



АБАЙ АТЫНДАҒЫ
ҚАЗАҚ ҰЛТТЫҚ ПЕДАГОГИКАЛЫҚ
УНИВЕРСИТЕТІ

6B01408 - Бастапқы әскери дайындық - Дене шынықтыру және спорт

1 КҮН - 09.07.2021 - 10:00

ҚАДАМ 1

**Видео портфолионы
8-ші шілдеге дейін
дайындау.**

Тапсырма:

1. Кермеде тартылу (ұлдар);
Орнында отырып тұру (приседания, қыздар);
2. Арқамен жатып денені көтеру (пресс, ұлдар, қыздар) 1 минут ішінде;
3. Серіппе жасау (отжимание, ұлдар);
Секіртпемен секіру (скакалка, қыздар) 1 минут ішінде.

**Видео портфолио
мысалына [сілтеме](#)**

ҚАДАМ 2

**Бейне файлды 8 шілде
сағат 24.00-ге дейін
жіберу қажет.**

Шығармашылық
портфолио
бейнефайлын
nvp_kafedra@mail.ru
электрондық поштаға
жіберу қажет.

ҚАДАМ 3

Бағалау

Комиссия мүшелері
онлайн кестеде
көрсетілген сілтеме
бойынша Google Meet
конференциясына
қосылып, онлайн-
ведомость
формасында
талапкерлердің
шығармашылық
бейне
портфолиоларын
бағалайды. 1-ші
шығармашылық
емтиханның
нәтижелері kaznpu.kz
университет сайтына
сағат 18.00-ге дейін
ілінеді.

Ескерту: техникалық хатшылар емтихан барысында талапкерлер туралы деректерді комиссия мүшелеріне жеткізеді және келу парағын толтыруды жүзеге асырады.

Егер видео ашылмаған жағдайда байланыс телефондарыңызға электрондық поштаға хабарлама жіберіледі. Емтиханды бағалау күні міндетті түрде байланыста болу керек.

Байланыс телефондары:

Сейтбекова Карима Whats App тел: +77714496803 эл. почта: karima-14@mail.ru

Ахметова Гүлжазира Whats App тел: +77024072674 эл. почта: a.jan_83@mail.ru



АБАЙ АТЫНДАҒЫ
ҚАЗАҚ ҰЛТТЫҚ ПЕДАГОГИКАЛЫҚ
УНИВЕРСИТЕТІ

6B01408 - Бастапқы әскери дайындық - Дене шынықтыру және спорт

2 КҮН - 11.07.2021 - 10:00

ҚАДАМ 1

Видео портфолионы
10-шы шілдеге дейін
дайындау.

Тапсырма:

1. Бір орындағы бұрылыстар ("Оң-ҒА", "Сол-ҒА", "Артқа БҰРЫЛ" командалары бойынша орындау);
2. Қозғалыстағы бұрылыстар ("Оң-ҒА", "Сол-ҒА", "Артқа Бұрыл" командалары бойынша орындау);
3. Саптан шығу және қайта келу, басшыға келу және одан кету (САПТАН ШЫҚ және САПҚА ТҰР, МАҒАН КЕЛ және САПҚА ТҰР пәрмендері бойынша орындау).

Видео портфолио
мысалына [сілтеме](#)

ҚАДАМ 2

Бейне файлды 10 шілде
сағат 24.00-ге дейін
жіберу қажет.

Шығармашылық
портфолио
бейнефайлын
nvp_kafedra@mail.ru
электрондық поштаға
жіберу қажет.

ҚАДАМ 3

Бағалау

Комиссия мүшелері
онлайн кестеде
көрсетілген сілтеме
бойынша Google Meet
конференциясына
қосылып, онлайн-
ведомость
формасында
талапкерлердің
шығармашылық
бейне
портфолиоларын
бағалайды. 2-ші
шығармашылық
емтиханның
нәтижелері kaznpu.kz
университет сайтына
сағат 18.00-ге дейін
ілінеді.

Ескерту: техникалық хатшылар емтихан барысында талапкерлер туралы деректерді комиссия мүшелеріне жеткізеді және келу парағын толтыруды жүзеге асырады.

Егер видео ашылмаған жағдайда байланыс телефондарыңызға электрондық поштаға хабарлама жіберіледі. Емтиханды бағалау күні міндетті түрде байланыста болу керек.

Байланыс телефондары:

Сейтбекова Карима Whats App тел: +77714496803 эл. почта: karima-14@mail.ru

Ахметова Гүлжазира Whats App тел: +77024072674 эл. почта: a.jan_83@mail.ru