

ҮЛКЕН ТЕННИС



В098-«Спорт»

Теннис мамандығы бойынша екінші шығармашылық емтиханның нормативтері (оқу мерзімі 3 жыл)

№	Жаттығулар	ЕРЛЕР									ӘЙЕЛДЕР								
		ҰПАЙЛАРЫ									ҰПАЙЛАРЫ								
		50	45	35	30	25	20	15	10	5	50	45	35	30	25	20	15	10	5
1	Шарды беру, 10 беріліс: (5 беріліс – оңға және 5 беріліс – солға)	9	8	7	6	5	4	3	2	1	9	8	7	6	5	4	3	2	1
2	Шарды алаңға серпіліс арқылы ұру (5 — оң жақтан, 5 — сол жақтан)	9	8	7	6	5	4	3	2	1	10	9	8	7	5	4	3	2	1
3	Жеке ойын жағдайында әуеден алаңға ұру (5 - оң жақтан, 5 - сол жақтан)	9	8	7	6	5	4	3	2	1	9	8	7	6	5	4	3	2	1
4	Жүгіру 6x8 м	12,0	13,0	13,2	13	13	14,0	14,2	14,4	14,6	13	13	14	14	15	15,6	15,8	16	16,2
5	Ойынға қатысу			Ойынның техникасы және тактикасы бағаланады															

ЕСКЕРТУ:

- Допты беру рет-ретімен орындалады; алаңның оң жағына 5 допты беру, сол жағына 5 допты беру жасалады. Шарды алаңға түсірудің жалпы саны есепке алынады.
- Жалғыз ойын жағдайында серпіліс арқылы алаңға ұру кез келген тәсілмен орындалады (жазық, бұралған, кесілген соққылар). Шарды алаңға түсірудің жалпы саны есепке алынады.

ҮЛКЕН ТЕННИС

В098-«Спорт»

Үлкен теннис мамандығы бойынша екінші шығармашылық емтихан нормативтері
(қысқартылған оқу формасы үшін)



№	Жаттығулар	ЕРЛЕР								ӘЙЕЛДЕР							
		ҰПАЙЛАР								ҰПАЙЛАР							
		20	18	16	14	12	10	8	5	20	18	16	14	12	10	8	5
1	Шарды беру, 10 беріліс: (5 беріліс – оңға және 5 беріліс – солға)	9	8	7	6	5	4	3	2	9	8	7	6	5	4	3	2
2	Шарды алаңға серпіліс арқылы ұру (5 — оң жақтан, 5 — сол жақтан)	9	8	7	6	5	4	3	2	10	9	8	7	5	4	3	2
3	Жеке ойын жағдайында әуеден алаңға ұру (5 - оң жақтан, 5 - сол жақтан)	9	8	7	6	5	4	3	2	9	8	7	6	5	4	3	2
4	Жүгіру 6x8 м	12,0	13,0	13,2	13	13	14,0	14,2	14	13	13	14	14	15	15,6	15,8	16
5	Ойынға қатысу	Ойынның техникасы және тактикасы бағаланады															

ЕСКЕРТУ:

- Допты беру рет-ретімен орындалады; алаңның оң жағына 5 допты беру, сол жағына 5 допты беру жасалады. Шарды алаңға түсірудің жалпы саны есепке алынады.
- Жалғыз ойын жағдайында серпіліс арқылы алаңға ұру кез келген тәсілмен орындалады (жазық, бұралған, кесілген соққылар). Шарды алаңға түсірудің жалпы саны есепке алынады.