

**«Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ жанындағы
медицина колледжі**

Жалпы білім беретін пәндер кафедрасы

СИЛЛАБУС

Пән коды: ЖБП 08

Пәні: «Дене тәрбиесі»

Мамандығы: 09120100 «Емдеу ісі»

Біліктілігі: 4S09120101 «Фельдшер»

Мамандығы: 09130100 «Мейіргер ісі»

Біліктілігі: 4S09130103 «Жалпы практикадағы мейіргер»

Мамандығы: 09110100 «Стоматология»

Біліктілігі: 4S09110102 «Дантист»

Мамандығы: 09110200 «Ортопедиялық Стоматология»

Біліктілігі: 4S09110201 «Тіс технигі»

Курс: 1

Семестр: 1,2

Бақылау түрі: с/сынақ

Барлық сағат/кредит көлемі: 144/6

Студенттің өзіндік жұмысы: 6

Студенттің педагогпен өзіндік жұмысы: 12

Теориялық: 108

Шымкент, 2025 ж.

ОҢТҮСТІК-ҚАЗАҚСТАН MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Жалпы білім беретін пәндер кафедрасы	73-11-2025	
Силлабус	20 беттің 2 беті	

«Дене тәрбиесі» пәні бойынша силлабус жұмыс оқу бағдарламасы негізінде құрастырылды.

«Жалпы білім беретін пәндер» кафедрасының мәжілісінде қаралды.

Хаттама № 1 «27» 08 2025 ж.

Кафедра меңгерушісі:  А.Т. Сатаев

«Жалпы білім беретін пәндер» Пәндік циклдік комиссия мәжілісінде қаралды.

Хаттама № 1 «27» 08 2025 ж.

Төрайымы:  Г.Т. Анапияева

«Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ жанындағы медицина колледжінің Әдістемелік Кеңесінде қаралды және бекітілді.

Хаттама № 1 «27» 08 2025 ж.

Төрайымы:  Г.О.Мамбеталиева

ОҢТҮСТІК-ҚАЗАҚСТАН MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Жалпы білім беретін пәндер кафедрасы		73-11-2025
Силлабус		20 беттің 3 беті

Оқытушылар туралы мәліметтер:

№	Аты-жөні	Лауазымы	Электрондық адрес
1	Абдуллаева Жанар Сейдикасымовна	оқытушы	Тел: 87021273703 zhanar.abdulla.87@mail.ru
2	Медеуов Айтбай Жүсіпович	оқытушы	Тел: 87021273703 Medeu@mail.ru
3	Ибрагим Береке Убайдуллаұлы	оқытушы	Тел: 87021273703 Ibragim.B@mail.ru
4	Айдияр Бибол Шадибекович	оқытушы	Тел: 87021273703 Aidiarbibol@mail.ru
5	Кыдырали Жанғар Керімбекұлы	оқытушы	Тел: 87021273703 Zhanger@mail.ru
6	Кожабек Арман Муханұлы	оқытушы	Тел: 87021273703 Armankojabek@mail.ru
8	Усен Ахмет Абдиманапұлы	оқытушы	Тел: 87021273703 usenah@mail.ru
9	Байзақ Роллан Уалиханович	оқытушы	Тел: 87021273703 baizak@mail.ru

1.1.Кіріспе

Пәнге кіріспе. Дене тәрбиесі – дене шынығуын, дене дайындығын жүргізу арқылы адамның қозғалыс белсенділігін жетілдіріп, салауатты өмір салтын қалыптастыруға, әлеуметті бейімдеуге, адамның физикалық және саналы дамуына әсер ететін, білім мен біліктілік жиынтығы болып табылатын қоғам мәдениетінің бір саласы.

Білім алушыларға қойылатын талаптар:

- білім алушы норматив бойынша тапсыру қажет;
- білім алушы күнделікті практикалық сабақ кестесіне сәйкес тапсырмаларды орындауы керек;
- білім алушы тапсырмаларды орындау мерзімдерін қадағалап отыру керек;
- білім алушылар сабақтан себепсіз қалмау;
- білім алушылардан қозғалысты шектемеітін спорттық киіммен (ақ жейде және қара шалбар) айналысумен талап етіледі;
- тапсырмаларды орындау кезінде жиһазбен және тұрмыстық техникамен құлаудың рұқсат етілмеген қашықтығын сақтау қажет;

Себепсіз жіберілген сабақтар өтелмейді. Әртүрлі себептермен (денсаулыққа байланысты, жанұя жағдайы, басқа да себептермен) жіберілген жағдайда, анықтама құжаттарының негізінде деканаттың рұқсатымен өтеледі. Өтем сабаққа берілген рұқсат парағы 30 күн жарамды.

Білім алушы аралық бақылауға себепсіз келмеген жағдайда пәннің емтиханына жіберілмейді. Білім алушы ағымдық, аралық бақылаулардан 50% дан төмен алған жағдайда пәннің емтиханына жіберілмейді.

1.2. Пән мақсаты:

Дене тәрбиесі пәнін игерудің мақсаты жеке тұлғаның дене шынықтыруын және денсаулықты сақтау және болашақ кәсіби қызметке өзін-өзі дайындау үшін дене шынықтыру мен спорттың әртүрлі құралдарын мақсатты пайдалану қабілетін қалыптастыру болып табылады.

ОҢТҮСТІК-ҚАЗАҚСТАН MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		 SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Жалпы білім беретін пәндер кафедрасы		73-11-2025
Силлабус		20 беттің 4 беті

1.3. Пән міндеттері:

- дене тәрбиесі және спорт сабағында қажеттіліктерілік пен қызығушылыққа оң қарым- қатынас қалыптастыру;
- бақылау сынақтары бойынша білім алушылар денесінің дамуы мен дене даярлығының деңгейін анықтау;
- негізгі қозғалыс дағдыларын және салауатты өмір салты негізін меңгеру;

1.4. Оқытудың соңғы нәтижелері:

- дене тәрбиесі, сауықтыру және әлеуметтік практикада пәнаралық ұғымдар мен әмбебап оқу әрекеттерін қалай пайдалану керектігін біледі.
- еңбек және өмірлік жағдайларда кәсіби бейімделген дене шынықтыру дағдыларын дербес пайдаланады.
- салауатты өмір салтын, белсенді демалыс пен бос уақытты ұйымдастыру үшін дене тәрбиесі қызметінің әртүрлі нысандары мен түрлерін қолдана алады.
- дербес ақпараттық-танымдық қызметке дайын және қабілетті.
- салауатты өмір салтын насихаттау.
- түрлі жарыстық іс-шараларға қатысу дағдыларын қалыптастырады.
- дене жаттығуларын орындау.

1.5. Пререквизиттер: Мектептік бағдарлама көлеміндегі дене шынықтыру пәндерден алған білім негізі.

1.6. Постреквизиттер: Алғашқы әскери дайындық негіздері.

1.7. Тақырыптық жоспар:

1.7.1. Теориялық сабақтың тақырыптық жоспары

№	Тақырып атауы	Мазмұны	Сағат саны
I- семестр			
1	Дене шынықтыру пәндегі қауіпсіздік техникасы.	Білім алушылардан дене шынықтыру бойынша оқу үрдісін ұйымдастыру	2
2	Кәсіби-қолданбалы физикалық дайындық.	Кәсіби қолданбалы дене дайындығы бұл адамды белгілі бір еңбек қызметімен әскери қызметке дайындалуға бағытталған дене тәрбиесінің әдістері.	2
3	Жаман әдеттер. Олардың адам денсаулығына әсері.	Жаман әдеттер және олардың денсаулыққа әсері. Зиянды әдеттердің алдын алу және жеңу.	2
4	Дене шынықтырудың рекреациялық және оналту құралдары.	Жалпы дене шынықтыру-бұл барлық физикалық қасиеттерді-күш, төзімділік, жылдамдылық, ептілік, икемділік дамытуға бағытталған жаттығулар жүйесі.	2
5	Жеңіл атлетика.	Жеңіл атлетика, спорттың ең көп тараған түрі. Оған әр түрлі қашықтықта жүгіру, спорттық снарядтарды лақтыру, жеңіл атлетикалық көпсайыстаренеді.	2
6	Жеңіл атлетика жаттығулары.	Спорт жаттығулары: әр түрлі қашықтыққа жүгіру, серуендеу, ұзындыққа және биіктікке секіру, түрлі снарядтарды лақтыру.	2
7	Қауіпсіздік техникасы. Қысқа қашықтыққа жүгіру.	Спорттық жабдықтарды лақтыру кезінде реттілікті сақтау қажеттілігі.	2
8	Төменгі старт.	Төменгі стартқа жүгіруді үйрету. Қол және аяқты дұрыс қоюды үйрету.	2
9	Орта қашықтыққа жүгіру.	Бірыңғы барып жүгіруді үйрету.	2
10	АБ-1 Жоғары старт.	Тізені жоғары көтеріп жүгіруді, балтырды артқа тастап жүгіруді, секіріп жүгіруді үйрету.	2
11	Ұзақ қашықтыққа жүгіру.	100 метрді уақытқа жүгіру, ұлдар-13,5, қыздар – 15,10.	2
12	Футбол ойынның негізгі ережелері. Қауіпсіздік техникасы. Ойынның негізгі ережелері.	Ойын мақсаты - команданың допты қарсылас команданың қақпасына салу (гол) және өз қақпасына салғызбау.	2
13	Ойыншылардың алаң бойымен қозғалысы. Допты иелену техникасының негізгі элементтерін дамыту.	Матчта көбірек доп салған команда ұтады.	2
14	Допты иелену.	Ойынның негізгі мақсаты қарсылас команданың қақпасына аяқпен немесе басқа да дене мүшелерімен (қолдан басқа) қарсылас команда салған саннан көбірек доп салу болып табылады.	2
15	Ойыншылардың шабуыл мен қорғаныстағы жеке әрекеттері.	Ойын мақсаты - команданың допты қарсылас команданың қақпасына салу (гол) және өз қақпасына салғызбау. Матчта көбірек доп салған команда ұтады.	2
16	Волейбол ойынның негізгі ережелері. Қауіпсіздік техникасы.	Ойынның мақсаты - волейбол добын команда өкілдері өздерінің алаңдарына түсіріп алмау керек, керісінше, қарсылас команданың белгіленген алаңына түсіріп, ұпай алу қажет.	2
17	АБ-2 Ойыншылардың қозғалысы.	Егер команда өкілдерінің біреуіне доп тиіп, ол	2

ONTÜSTİK-QAZAQSTAN MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Жалпы білім беретін пәндер кафедрасы		73-11-2025
Силлабус		20 беттің 6 беті

		доп аутқа кететін болса, қарсылас командаға ұпай еншіленеді.	
18	Волейболшының ұстанымы.	Допты қарсыласты қателестіру арқылы ұпай алуға болады. Доп белгілі бір команданың алаңында болған кезде, ол командадан тек үш ойыншы ғана допты келесі жаққа асыруға көмек ете алады, яғни, үш реттен артық допқа қол тигізуге болмайды	2
	Жалпы сағат саны;		54

№	Тақырып атауы	Мазмұны	Сағат саны
1	II- семестр		2
2	Спорттық ойындар. Баскетбол. Допты беру.	Баскетбол добын себетке айыпты лақтырулар.	2
3	Допты берудегі қабылдау.	Баскетбол добын себетке айыпты лақтырулар.	2
4	Шабуыл әрекеттері.	Баскетбол элементтері бар ұлттық ойындар.Торға түсіру.	2
5	Қорғаныстағы ойын.	Волейбол. Волейбол туралы жалпы ұғым.	2
6	Допты жоғарыдан екі қолмен қабылдау және беру дағдыларын жетілдіру. Оқу волейбол ойыны.	ҚР волейболдың дамуына қысқаша шолу. Ойын ережелері.	2
7	Қозғалыс дағдыларын жетілдіру. Екі жақты ойын.	Волейбол ойынының ережесін түсіндіру.	2
8	Волейбол ойындарына төрелік.	Волейболшының тұрысы, орын ауыстыруға үйрету.	2
9	Ойынның негізгі ережелері.	Волейбол ойынының ережесін түсіндіру.	2
10	Волейбол добын сеткадан тастау ережелері.	Допты төменен беру қатарда, қабырғада, торда жұмыс жасауды үйрету.	2
11	Волейбол командалық ұйымшылдық ойыны.	Қол және аяқты дұрыс қоюды үйрету. Жұптасып допты төменнен қабылдап- беру.	2
12	Спорттық ойындар. Баскетбол. Қауіпсіздік ережесі. Ойын ережесі.	Баскетбол элементтері бар ұлттық ойындар.	2
13	Баскетбол ойынның негізгі ережелері.	Баскетбол. Баскетбол туралы жалпы ұғым.	2
14	Қауіпсіздік техникасы. Ойын ережелері.	Орын ауыстыру техникасын, секіруді үйрету.	2
15	Ойыншылардың қозғалысы.	Орын ауыстыру техникасын, секіруді үйрету.	2
16	Баскетбол ойынның негізгі ережелері.	ҚР баскетболдың дамуының қысқаша мазмұны. Баскетболдың ережесі.	2
17	Шабуылда ойнау техникасы.	Орын ауыстыру техникасын, секіруді үйрету.	2
18	Қорғаудағы ойын техникасы.	Қорғаушының негізгі мақсаты шабуылшының қозғалыс әрекеттерін бақылау.	2
	Жалпы сағат саны;		54

ONTÜSTIK-QAZAQSTAN MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		 SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Жалпы білім беретін пәндер кафедрасы		73-11-2025
Силлабус		20 беттің 7 беті

1.7.2. Студенттің педагогпен өзіндік жұмысының тақырыптық жоспары

№ р / с	Тақырып/тақырыпшалар	Тапсырма/ жүргізу түрі	Бақылау түрі	Бақылау кестесі	Сағат саны
I- семестр					
1	Кәсіби-қолданбалы физикалық дайындық.	Реферат, презентация, эссе	нормативтік	1 апта	1
2	Жаман әдеттер. Олардың адам денсаулығына әсері.	Реферат, презентация, эссе	нормативтік	2 апта	1
3	Волейбол ойынның негізгі ережелері. Қауіпсіздік техникасы.	Реферат, презентация, эссе	нормативтік	3 апта	1
4	Волейбол добын сеткадан тастау ережелері.	Реферат, презентация, эссе	нормативтік	4 апта	1
5	Спорттық ойындар. Баскетбол. Қауіпсіздік ережесі. Ойын ережесі.	Реферат, презентация, эссе	нормативтік	5 апта	1
6	Қауіпсіздік техникасы. Ойын ережелері.	Реферат, презентация, эссе	нормативтік	6 апта	1
II- семестр					
1	Допты жоғарыдан екі қолмен қабылдау және беру дағдыларын жетілдіру. Оқу волейбол ойыны.	Реферат, презентация, эссе	нормативтік	1 апта	1
2	Ойынның негізгі ережелері.	Реферат, презентация, эссе	нормативтік	2 апта	1
3	Қорғаушының негізгі мақсаты шабуылшының қозғалыс әрекеттерін бақылау.	Реферат, презентация, эссе	нормативтік	3 апта	1
4	Спорттық ойындар.	Реферат, презентация, эссе	нормативтік	4 апта	1
5	Дене шынықтырудың рекреациялық және оңалту құралдары.	Реферат, презентация, эссе	нормативтік	5 апта	1
6	Қауіпсіздік техникасы. Қысқа қашықтыққа жүгіру.	Реферат, презентация, эссе	нормативтік	6 апта	1
Жалпы сағат саны;					6

1.7.3. Студенттің өзіндік жұмысының тақырыптық жоспары

№ р / с	Тақырып/тақырыпшалар	Тапсырма/ жүргізу түрі	Бақылау түрі	Бақылау кестесі	Сағат саны
I- семестр					
1	Дене шынықтыру пәндегі қауіпсіздік техникасы.	Реферат, презентация, эсс.	нормативттер	1 аптада	1
2	Жеңіл атлетика жаттығулары.	Реферат, презентация, эсс.	нормативттер	2 аптада	1
3	Ұзақ қашықтыққа жүгіру.	Реферат, презентация, эсс.	нормативттер	3 аптада	1
4	Қысқа аралыққа жүгіру.	Реферат, презентация, эсс.	нормативттер	4 аптада	1
5	Эстафеталық таяқшалармен жұмыс жасау.	Реферат, презентация, эсс.	нормативттер	5 аптада	1
6	Спорттық ойындар.	Реферат, презентация, эсс.	нормативттер	6 аптада	1
7	Баскетбол. Баскетбол туралы жалпы ұғым.	Реферат, презентация, эсс.	нормативттер	7 аптада	1
8	Арнайы жүгіру жаттығулары.	Реферат, презентация, эсс.	нормативттер	9 аптада	1
9	Баскетбол элементтері бар ұлттық ойындар	Реферат, презентация, эсс.	нормативттер	10 аптада	1
10	Волейбол. Волейбол туралы жалпы ұғым	Реферат, презентация, эсс.	нормативттер	11 аптада	1
11	Спорттық ойындар.	Реферат, презентация, эсс.	нормативттер	12 аптада	1
12	Кіші футбол, волейбол.	Реферат, презентация, эсс.	нормативттер	13 аптада	1
II- семестр					
1	Салауатты өмір салты негіздері.	Реферат, презентация, эсс.	нормативттер	1 аптада	1
2	Сапқа тұру және қайта тұруды үйрету.	Реферат, презентация, эсс.	нормативттер	2 аптада	1
3	Арнайы жүгіру жаттығулары	Реферат, презентация, эсс.	нормативттер	3 аптада	1
4	Допты жоғарыдан қабылдап-беруді үйрету	Реферат, презентация, эсс.	нормативттер	4 аптада	1
5	Допты төменен беру қатарда, қабырғада, торда жұмыс жасауды үйрету.	Реферат, презентация, эсс.	нормативттер	5 аптада	1
6	Денсаулық: негізгі түсінік, мәні, мазмұны, критерийлері.	Реферат, презентация, эсс.	нормативттер	6 аптада	1
7	Денсаулық факторлары. Салауатты өмір салтының құрылымы.	Реферат, презентация, эсс.	нормативттер	7 аптада	1
8	ҚР волейболдың дамуына қысқаша шолу. Ойын ережелері.	Реферат, презентация, эсс.	нормативттер	8 аптада	1
9	Секіруді, жүгіруді үйрету. Арқамен алға жүгіру,	Реферат,	нормативттер	9 аптада	1

ОҢТҮСТІК-ҚАЗАҚСТАН MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		 SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Жалпы білім беретін пәндер кафедрасы		73-11-2025
Силлабус		20 беттің 9 беті

	айкастырып жүгіру.	презентация, эсс.			
10	Допты төменен беру қатарда, қабырғада, торда жұмыс жасауды үйрету.	Реферат, презентация, эсс.	нормативтер	10 аптада	1
11	Допты жоғарыдан қабылдап-беруді үйрету.	Реферат, презентация, эсс.	нормативтер	11 аптада	1
12	Ойын ережесіне үйрету.	Реферат, презентация, эсс.	нормативтер	12 аптада	1
	Жалпы сағат саны;				12

1.8. Оқыту әдістері: (реферат, презентация, доп, баскетбол добы, эстафеталық таяқшалар)

Теориялық сабақтар: жаттығу жасау, қатарға кіріп және шығып үйрету, доп ойыны, себетте лақтыру, командалық жұмыс, реферат, презентация.

1.9. Білімгерлердің білімін және дағдыларын бағалау әдістері: нормативтік бағалау, реферат тапсырып бағалау.

1. Сабақта спорттық заттармен қолдана отырып жаттығу жасау.
2. Бақылау түрлерінің бірі бойынша (ағымдағы бақылау, №1 және/немесе №2 аралық бақылау) өту балын (50%) жинамаған білім алушылардың пән бойынша емтиханға жіберілмейді.
3. Қорытынды рейтинг пән бойынша емтиханға жіберу 50 балдан (60%) кем болмауы тиіс, ол ағымдағы бақылаудың орташа бағасы (40%) + аралық бақылаудың орташа бағасы (20%) негізінде автоматы түрде есептеледі.
4. Аралық бақылау: норматив арқылы бағалану, 9 және 19 аптасында өткізіледі.

Әріптік жүйемен бағалау	Баллдың сандық эквиваленті	Пайыздық өлшем	Дәстүрлі жүйемен бағалау
A	4,00	95-100%	Өте жақсы
A-	3,67	90-94%	
B+	3,33	85-89%	Жақсы
B	3,00	80-84%	
B-	2,67	75-79%	
C+	2,33	70-74%	Қанағаттанарлық
C	2,00	65-69%	
C-	1,67	60-64%	
D+	1,33	55-59%	
D	1,00	50-54%	Қанағаттанарлықсыз
F	0,00	0-49%	

Теориялық сабақты бағалау критерийлері

Бақылау түрі	Баға	Бағалау критерийлері
	Өте жақсы A (95-100%); A- (90-94%)	Білім алушы жаттығуға үнемі қатысады. Факультетаралық жарыстарда төрешілік етеді. Спорт түрлерінен қалалық жарыс жүлдегерлері (I-III орын)

ОҢТҮСТІК-ҚАЗАҚСТАН MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Жалпы білім беретін пәндер кафедрасы		73-11-2025
Силлабус		20 беттің 10 беті

Жазбаша жауап	Жақсы B+ (85-89%); B (80-84%); B- (75-79%); C+ (70-74%)	Білім алушы жаттығуға үнемі қатысады. Сергіту жаттығуларын жүргізе алады. Қалалық жарыстарға қатысады. (IV-VI орын)
	Қанағаттанарлық C (65-69%); C- (60-64%); D+ (50-54%)	Білім алушы үнемі қатысады. Қалалық жарыстарға қатыспаған. Сергіту жаттығуларын жүргізе алады.
	Қанағаттанарлықсыз F (0-49%);	Білім алушы үнемі қатыспайды. Қалалық жарыстарға қатыспайды және өздігінен сергіту жаттығуларын жүргізе алмайды.

Студенттің педагогпен өзіндік жұмысын бағалау критерийлері

Бақылау түрі	Бағалау	Бағалау критерийлері
Нормативтік бақылау түрінде бағалау, реферат, презентация, эссе.	Өте жақсы A (4,0; 95-100%); A- (3,67; 90-94%)	- денені қызды-руды орындай-ды, денсаулық сақтау техноло-гиясын қолдан-байды, дене қасиеттерді дамытады. - денені қыздыруды орындайды, денсаулық сақтау технологиясын қолданады, дене қасиеттерді дамытады(икемді) - ситуациялық есепті шешудің оңтайлы жолын -денені жылытуды орындайды, денсаулық сақтау технологиясын қолданбайды, дене қасиеттерді дамытады.
	Жақсы B+ (3,33; 85-89%); B (3,0; 80-84%); B- (2,67; 75-79%)	- дене шынықтыру және спорт сабақтарында қауіпсіздік техникасы ережелерін қолданады - спорттық киімсіз сабаққа кешігіп келеді. - сабаққа кешігіп келеді. Сабаққа спорттық киіммен келмейді. -сабаққа кешікпей келеді.Талапқа сай спорттық киіммен келеді.Қауіпсіздік ережелерін сақтайды.
	Қанағаттанарлық C+ (2,33; 70-74%) C (2,0; 65-69%) C- (1,67; 60-64%) D+ (1,0; 50-54%)	- жаттығуларды орындамайды. Өзін-өзі бақыламайды. - нәтиже шығармайды. - жаттығуды арасында жасайды. Өзін-өзі бақылайды, - нәтиже шығарады -жаттығуда өз бетінше орындайды. - нәтиже шығарады.
	Қанағаттанарлықсыз F (0; 0-49%)	-оқу кезеңінде бұ-қаралық спорт-тық-сауықтыру шараларына қаты-сады, жарыстар мен төрешілікті ұйымдастыруға көмектеседі. -жарыстарға қатыспайды. -жарыстарға қатыспайды. Дене жаттығуымен айналысады.

ОҢТҮСТІК-ҚАЗАҚСТАН MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Жалпы білім беретін пәндер кафедрасы		73-11-2025
Силлабус		20 беттің 11 беті

Аралық бақылауды бағалау критерийлері

Бақылау түрі	Бағалау	Бағалау критерийлері
Аралық бақылау	Өте жақсы А (4,0; 95-100%); А- (3,67; 90-94%) бағаларына сәйкес келеді	Егер білім алушы норматив тапсыру кезінде ешқандай қателіктерді жібермеген жағдайда қойылады. Оқылатын пән бойынша бағыттарға сүйенеді және оларға сыни бағасын береді.
	Жақсы В+ (3,33; 85-89%); В (3,0; 80-84%) В- (2,67; 75-79%) бағаларына сәйкес келеді	Егер білім алушы норматив тапсыру кезінде өрескел қателіктер жібермесе, принципіальды емес немесе білім алушылардың өздері түзеген принципіальды қателер жіберсе, оқытушының көмегімен жасай алған жаттығу кезінде қойылады.
	Қанағаттанарлық С+ (2,33; 70-74%) С (2,0; 65-69%) С- (1,67; 60-64%) D+ (1,0; 50-54%) бағаларына сәйкес келеді	Егер білім алушы норматив тапсыру кезінде нақты емес және принципіальды қателер жібергенде, оқытушы көрсеткен оқу әдебиеттермен шектелсе, материалды жүйелеуде үлкен қиындықтарға кездескен жағдайда қойылады.
	Қанағаттанарлықсыз F (0; 0-49%) бағаларына сәйкес келеді	Егер білім алушы норматив тапсыру кезінде принципіальды қателіктер жіберсе, сабақ тақырыбы бойынша негізгі әдебиеттермен жұмыс жасамаса, пәннің ғылыми терминологиясын қолдана алмаса, өрескел стилистикалық және логикалық қателіктермен жауап берген жағдайда қойылады.

Емтиханды (бағалы сынақты) бағалау критерийлері

Бақылау	Баға	Бағалау критерийлері
Жазбаша жауап	Өте жақсы А (95-100%); А- (90-94%)	Білім алушы жаттығуға үнемі қатысады. Факультетаралық жарыстарда төрешілік етеді. Спорт түрлерінен қалалық жарыс жүлдегерлері (I-III орын)
	Жақсы В+ (85-89%); В (80-84%); В- (75-79%); С+ (70-74%)	Білім алушы жаттығуға үнемі қатысады. Сергіту жаттығуларын жүргізе алады. Қалалық жарыстарға қатысады. (IV-VI орын)
	Қанағаттанарлық С (65-69%); С- (60-64%); D+ (50-54%)	Білім алушы үнемі қатысады. Қалалық жарыстарға қатыспаған. Сергіту жаттығуларын жүргізе алады.

ONȚÜSTIK-QAZAQSTAN MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Жалпы білім беретін пәндер кафедрасы		73-11-2025
Силлабус		20 беттің 12 беті

	Қанағаттанарлықсыз F (0-49%);	Білім алушы үнемі қатыспайды. Қалалық жарыстарға қатыспайды және өздігінен сергіту жаттығуларын жүргізе алмайды.
--	----------------------------------	--

Оқытудың нәтижелері және бағалау критерийлері

Бөлім атауы	Бөлімше атауы	Оқыту нәтижелері	Бағалау критерийлері
Дене шынықтыру туралы білім	Дене шынықтыру туралы	1) дене шынықтыру және спорт алаңдарында қауіпсіздік техникасының талаптарын және техникасын, дәрігерге өзін-өзі ұстау қағидаларын дейінгі алғашқы көмек орындайды; көрсетудің негіздері мен 3) түрлі жарақаттар мен жазатайым қағидаттарын түсіндіру; оқиғалар кезінде дәрігерге дейінгі 2) кәсіби-қолданбалы (медициналық) алғашқы көмек дене шынықтыру көрсетудің негіздері мен даярлығы әдістері қағидаттарын тізімдейді; туралы түсінікке ие болу; 4) жұмыс істеушілердің қозғалыс белсенділігінің тапшылығын, олардың кәсіби-қолданбалы дене шынықтыру даярлығын жоюға арналған жаттығуларды меңгереді.	1) дене шынықтыру сабақтарында қауіпсіздік техникасы қағидаларын тізімдейді; 2) спорт залдарында, стадионда, 1) дене шынықтыру және спорт алаңдарында қауіпсіздік техникасының талаптарын және техникасын, дәрігерге өзін-өзі ұстау қағидаларын дейінгі алғашқы көмек орындайды; көрсетудің негіздері мен 3) түрлі жарақаттар мен жазатайым қағидаттарын түсіндіру; оқиғалар кезінде дәрігерге дейінгі 2) кәсіби-қолданбалы (медициналық) алғашқы көмек дене шынықтыру көрсетудің негіздері мен даярлығы әдістері қағидаттарын тізімдейді; 4) жұмыс істеушілердің қозғалыс белсенділігінің тапшылығын, олардың кәсіби-қолданбалы дене шынықтыру даярлығын жоюға арналған жаттығуларды меңгереді.
		3) кәсіби аурулардың алдын алу үшін дене жаттығуларын анықтау. 4) дене шынықтырудың рекреациялық және оңалту құралдары туралы түсінікке ие болу.	1) Физикалық аурулардың көмегімен кәсіби аурулар алдын алу үшін жаттығуларды анықтайды және орындайды; 2) жарақаттанудың алдын алу үшін өндірістік гимнастиканы біледі және орындайды; 3) салауатты өмір салты мен оның құрамдас бөліктерінің ережелерін біледі және сақтайды
Жеңіл атлетика	Жеңіл атлетика жаттығулары	1) Дене шынықтыру сабақтарында жеңіл атлетиканың қауіпсіздік техникасы қағидаларын түсіндіру; 2) жалпы дамытушы және арнайы-жүгіру	1) Дене шынықтыру пәнінде жеңіл атлетиканың қауіпсіздік техникасы қағидаларын түсіндіреді; 2) жеңіл атлетикамен айналысу кезінде спорт залдарында және стадионда қауіпсіздік техникасының талаптарын және мінез-құлық

ОҢТҮСТІК-ҚАЗАҚСТАН MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		 SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Жалпы білім беретін пәндер кафедрасы		73-11-2025
Силлабус		20 беттің 13 беті

	жаттығуларын орындау;	қағидаларын орындайды; 3) Дене шынықтыру пәнінде гигиеналық ережелерді сақтайды; 4) дене жаттығуларын орындаудың тиімділігін бағалайды; 5) жарақаттанудың физиологиясы мен алдын алу негіздерін түсіндіреді; 6) сауықтыру әсеріне қол жеткізу және физикалық жағдайларын жетілдіру мақсатында дене жаттығуларын орындау кезінде өз ағзасының функционалдық жай-күйін талдайды; 7) арнайы жүгіру жаттығуларын орындау кезінде техникалық-тактикалық іс-қимылдарды орындайды; 8) жалпы дамыту және арнайы жүгіру жаттығуларын ажыратады.
	3) орта және алыс қашықтыққа жүгіруде техникалық-тактикалық дайындықты меңгеру;	1) Қысқа, орта және ұзақ қашықтыққа жүгіру фазаларын ажыратады; 2) орта және алыс қашықтықтарға жүгіруде техникалық-тактикалық дайындықты колданады; 3) орта және алыс қашықтыққа жүгіру техникасын меңгеру үшін жеткізу жаттығуларын орындайды; 4) төмен және жоғары старт техникасын ажыратады.
	4) Орнынан ұзындыққа секіру техникасын және жүгіруден ұзындыққа секіру техникасын меңгеру.	1) Орнынан ұзындыққа секіру және жүгіруден ұзындыққа секіру фазаларын ажыратады; 2) орнынан ұзындыққа секіру техникасын және жүгіруден ұзындыққа секіру техникасын меңгеру үшін жеткізу жаттығуларын орындайды; 3) орнынан ұзындыққа және жүгіруден ұзындыққа секіруде техникалық-тактикалық

ОҢТҮСТІК-ҚАЗАҚСТАН MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Жалпы білім беретін пәндер кафедрасы		73-11-2025
Силлабус		20 беттің 14 беті

Спорттық ойындар. Футбол	Футбол ойынның негізгі ережелері		дайындықты пайдаланады.
		5) Эстафеталық таяқшаны беру техникасын меңгеру.	1) Эстафеталық таяқшаны беру техникасын түсіндіреді және орындайды.
		1) дене шынықтыру сабақтарында спорттың ойын түрлері бойынша техника қауіпсіздігі қағидаларын түсіндіру; 2) футбол спорт түрлері бойынша ойын ережелерін түсіну;	1) Дене шынықтыру пәнінде спорттың ойын түрлері бойынша Қауіпсіздік техникасы қағидаларын түсіндіреді; 2) спорттың ойын түрлері бойынша Қауіпсіздік техникасының талаптарын және спорт залдарындағы тәртіп қағидаларын орындайды; 3) спорттық ойындар сабақтарында гигиеналық ережелерді сақтайды. 4) футбол ойынының ережелерін тізімдейді 5) спорттық ойындардың тарихы мен даму кезеңдерін ашады; 6) ойын спортындағы төрешілердің қимылдарын ажыратады.
		3) Футбол ойнауға техникалық және тактикалық дайындықты меңгеру;	1) Футболдағы техникалық әрекеттерді ажыратады (қозғалу, допқа ие болу, қорғаныс пен шабуылда әрекет ету қақпасына соғу); 2) футболда техникалық-тактикалық жаттығуларды меңгеру 3) әдістерді орындау техникасындағы және футболдағы ойын жағдайларындағы қателіктерді түсіндіреді; 4) футболда техникалық және тактикалық іс-әрекеттерді орындайды (қозғалу, допқа ие болу, қорғаныс пен шабуылда әрекет ету қақпасына соғу).
		4) Футболдағы ережелерді түсіндіріп,	1) Футболдағы ережелерді түсіндіреді және ойында төрелік

ОҢТҮСТІК-ҚАЗАҚСТАН MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		 SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Жалпы білім беретін пәндер кафедрасы		73-11-2025
Силлабус		20 беттің 15 беті

Спорттық ойындар. Волейбол	Волейбол ойынының негізгі ережелері	ойында төрелік ете білу.	етуді біледі.
		1) Дене шынықтыру пәнінде спорттың ойын түрлері бойынша техника қауіпсіздігі қағидаларын түсіндіру;	1) Дене шынықтыру пәнінде спорттың ойын түрлері бойынша Қауіпсіздік техникасы қағидаларын түсіндіреді;
		2) спорт түрлері бойынша ойын ережелерін білу (волейбол);	2) спорттың ойын түрлері бойынша Қауіпсіздік техникасының талаптарын және спорт залдарындағы мінез-құлық қағидаларын орындайды;
		3) Волейбол ойнауға техникалық және тактикалық дайындықты меңгеру.	3) спорттық ойындар сабақтарында гигиеналық ережелерді сақтайды.
		4) Волейбол ережелерін түсіндіріп, ойында төрелік ете білу.	4) спорт түрлері (волейбол) бойынша ойын ережелерін тізімдейді;
			5) спорттық ойындардың тарихы мен даму кезеңдерін ашады;
			6) ойын спортындағы төрешілердің қимылдарын ажыратады.
			1) Волейболдағы техникалық әрекеттерді ажыратады (қозғалыстар, берілістер, допты қабылдау, қорғаныстағы және шабуылдардағы әрекеттер);
			2) волейболдағы техникалық-тактикалық іс-әрекеттерді меңгеру үшін жеткізу жаттығуларын орындайды;
			3) әдістерді орындау техникасындағы және волейболдағы ойын жағдайындағы қателіктерді түсіндіреді;
			4) волейболда техникалық және тактикалық іс-қимылдарды (қимылдарды, берілістерді, допты қабылдауды, қорғаудағы және шабуыл жасаудағы іс-қимылдарды) орындайды.
			1) Волейбол ережелерін түсіндіреді және ойында төрелік етуді біледі.

ONȚŪSTIK-QAZAQSTAN MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Жалпы білім беретін пәндер кафедрасы		73-11-2025
Силлабус		20 беттің 16 беті

Спорттық ойындар. Баскетбол	Баскетбол ойынының негізгі ережелері	1) Дене шынықтыру пәнінде спорттың ойын түрлері бойынша техника қауіпсіздігі қағидаларын түсіндіру; 2) спорт (баскетбол) бойынша ойын ережелерін түсіну.	1) Дене шынықтыру пәнінде спорттың ойын түрлері бойынша қауіпсіздік техникасы қағидаларын түсіндіреді; 2) спорттың ойын түрлері бойынша Қауіпсіздік техникасының талаптарын және спорт залдарындағы тәртіп қағидаларын орындайды; 3) спорттық ойындар сабақтарында гигиеналық ережелерді сақтайды. 4) спорт түрлері бойынша ойын ережелерін (баскетбол) тізімдейді; 5) спорттық ойындардың тарихы мен даму кезеңдерін ашады; 6) ойын спортындағы төрешілердің қимылдарын ажыратады.
		3) Баскетбол ойнауға техникалық және тактикалық дайындықты меңгеру;	1) Баскетболдағы техникалық әрекеттерді (қозғалыс, жүргізу, Пас беру, сақинаға лақтыру, қорғаныстағы және шабуылдағы әрекеттер, финттер) ажыратады; 2) баскетболда техникалық-тактикалық іс-қимылдарды меңгеру үшін жеткізу жаттығуларын орындайды; 3) әдістерді орындау техникасындағы және Баскетболдағы ойын жағдайларындағы қателіктерді түсіндіреді; 4) баскетбол бойынша техникалық және тактикалық іс-қимылдарды (қозғалыстар, жүргізу, Пас беру, сақинаға лақтыру, қорғаныстағы және шабуылдағы іс-қимылдар, финттер) орындайды.
		4) баскетбол ережелерін түсіндіріп, ойында төрелік ете білу.	1) Баскетбол ережелерін түсіндіреді және ойында төрелік етуді біледі.
		1) Үстел теннисі ойынына техникалық	1) Үстел теннисіндегі техникалық әрекеттерді ажыратады (стендтер

ONTÜSTIK-QAZAQSTAN MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		 SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Жалпы білім беретін пәндер кафедрасы		73-11-2025
Силлабус		20 беттің 17 беті

	негізгі ережелері	және тактикалық дайындықты меңгеру.	мен қозғалыстар, алаңдар мен тәсілдер, қорғаныстағы және шабуылдағы әрекеттер); 2) үстел теннисіндегі техникалық-тактикалық іс-қимылдарды меңгеру үшін жеткізу жаттығуларын орындайды; 3) әдістерді орындау техникасындағы және үстел теннисіндегі ойын жағдайларындағы кателіктерді түсіндіреді; 4) үстел теннисінде техникалық және тактикалық іс-әрекеттерді орындайды (стендтер мен қозғалыстар, беру және қабылдау, қорғау және шабуыл жасау әрекеттері).
Гимнастика, ритмикалық гимнастика	Гимнастикалық жаттығулар	1) Дене шынықтыру пәнінде гимнастика бойынша қауіпсіздік техникасын түсіндіруге міндетті; 2) сауықтыру гимнастикасының элементтерін орындау; 3) аэробикалық гимнастика жаттығулары кешенінің негізгі элементтерін, гимнастикадағы саптық, жалпы дамыту, қолданбалы және акробатикалық жаттығуларды орындау; 4) Гимнастикалық снарядтарда негізгі жаттығуларды орындау.	1) Дене шынықтыру пәнінде гимнастикадағы қауіпсіздік техникасын түсіндіреді; 2) гимнастикадағы қауіпсіздік техникасының талаптарын, спорт залдарындағы тәртіп ережелерін орындайды; 3) гимнастика сабақтарында гигиеналық ережелерді сақтайды; 4) сауықтыру гимнастикасының элементтерін анықтайды және орындайды. 1) Ритмикалық гимнастика элементтерін, өндірістік гимнастика элементтерін, спорттық гимнастика элементтерін және сауықтыру гимнастикасы элементтерін ажыратады және орындайды; 2) жылыту, қарқынды және қалпына келтіру жаттығуларын ажыратады; 3) гимнастика терминдерін атайды. 1) "Степ-тач", "Марш", "кросс-степ", "Грейп вайн" кадамдарын айқындайды; 2) арнайы құрылған жаттығулар

ОҢТҮСТІК-ҚАЗАҚСТАН MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		 SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Жалпы білім беретін пәндер кафедрасы		73-11-2025
Силлабус		20 беттің 18 беті

			кешенін орындау процесінде негізгі техникалық-тактикалық іс-қимылдарды қолданады; 3) гимнастикалық снарядтардағы жаттығулардың орындалуын көрсетеді.
Ұлттық спорт түрлері	Ұлттық ойындардағы қауіпсіздік ережелері мен әдістері	1) Дене шынықтыру пәнінде ұлттық спорт түрлері бойынша қауіпсіздік техникасы мен ойын ережесін түсіндіру.	1) Дене шынықтыру пәнінде ұлттық спорт түрлері бойынша Қауіпсіздік техникасы қағидаларын түсіндіреді; 2) ұлттық спорт түрлері бойынша техника қауіпсіздігі талаптарын және спорт залдарында жүріс-тұрыс қағидаларын орындайды; 3) оқу ойындарын өткізу кезінде гигиеналық ережелерді сақтайды; 4) ұлттық спорт түрлеріндегі ойын ережелерін түсіндіреді (тоғызқұмалақ, асық ату); 5) ұлттық спорт түрлерінің тарихы мен даму кезеңдерін ашады; 6) ұлттық спорт түрлеріндегі қателіктерді түсіндіреді.
		2) Ұлттық спорт түрлерінде техникалық-тактикалық іс-қимылдарды орындау.	1) Тоғызқұмалақ ойынындағы техникалық-тактикалық іс-қимылдарды ажыратады; 2) асық ату ойынындағы техникалық-тактикалық іс-қимылдарды ажыратады; 3) сабақта ойын жағдайларында ұлттық спорт түрлерінде ойнау дағдыларын көрсетеді; 4) қазақша күрестің күрес элементтерін көрсетеді.
Дене шынықтырудағы инновациялық технологиялар	Заманауи фитнес технологиялар	1) Фитнес мәдениетінің даму тарихы туралы түсінікке ие болу; 2) фитнес-тренинг бағыттарының түрлерін ажырату.	1) сауықтыру процесінің тиімділігін арттыру мүддесінде белгілі бір жолмен іске асырылатын іс-қимыл алгоритмін жасау дағдыларына ие; 2) инновациялық құралдарды, әдістерді, фитнес сабақтарының ұйымдастырушылық нысандарын, заманауи құрал-жабдықтар мен

ОҢТҮСТІК-ҚАЗАҚСТАН MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Жалпы білім беретін пәндер кафедрасы		73-11-2025
Силлабус		20 беттің 19 беті

		жабдықтарды пайдалана отырып, нәтижеге кепілді қол жеткізуді қамтамасыз ететін жаттығуларды орындау әдістерін түсіндіреді.
	1) Фитнес технологиясының ерекшеліктері туралы түсінікке ие болу; 2) фитнес-орталықтардың техникасы мен жабдықтарын жіктеу біліміне ие болу міндеті.	1) Фитнес орталықтарының тренажерлерін, жабдықтарын егжей-тегжейлі жіктеуді және анықтауды береді.

1.10. Материалдық-техникалық жабдықтау

1. Волейбол добы.
2. Баскетбол добы.
3. Эстафеталық таяқшалар.
4. Тоғызқұмалақ.
5. Дойбы.
6. Асық.
7. Футбол добы.

1.10.1 Негізгі әдебиеттер

1. Епифанов, В. А. Лечебная физическая культура и массаж : учебник для мед. училищ и колледжей / В. А. Епифанов ; Рек. учебно- методическим объединением по мед. и фарм. образованию вузов России. - 2-е изд., перераб. и доп. - М. : ГЭОТАР - Медиа, 2014. - 528 с
2. Бекнурманов, Н. С. Дене шынықтыру және спорт педагогикасы оқу құралы. - Алматы : Эверо, 2014. - 112 бет.
3. Әбдірақов, Б. Қ. Емдік дене шынықтырудың негіздері : оқу құралы / Б. Қ. Әбдірақов. - Қарағанды : АҚНҰР, 2019. - 110 б. с
4. К Ботағариев Т.Ә. Дене шынықтыру теориясы мен әдістемесінің жалпы негіздері : оқу құралы / Т. Ә. Ботағариев, С. С. Кубиева. - Алматы : ЭСПИ, 2021. - 228 с
5. Марчибаева Ұ.С. Жеңіл атлетика : оқу құралы / Ұ. С. Марчибаева. - 2-ші бас. өңдел. - Алматы : ЭСПИ, 2021. - 152 с

Қосымша :

1. Тайжанов, С. Салауатты өмір салтының негіздері : әдістемелік құрал /. - Алматы : Эверо, 2016. - 160 бет
2. Аяпов, Е. С. Волейбол оқу-әдістемелік құрал - Шымкент : Б. ж., 2014. - 51 бет
3. Марчибаева Ұ. С. Физическая культура. Методический курс : учебно-методическое пособие / Ұ. С. Марчибаева, Р. В. Сидорова, Н. А. Мендыбаева. - Алматы : ЭСПИ, 2021. - 104

ОҢТҮСТІК-ҚАЗАҚСТАН MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ  SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»	
Жалпы білім беретін пәндер кафедрасы	73-11-2025
Силлабус	20 беттің 20 беті