывает направление «Спорт»?