

Силлабус
Центр физического воспитания
Рабочая учебная программа дисциплины
«Физическая культура»

Образовательная программа 6В10115 «Медицина»
 Образовательная программа 6В10111 «Общественное здоровье»
 Образовательная программа 6В10116 «Педиатрия»
 Образовательная программа 6В10104 «Сестринское дело»
 Образовательная программа 6В07201 «Технология фармацевтического
 производства»
 Образовательная программа 6В10118 «Медико-профилактическое дело»
 Образовательная программа 6В10106 «Фармация»
 Образовательная программа 6В10117 «Стоматология»

1	Общие сведения о дисциплине		
1.1	Код дисциплины: FK 1(2)106	1.6	Учебный год: 2024-2025
1.2	Название дисциплины: Физическая культура (подготовительное отделение)	1.7	Курс: 1
1.3	Пререквизиты: -	1.8	Семестр: 1-4
1.4	Постреквизиты: Физическая культура	1.9	Количество кредитов (ECTS): 4
1.5	Цикл: ООД	1.10	Компонент: ОК
2	Описание дисциплины		
Соревновательное и физическое самосовершенствование через навыки создания личной образовательной траектории для непрерывного саморазвития и карьерного роста. формирование дееспособной, ориентированной на здоровый образ жизни личности, обеспечивающей полноценную социальную и профессиональную деятельность. Методы и средства физической подготовки.			
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 программы является формирование социально-личностных компетенции обучающихся и способности целенаправленно использовать средства и методы физической культуры, обеспечивающие сохранение, укрепление здоровья и к стойкому перенесению физических нагрузок.

5 Конечные результаты обучения (РО дисциплины)

РО1, РО2, РО3 РО1 Определяет показания к госпитализации больных детей, в экстренном или плановом порядке.

5.1 РО дисциплины Результаты обучения ОП, с которыми связаны РО дисциплины

6В10115 «Медицина»

РО дисциплины Результаты обучения ОП, с которыми связаны РО дисциплины

РО1 РО1- Применяет на практике фундаментальные знания в области биомедицинских, клинических, эпидемиологических и социально-поведенческих наук.

РО2 РО2 - Обеспечивает пациент-центрированный уход в области биомедицинских, клинических, эпидемиологических и социально-поведенческих наук, направленный на диагностику, лечение и профилактику наиболее распространенных.

РО3 РО5 - Качественно выполняет профессиональные обязанности на основе самоконтроля и непрерывного совершенствования своей деятельности.
РО14 - Проводит санитарно-просветительные мероприятия по укреплению здоровья населения, сохранению здоровья и профилактике заболеваний здравоохранения.

6В10111 «Общественное здоровье»

РО дисциплины Результаты обучения ОП, с которыми связаны РО дисциплины

РО1 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.

РО2 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.

PO 3	PO8- Владеет навыками разработки, организации, проведения и оценка эффективности санитарнопротивоэпидемических и санитарно-профилактических мероприятий по охране здоровья населения и профилактике заболеваний.
6B10116 «Педиатрия»	
PO дисциплины	Результаты обучения ОП, с которыми связаны PO дисциплины
PO 1, PO 2, PO 3	PO1 Определяет показания к госпитализации больных детей, в экстренном или плановом порядке.
6B10104 «Сестринское дело»	
PO 1	PO10- Способен критически оценивать стратегии в области укрепления здоровья для улучшения качества жизни, анализировать состояние здоровья населения, оценивая их эффективность, овладевает передовыми знаниями и навыками для участия в разработке стратегий укрепления здоровья.
PO 2, PO 3	PO11- Способен обучать и готовить профессионалов, обучает, мотивирует, консультирует и проводит инструктаж, используя пациент-центрированные методы обучения для содействия здоровому образу жизни, расширению функциональных возможностей, самостоятельности и уходу за собой в повседневной жизни.
6B07201 «Технология фармацевтического производства»	
PO дисциплины	Результаты обучения ОП, с которыми связаны PO дисциплины
PO 1	PO1- Демонстрирует знания и понимание вопросов фармацевтической индустрии во взаимосвязи и взаимозависимости с другими социальными сферами и требованиями законодательства и понимание современных тенденции перспектив развития фармацевтической индустрии.
PO2, PO 3	PO11- Имеет навыки к самостоятельному непрерывному профессиональному самообразованию и эффективной коммуникации во взаимодействиях с разными специалистами на разных уровнях для решения производственных задач.
6B1010118 «Медико-профилактическое дело»	
PO дисциплины	Результаты обучения ОП, с которыми связаны PO дисциплины
PO1	PO1- Использует практические умения и навыки к сохранению и укреплению здоровья, развитие и совершенствование физических качеств, соблюдает правила техники безопасности на занятиях

	физической культуры					
PO2	PO4- Контролирует и оценивает уровень физиологического состояния, физической и функциональной подготовленности.					
PO3	PO13- Применяет методические подходы к освоению физических упражнений в процессе самостоятельных занятий с использованием здоровье -сберегающих технологий.					
Образовательная программа 6В10106 «Фармация»						
PO дисциплины	Результаты обучения ОП, с которыми связаны PO дисциплины					
PO 1	PO9- Обладает навыками эффективной коммуникации между стейкхолдерами здравоохранения, мотивацией к непрерывному профессиональному развитию, имеет культурную толерантность.					
PO 2	PO10- Проявляет лидерские качества (с ранних этапов карьеры) и умение работать в команде.					
PO 3	PO11- Привержен к обучению на протяжении всей жизни, выбирает траектории развития индивидуального плана непрерывного профессионального развития на основе постоянных изменений в науке, фармации и здравоохранении для развития профессиональных компетенций.					
6В10117 «Стоматология»						
PO дисциплины	Результаты обучения ОП, с которыми связаны PO дисциплины					
PO1	PO1- Использует практические умения и навыки к сохранению и укреплению здоровья, развитие и совершенствование физических качеств, соблюдает правила техники безопасности на занятиях физической культуры.					
PO 2	PO7- Контролирует и оценивает уровень физиологического состояния, физической и функциональной подготовленности .					
PO 3	PO9 -Применяет методические подходы к освоению физических упражнений в процессе самостоятельных занятий с использованием здоровье -сберегающих технологий.					
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	№ занятия	Название темы	Краткое содержание	РО дисциплины	Кол-во час	Методы технологии обучения	Формы/методы оценивания
1	1	Физическая культура как учебная дисциплина в системе	История развития физической культуры в Республике Казахстан Физическая культура как учебная дисциплина.	РО-3	2	коммуникативные технологии	обратная связь (блиц опрос)

		образования	Зачетные требования и обязанности обучающихся. Техника безопасности.				
	2	Легкая атлетика. Национальные игры	народные игры: «Белбеу тастау», «Охотники», «Тырналар»	РО-2	2	работа в малых группах	критерии и оценки по легкой атлетике
2	3	Обучение специально - беговым упражнениям	обучить бегу с высоким подниманием бедра, забрасывание голени назад, бег прыжками	РО-3	2	индивидуальная, групповая работа	критерии и оценки по легкой атлетике
	4	Обучение бегу на короткие дистанции	обучить бегу с ускорением на 20м, финишированию	РО-3	2	индивидуальная, групповая работа	критерии и оценки по легкой атлетике
3	5	Обучение низкому старту и стартовому разбегу	обучить низкому старту, правильная расстановка рук и ног, обучить разбегу с толчка.	РО-1	2	индивидуальная, групповая работа	критерии и оценки по легкой атлетике
	6	Бег на короткие дистанции	Бег на 100 метров.13,5- муж., 16,5- жен.	РО-1	2	групповая работа	критерии и оценки по легкой атлетике
4	7	Кроссовая подготовка	обучить бегу на длинные дистанции, правильное дыхание	РО-1	2	поточная работа	критерии и оценки по легкой атлетике
	8	Обучение высокому старту и финишированию	обучить правильной расстановке рук и ног, обучить финишированию	РО-1	2	индивидуальная, групповая работа	критерии и оценки по легкой атлетике
5	9	Кросс-бег на длинные дистанции	бег на 1000 м. - ж, 3000 м. - м с учетом времени	РО-3	2	поточная работа	критерии и оценки по легкой атлетике
	10	Обучение эстафетному бегу	обучить работать в команде, работа в «коридоре»	РО-1	2	групповая работа	критерии и оценки по легкой атлетике

6	11	Работа с эстафетной палочкой	передача эстафетной палочки в колонне, в движении	PO-1	2	индивидуальная, групповая работа	критерии и оценки по легкой атлетике
	12	Обучение прыжку в длину	обучить правильному разбегу, точку, приземлению	PO-1	2	индивидуальная работа	критерии и оценки по легкой атлетике
7	13	Национальные игры	национальные игры: «День-ночь», «Вызов номера», «Рыбаки и рыбки»	PO-1	2	ролевые игры	критерии и оценки по легкой атлетике
	14	РК-1. Легкая атлетика	прыжки в длину с места, приседания	PO-1	2	индивидуальная работа	критерии и оценки
8	15	Баскетбол. Общие понятия о баскетболе	краткое содержание развития баскетбола в РК. Правила баскетбола	PO-3	2	коммуникативные технологии	обратная связь (блиц опрос)
	16	Обучение технике перемещения, прыжкам	бег спиной вперед, скрестными шагами, при выполнении бега спиной-обязательно смотреть через плечо	PO-1	2	индивидуальная, групповая работа	критерии и оценки по баскетболу
9	17	Обучение ведению мяча	обучить ведению мяча по прямой, по кругу, с препятствиями	PO-1	2	индивидуальная, групповая работа	критерии и оценки по баскетболу
	18	Обучение ловле - передаче мяча	обучить ловле - передачи мяча на уровне груди, от плеча, с отскоком	PO-1	2	индивидуальная, групповая работа	критерии и оценки по баскетболу
10	19	Обучение передачи мяча в движении	передачи мяча в движении, в паре, в колоннах	PO-2	2	индивидуальная, групповая работа	критерии и оценки по баскетболу

	20	Обучение броска мяча в корзину	обучить броску мяча от груди, от плеча, в прыжке	РО-1	2	индивидуальная, групповая работа	критерии и оценки по баскетболу
11	21	Эстафеты	эстафеты с баскетбольными мячами	РО-2	2	работа в малых группах	критерии и оценки по баскетболу
	22	Броски мяча в корзину с 3х шагов	Выполнение в колоннах, с разных точек	РО-1	2	групповая работа	критерии и оценки по баскетболу
12	23	Обучение ловле, передачи мяча в движении	обучить ловле - передачи мяча в движении на уровне груди, от плеча, с отскоком	РО-1	2	индивидуальная, групповая работа	критерии и оценки по баскетболу
	24	Обучение броска мяча в корзину с 2-х шагов	обучить броску мяча с 2-х шагов, в движении	РО-2	2	индивидуальная работа	критерии и оценки по баскетболу
13	25	Односторонняя учебная игра	обучение ведению, передачи, броску мяча	РО-2	2	работа в малых группах	критерии и оценки по баскетболу
	26	Учебная игра	правило игры в баскетбол, техника безопасности во время игры	РО-1	2	групповая работа	критерии и оценки по баскетболу
14	27	Национальные игры с элементами баскет-бола	«Охотники и зайцы», «Мяч в корзину», «Стрелок»	РО-1	2	ролевые игры	критерии и оценки по баскетболу
	28	РК-2. Баскетбол	Броски мяча в корзину. Ведение мяча без зрительного контроля	РО-1	2	индивидуальная работа	критерии и оценки по баскетболу
15	29	Спортивные игры	мини футбол, волейбол	РО-2	2	работа в малых группах	критерии и оценки по баскетболу

	30	Итоговый контроль	Муж- сгибание разгибание рук в упоре лежа, подтягивание на перекладине Жен- подъем туловища из положения лежа на спине , приседание	РО-1	2	индивидуальная работа	критерии и оценки
2 семестр							
1	31	Основы здорового образа жизни.	здоровье: основные понятия, сущность, содержание, критерии, факторы здоровья, составляющие здорового образа жизни	РО-3	2	коммуникативные технологии	обратная связь (блиц опрос)
	32	Волейбол. Общие понятия о волейболе	краткое содержание развития волейбола РК., правила игры	РО-1	2	коммуникативные технологии	обратная связь (блиц опрос)
2	33	Обучение стойке волейболиста , перемещению	стойка волейболиста, обучить бегу, прыжкам, бег спиной вперед, бег скрестными шагами	РО-1	2	индивидуальная, групповая работа	критерии и оценки по волейболу
	34	Обучение подачи снизу, сбоку	подачи мяча снизу в шеренге, у стенки, у сетки	РО-1	2	индивидуальная, групповая работа	критерии и оценки по волейболу
3	35	Обучение нижнему приему – передачи	обучить правильной расстановке рук, ног, нижний прием-передачи в паре	РО-1	2	индивидуальная, групповая работа	критерии и оценки по волейболу
	36	Обучение приему - передаче мяча сверху	обучить работать во встречных колоннах, в движении	РО-1	2	индивидуальная, групповая работа	критерии и оценки по волейболу
4	37	Подвижные	«Защита городка», «Не дать	РО-1	2	ролевые	критерии и

		игры	мяч капитану»			игры	оценки по волейболу
	38	Обучение технике владения мяча	подачи мяча, прием - передачи мяча на месте и в движении.	РО-1	2	индивидуальная, групповая работа	критерии и оценки по волейболу
5	39	Обучение правилам игры	Правила игры. Техника игры в волейбол. Тактика защиты и нападения.	РО-1	2	коммуникативные технологии	обратная связь (блиц опрос)
	40	Национальные игры	«Салки - обнималки», «Кенгуру»	РО-1	2	ролевые игры	критерии и оценки по волейболу
6	41	Прием-передачи мяча	прием – передачи мяча снизу, прием – передачи мяча сверху	РО-1	2	индивидуальная, групповая работа	критерии и оценки по волейболу
	42	Одно сторонняя учебная игра	подачи, приемы, игры в тройке	РО-1	2	работа в малых группах	критерии и оценки по волейболу
7	43	Поддача мяча снизу	подачи мяча снизу, сбоку	РО-1	2	групповая работа	критерии и оценки по волейболу
	44	РК-1. Волейбол	Подачи мяча снизу. Прием передачи мяча снизу	РО-1	2	индивидуальная работа	критерии и оценки
8	45	Гимнастика. Обучение построению и перестроению	обучение построению в колонну, шеренгу, перестроение в колоннах, шеренгах	РО-1	2	индивидуальная, поточная работа	критерии и оценки по гимнастике
	46	ОФП	упражнения на растяжку, гибкость	РО-3	2	групповая работа	критерии и оценки по гимнастике
9	47	Подготовка к Президентск	силовые упражнения, пресс	РО-1	2	индивидуаль	критерии и оценки по

		им тестам				ная работа	гимнастик е
	48	Обучение акробатическим упражнениям	обучение перекаату, упражнения на растяжку	PO-1	2	индивидуальная, групповая работа	критерии и оценки по гимнастик е
10	49	Обучить кувырмак вперед и назад	обучить исходным положениям, кувырмак, группировке	PO-1	2	индивидуальная работа	критерии и оценки по гимнастик е
	50	Обучение стойке на лопатках	обучить равновесию, стойке на лопатках, переход в полушпагат	PO-2	2	индивидуальная работа	критерии и оценки по гимнастик е
11	51	Обучение переходу в полушпагат	стойка на лопатках, согнув ногу переход в полушпагат	PO-1	2	индивидуальная работа	критерии и оценки по гимнастик е
	52	Обучение акробатическим упражнениям	Кувырки вперед, стойка на лопатках, переход в полушпагат	PO-2	2	индивидуальная работа	критерии и оценки по гимнастик е
12	53	Обучение прыжкам на козла	Разбег. Соскок на гимнастический мостик. Переход через гимнастический козел. Приземление.	PO-1	2	индивидуальная работа	критерии и оценки по гимнастик е
	54	Обучение разбегу	обучить разбегу, вскок на мостик.	PO-1	2	индивидуальная работа	критерии и оценки по гимнастик е
13	55	Обучение переходу через козла	Разбег. Толчок от гимнастического моста. Переход через гимнастический козел. Приземление на гимнастический мат	PO-2	2	индивидуальная работа	критерии и оценки по гимнастик е

	56	Обучение опорным прыжкам - ноги врозь	Разбег. Вскок на гимнастический мост. Прыжки на мосту ноги врозь.	РО-2	2	индивидуальная работа	критерии и оценки по гимнастике
14	57	Силовые упражнения	упражнения гимнастической скамейкой. ОФП	РО-1	2	работа в малых группах	критерии и оценки по гимнастике
	58	РК-2. Гимнастика	жен- два кувырка вперед, 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	РО-1	2	индивидуальная работа	критерии и оценки
15	59	Подготовка к Президентским тестам	прыжки в длину с места, подтягивание на перекладине, упражнения на пресс	РО-1	2	индивидуальная работа	критерии и оценки по гимнастике
	60	Итоговый контроль	Муж- Джампинг джек (кол/мин), подтягивание на перекладине. Жен – приседания, поднимание туловища – пресс	РО-2	2	индивидуальная работа	критерии и оценки

9 Методы обучения и оценивания

9.1 Лекции

-

9.2 Практические занятия

Индивидуальное- выполнения заданий индивидуально.
Групповое, поточное-выполнения заданий во время спортивных- командных игр.
Работа в малых группах- групповые спортивные и 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	Неудовлетв-но	Удовлетворител-но	Хорошо	Отлично
РО 1	Использует практические умения и навыки к сохранению и укреплению здоровья, развитие и совершенствование физических качеств, соблюдает правила техники	Не выполняет многие требуемые упражнения. Не имеет физической подготовленности к занятию и выполняет упражнения со значительными упражнения.	Выполняет определенные физические упражнения. Правильно подходит к использованию практических навыков и упражнений.	Правильно подходит к выполнению определенных физических упражнений. Правильно подходит	Правильно подходит к выполнению определенных физических упражнений. Самостоятельно выполняет требуемые действия на занятиях. Правильно подходит к использованию практических навыков и упражнений. Самостоятельно выполняет упражнения

	безопасности на занятиях физической культуры			Т К использованию практических навыков и упражнений. Самостоятельно выполняет упражнения	
РО 2	Контролирует и оценивает уровень физиологического состояния, физической и функциональной подготовленности	Незанимается физическим и упражнения. Не ведет Дневник самонаблюдения не использует примеры из практики своего опыта	Иногда занимается физическими упражнения. Ведет Дневник самонаблюдения, не использует примеры из практики своего опыта	Самостоятельно занимается физическими упражнения. Ведет Дневник самонаблюдения, использует примеры из практики и своего опыта	Самостоятельно занимается изучает 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	Не знает здоровьесберегающие технологии, перед физическим	Выполняет разминку тела, не использует здоровьесберегающую технологию,	Самостоятельно выполняет разминку тела, использует разминку тела,	Самостоятельно выполняет разминку тела правильно, использует здоровьесберегающую технологию,

	процессе самостоятельных занятий с использованием здоровьесберегающих технологий	и упражнениями разминку тела не делает	развивает в себе физические качества.	использует здоровьесберегающую технологию, развивает в себе физические качества (ловкость, гибкость.)	развивает в себе физические качества (ловкость, гибкость, выносливость, координацию движений)
--	--	--	---------------------------------------	---	---

10.2 Методы и критерии оценивания**Чек лист для обучающихся подготовительное отделения**

Практическое занятие	«Отлично» соответствует А (4,0) 95-100 % А- (3,67) 90-94 %	Спортивная форма соответствует требованию Центра, активное участие на занятиях, правильное выполнение техники заданных упражнений, помогает на занятиях тренеру-преподавателю. Ведет Дневник самонаблюдения, используя примеры из практики своего опыта
	«Хорошо» соответствует В+(3,33) 85-89 % В(3,0) 80-84 % В-(2,67) 75-79 % С+(2,33) 70-74 %	Спортивная форма соответствует требованию Центра, активное участие на занятиях, выполнение техники заданных упражнений с небольшими ошибками, помогает на занятиях тренеру-преподавателю, выполнение техники заданных упражнений с небольшими ошибками
	«Удовлетворительно» соответствует	Спортивная форма соответствует требованию Центра, пассивное

	<p>С (2,0) 65-69 % С-(1,67) 60-64 % Д+(1,33) 55-59 % Д- (1,0) 50-54 %</p>	участие на занятиях, выполнение техники заданных упражнений с грубыми ошибками.
	<p>«Неудовлетворительно» соответствует FX (0,5) 25-49 % F (0) 0-24 %</p>	Не присутствует на занятии без уважительной причины, или присутствует без спортивной формы.
Работа в малых группах	<p>«Отлично» соответствует А (4,0) 95-100 % А- (3,67) 90-94 %</p>	Активная работа в команде, проявляет лидерские способности, помощь тренеру преподавателю в судействе на практических занятиях
	<p>«Хорошо» соответствует В+(3,33) 85-89 % В(3,0) 80-84 % В-(2,67) 75-79 % С+(2,33) 70-74 %</p>	Работает в команде, проявляет лидерские способности. Не большая помощь тренеру преподавателю в подсчете игры на практических занятиях
	<p>«Удовлетворительно» соответствует С (2,0) 65-69 % С-(1,67) 60-64 % Д+(1,33) 55-59 % Д- (1,0) 50-54 %</p>	Пассивная работа в команде, неправильное выполнения заданий.
	<p>«Неудовлетворительно» соответствует FX (0,5) 25-49 % F (0) 0-24 %</p>	Не принимал участие в игре и в обсуждении игры.
Форма рубежного контроля	<p>«Отлично» соответствует А (4,0) 95-100 % А- (3,67) 90-94 %</p>	<p>Осенний семестр Р1. Легкая атлетика 1. Прыжки в длину с места Муж-235-230 см Жен -180-175 см 2.Приседания (кол/ мин) Муж-50-45 раз Жен-31-29 раз Р2. Баскетбол 1. Броски мяча в корзину(из 10 возможностей)</p>

10 попаданий из 10 возможностей

9 попаданий из 10 возможностей

2. Ведение мяча без зрительного контроля

Правильное выполнение техники

Допустима одна ошибка

Весенний семестр

Р1. Волейбол

1. Поддачи мяча снизу из 10 возможностей

10 попаданий на площадку из 10 возможностей

9 попаданий на площадку из 10 возможностей

2. Прием передачи мяча снизу (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 ноги врозь-жен,

прыжок через козла без опоры, согнув ноги-муж

Выполнение задания без ошибок

Допустима одна ошибка

«Хорошо» соответствует

V+(3,33) 85-89 %

V(3,0) 80-84 %

V-(2,67) 75-79 %

C+(2,33) 70-74 %

Осенний семестр

Р1 Легкая атлетика

1. Прыжки в длину с места

Муж-225-210 см

Жен -170-155 см

2. Приседания (кол/ мин)

Муж-50-35 раз



Жен-31-23 раз

P2. Баскетбол

1. Броски мяча в корзину(из 10 возможностей)

8 попаданий из 10 возможностей

7 попаданий из 10 возможностей

6 попаданий из 10 возможностей

5 попаданий из 10 возможностей

2. Ведение мяча без зрительного контроля

Допустима одна ошибка

Весенний семестр

P1. Волейбол

1. Поддачи мяча снизу из 10 возможностей

8 попаданий из 10 возможностей

7 попаданий из 10 возможностей

6 попаданий из 10 возможностей

5 попаданий из 10 возможностей

2. Прием передачи мяча снизу (за 10 сек)

8 приемов-передач без потери мяча

7 приемов-передач без потери мяча

6 приемов-передач без потери мяча

5 приемов-передач без потери мяча

P2. 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 две ошибки

Допустимо три ошибки

Допустимо четыре ошибок

Допустимо пять ошибок

«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-200-170 см

Жен -150-135 см

Приседания (кол/ мин)

Муж-30-5 раз

Жен-14-7раз

Р2. Баскетбол

Броски мяча в корзину(из 10 возможностей)

4 попаданий из 10 возможностей

3 попаданий из 10 возможностей

2 попаданий из 10 возможностей

1 попаданий из 10 возможностей

2. Ведение мяча без зрительного контроля

Допустима две-три ошибки

Весенний семестр

Р1. Волейбол

1. Подачи мяча снизу 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 снизу (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. 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-150 см
Жен -130 см
2.Приседания (кол/ мин)
Муж-0 раз
Жен-5 раз
Р2. Баскетбол
1.Броски мяча в корзину(из 10 возможностей)
0-попаданий из 10 возможностей,
не выполнено задание.
2. Ведение мяча без зрительного контроля
Ведение мяча с ошибками
Весенний семестр
Р1.Волейбол
1.Подачи мяча снизу 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

		<p>вперед,кувырок назад, стойка на голове с опорой-муж. 2.Опорный прыжок ноги врозь-жен, прыжок через козла без опоры,согнув ноги-муж. Допущено более 10 ошибок Не выполнил задание</p>
<p>Форма итогового контроля</p>	<p>«Отлично» соответствует А (4,0) 95-100 % А- (3,67) 90-94 %</p>	<p>Осенний семестр 1.Муж- сгибание разгибание рук в упоре лежа -29-26 раз Муж-подтягивание на перекладине-10-9 раз 2. Жен- подъем туловища из положения лежа на спине 30-25 раз Жен-приседание 30-25 раз в минуту Весенний семестр Муж- Джампинг джек (кол-во в минуту) 65-60 раз Подтягивание на перекладине 9-8 раз Жен - Приседания 33-30 раз Поднимание туловища – пресс 33-30 раз</p>
	<p>«Хорошо» соответствует В+(3,33) 85-89 % В(3,0) 80-84 % В-(2,67) 75-79 % С+(2,33) 70-74 %</p>	<p>Осенний семестр 1.Муж- сгибание разгибание рук в упоре лежа 23-14 Муж-подтягивание на перекладине-8-5 раз 2. Жен- подъем туловища из положения лежа на спине 20-7 раз Жен-приседание 20-7 раз в минуту Весенний семестр Муж- Джампинг джек(кол-во в минуту) 55-40 раз Подтягивание на перекладине 7-</p>

		4 раз Жен - Приседания 25-10 раз Поднимание туловища – пресс 25-10 раз
	«Удовлетворительно» соответствует С (2,0) 65-69 % С-(1,67) 60-64 % Д+(1,33) 55-59 % Д- (1,0) 50-54 %	Осенний семестр 1. Муж- сгибание разгибание рук в упоре лежа 17-8 раз Муж-подтягивание на перекладине-6 -2 раз 2. Жен- подъем туловища из положения лежа на спине 10-3 раз Жен-приседание 10-3 раз в минуту Весенний семестр Муж- Джампинг джек(кол-во в минуту) 35-10 раз Подтягивание на перекладине 3-1 раз Жен - Приседания 5-1 раз Поднимание туловища – пресс 5-1 раз
	«Неудовлетворительно» соответствует FX (0,5) 25-49 % F (0) 0-24 %	Осенний семестр 1. Муж- сгибание разгибание рук в упоре лежа 18-10 раз Муж-подтягивание на перекладине- 0 раз 2. Жен- подъем туловища из положения лежа на спине 0 раз Жен-приседание -24 раз в минуту Весенний семестр Муж- Джампинг джек(кол-во в минуту) 10 раз Подтягивание на перекладине 0 раз Жен - Приседания 0 раз Поднимание туловища – пресс 0 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	Удовлетворительно
C	2,0	65-69	
C -	1,67	60-64	
D+	1,33	55-59	
D-	1,0	50-54	Неудовлетворительно
FX	0,5	25-49	
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)	<p>1.Электронная библиотека ЮКМА - https://e-lib.skma.edu.kz/genres</p> <p>2.Республиканская межвузовская электронная библиотека (РМЭБ) – http://rmebrk.kz/</p> <p>3.Цифровая библиотека «Акнурпресс» - https://www.aknurpress.kz/</p> <p>4.Электронная библиотека «Эпиграф» - http://www.elib.kz/</p> <p>5.Эпиграф - портал мультимедийных учебников https://mbook.kz/ru/index/</p> <p>6.ЭБС IPR SMART https://www.iprbookshop.ru/auth</p> <p>7.информационно-правовая система «Заң» - https://zan.kz/ru</p> <p>8.Cochrane Library - https://www.cochranelibrary.com/</p>
Электронные учебники	<p>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</p> <p>Емдік дене шынықтырудың негіздері Әбдірақов Б.Қ. , 2019 https://aknurpress.kz/reader/web/2152</p> <p>Қыдырмолдина А. Ш.Дене тәрбиесі мен спорт түрлерінің физиологиялық негіздері: Оқулық. – Алматы, 2014. – 528 бет. https://aknurpress.kz/reader/web/2785</p> <p>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/</p>

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 с. 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 с. <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 с. 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. Ә. 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 [Мјтін] : оқулық / Б. Ө. Төтенай . -
2-бас. - Астана : Фолиант, 2012. - 160 бет.
Тайжанов, С. Дене тәрбиесі. 4-кітап [Мјтін] : 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

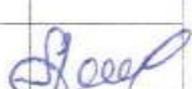
- Обучающиеся должны своевременно знакомиться с заданиями на АИС Платонус, модуль «Задание».
- Обучающиеся должны выполнять задания ежедневно согласно расписания практических занятий.
- Обучающиеся должны следить за конечными датами сдачи заданий.
- Не пропускать все виды занятий без уважительных причин.
- Обучающиеся обязаны 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		Утверждение и пересмотр	
Дата согласования с Библиотечно-информационным центром	Протокол № <u>9</u> <u>14.06.24</u>	Ф.И.О. руководителя БИЦ Дарбичева Р.И	
Дата утвержденная Центром	Протокол № <u>11</u> <u>10.04.2024</u>	Заведующий центром Аширбаев О.А	
Дата одобрения на АК ОП «Общественное здравоохранение»	Протокол № <u>10</u> <u>14.06.2024</u>	Председателя АК ОП Сарсенбаева Г.Ж	
Дата одобрения на АК ОП «Медицина»	Протокол № <u>11</u> <u>14.06.2024</u>	Председателя АК ОП Калменов Н.Ж	
Дата одобрения на АК ОП «Медико-профилактическое дело»	Протокол № <u>11</u> <u>11.06.2024</u>	Председателя АК ОП Ескерова С.У	
Дата одобрения на АК ОП «Педиатрия»	Протокол № <u>12</u> <u>14.06.2024</u>	Председателя АК ОП Хужахмедова Р.Н	
Дата одобрения на АК ОП «Сестринское	Протокол № _____	Председателя АК ОП	

ОҢТҮСТІК ҚАЗАҚСТАН

**MEDISINA
AKADEMIASY**

«Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ



SOUTH KAZAKHSTAN

**MEDICAL
ACADEMY**

АО «Южно-Казakhstanская медицинская академия»

Центр физического воспитания

64-11-2024

Рабочая учебная программа дисциплины (Силлабус) Физическая культура

28 стр. из 32

Протокол № 5
18.06.2024

ОҢТҰСТІК ҚАЗАҚСТАН

**MEDISINA
AKADEMIASY**

«Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ



SOUTH KAZAKHSTAN

**MEDICAL
ACADEMY**

АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»

Центр физического воспитания

Рабочая учебная программа дисциплины (Силлабус) Физическая культура

64-11-2024

29 стр. из 32

ОҢТҮСТІК ҚАЗАҚСТАН

**MEDISINA
AKADEMIASY**

«Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ



SOUTH KAZAKHSTAN

**MEDICAL
ACADEMY**

АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»

Центр физического воспитания

Рабочая учебная программа дисциплины (Силлабус) Физическая культура

64-11-2024

30 стр. из 32