Силлабус
Центр «Физического» воспитания
Рабочая учебная программа дисциплины
«Физическая культура»
Образовательная программа 6В10111 «Общественное здоровье»

1	**Общие сведения о дисциплине**		
1.1	Код дисциплины: FK 2101	1.6	Учебный год: 2024-2025
1.2	Название дисциплины: Физическая культура (основное отделение)	1.7	Курс: 2
1.3	Пререквизиты: - Физическая культура	1.8	Семестр: 3-4
1.4	Постреквизиты: -	1.9	Количество кредитов (ECTS): 4
1.5	Цикл: ООД	1.10	Компонент: ОК
2	**Описание дисциплины**		
Обучение специально-беговым упражнениям. Общие понятия о баскетболе. Обучение бегу на короткие дистанции. Обучение высокому старту и финишированию. Кросс-бег на длинные дистанции. Работа с эстафетной палочкой. Обучение низкому старту и стартовому разбегу. Обучение прыжку в длину. Обучение технике перемещения, прыжкам.			
3	**Форма суммативной оценки**		
3.1	Тестирование	3.5	Курсовая
3.2	Письменный	3.6	Эссе
3.3	Устный	3.7	Проект
3.4	Оценка практических навыков	3.8	Дифференцированный зачет √
4	**Цель дисциплины**		
Целью освоения дисциплины «Физическая культура» является формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры и спорта для сохранения здоровья и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности.			

5	**Конечные результаты обучения (РО дисциплины)**	
РО1	Использует практические умения и навыки к сохранению и укреплению здоровья, развитие и совершенствование физических качеств, соблюдает правила техники безопасности на занятиях физической культуры	
РО2	Контролирует и оценивает уровень физиологического состояния, физической и функциональной подготовленности	
РО3	Применяет методические подходы к освоению физических упражнений в процессе самостоятельных занятий с использованием здоровье -сберегающих технологий	
5.1	РО дисциплины	Результаты обучения ОП, с которыми связаны РО дисциплины

	РО 1	РО1- Применяет основные концепции и методы общественного здоровья, основанные на важнейших аспектах современной истории, философии и социально-политических знаний для эффективного межсекторального взаимодействия с использованием современных информационных технологий.
	РО 2	РО3 - Поддерживает непрерывный личностный и профессиональный рост, обучаясь в течение профессиональной деятельности и способен содействовать созданию и распространению знаний и практических навыков, применимых к здоровью.
	РО 3	РО8 - Владеет навыками разработки, организации, проведения и оценка эффективности санитарнопротивоэпидемических и санитарно-профилактических мероприятий по охране здоровья населения и профилактике заболеваний

6 Подробная информация о дисциплине

Южно-Казахстанская медицинская академия, площадь. Аль-Фараби 1, учебный корпус
№ 1, Центр физического воспитания.

6.1 Место проведения : спортивный зал

6.2	Количество часов	Лекции	Практические занятия	Лаб.зан.	СРОП	СРО
		-	120	-	-	-

7. Сведения о преподавателях

№	Ф.И.О	Степени и должность	Электронный адрес
1	Аширбаев Орынбасар Атырханович	Заведующий центром, магистр	ashirbaev12.73@mail.ru
2	Жумабекова Азиза Эмзебековна	Старший тренер-преподаватель	aziza15.10@ mail.ru
3	Архарбеков Абдрахман Алдебаевич	Тренер-преподаватель Заслуженный тренер РК	abeke65.wrestling@gmail.com
4	Мергенбаев Дуйсенбай Калдыбекович	Тренер-преподаватель Заслуженный тренер РК	duisenbaev555@ mail.ru
5	Жузжигитов Алимжан Амангельдиевич	Старший тренер-преподаватель	Alimjan11.80 @mail.ru
6	Дуйсенбиев Гани Базаралиевич	Старший тренер-преподаватель, магистр	gani12.74 @mail.ru
7	Аяпов Едил Сейтбаевич	Тренер-преподаватель	Edil-2020@ mail.ru
8	Шораева Нурила Балгабаевна	Тренер-преподаватель	Shoraewa @mail.ru

9	Амал Бағлан Бақытұлы	Тренер-преподаватель	Baglan 1209@mail.ru
10	Дуйсенов Биржан Абилаханович	Тренер-преподаватель, магистрант	birzanduisenov7@gmail.com
11	Түгелбай Алмас Нұржігітұлы	Тренер-преподаватель, магистрант	almas@mail7ru

8 Тематический план

Неделя	№	Название темы	Краткое содержание	РО дис-циплины	Кол. час	Методы/ Технологии обучение	Формы/ методы оценивания
3 семестр							
1	1	Современные оздоровительные системы и основы контроля физического состояния организма	характеристика современных оздоровительных систем и средств, оценка физического развития и физического здоровья, дневник самоконтроля	РО-1	2	коммуникативные технологии	обратная связь (блиц опрос)
	2	Национальные игры	национальные игры: «Жигиты и гонцы», «День и ночь»	РО-1	2	работа в малых группах	критерии и оценки по легкой атлетике
2	3	Специально-беговые упражнения	бег с высоким подниманием бедра, забрасывание голени назад, бег прыжками	РО-1	2	индивид-ная, групповая работа	критерии и оценки по легкой атлетике
	4	Бег на короткие дистанции	бег с ускорением на 60 м, финиширование	РО-1	2	индивид-ная, групповая работа	критерии и оценки по легкой атлетике
3	5	Низкий старт, стартовый разбег	низкий старт, расстановка	РО-1	2	индивид-ная, групповая	критерии и оценки по

			рук и ног,стартовый разбег			работа	легкой атлетике
	6	Бег с учетом времени	бег на 40м.,100 м,с учетом времени.	РО-1	2	групповая работа	критерии и оценки по легкой атлетике
4	7	Кроссовая подготовка	бег на длинные дистанции,выносли-вость.	РО-1	2	поточная работа	критерии и оценки по легкой атлетике
	8	Высокий старт, финиширование	высокий старт, работа рук при беге,финиширование	РО-1	2	индивидуальная, групповая работа	критерии и оценки по легкой атлетике
5	9	Кросс	бег по пересеченной местности	РО-1	2	поточная работа	критерии и оценки по легкой атлетике
	10	Эстафетный бег	работа в команде, работа в «коридоре».	РО-1	2	групповая работа	критерии и оценки по легкой атлетике
6	11	Прием- передачи эстафетной палочки	передача эстафетной палочки в колонне, в движении	РО-1	2	индивидуальная, групповая работа	критерии и оценки по легкой атлетике
	12	Прыжки в длину	правильный разбег, толчек, полет, приземление	РО-1	2	индивидуальная работа	критерии и оценки по легкой атлетике
7	13	Подготовка к «Президентским тестам»	100м., прыжки, силовые упражнения	РО-1	2	ролевые игры	критерии и оценки по легкой атлетике
	14	РК-1. Легкая атлетика	выполнение прыжка в длину с места	РО-1	2	индивидуальная работа	критерии и оценки
8	15	Правила игры в баскетбол	правила игры и судейство	РО-3	2	комуникативные	обратная связь (блиц

			баскетбола			технологии	опрос)
	16	Техника перемещении, прыжки	бег, прыжки, отрыв, бег спиной вперед, бег скрестными шагами	РО-1	2	индивидуальная, групповая работа	критерии и оценки по баскетболу
9	17	Ведение мяча	ведение мяча по прямой, по кругу, с препятствиями	РО-1	2	индивидуальная, групповая работа	критерии и оценки по баскетболу
	18	Ловля- передача мяча	ловля-передача мяча на уровне груди, от плеча, с отскоком	РО-1	2	индивидуальная, групповая работа	критерии и оценки по баскетболу
10	19	Передачи мяча в движении	передачи мяча в движении, в паре, в колоннах.	РО-2	2	индивидуальная, групповая работа	критерии и оценки по баскетболу
	20	Броски мяча в корзину	бросок мяча от груди, от плеча, в прыжке	РО-1	2	индивидуальная, групповая работа	критерии и оценки по баскетболу
11	21	Эстафеты	эстафеты в колоннах с б/б мячами	РО-2	2	работа в малых группах	критерии и оценки по баскетболу
	22	Броски мяча с 3х шагов	броски мяча в корзину в колоннах, с разных точек зоны.	РО-1	2	групповая работа	критерии и оценки по баскетболу
12	23	Ловля- передача мяча в движении	ловля-передача мяча в движении на уровне груди, от плеча, с отскоком	РО-1	2	индивидуальная, групповая работа	критерии и оценки по баскетболу
	24	Броски мяча в корзину с 2х шагов	броски мяча в корзину в колоннах, с разных точек	РО-2	2	индивидуальная работа, смешанная	критерии и оценки по баскетболу

			зоны				
13	25	Односторонняя учебная игра	ведение, передачи, броски мяча	РО-2	2	работа в малых группах	критерии и оценки по баскетболу
	26	Техника владением мяча	ведение, ловля-передача в движении, броски мяча в корзину	РО-1	2	групповая работа	критерии и оценки по баскетболу
14	27	Броски мяча в корзину	бросок мяча от груди, от плеча, в прыжке	РО-1	2	ролевые игры	критерии и оценки по баскетболу
	28	РК-2. Баскетбол	дриблинг /1 мин/. Броски мяча с 2х шагов	РО-1	2	индивидуальная работа	критерии и оценки по баскетболу
15	29	Учебная игра	техника защиты, нападения,правило игры в бас кетбол	РО-2	2	работа в малых группах	критерии и оценки по баскетболу
	30	Итоговый контроль	подтягивание,отжимание-муж, пресс, приседания-жен	РО-1	2	и ндивидуаль-ная работа	критерии и оценки
4 семестр							
1	31	Основные методики самостоятельных занятий.	задачи, формы самостоятельных занятий, содержание самостоятельных занятий физупражнениями.	РО-1	2	коммуникатив ные технологии	обратная связь (блиц опрос)
	32	Волейбол. Общие понятие о волейболе	история развития волейбола в Казахстане	РО-1	2	коммуникатив ные технологии	обратная связь (блиц опрос)
2	33	Стойка	стойка, бег,	РО-1	2	индивидуаль	критерии и

		волейболиста, перемещение	выпады			ная, групповая работа	оценки по волейболу
	34	Подачи мяча сверху	подачи сверху	РО-1	2	индивидуальная, групповая работа	критерии и оценки по волейболу
3	35	Нижний прием - передачи	правильная расстановка рук, ног, нижний прием-передача мяча в паре	РО-1	2	индивидуальная, групповая работа	критерии и оценки по волейболу
	36	Верхние прием - передачи мяча	работа во встречных колоннах, в движении	РО-1	2	индивидуальная, групповая работа	критерии и оценки по волейболу
4	37	Подвижные игры	«картошка», пионербол, эстафеты.	РО-1	2	ролевые игры	критерии и оценки по волейболу
	38	Техника владением мяча	подачи мяча, прием-передачи мяча на месте и в движении	РО-1	2	индивидуальная, групповая работа	критерии и оценки по волейболу
5	39	Правила игры	техника защиты, нападения. Правило игры в волейбол	РО-1	2	комуникативные технологии	обратная связь (блиц опрос)
	40	Национальные игры	«Бойга доп дарытпау», «Аншы мен уйректер», « Казан доп».	РО-2	2	ролевые игры	критерии и оценки по волейболу
6	41	Приемы- передачи мяча	прием-передачи мяча на месте и в движении	РО-1	2	индивидуальная, групповая работа	критерии и оценки по волейболу
	42	Односторонняя учебная игра	подачи мяча, приемы-	РО-2	2	работа в малых	критерии и оценки по

			передачи мяча. Игры в тройках			группах	волейболу
7	43	Правила и судейство в волейболе	судейство во время учебной игры	РО-3	2	групповая работа	критерии и оценки по волейболу
	44	РК-1. Волейбол	подачи мяча сверху, прием-передачи сверху	РО-1	2	индивидуальная работа	критерии и оценки
8	45	Гимнастика.	построение в колонну, шеренгу, перестроение в колоннах, шеренгах	РО-1	2	индивидуальная, поточная работа	критерии и оценки по гимнастике
	46	Общая физическая подготовка	ОФП-силовые упражнения, упражнения на растяжку и гибкость	РО-2	2	групповая работа	критерии и оценки по гимнастике
9	47	Перекаты	перекат,упражнения на растяжку	РО-3	2	индивидуальная работа	критерии и оценки по гимнастике
	48	Кувырок вперед	качели, куворок вперед, назад	РО-1	2	индивидуальная, групповая работа	критерии и оценки по гимнастике
10	49	Стойка на лопатках	стойка на лопатках, переход в полушпагат, мост	РО-1	2	индивидуальная работа	критерии и оценки по гимнастике
	50	Кувырки назад	исходное положение, кувырки, группировка	РО-1	2	индивидуальная работа	критерии и оценки по гимнастике
11	51	Мост и стойка на лопатках	обучить равновесию, стойке на лопатках, переход в	РО-1	2	индивидуальная работа	критерии и оценки по гимнастике

			полушпагат				
	52	Акробатические упражнения	кувырок вперед, назад, стойка на лопатках, полушпагат,мост	РО-1	2	индивидуальная работа	критерии и оценки по гимнастике
12	53	Обучение разбегу	обучить разбегу,вскок на мостик.	РО-1	2	индивидуальная работа	критерии и оценки по гимнастике
	54	Переход через козла	Разбег. Толчок от гимнастического моста. Переход через гимнастический козел. Приземление на гимнастический мат	РО-1	2	индивидуальная работа	критерии и оценки по гимнастике
13	55	Опорный прыжок - согнув ноги	Разбег. Вскок на гимнастический мост. Прыжки на мосту согнув ноги.	РО-1	2	индивидуальная работа	критерии и оценки по гимнастике
	56	Опорный прыжок	Разбег. вскок на гимнастический мостик. Переход через гимнастический козел.	РО-1	2	индивидуальная работа	критерии и оценки по гимнастике
14	57	Силовые упражнения	упражнения с гимнастической скамейкой. ОФП	РО-3	2	работа в малых группах	критерии и оценки по гимнастике
	58	РК-2.Гимнастика	жен- два кувырка вперед,кувырок	РО-1	2	индивидуальная работа	критерии и оценки

			назад,стойка на лопатках, мост, полушпагат. Опорный прыжок ноги врозь муж-длинный кувырок вперед,кувырок назад, стойка на голове с опорой. Прыжок через козла без опоры,согнув ноги				
15	59	Подготовка к Президентским тестам	прыжки в длину с места, подтягивание на перекладине, упражнения на пресс	РО-3	2	индивидуальная работа	критерии и оценки по гимнастике
	60	Итоговый контроль	Муж-Берпи(кол-во в минуту) Подтягивание на перекладине Жен - Приседания Поднимание туловища – пресс	РО-3	2	индивидуальная работа	критерии и оценки

9	**Методы обучения и оценования**	
9.1	Лекции	-
9.2	Практические занятия	Индивидуальное- выполнения заданий индивидуально. Групповое, поточное-выполнения заданий во время спортивных- командных игр. Работа в малых группах-спортивные, подвижные игры. Коммуникативные технология-

		/ дискуссия /- вопрос-ответ во время заданий, Ролевые игры- проведения обучающимся подготовительной части /разминку/методом делегирования.
9.3	СРОП/СРО	-
9.4	Рубежный контроль	Сдача нормативов по видам спорта. Оценка знаний и умений студентов, полученных в результате изучения видов спорта: обучающийся должен выполнять контрольные нормативы. Обучающийся допускается к рубежному контролю при посещении практических занятий и выполнении всех заданий на занятиях. При пропуске практических занятий 30% и более или невыполнения заданий на практических занятиях обучающийся не допускается к рубежному контролю.
9.5	Итоговый контроль	Дифференцированный зачет – прием контрольных нормативов физической подготовленности. Сдача « Президентских тестов» Минимальный балл положительной ИО по дисциплине = 50.

10	**Критерии оценивания**				
10.1	Критерии оценивания результатов обучения дисциплины				
№ РО	Наименование результатов обучения	Неудовлетворительно	Удовлетворительно	Хорошо	Отлично
РО 1	Использует практические умения и навыки к сохранению и укреплению здоровья, развитие и совершенствование физических качеств, соблюдает	Не выполняет многие требуемые упражнения. Не имеет физической подготовленности к занятию и выполняет упражнения со зна-	Выполняет определенные физические упражнений. Правильно подходит к использованию практических навы-ков и упражнений.	Правильно подходит к выполнению определенных физических упражнений. Правильно подходит к использова нию	Правильно подходит к выполнению определенных физических упражнений. Самостоятельно выполняет требуемые действия на занятиях. Правильно подходит к

	правила техники безопасности на занятиях физической культуры	чительными упражнения.		практических навыков и упражнений. Самостоятельно выполняет упражнения	использованию практических навыков и упражнений. Самостоятельно выполняет упражнения
РО 2	Контролирует и оценивает уровень физиологического состояния, физической и функциональной подготовленности	Незанимается физическими упражнения. Неведет Дневник самонаблюдения неиспользует примеры из практики своего опыта	Иногда занимается физическими упражнения. Ведет Дневник самонаблюдения, неиспользует примеры из практики своего опыта	Самостоятельно занимается физическими упражнения. Ведет Дневник самонаблюдения, использует примеры из практики своего опыта	Самостоятельно занимается разучивает различные физические упражнения при этом показывает физические качества как сила ловкость гибкость и быстроту. Ведет Дневник самонаблюдения, использует примеры из практики своего опыта
РО 3	Применяет методические подходы к освоению физических упражнений в процессе самостоятельных занятий с использованием здоровьесберегающих технологий	Незнает здоровьесберегающие технологии, перед физическими упражнениями разминку тела не делает	Выполняет разминку тела, неиспользует здоровьесберегающюю технологию, развивает в себе физические качества.	Самостоятельно выполняет разминку тела, использует здоровьесберегающюю технологию, развивает в себе физические качества (ловкость , гибкость.)	Самостоятельно выполняет разминку тела правильно, использует здоровьесберегающюю технологию, развивает в себе физические качества(ловкость , гибкость,выносливость,кординацию движений
10.2	**Методы т кретерии оценования**				

Чек лист для обучающихся основного отделения

Форма контроля	Оценка	Критерии оценки
Легкая атлетика	«Отлично» соответствует A (4,0) 95-100 % A- (3,67) 90-94 %	Обучающийся знает технику безопасности, имеет знания о двигательном режиме, знает 10-9 специально - подготовительных легкоатлетических упражнений, знает порядок проведения упражнений в комплексе УГГ и 10-9 упражнений, знает все самостоятельные формы занятий ФУ, знает основы техники бега, прыжков, метания; знает правила подвижных игр, эстафет, соревнований, знает основы тактики соревновательной деятельности, знает многие хрестоматийные материалы по развитию лёгкой атлетики в Казахстане
	«Хорошо» соответствует B+(3,33) 85-89 % B(3,0) 80-84 % B-(2,67) 75-79 % C+(2,33) 70-74 %	Обучающийся соблюдает технику безопасности, заботится о соблюдении двигательного режима, соблюдает порядок проведения упражнений в комплексе УГГ и выполняет 8-5 упражнений, применяет 8-5 специально-подготовительных легкоатлетических упражнений, применяет основные самостоятельные формы занятий ФУ, владеет основами техники бега, прыжков, метания; участвует в подвижных играх, эстафетах и соревнованиях, применяет тактические действия в соревновательных условиях
	«Удовлетворительно» соответствует C (2,0) 65-69 % C-(1,67) 60-64 % Д+(1,33) 55-59 % Д- (1,0) 50-54 %	Систематически самостоятельно готовит и проводит комплекс УГГ из 4-1 упражнений, технически грамотно выполняет элементы легкоатлетической полосы препятствий-бег, прыжки, метание, элементы лёгкой атлетики в эстафетах, подвижных и национальных играх.
	«Неудовлетворительно» соответствует FX (0,5) 25-49 % F (0) 0-24 %	Обучающийся пассивно участвует на занятиях не выполняет задания. Не посещает занятия без уважительной причины
Волейбол	«Отлично» соответствует A (4,0) 95-100 %	Успешно выполняет требования по физической подготовке, использует критерии оценки позволяющих судить об

	A- (3,67) 90-94 %	усвоении техники и тактики двигательного действия. Владеет методикой проведения контрольных упражнений для определения уровня развития: выносливости, скорости и гибкости занимающихся волейболом, оценивает выполнения специально-подготовительных упражнений направленных на освоение техники и тактики игры в волейбол. Задания выполняет успешно, с 1 незначительной ошибкой
	«Хорошо» соответствует B+(3,33) 85-89 % B(3,0) 80-84 % B-(2,67) 75-79 % C+(2,33) 70-74 %	Выполняет требования по физические подготовки, использует критерии позволяющих судить об усвоении техники двигательного действия. Владеет методикой проведения контрольных упражнений для определения уровня развития: выносливости, скорости и гибкости занимающихся волейболом, оценивает выполнения специально-подготовительных упражнений направленных на освоение техники и тактики игры в волейбол. Задания выполняет с 2-5 незначительными ошибками.
	«Удовлетворительно» соответствует C (2,0) 65-69 % C-(1,67) 60-64 % Д+(1,33) 55-59 % Д- (1,0) 50-54 %	Выполняет требования по физические подготовке, Владеет методикой проведения контрольных упражнений для определения уровня развития: выносливости, скорости и гибкости занимающихся волейболом, оценивает выполнения специально-подготовительных упражнений направленных на освоение техники и тактики игры в волейбол Задания выполнено с 2-5 грубыми ошибками.
	«Неудовлетворительно» соответствует FX (0,5) 25-49 % F (0) 0-24 %	Обучающийся пассивно участвует на занятиях не выполняет задания. Не посещает занятия без уважительной причины
Гимнастика	«Отлично» соответствует A (4,0) 95-100 %	Самостоятельно организовывает место занятий, подбирает средства и инвентарь, и применяет их в конкретных условиях.

	A- (3,67) 90-94 %	Контролирует ход выполнения упражнений и подводит итог. Движения, или отдельные элементы выполнены правильно с соблюдением всех требований без ошибок, свободно, четко, уверенно, слитно, с отличной осанкой. Может разобраться в движении, объяснить, как оно выполняется, продемонстрировать в нестандартных условиях. Может определить и исправить ошибки других обучающихся, уверенно выполняет учебные нормативы.
	«Хорошо» соответствует B+(3,33) 85-89 % B(3,0) 80-84 % B-(2,67) 75-79 % C+(2,33) 70-74 %	Организует место занятий в основном самостоятельно, лишь с незначительной помощью, допускает незначительные ошибки в подборе средств, контролирует ход выполнения деятельности и подводит итоги. Действует так же, но допустил не белее 1-4 незначительных ошибок.
	«Удовлетворительно» соответствует C (2,0) 65-69 % C-(1,67) 60-64 % Д+(1,33) 55-59 % Д- (1,0) 50-54 %	Более половины видов самостоятельной деятельности выполнены с помощью тренера-преподавателя или не выполняет один из пунктов. Двигательное действие выполнено правильно, но допущена одна 1-4 грубых ошибок, чувствует себя скованно, неуверенно. Отсутствует логическая последовательность, имеются пробелы в знании материала, нет должной аргументации и умения использовать знания на практике
	«Неудовлетворительно» соответствует FX (0,5) 25-49 % F (0) 0-24 %	Обучающийся пассивно участвует на занятиях не выполняет задания. Не посещает занятия без уважительной причины
Баскетбол	«Отлично» соответствует A (4,0) 95-100 % A- (3,67) 90-94 %	Двигательное действие выполнено правильно (заданным способом), точно в надлежащем темпе, легко и четко Задания выполняет без напряжения, уверенно, демонстрирует высокий уровень основных умений и навыков со специально-физической подготовки.

	«Хорошо» соответствует B+(3,33) 85-89 % B(3,0) 80-84 % B-(2,67) 75-79 % C+(2,33) 70-74 %	Двигательное действие выполнено правильно, но недостаточно легко и четко, наблюдается некоторая скованность движений. 1-4 мелкие ошибки в основной фазе или до двух существенных в подготовительной и заключительной Задания выполнено с некоторым напряжением, недостаточно уверенно умеет пользоваться материалом, демонстрирует уровень освоения основных умений и навыков в специально физическими упражнениями
	«Удовлетворительно» соответствует C (2,0) 65-69 % C-(1,67) 60-64 % Д+(1,33) 55-59 % Д- (1,0) 50-54 %	Двигательное действие выполнено в основном правильно, но допущены одна грубая или несколько мелких ошибок, приведших к неуверенному или напряженному выполнению. 1-4 грубых ошибок в основной фазе приема и несколько существенных искажений в остальных фазах, двигательное действие выполнено с грубыми нарушениями техники или многочисленными мелкими ошибками. Задание выполнено недостаточно точно, с большим напряжением, допущены незначительные ошибки,продемонстрирует низкий уровень освоения основных умений и навыков по специально физической подготовке
	«Неудовлетворительно» соответствует FX (0,5) 25-49 % F (0) 0-24 %	Обучающийся пассивно участвует на занятиях не выполняет задания. Не посещает занятия без уважительной причины
Форма рубежного контроля	«Отлично» соответствует A (4,0) 95-100 % A- (3,67) 90-94 %	**Осенний семестр** Р1. Легкая атлетика 1. Прыжки в длину с места Муж-260-255 см Жен -200-190 см 2.Приседания (кол/ мин) Муж-65-60 раз Жен-40-37 раз Р2. Баскетбол

		1.Дриблинг/1 мин/ 10 обхода из 10 возможностей 9 обхода из 10 возможностей 2. Броски мяча в корзинус 2-х шагов Правильное выполнение техники Допустима одна ошибка **Весенний семестр** Р1.Волейбол 1.Подачи мяча сверху из 10 возможностей 10 попаданий на площадку из 10 возможностей 9 попаданий на площадку из 10 возможностей 2. Прием передачи мяча сверху (за 10 сек) 10 приемов-передач без потери мяча 9 приемов-передач без потери мяча Р2. Гимнастика 1.Два кувырка вперед,стойка на лопатках, мост, полушпагат-жен., длинный кувырок вперед,кувырок назад, стойка на голове с опорой-муж, 2.Опорный прыжок согнув ноги-жен, прыжок через козла без опоры,согнув ноги-муж Выполнение задания без ошибок Допустима одна ошибка
	«Хорошо» соответствует B+(3,33) 85-89 % B(3,0) 80-84 % B-(2,67) 75-79 % C+(2,33) 70-74 %	Р1. Легкая атлетика 1. Прыжки в длину с места Муж-245-230 см Жен -185-170 см 2.Приседания (кол/ мин) Муж-55-40 раз Жен-34-26 раз Р2. Баскетбол 1.Дриблинг/1 мин/ 8-5 обхода из 10 возможностей 2. Броски мяча в корзину с 2-х шагов Допустима 2-5 ошибок **Весенний семестр** Р1.Волейбол 1.Подачи мяча сверху из 10 возможностей 8-5 попаданий на площадку из 10

		возможностей 2. Прием передачи мяча сверху (за 10 сек) Допустимо 2-5 ошибок Р2. Гимнастика 1.Два кувырка вперед,стойка на лопатках, мост, полушпагат-жен., длинный кувырок вперед,кувырок назад, стойка на голове с опорой-муж, 2.Опорный прыжок согнув ноги-жен, прыжок через козла без опоры,согнув ноги-муж Выполнение задания без ошибок Допустима одна ошибка
	«Удовлетворительно» соответствует С (2,0) 65-69 % С-(1,67) 60-64 % Д+(1,33) 55-59 % Д- (1,0) 50-54 %	**Осенний семестр** Р1. Легкая атлетика Прыжки в длину с места Муж-225-210 см Жен -165-150 см Приседания (кол/ мин) Муж-35-20 раз Жен-23-14раз Р2. Баскетбол Дриблинг (из 10 возможностей) 4 -1обхода из 10 возможностей 2. броски мяча в корзину с 2-х шагов Допустимо9-5 ошибок **Весенний семестр** Р1.Волейбол 1.Подачи мяча сверху из 10 возможностей 4- попаданий из 10 возможностей 3 попаданий из 10 возможностей 2 попаданий из 10 возможностей 1 попаданий из 10 возможностей 2. Прием передачи мяча сверху (за 10 сек) 4 приемов-передач без потери мяча 3 приемов-передач без потери мяча 2 приемов-передач без потери мяча 1 приемов-передач без потери мяча Р2. Р2. Гимнастика 1.Два кувырка вперед,стойка на лопатках, мост, полушпагат-жен, длинный кувырок вперед,кувырок назад,

		стойка на голове с опорой-муж. 2.Опорный прыжок ноги врозь-жен, прыжок через козла без опоры,согнув ноги-муж. Допустимо шесть ошибок Допустимо семь ошибок Допустимо восемь ошибок Допустимо девять ошибок
	«Неудовлетворительно» соответствует FX (0,5) 25-49 % F (0) 0-24 %	**Осенний семестр** Р1. Легкая атлетика 1.Прыжки в длину с места Муж-200-190 см Жен -145-140 см 2.Приседания (кол/ мин) Муж-15-10 раз Жен-11-9 раз Р2. Баскетбол 1.Дриблинг Допущено 10 и более ошибок 2.Броски мяча в корзину с 2-х шагов 0-попаданий из 10 возможностей, не выполнено задание. **Весенний семестр** Р1.Волейбол 1.Подачи мяча сверху из 10 возможностей 0 попаданий на площадку из 10 возможностей 2. Прием передачи мяча снизу (за 10 сек) Не выполнения приемов-передач мяча Р2.Гимнастика 1.Два кувырка вперед,стойка на лопатках, мост, полушпагат-жен, длинный кувырок вперед,кувырок назад, стойка на голове с опорой-муж. Допущено 10 и более грубых ошибок 2.Опорный прыжок ноги врозь-жен, прыжок через козла без опоры,согнув ноги-муж. Допущено 10 и более грубых ошибок
Форма итогового контроля	«Отлично» соответствует A (4,0) 95-100 %	**Осенний семестр** 1.Муж- сгибание разгибание рук в упоре лежа -40-35 раз

	A- (3,67) 90-94 %	Муж-подтягивание на перекладине-14-13 раз 2. Жен- подъем туловища из положения лежа на спине 45-40 раз Жен-приседание 45-40 раз в минуту **Весенний семестр** Муж- Берпи (кол-во в минуту) 29-27 раз Подтягивание на перекладине 17-16 раз Жен - Приседания 50-45 раз Поднимание туловища – пресс 50-45 раз
	«Хорошо» соответствует B+(3,33) 85-89 % B(3,0) 80-84 % B-(2,67) 75-79 % C+(2,33) 70-74 %	**Осенний семестр** 1.Муж- сгибание разгибание рук в упоре лежа 32-23 раз Муж-подтягивание на перекладине-12 - 8 раз 2. Жен- подъем туловища из положения лежа на спине 35-20 раз Жен-приседание 35-20 раз в минуту **Весенний семестр** Муж- Берпи(кол-во в минуту) 25-18 раз Подтягивание на перекладине 14-11 раз Жен - Приседания 40-33 раз Поднимание туловища – пресс 40-33 раз
	«Удовлетворительно» соответствует C (2,0) 65-69 % C-(1,67) 60-64 % Д+(1,33) 55-59 % Д- (1,0) 50-54 %	**Осенний семестр** 1.Муж- сгибание разгибание рук в упоре лежа 20-11 раз Муж-подтягивание на перекладине-7-4 раз 2. Жен- подъем туловища из положения лежа на спине 15-5 раз Жен-приседание 15-5 раз в минуту **Весенний семестр** Муж- Берпи(кол-во в минуту) 16-8 раз Подтягивание на перекладине 9-3 раз Жен - Приседания 30-15 раз Поднимание туловища – пресс 30-15 раз
	«Неудовлетворительно» соответствует FX (0,5) 25-49 % F (0) 0-24 %	**Осенний семестр** 1.Муж- сгибание разгибание рук в упоре лежа 8-5 раз Муж-подтягивание на перекладине- 2-1 раз 2. Жен- подъем туловища из положения лежа на спине 3-1 раз

		Жен-приседание -3-1 раз в минуту **Весенний семестр** Муж- Берпи (кол-во в минуту) 4-1 раз Подтягивание на перекладине 2-1 раз Жен - Приседания 10-5 раз Поднимание туловища – пресс 10-5 раз	
Многобальная система оценка знаний			
Оценка по буквенной системе	Цифровой эквивалент баллов	Процентное содержание	Оценка по традиционной системе
A	4,0	95-100	Отлично
A -	3,67	90-94	
B +	3,33	85-89	Хорошо
B	3,0	80-84	
B -	2,67	75-79	
C +	2,33	70-74	
C	2,0	65-69	Удовлетворительно
C -	1,67	60-64	
D+	1,33	55-59	
D-	1,0	50-54	
FX	0,5	25-49	Неудовлетворительно
F	0	0-24	

11	**Учебные ресурсы**
Электронные ресурсы, включая, но не ограничиваясь ими : базы данных,анимации симуляторы, профессиональные блоги, веб- сайты, другие электронные справочные материалы (например: видео, аудио, дайджесты)	1.Электронная библиотека ЮКМА - https://e-lib.skma.edu.kz/genres 2.Республиканская межвузовская электронная библиотека (РМЭБ) – http://rmebrk.kz/ 3.Цифровая библиотека «Aknurpress» - https://www.aknurpress.kz/ 4.Электронная библиотека «Эпиграф» - http://www.elib.kz/ 5.Эпиграф - портал мультимедийных учебников https://mbook.kz/ru/index/ 6.ЭБС IPR SMART https://www.iprbookshop.ru/auth 7.информационно-правовая система «Заң» - https://zan.kz/ru 8.Cochrane Library - https://www.cochranelibrary.com/
Электронные учебники	Аяпов Е. С. Волейбол [Электронный ресурс]:оқу-әдістемелік құрал / Е. С. Аяпов, Ә. А. Жүзжігітов. - Электрон. текстовые дан. (406 КБ). - Шымкент : Б. ж., 2014. - 51 бет Емдік дене шынықтырудың негіздері Әбдірақов Б.Қ. , 2019 https://aknurpress.kz/reader/web/2152

Қыдырмолдина А. Ш.Дене тәрбиесі мен спорт түрлерінің физиологиялық негіздері:
Оқулық. – Алматы, 2014. – 528 бет.
https://aknurpress.kz/reader/web/2785
Тайжанов С., Қарақов А.Дене тәрбиесі 3-кітап. (Орта және жоғары сынып оқушыларының дене тәрбиесі) Оқулық Алматы, Эверо, 2020. - 400 бет https://elib.kz/ru/search/read_book/415/
Тайжанов С., Қарақов А.Дене тәрбиесі. 4-кітап (Жоғары оқу орындарына арналған
оқулық) Оқулық. Алматы: Эверо, 2020. - 368 бет.
https://elib.kz/ru/search/read_book/416/
Бөлешев М.Ә. Дене тәрбиесі мен спорт медицинасы: оқу құралы/ Алматы: «Эверо»баспасы, 2020 – 144 б.
https://elib.kz/ru/search/read_book/672/
Тихонов, А. М. Физическая культура. Системно-деятельностный подход в преподавании : направление подготовки: URL: https://www.iprbookshop.ru/32106
Физическая культура и спорт в современном мире. Проблемы и решения : материалы III Международной научно-практической конференции «Физическая культура и спорт в современном мире. Проблемы и решения» (19 ноября 2015 года) / А. В. Аверкова, В. А. Баронина, К. А. Бугаевский [и др.]. URL: https://www.iprbookshop.ru/51800.html
Германов, Г. Н. Двигательные способности и навыки. Разделы теории физической культуры : учебное пособие для студентов-бакалавров и магистров высших учебных заведений по направлениям подготовки 49.03.01, 49.04.01 «Физическая культура» и 44.03.01, 44.04.01 «Педагогическое образование» / Г. Н. Германов. — Воронеж : Элист, 2017. — 303 c. URL: https://www.iprbookshop.ru/52019.
Воробьев, А. В. Социология физической культуры и спорта : учебное пособие / А. В. Воробьев, Т. В. Михеева. — Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2002. — 91 c. https://www.iprbookshop.ru/64960.
Костихина, Н. М. Акмеологические аспекты профессионально-педагогической деятельности специалиста по физической культуре и спорту : учебное пособие / Н. М. Костихина, О. Р. Кривошеева, О. М. Чусовитина. — Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2010. — 276 c. URL: https://www.iprbookshop.ru/64967.

	Частные методики адаптивной физической культуры. В 2 частях. Ч.1. Частные методики адаптивной физической культуры у детей с нарушением слуха, речи, умственной отсталостью, общими расстройствами психологического развития : учебное пособие / составители Е. С. Стоцкая. — Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2019. — 196 с. URL: https://www.iprbookshop.ru/95632. Частные методики адаптивной физической культуры. В 2 частях. Ч.2. Частные методики адаптивной физической культуры у детей с поражением опорно-двигательного аппарата, детей со сложными нарушениями, лиц пожилого возраста : учебное пособие / составители Е. С. Стоцкая. — Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2020. — 244 с.: https://www.iprbookshop.ru/121238.html
Лабораторные физические ресурсы	Тренажерный, гимнастический залы, зал настольного тенниса
Специальные программы	-
Журналы (электронные журналы)	-
Литература	**Основная:** Әбдірақов, Б. Қ. Емдік дене шынықтырудың негіздері : оқу құралы / Б. Қ. Әбдірақов. - Қарағанды : АҚНҰР, 2019. - 110 б. с. Сабирова, Р. Ш. Дене мәдениеті және спорт психологиясы : оқу құралы / Р. Ш. Сабирова, Д. А. Жансерікова, С. А. Смағұлова. - 3-ші бас. - Қарағанды : АҚНҰР, 2019. - 118 б. с. Епифанов, В. А. Емдік дене шынықтыру : оқу құралы / В. А. Епифанов ; қаз. тіл. ауд. К. Ш. Бектұрова. - М. : ГЭОТАР - Медиа, 2016. - 608 бет. С Төтенай Б. Ө. Дене тәрбиесі : оқулық . - 2-бас. - Астана : Фолиант, 2012. Бекнурманов Н. С. Дене шынықтыру және спорт педагогикасы оқу құралы. - Алматы : Эверо, 2014. - 112 бет. Епифанов, В. А. Лечебная физическая культура : учебное пособие / В. А. Епифанов. - 2-е изд., перераб. и доп. ; Мин. образования и науки РФ. Рекомендовано ГОУ ВПО "Московская

мед. акад. им. И. М. Сеченова". - М. : ГЭОТАР - Медиа, 2014. - 568 с
Құланова Қ. Қ. Спорттық ойындар : оқу құралы / Қ. Қ. Құланова, Ұ. С. Маршыбаева, А. К. Уалиева. - Алматы : TechSmith, 2024.
Туленова Х. Б. Гимнастика и методика преподавания : учебное пособие / Х. Б. Туленова. - Алматы : TechSmith, 2024. - 165 с
Туленова Х. Б. Гимнастика и методика преподавания : учебное пособие / Х. Б. Туленова. - Алматы : TechSmith, 2024. - 165 с
Төтенай , Б. Ө. Дене тәрбиесі [Мәтін] : оқулық / Б. Ө. Төтенай . - 2-бас. - Астана : Фолиант, 2012. - 160 бет.
Тайжанов, С. Дене тәрбиесі. 4-кітап [Мәтін] : оқулық / С. Тайжанов, А. Қарақов. - Алматы : Эверо, 2010. - 366 бет.

Дополнительная:

Аяпов Е. С. Волейбол оқу-әдістемелік құрал - Шымкент : Б. ж., 2014. - 51 бет
Тайжанов С.Жеңіл атлетика : әдістемелік құрал. - Алматы : Эверо, 2012.
Тайжанов С.Спорт ойындары әдістемелік-оқу құралы . - Алматы : Эверо, 2012.
Тайжанов С.Салауатты өмір салтының негіздері : әдістемелік құрал /. - Алматы : Эверо, 2016. - 160 бет
Құланова Қ. Қ. Жалпы және арнайы дене дайындығы : оқу-әдістемелік құрал / Қ. Қ. Құланова, Ұ. С. Марчибаева. - Алматы : TechSmith, 2024. - 132 б.
Спортивные игры: Совершенствование спортивного мастерства [Текст] : учеб. для студентов высш. учеб. заведений / Ю. Д. Железняк [и др.] ; под ред. Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. - М : Издательский центр " Академия ", 2004. - 400 с.

12 Политика дисциплины

- Обучающиеся должны своевременно знакомиться с заданиями на АИС Платонус, модуль «Задание».
- Обучающиеся должны выполнять задания ежедневно согласно расписания практических занятий.
- Обучающиеся должны следить за конечными датами сдачи заданий.
- Не пропускать все виды занятий без уважительных причин.
- Обучающиеся обязанны заниматься в спортивной форме, белая футболка, низ-спортивные штаны.
- Во время выполнения заданий необходимо соблюдать дистанцию, избегать несанкционированных падений, столкновений.

13 Академическая политика, основанная на моральных и этических ценностях академии

КОДЕКС ЧЕСТИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ https://translate.google.com/website?sl=kk&tl=ru&ajax=1&prev=search&u=http://base.ukgfa.kz/wp-content/uploads/2021/05

1.Обучающийся стремится стать достойным гражданином Республики Казахстан, профессионалом в избранной специальности, развивать в себе лучшие качества творческой личности

2.Обучающийся с уважением относится к старшим, не допускает грубости по отношению к окружающим и проявляет сочувствие к социально незащищенным людям и по мере возможностей заботится о них.

3.Обучающийся образец порядочности, культуры и морали, нетерпим к проявлениям безнравственности и не допускает проявлений дискриминации по половому, национальному или религиозному признаку

4.Обучающийся ведет здоровый образ жизни и полностью отказывается от вредных привычек.

5.Обучающийся признает необходимую и полезную деятельность, направленную на развитие творческой активности (научно-образовательной, спортивной, художественной и т.п.), на повышение корпоративной культуры и имиджа вуза. Вне стен обучающийся всегда помнит, что он является представителем высшей школы и предпринимает все усилия, чтобы не уронить его честь и достоинство

6.Обучающийся уважает традиции вуза, бережет его имущество, следит за чистотой и порядком в общежитии

7.Обучающийся рассматривает все перечисленные виды академической недобросовестной как несовместные с получением качественного и конкурентоспособного образования, достойного будущей экономической, политической и управленческой элиты Казахстана

14	Согласование, утверждение и пересмотр		
Дата согласования с Библиотечно-информационным центром	Протокол № 9 14.06.24	Руководителя БИЦ Дарбичева Р.И	
Дата утвержденная Центром	Протокол № 11 10.06.2024	Заведующий центром Аширбаев О.А	
Дата одобрения на АК ОП «Общественное здраоохранение»	Протокол № 10 14.06.2024	Председателя АК ОП Сарсенбаева Г.Ж	