

О внесении изменений в приказ исполняющего обязанности Министра культуры и спорта Республики Казахстан от 21 ноября 2014 года № 103 "Об утверждении Правил проведения тестов Первого Президента Республики Казахстан Лидера Нации"

Приказ Министра культуры и спорта Республики Казахстан от 21 апреля 2017 года № 109. Зарегистрирован в Министерстве юстиции Республики Казахстан 12 мая 2017 года № 15118

В соответствии с подпунктом 15) статьи 7 Закона Республики Казахстан от 3 июля 2014 года "О физической культуре и спорте" **ПРИКАЗЫВАЮ:**

1. Внести в приказ исполняющего обязанности Министра культуры и спорта Республики Казахстан от 21 ноября 2014 года № 103 "Об утверждении Правил проведения тестов Первого Президента Республики Казахстан – Лидера Нации" (зарегистрированный в Реестре государственной регистрации нормативных правовых актов за № 9988, опубликованный в информационно-правовой системе "Эділет" 9 января 2015 года) следующие изменения:

заголовок приказа изложить в следующей редакции:

"Об утверждении Правил проведения тестов Первого Президента Республики Казахстан – Елбасы";

пункт 1 изложить в следующей редакции:

"1. Утвердить прилагаемые Правила проведения тестов Первого Президента Республики Казахстан – Елбасы.";

Правила проведения тестов Первого Президента Республики Казахстан – Лидера Нации, утвержденные указанным приказом, изложить в редакции согласно приложению к настоящему приказу.

2. Комитету по делам спорта и физической культуры Министерства культуры и спорта Республики Казахстан в установленном законодательством порядке обеспечить:

1) государственную регистрацию настоящего приказа в Министерстве юстиции Республики Казахстан;

2) в течение десяти календарных дней со дня государственной регистрации настоящего приказа направление в Республиканское государственное предприятие на праве хозяйственного ведения "Республиканский центр правовой информации Министерства юстиции Республики Казахстан" копий настоящего приказа в бумажном и электронном виде, заверенные электронной цифровой подписью лица, уполномоченного подписывать настоящий приказ, для официального опубликования в Эталонном контрольном банке нормативных правовых актов Республики Казахстан;

3) размещение настоящего приказа на интернет-ресурсе Министерства культуры и спорта Республики Казахстан в течение десяти календарных дней после его официального опубликования;

4) в течение десяти рабочих дней после исполнения мероприятий, предусмотренных настоящим пунктом, представление в Департамент юридической службы Министерства культуры и спорта Республики Казахстан сведений об исполнении мероприятий.

3. Контроль за исполнением настоящего приказа возложить на курирующего вице-министра культуры и спорта Республики Казахстан.

4. Настоящий приказ вводится в действие после истечения десяти календарных дней после дня его первого официального опубликования.

*Министр культуры и спорта
Республики Казахстан*

А. Мухамедиулы

Приложение
к приказу Министра культуры
и спорта Республики Казахстан
от 21 апреля 2017 года № 109
Утверждены
приказом исполняющего
обязанности Министра культуры
и спорта Республики Казахстан
от 21 ноября 2014 года № 103

Правила проведения тестов Первого Президента Республики Казахстан – Елбасы

Глава 1. Общие положения

1. Настоящие Правила проведения тестов Первого Президента Республики Казахстан – Елбасы (далее – Правила) определяют порядок проведения тестов Первого Президента Республики Казахстан – Елбасы.

2. Тесты Первого Президента Республики Казахстан – Елбасы проводятся для детей, молодежи, взрослого населения (далее – физические лица).

3. Тесты Первого Президента Республики Казахстан – Елбасы состоят из нормативов к физической подготовленности физических лиц согласно приложению 1 к настоящим Правилам.

Глава 2. Структура тестов Первого Президента Республики Казахстан – Елбасы

4. Нормативы включают в себя виды физических упражнений, отражающие силу, выносливость, быстроту и ловкость. Виды физических упражнений определяются в ступенях в зависимости от возраста физических лиц.

5. Результаты нормативов подразделяются на два уровня:

- 1) президентский уровень готовности;
- 2) уровень национальной готовности.

Глава 3. Порядок проведения тестов Первого Президента Республики Казахстан – Елбасы

6. В тестах Первого Президента Республики Казахстан – Елбасы принимают участие физические лица, не имеющие противопоказаний к занятиям физической культурой и спортом.

7. Виды физических упражнений приведены в приложении 1 к настоящим Правилам:

1) бег (на 30, 60, 100, 1000, 1500, 2000, 3000 метров) проводится на беговой дорожке стадиона или любой ровной местности;

2) прыжок в длину с места проводится на любой ровной поверхности в открытых и закрытых помещениях;

3) подтягивание на высокой перекладине выполняется из исходного положения на вис хватом сверху, не касаясь ногами пола (земли). Упражнение считается выполненным при пересечении подбородком грифа перекладины и возвращении в исходное положение. При выполнении упражнения перехват рук не допускается;

4) подъем туловища выполняется из положения лежа на спине, ноги согнуты в коленях под углом 90 градусов, кисти рук к плечам, стопы удерживаются партнером;

5) бег на лыжах проводится на дистанциях, проложенных на местности со слабо- или среднeperесеченным рельефом, при температуре воздуха не ниже -20°C. В бесснежных районах бег на лыжах заменяется бегом либо ходьбой в течение 6 минут;

6) плавание (на 25 и 50 метров) проводится в бассейнах;

7) метание мяча, гранаты проводится на любой ровной площадке в коридор шириной 10 метров;

8) стрельба из пневматической винтовки. Выстрелов: 3 пробных и 5 зачетных. Время на стрельбу – 20 минут.

8. Тесты Первого Президента Республики Казахстан – Елбасы по летним видам спорта проводятся в апреле-октябре месяце, по зимним видам – в феврале-марте.

9. Физические лица, выполнившие нормативы награждаются нагрудными знаками отличия и удостоверениями к ним:

1) за выполнение нормативов президентского уровня готовности по формам согласно приложениям 2 и 4 к настоящим Правилам;

2) за выполнение нормативов национального уровня готовности по формам согласно приложениям 3 и 5 к настоящим Правилам.

10. Изготовление и приобретение нагрудных знаков отличия президентского уровня готовности и уровня национальной готовности с удостоверениями к ним

осуществляется в пределах выделенных бюджетных средств уполномоченного органа в области физической культуры и спорта или местных исполнительных органов.

Приложение 1
к Правилам проведения тестов
Первого Президента Республики
Казахстан – Елбасы

1 ступень "Шымырлық пен ептілік"

Виды физических упражнений для детей

(возраст 9-10 лет)

№ п/п	Контрольное физическое упражнение	Единица измерений	Президентский уровень готовности		Уровень национальной готовности	
			мальчики	девочки	мальчики	девочки
1.	Бег 30 м.	сек.	5,2	5,2	5,4	5,4
2.	Бег 1000 м.	мин.сек.	б/в	б/в	б/в	б/в
3.	Прыжок в длину с места	см.	170	165	168	160
4.	Бег на лыжах 1 км. или бег либо ходьба в течение 6 мин.	м и н . м.	6.30,0	7.00,0	6.55,0	7.25,0
			1500	1300	1400	1250
5.	Плавание 25 м.	сек.	б/в	б/в	б/в	б/в
6.	Метание мяча (150 гр.)	м.	30	20	28	18

Примечание:

Президентский уровень готовности – выполнение трех физических упражнений с результатами президентского уровня готовности и двух с результатами уровня национальной готовности.

Уровень национальной готовности – выполнение пяти физических упражнений с результатами уровня национальной готовности.

1 ступень "Шымырлық пен ептілік"

Виды физических упражнений для детей

(возраст 11-13 лет)

№ п/п	Контрольное физическое упражнение	Единица измерений	Президентский уровень готовности		Уровень национальной готовности	
			мальчики	девочки	мальчики	девочки
1.	Бег 60 м.	сек.	8,9	9,3	9,3	9,7

2.	Бег 1500 м.	мин. сек.	6.30,0	7.00,0	6.55,0	7.25,0
3.	Прыжок в длину с места	см.	210	195	200	175
4.	Подтягивание	кол-во раз	11	-	9	-
	Подъем туловища из положения лежа на спине	кол-во раз в мин.	-	40	-	35
5.	Бег на лыжах 2 км. или бег либо ходьба в течение 6 мин.	м и н . м.	12.30,0	13.30,0	12.50,0	13.50,0
			1500	1300	1400	1250
6.	Плавание 50 м.	сек.	б/в	б/в	б/в	б/в
7.	Метание мяча (150 гр.)	м.	50	36	42	28
8.	Стрельба из пневматической винтовки с упора, мишень диаметром 15 см	попаданий	5	5	3	3

Примечание:

Президентский уровень готовности – выполнение четырех физических упражнений с результатами президентского уровня готовности и двух с результатами уровня национальной готовности.

Уровень национальной готовности – выполнение шести физических упражнений с результатами уровня национальной готовности.

2 ступень "Спорт ізбасарлары"

Виды физических упражнений для детей

(возраст 14-15 лет)

№ п/п	Контрольное физическое упражнение	Единица измерений	Президентский уровень готовности		Уровень национальной готовности	
			юноши	девушки	юноши	девушки
1.	Бег 60 м.	мин. сек.	8,0	9,0	8,2	9,2
2.	Бег 2000 м.		8.30,0	9.30,0	9.00,0	10.00,0
3.	Прыжок в длину с места	см.	240	210	220	190
4.	Подтягивание	кол-во раз	14	-	12	-
	Подъем туловища из положения лежа на спине	кол-во раз в мин.	-	45	-	40
5.	Бег на лыжах 3 км. или бег либо ходьба в течение 6 мин.	м и н . м.	15.00,0	18.00,0	16.00,0	19.00,0
			1700	1400	1600	1200
6.	Плавание 50 м.	сек.	38,0	55,0	41,0	1.00,0
7.	Метание мяча (150 гр.)	м.	60	35	50	30
8.	Стрельба из пневматической винтовки, мишень диаметром 10 см.	попаданий	5	5	3	3

Примечание:

Президентский уровень готовности – выполнение четырех физических упражнений с результатами президентского уровня готовности и двух с результатами уровня национальной готовности.

Уровень национальной готовности – выполнение шести физических упражнений с результатами уровня национальной готовности.

3 ступень "Күш пен батылдык"

Виды физических упражнений для детей

(возраст 16-17 лет)

№ п/п	Контрольное физическое упражнение	Единица измерений	Президентский уровень готовности		Уровень национальной готовности	
			юноши	девушки	юноши	девушки
1.	Бег 100 м.	сек.	13,0	15,4	14,0	15,8
2.	Бег 2000 м.	мин. сек.	-	9.00,0	-	9.50,0
	Бег 3000 м.	мин. сек.	11.00,0	-	12.40,0	-
3.	Прыжок в длину с места	см.	265	210	250	200
4.	Подтягивание	кол-во раз	16	-	13	-
	Подъем туловища из положения лежа на спине	кол-во раз в мин.	-	55	-	50
5.	Бег на лыжах 5 км. (юноши) Бег на лыжах 3 км. (девушки) или бег либо ходьба в течение 6 мин.	мин. м.	23.00,0	16.00,0	24.00,0	17.30,0
			1700	1400	1600	1250
6.	Плавание 50 м.	сек.	38,0	52,0	40,0	55,0
7.	Метание гранаты 700 гр. (юноши) 500 гр. (девушки)	м.	45	-	40	-
			-	32	-	26
8.	Стрельба из пневматической винтовки 5 выстрелов М-8	очки	36	36	30	30

Примечание:

Президентский уровень готовности – выполнение четырех физических упражнений с результатами президентского уровня готовности и двух с результатами уровня национальной готовности.

Уровень национальной готовности – выполнение шести физических упражнений с результатами уровня национальной готовности.

4 ступень "Шынығуды жетілдіру"

Виды физических упражнений для молодежи

(возраст 18-23 года)

№ п/п	Контрольное физическое упражнение	Единица измерений	Президентский уровень готовности		Уровень национальной готовности	
			мужчины	женщины	мужчины	женщины
1.	Бег 100 м.	сек.	13,0	15,5	13,5	16,0
2.	Бег 2000 м.	мин. сек.	-	9.00,0	-	9.50,0
	Бег 3000 м.	мин. сек.	12.00,0	-	12.30,0	-
3.	Прыжок в длину с места	см.	260	200	245	190
4.	Подтягивание	кол-во раз	17	-	14	-
	Подъем туловища из положения лежа на спине	кол-во раз в мин.	-	50	-	45
5.	Бег на лыжах 5 км. (мужчины) Бег на лыжах 3 км. (женщины) или бег либо ходьба в течение 6 мин.	мин.	24.00,0	17.00,0	25.00,0	18.30,0
		м.	1650	1350	1500	1200
6.	Плавание 50 м.	сек.	40,0	50,0	45,0	1.00,0
7.	Метание гранаты 700 гр. (мужчины) 500 гр. (женщины)	м.	42	-	38	-
			-	30	-	24
8.	Стрельба из пневматической винтовки 5 выстрелов	очки	42	40	36	33

Примечание:

Президентский уровень готовности – выполнение четырех физических упражнений с результатами президентского уровня готовности и двух с результатами уровня национальной готовности.

Уровень национальной готовности – выполнение шести физических упражнений с результатами уровня национальной готовности.

4 ступень "Шынығуды жетілдіру"

Виды физических упражнений для населения

(возраст 24-39 лет)

№ п/п	Контрольное физическое упражнение	Единица измерений	Президентский уровень готовности		Уровень национальной готовности	
			мужчины	женщины	мужчины	женщины
1.	Бег 100 м.	сек.	13,5	16,0	14,0	16,5
2.	Бег 2000 м.	мин. сек.	-	9.30,0	-	10.00,0
	Бег 3000 м.	мин. сек.	12.20,0	-	12.50,0	-
3.	Прыжок в длину с места	см.	250	190	235	180
4.	Подтягивание	кол-во раз	16	-	12	-
	Подъем туловища из положения лежа на спине или сгибание и разгибание рук в упоре лежа	кол-во раз в мин.	-	4 5 25	-	4 0 20

5.	Бег на лыжах 5 км. (мужчины) Бег на лыжах 3 км . (женщины) или бег либо ходьба в течение 6 мин.	мин. м.	25.00,0	18.00,0	26.00,0	19.30,0
			1600	1300	1450	1100
6.	Плавание 50 м.	сек.	43,0	52,0	48,0	1.05,0
7.	Метание гранаты 700 гр. (мужчины) 500 гр. (женщины)	м.	40	-	36	-
			-	28	-	22
8.	Стрельба из пневматической винтовки 5 выстрелов	очки	40	38	35	30

Примечание:

Президентский уровень готовности – выполнение четырех физических упражнений с результатами президентского уровня готовности и двух с результатами уровня национальной готовности.

Уровень национальной готовности – выполнение пяти физических упражнений с результатами уровня национальной готовности.

5 ступень "Сергектік пен денсаулық"

Виды физических упражнений для населения

(возраст 40-49 лет)

№ п/п	Контрольное физическое упражнение	Единица измерений	Президентский уровень готовности		Уровень национальной готовности	
			мужчины	женщины	мужчины	женщины
1.	Бег 60 м.	сек.	12,2	13,0	13,5	14,4
2.	Бег 1000 м.	мин. сек.	-	4.20,0	-	4.40,0
	Бег 2000 м.	мин. сек.	8.00,0	-	8.40,0	-
3.	Прыжок в длину с места	см.	230	180	220	170
4.	Подтягивание	кол-во раз	12	-	10	-
	Подъем туловища из положения лежа на спине или сгибание и разгибание рук в упоре лежа	кол-во раз в мин.	-	3 5 20	-	3 0 15
5.	Бег на лыжах 3 км (мужчины) Бег на лыжах 2 км. (женщины) или бег либо ходьба в течение 6 мин	мин. м.	25.20,0	17.45,0	26.30,0	19.20,0
			1550	1250	1400	1050
6.	Плавание 50 м.	сек.	45,0	55,0	50,0	1.10,0
7.	Метание гранаты 700 гр. (мужчины) 500 гр. (женщины)	м.	38	-	35	-
			-	26	-	21
8.	Стрельба из пневматической винтовки 5 выстрелов	очки	38	35	32	30

Примечание:

Президентский уровень готовности – выполнение трех физических упражнений с результатами президентского уровня готовности и двух с результатами уровня национальной готовности.

Уровень национальной готовности – выполнение пяти физических упражнений с результатами уровня национальной готовности.

5 ступень "Сергектік пен денсаулық"

Виды физических упражнений для населения

(возраст 50-59 лет)

№ п/п	Контрольное физическое упражнение	Единица измерений	Президентский уровень готовности		Уровень национальной готовности	
			мужчины	женщины	мужчины	женщины
1.	Бег 1000 м.	мин. сек.	-	4.30,0	-	5.00,0
	Бег 2000 м.	мин. сек.	8.20,0	-	9.00,0	-
2.	Прыжок в длину с места	см.	220	170	200	160
3.	Подтягивание	кол-во раз	10	-	7	-
	Подъем туловища из положения лежа на спине или сгибание и разгибание рук в упоре лежа	кол-во раз в мин.	-	3 5 20	-	3 0 15
4.	Бег на лыжах 2 км. (мужчины) Бег на лыжах 3 км (женщины) или бег либо ходьба в течение 6 мин	мин.	25.40,0	18.00,0	27.20,0	20.00,0
		м.	1450	1150	1300	1000
5.	Плавание 50 м.	сек.	50,0	1.05,0	1.00,0	1.30,0
6.	Метание гранаты 700 гр.(мужчины) 500 гр. (женщины)	м.	32	-	28	-
			-	22	-	18
7.	Стрельба из пневматической винтовки 5 выстрелов	очки	36	33	30	28

Примечание:

Президентский уровень готовности – выполнение трех физических упражнений с результатами президентского уровня готовности и одного с результатом уровня национальной готовности.

Уровень национальной готовности – выполнение четырех физических упражнений с результатами уровня национальной готовности.

5 ступень "Сергектік пен денсаулық"

Виды физических упражнений для населения

(возраст 60 лет и старше)

--	--	--	--	--	--	--

№ п/п	Контрольное физическое упражнение	Единица измерений	Президентский уровень готовности		Уровень национальной готовности	
			мужчины	женщины	мужчины	женщины
1.	Бег 500 м.	мин. сек.	-	2.30,0	-	2.45,0
	Бег 1000 м.	мин. сек.	4.10,0	-	4.40,0	-
2.	Прыжок в длину с места	см.	190	160	175	145
3.	Подтягивание	кол-во раз	7	-	5	-
	Подъем туловища из положения лежа на спине или сгибание и разгибание рук в упоре лежа	кол-во раз в мин.	-	3 0 16	-	2 5 12
4.	Бег на лыжах 3 км. (мужчины) Бег на лыжах 2 км. (женщины) или бег либо ходьба в течение 6 мин	мин.	17.40,0	10.20,0	18.20,0	11.00,0
		м .	1350	1100	1100	950
5.	Плавание 25 м.	сек.	25,0	30,0	30,0	40,0
6.	Метание гранаты 500 гр. (мужчины) 300 гр. (женщины)	м.	30	-	25	-
			-	20	-	16
7.	Стрельба из пневматической винтовки 5 выстрелов	очки	30	30	25	25

Примечание:

Президентский уровень готовности – выполнение трех физических упражнений с результатами президентского уровня готовности и одного с результатом уровня национальной готовности.

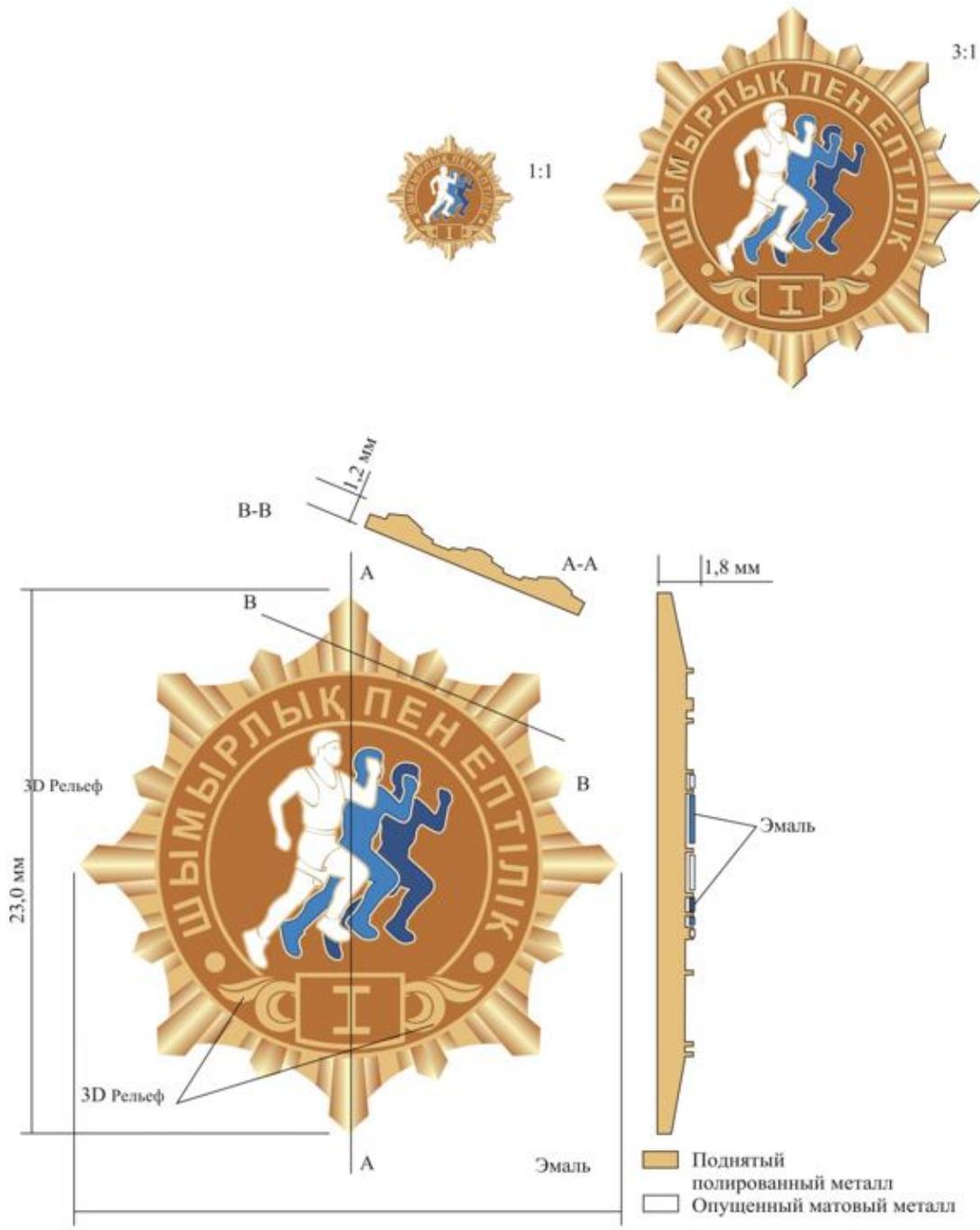
Уровень национальной готовности – выполнение четырех физических упражнений с результатами уровня национальной готовности.

Примечание:

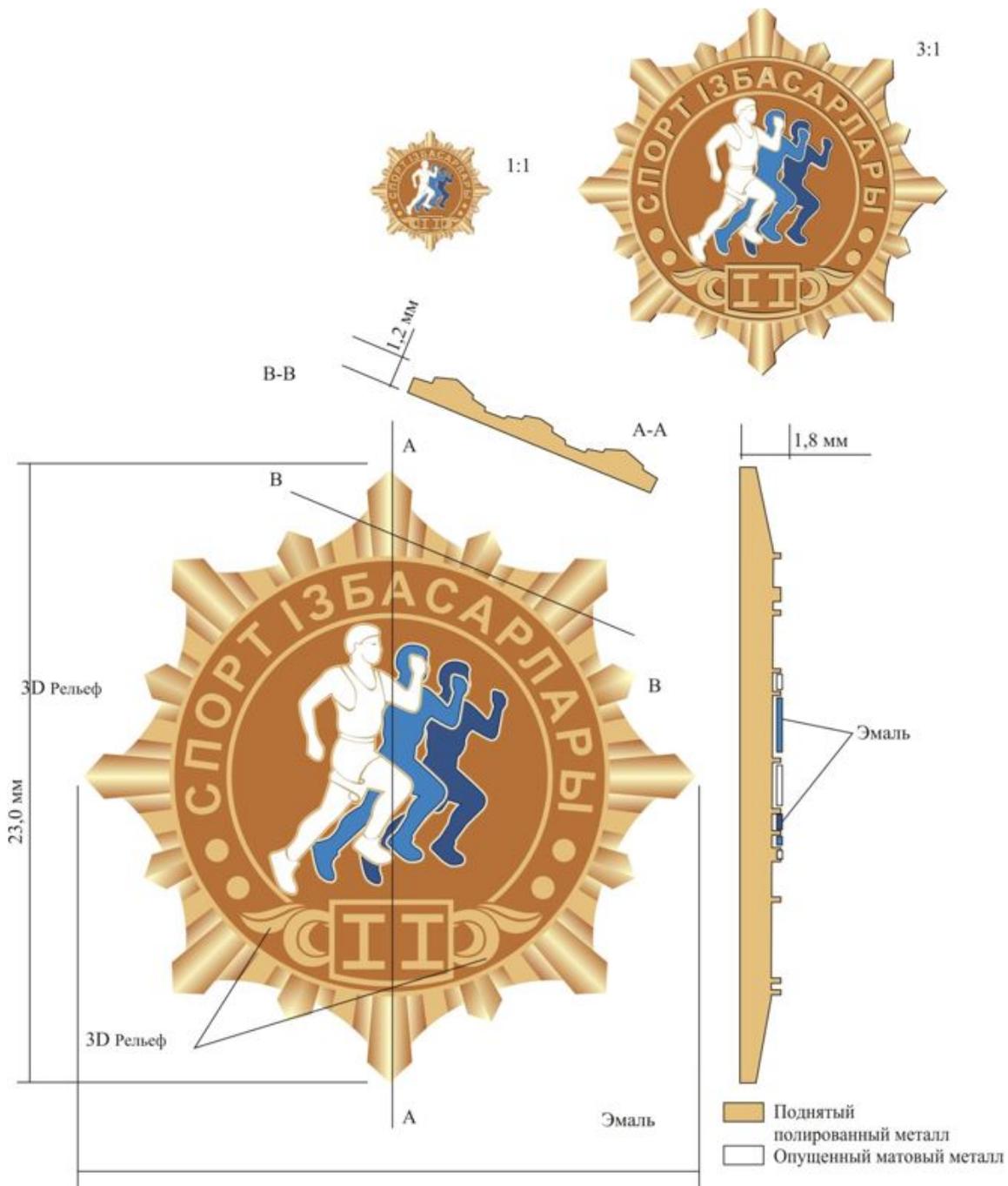
Условные сокращения: м. – метр; см. – сантиметр; км. – километр; мин. – минута; сек. – секунда; кол-во раз – количество раз; б/в – без учета времени; гр. – граммы.

Приложение 2
к Правилам проведения тестов
Первого Президента Республики
Казахстан – Елбасы

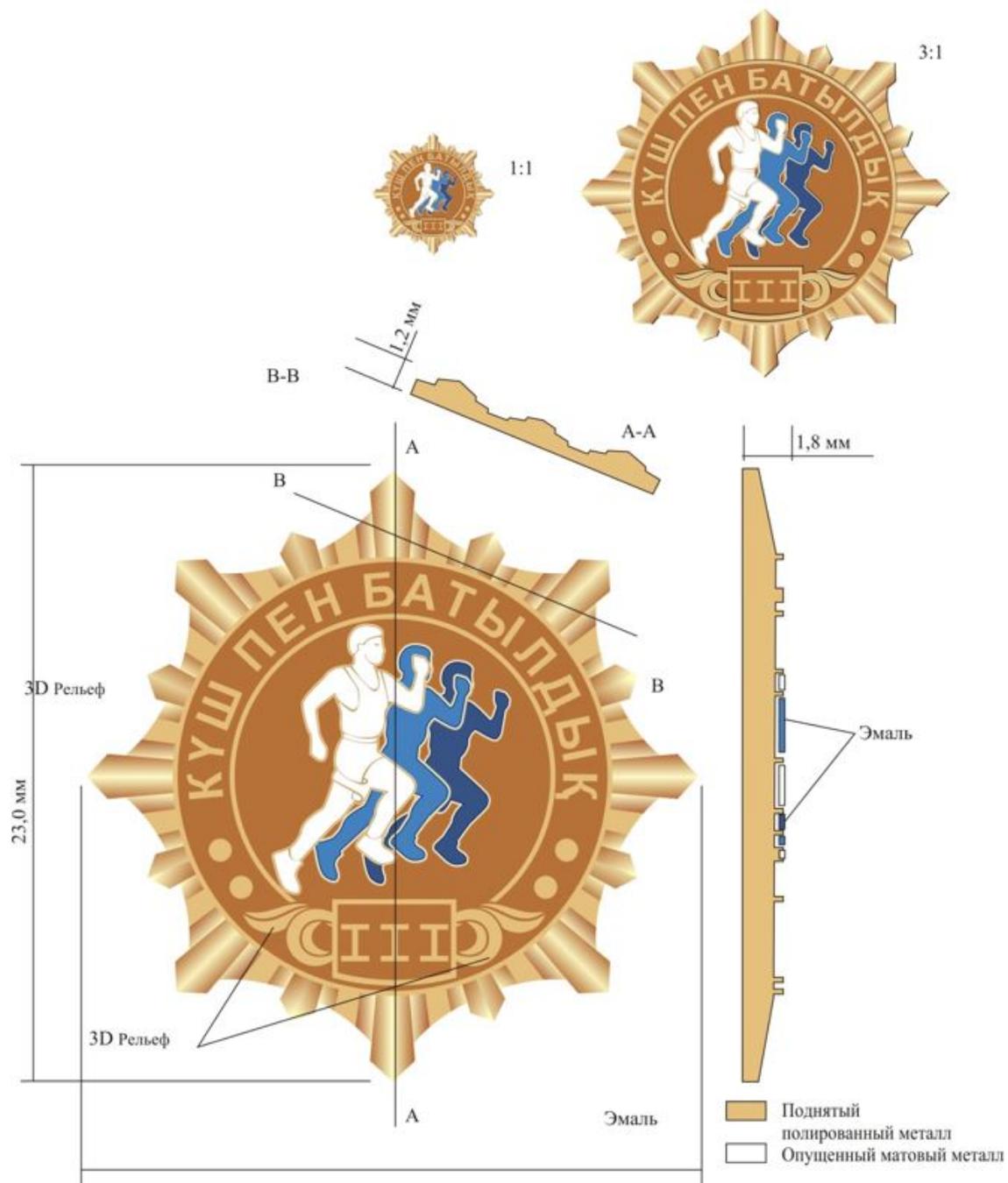
Формы нагрудных знаков отличия президентского уровня готовности
1 степень "Шымырлық пен ептілік"



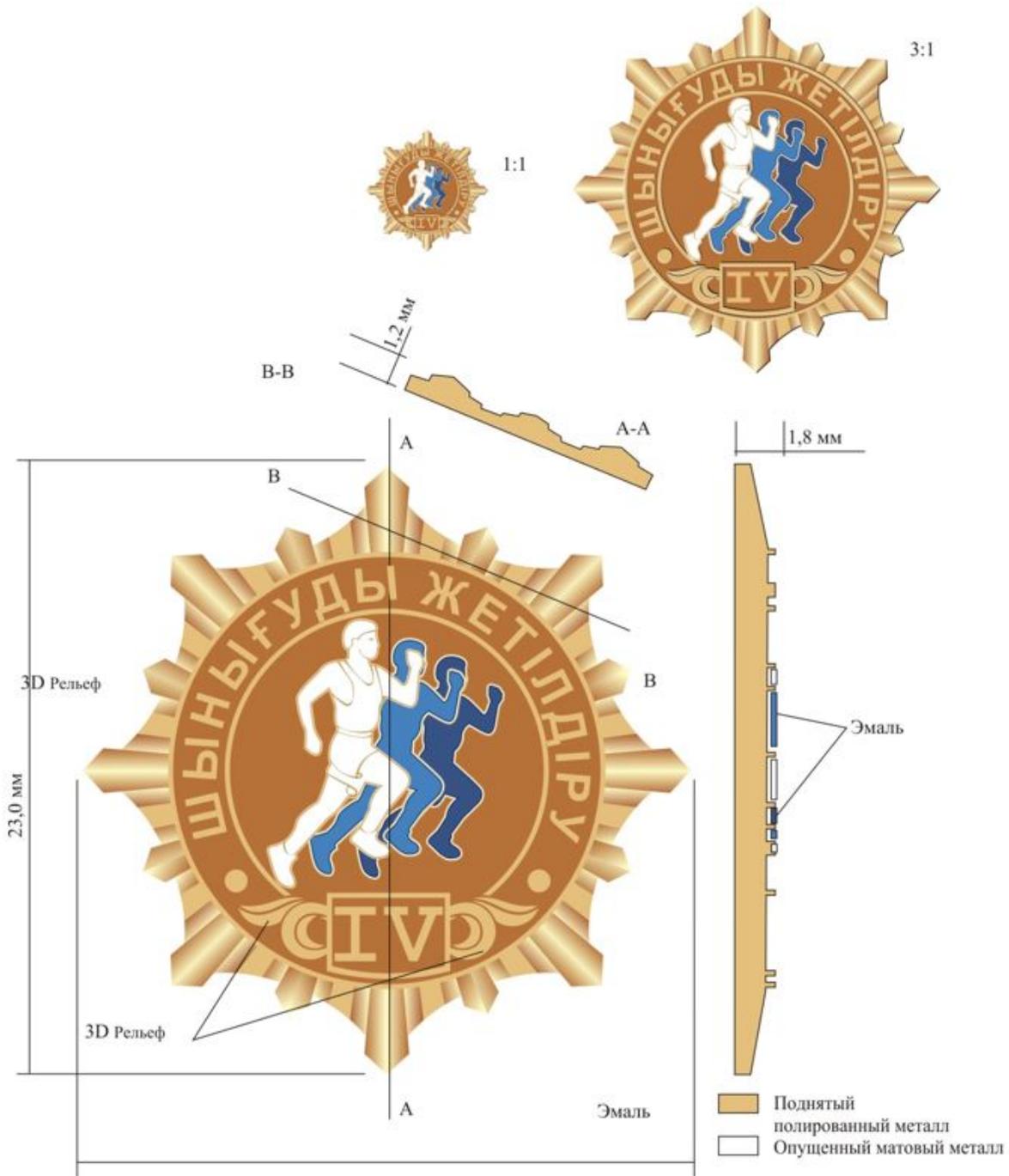
2 ступень "Спорт ізбасарлары"



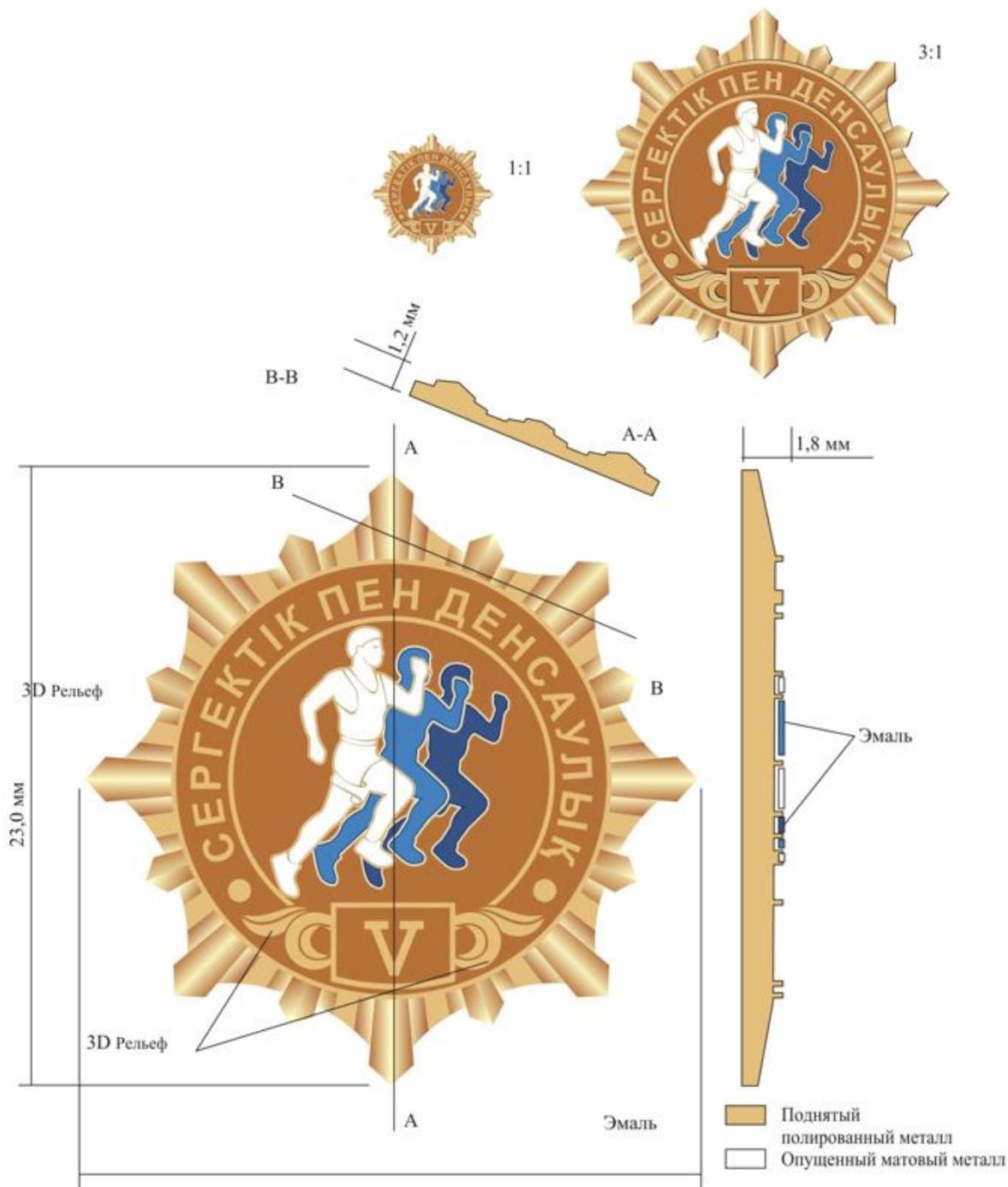
3 ступень "Күш пен батылдык"



4 ступень "Шынығуды жетілдіру"

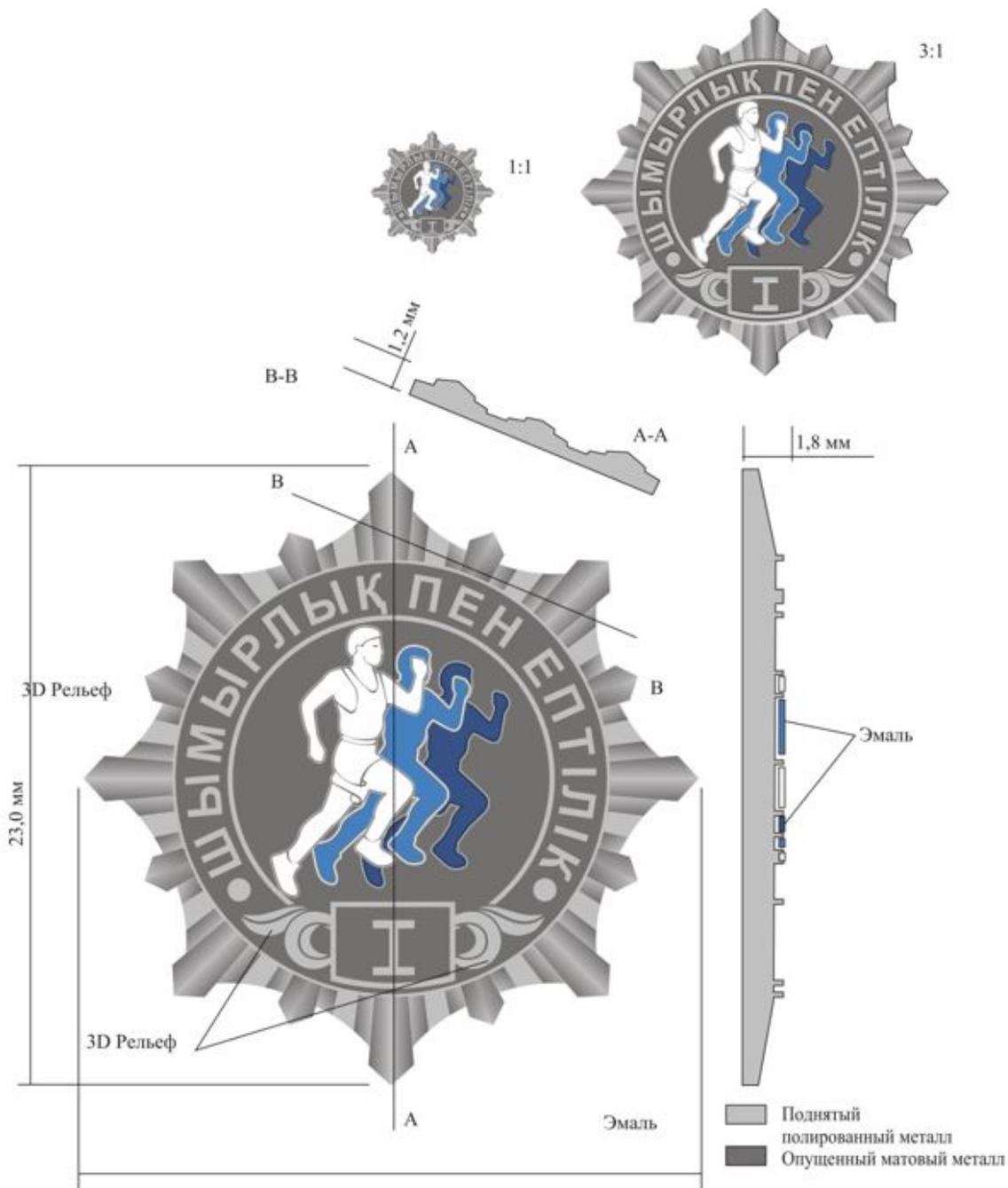


5 ступень "Сергектік пен денсаулық"

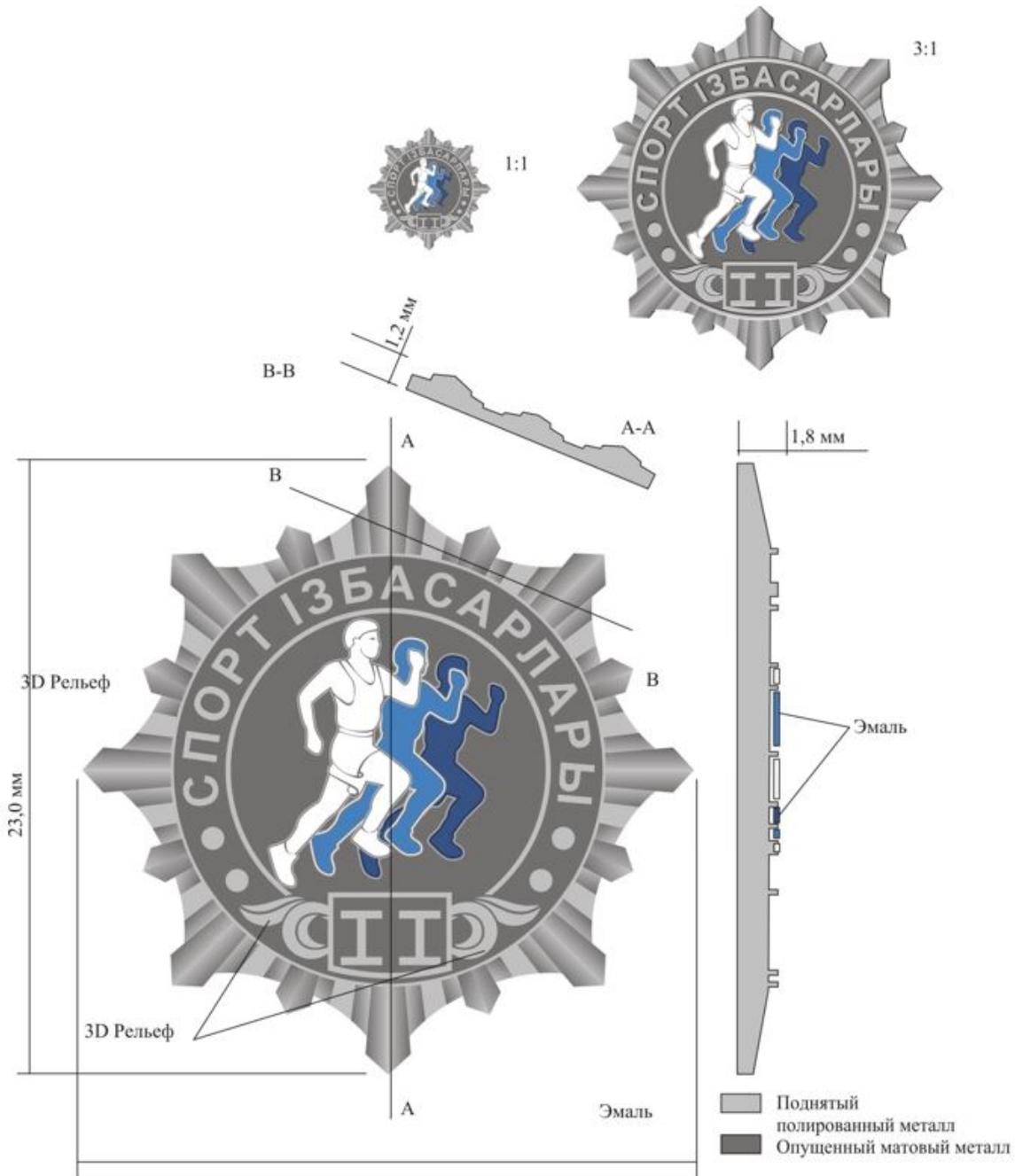


Приложение 3
к Правилам проведения тестов
Первого Президента Республики
Казахстан – Елбасы

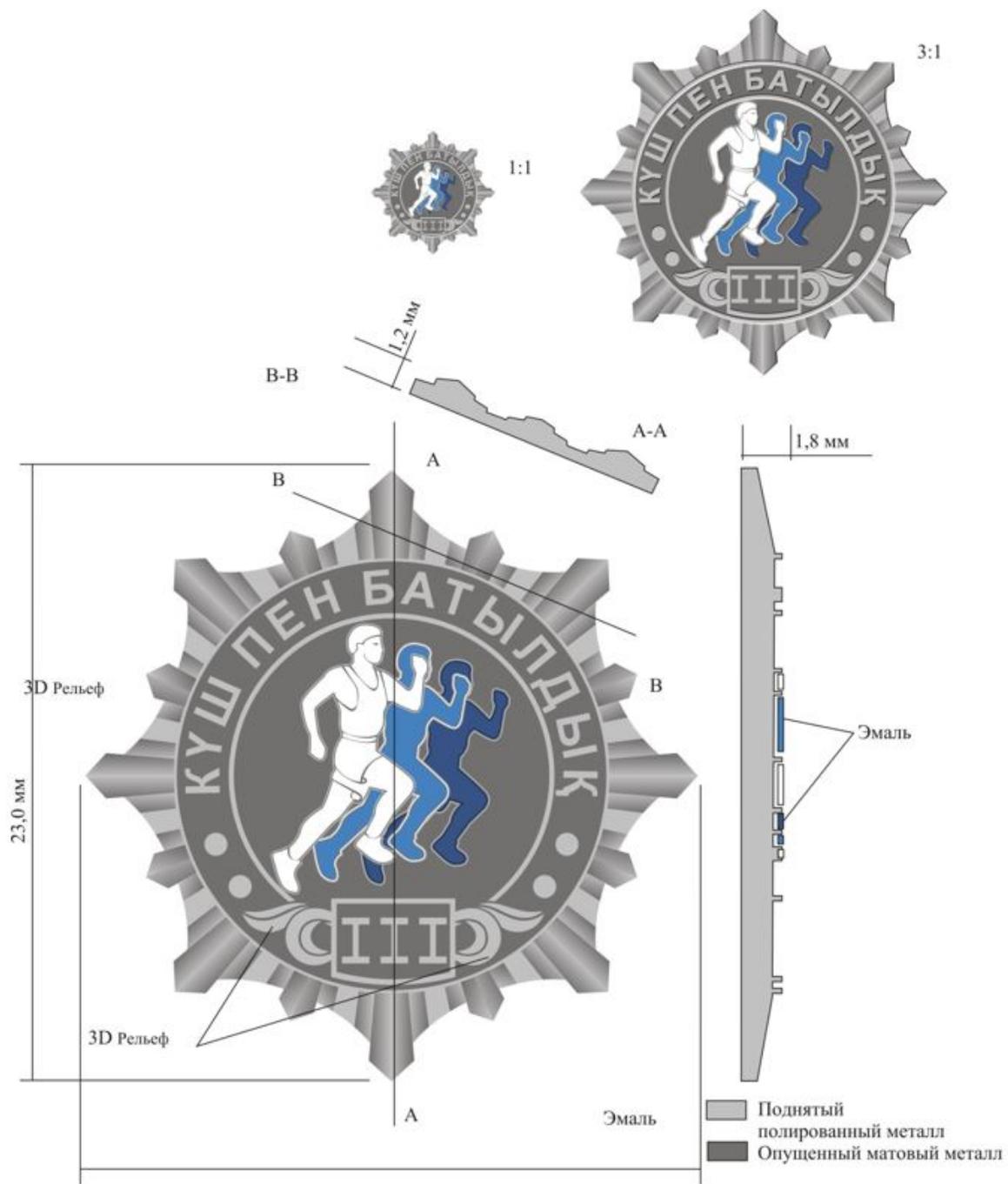
Формы нагрудных знаков отличия уровня национальной готовности.
1 степень "Шымырлық пен ептілік"



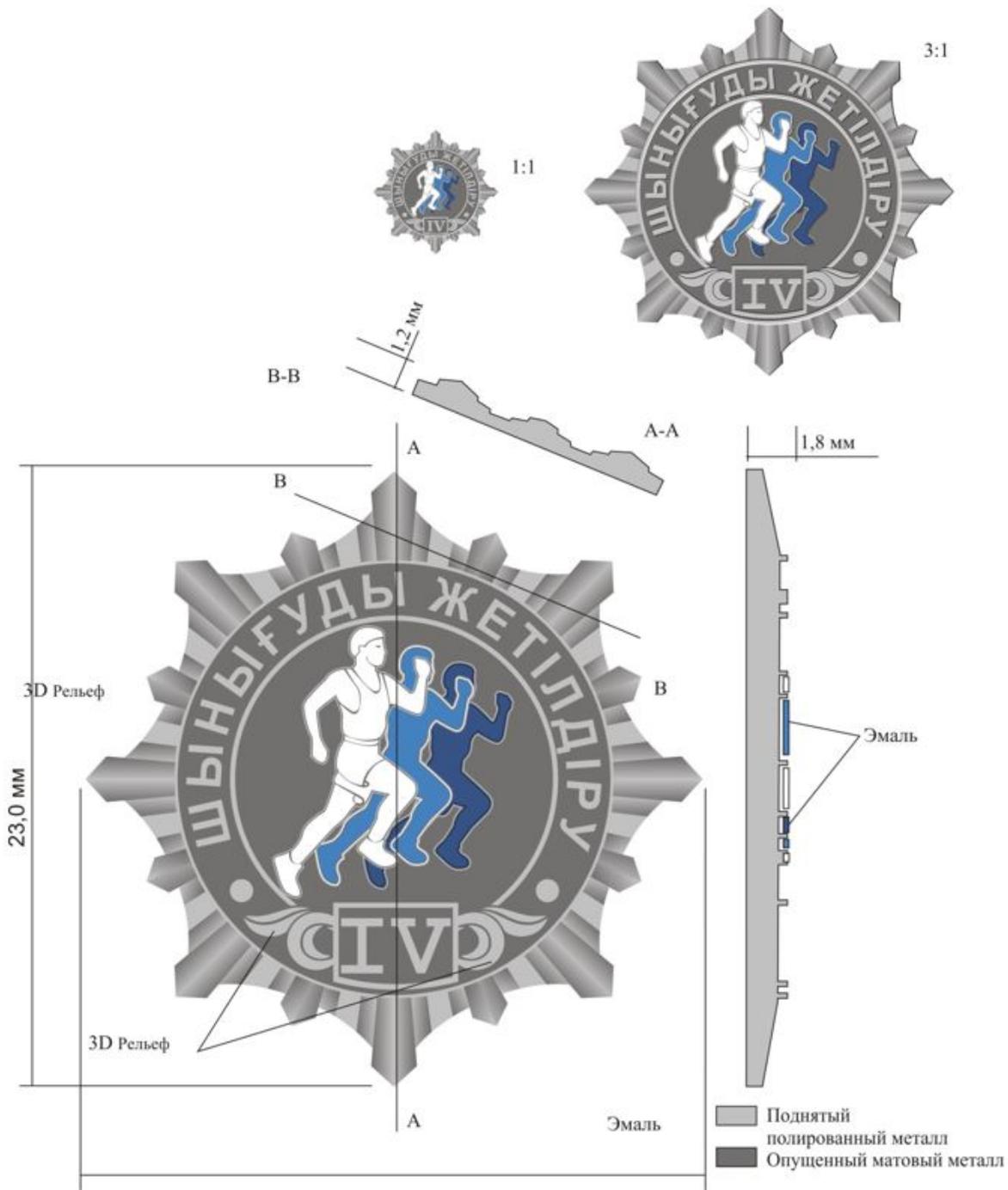
2 ступень "Спорт ізбасарлары"



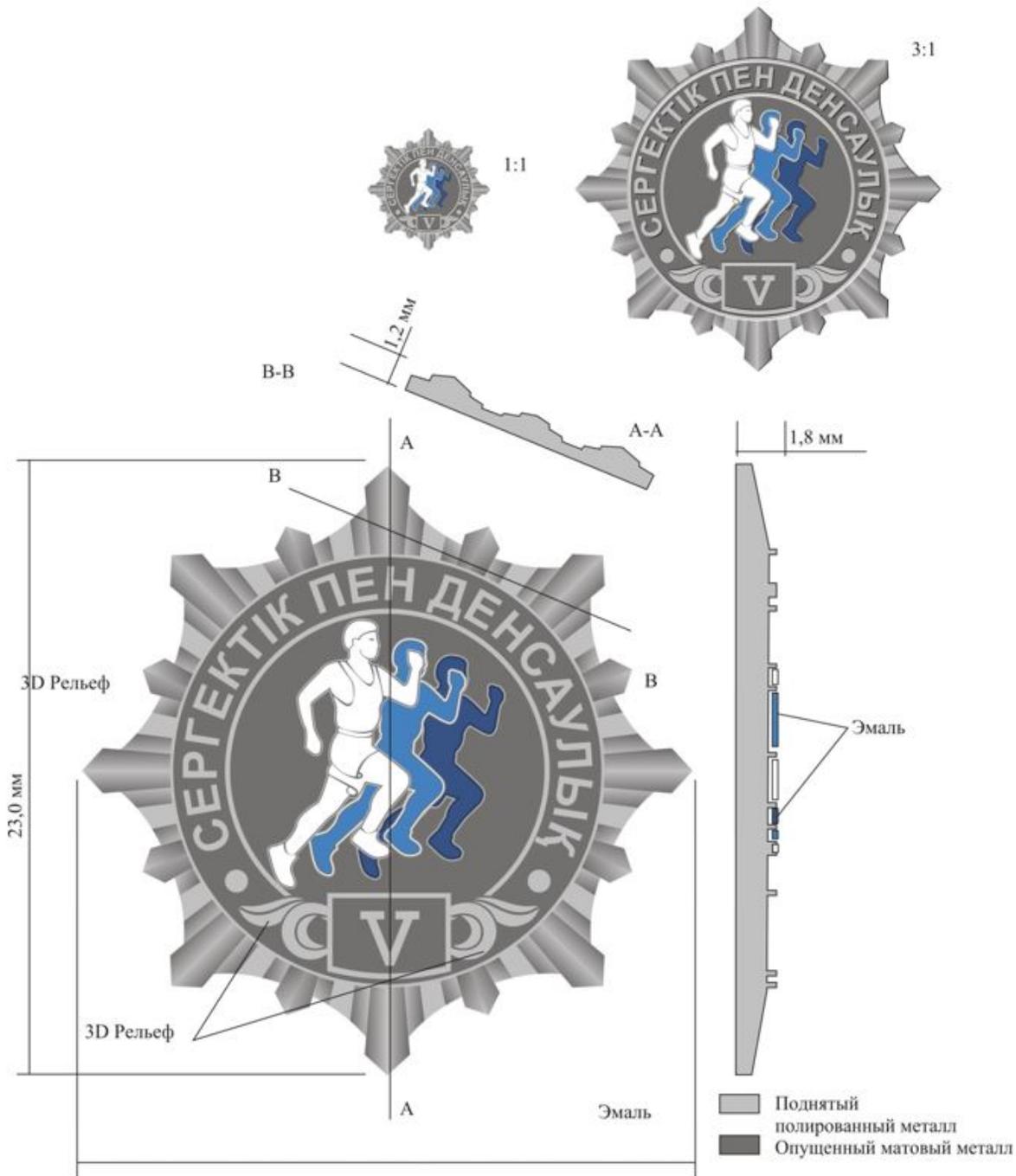
3 ступень "Күш пен батылдык"



4 ступень "Шынығуды жетілдіру"



5 ступень "Сергектік пен денсаулық"



Приложение 4
к Правилам проведения тестов
Первого Президента Республики
Казахстан – Елбасы

Форма удостоверения к нагрудному знаку отличия президентского уровня
ГОТОВНОСТИ

Лицевая сторона

	<p>МАРАПАТТАУ ТУРАЛЫ</p> <p>КҮӘЛІК</p> 
--	---

Оборотная сторона

<p>Қазақстан Республикасы Мәдениет және спорт министрлігінің Спорт және дене шынықтыру істері комитеті</p> <p>№ _____ кәуәлік</p> <p>_____ (тегі)</p> <p>_____ (аты)</p> <p>_____ (әкесінің аты (болған жағдайда))</p> <p>Қазақстан Республикасының Тұңғыш Президентінің - Елбасы тәстілерінің президенттік дайындық деңгейінің нормативтерін орындағаны үшін айырым белгісі бар төсбелгісімен марапатталды</p> <p>саты _____ « _____ »</p> <p>20__ жылы « ____ » _____ № ____ бұйрық</p> <p>Төраға _____ / _____ / (қолы)</p> <p>мөрдiң орны</p>	<p>Комитет по делам спорта и физической культуры Министерства культуры и спорта Республики Казахстан</p> <p>Удостоверение № _____</p> <p>_____ (фамилия)</p> <p>_____ (имя)</p> <p>_____ (отчество (при наличии))</p> <p>Награжден нагрудным знаком отличия за выполнение нормативов президентского уровня готовности тестов Первого Президента Республики Казахстан – Елбасы</p> <p>_____ степень « _____ »</p> <p>Приказ № ____ от « ____ » _____ 20__ года</p> <p>Председатель _____ / _____ / (подпись)</p> <p>место печати</p>
---	---

Приложение 5
к Правилам проведения тестов
Первого Президента Республики
Казахстан – Елбасы
Форма удостоверения к нагрудному знаку
отличия
уровня национальной готовности

