

**Медицинский колледж при АО «Южно-Казахстанская
медицинская академия».**

Кафедра общеобразовательных дисциплин.

СИЛЛАБУС

Код дисциплины: ЖБП 08

Дисциплина: «Физическая культура»

Специальность: 09120100 «Лечебное дело»

Квалификация: 4S09120101 «Фельдшер»

Специальность: 09130100 «Сестринское дело»

Квалификация: 4S09130103 «Медицинская сестра общей практики»

Специальность: 09110100 «Стоматология»

Квалификация: 4S09110102 «Дантист»

Специальность: 09110200 «Ортопедическая стоматология»

Квалификация: 4S09110201 «Зубной техник»

Курс: 1

Семестр: 1, 2

Форма контроля: д/зачет

Общий объем часов/кредитов: 144 / 6

Самостоятельная работа студента: 6

Самостоятельная работа студента с преподавателем: 12

Теоретические: 108

Шымкент, 2025 г.

ОҢТҮСТІК-ҚАЗАҚСТАН MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		 SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Кафедра общеобразовательных дисциплин Силлабус		73-11-2025 Стр. 2 из 20 стр.

Силлабус по дисциплине «Физическая культура» составлен на основе рабочей учебной программы.

Обсуждено на заседании кафедры «Общеобразовательных дисциплин».

Протокол № 1 от « 27 » 08 2025 г.

Заведующий кафедрой:  Сатаев А.Т.

Обсуждено на заседании Предметной цикловой комиссии «Общеобразовательных дисциплин».

Протокол № 1 от « 27 » 08 2025 г.

Председатель:  Анапияева Г.Т.

Рассмотрен и утвержден на заседании методического совета медицинского колледжа при АО «ЮКМА»

Протокол № 1 от « 27 » 08 2025 г.

Председатель:  Мамбеталиева Г.О.

Сведения о преподавателях:

O'NTÜSTIK-QAZAQSTAN MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		 SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Кафедра общеобразовательных дисциплин		73-11-2025
Силлабус		Стр. 3 из 20 стр.

№	Имя-фамилия	Должность	Электронный адрес
1	Абдуллаева Жанар Сейдикасымовна	преподаватель	Тел: 87021273703 zhanar.abdulla.87@mail.ru
2	Медеуов Айтбай Жусипович	преподаватель	Тел: 87021273703 Medeu@mail.ru
3	Ибрагим Береке Убайдуллаевич	преподаватель	Тел: 87021273703 Ibragim.B@mail.ru
4	Айдияр Бибол Шадибекович	преподаватель	Тел: 87021273703 Aidiarbibol@mail.ru
5	Кыдырали Жанғар Керимбекович	преподаватель	Тел: 87021273703 Zhangar@mail.ru
6	Кожабек Арман Муханович	преподаватель	Тел: 87021273703 Armankojabek@mail.ru
8	Усен Ахмет Адиханович	преподаватель	Тел: 87021273703 usenah@mail.ru
9	Байзақ Роллан Уалиханович	преподаватель	Тел: 87021273703 baizak@mail.ru

1.1. Введение

Введение в дисциплину. Физическая культура — это отрасль общественной культуры, представляющая собой совокупность знаний и умений, направленных на совершенствование двигательной активности человека, формирование здорового образа жизни, социальную адаптацию, а также влияние на физическое и сознательное развитие человека посредством проведения физической подготовки и занятий физическими упражнениями.

Требования к обучающимся:

- обучающийся должен сдавать нормативы согласно установленным требованиям;
- обучающийся обязан выполнять задания в соответствии с расписанием практических занятий;
- обучающийся должен следить за сроками выполнения заданий;
- обучающимся запрещается пропускать занятия без уважительной причины;
- обучающиеся обязаны заниматься в спортивной одежде, не ограничивающей движения (белая футболка и черные брюки);
- при выполнении заданий необходимо соблюдать безопасное расстояние от мебели и бытовой техники, чтобы избежать падений;

Занятия, пропущенные без уважительной причины, не подлежат отработке. В случае пропуска по уважительным причинам (по состоянию здоровья, семейным обстоятельствам или другим причинам), пропущенные занятия отрабатываются на основании подтверждающих документов и с разрешения деканата. Разрешение на отработку действительно в течение 30 дней. Обучающийся, не явившийся на промежуточный контроль без уважительной причины, не допускается к экзамену по дисциплине. Обучающийся, набравший менее 50% по текущим и промежуточным контролям, также не допускается к экзамену по дисциплине.

1.2. Цель дисциплины:

Цель освоения дисциплины «Физическая культура» заключается в формировании у личности способности целенаправленно использовать различные средства физической культуры и спорта для физического развития, сохранения здоровья и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности.

ОҢТҮСТІК-ҚАЗАҚСТАН MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		 SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Кафедра общеобразовательных дисциплин Силлабус		73-11-2025 Стр. 4 из 20 стр.

1.3. Задачи дисциплины:

- формирование положительного отношения к потребности и интересу в занятиях физической культурой и спортом;
- определение уровня физического развития и физической подготовленности обучающихся на основе контрольных нормативов;
- овладение основными двигательными навыками и основами здорового образа жизни.

1.4. Итоговые результаты обучения:

- знает, как использовать междисциплинарные понятия и универсальные учебные действия в физическом воспитании, оздоровительной и социальной практике.
- самостоятельно применяет профессионально ориентированные навыки физической подготовки в трудовой и жизненной деятельности.
- умеет использовать различные формы и виды физической активности для ведения здорового образа жизни, организации активного отдыха и свободного времени.
- готов и способен к самостоятельной информационно-познавательной деятельности.
- пропагандирует здоровый образ жизни.
- формирует навыки участия в различных спортивных мероприятиях и соревнованиях.
- выполняет физические упражнения.

1.5.Пререквизиты: Базовые знания по предмету физическая культура в объёме школьной программы.

1.6. Постреквизиты: Основы начальной военной подготовки.

1.7. Тематическое планирование:

1.7.1. Тематическое планирование теоретических занятий

№	Название темы	Содержание	Количество часов
I- семестр			
1	Техника безопасности на уроках физической культуры.	Организация учебного процесса по физической культуре среди обучающихся.	2
2	Профессионально-прикладная физическая подготовка	Профессионально-прикладная физическая подготовка — это методы физического воспитания, направленные на подготовку человека к определённой трудовой деятельности или военной службе.	2
3	Вредные привычки и их влияние на здоровье человека.	Вредные привычки и их влияние на здоровье. Профилактика и преодоление вредных привычек.	2
4	Рекреационные и реабилитационные средства физической культуры.	Общая физическая подготовка — это система упражнений, направленных на развитие всех физических качеств: силы, выносливости, скорости, ловкости и гибкости.	2
5	Лёгкая атлетика.	Лёгкая атлетика — самый распространённый вид спорта. В неё входят бег на различные дистанции, метание спортивных снарядов, легкоатлетическое многоборье.	2
6	Упражнения лёгкой атлетики.	Спортивные упражнения: бег на различные дистанции, ходьба, прыжки в длину и в высоту, метание различных снарядов.	2
7	Техника безопасности. Бег на короткие дистанции.	Необходимость соблюдения порядка при метании спортивного инвентаря.	2
8	Низкий старт.	Обучение бегу с низкого старта. Обучение правильному положению рук и ног.	2
9	Бег на средние дистанции.	Обучение бегу с подскоком.	2
10	Высокий старт.	Обучение бегу с высоким подниманием коленей, бегу с захлестом голени назад и бегу с прыжками.	2
11	Бег на длинные дистанции.	Бег на 100 метров на время: юноши — 13,5 сек., девушки — 15,10 сек.	2
12	Основные правила игры в футбол. Техника безопасности. Основные правила игры.	Цель игры — забить мяч в ворота команды соперника (гол) и не допустить гола в собственные ворота.	2
13	Передвижение игроков по полю. Развитие основных элементов техники владения мячом.	Команда, забившая больше мячей в матче, побеждает.	2
14	Владение мячом.	Основная цель игры — забить мяч в ворота команды соперника ногой или другими частями тела (кроме рук), забив больше голов, чем соперник.	2
15	Индивидуальные действия игроков в атаке и защите..	Цель игры — забить мяч в ворота команды соперника (гол) и не допустить голов в	2

ONTUSTIK-QAZAQSTAN MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		 SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Кафедра общеобразовательных дисциплин		73-11-2025
Силлабус		Стр. 6 из 20 стр.

		собственные ворота. Побеждает команда, забившая больше мячей в матче.	
16	Основные правила игры в волейбол. Техника безопасности.	Цель игры — не допустить, чтобы волейбольный мяч коснулся площадки своей команды, и, наоборот, постараться приземлить мяч на стороне соперника, чтобы заработать очко.	2
17	Движение игроков.	Если мяч касается одного из игроков команды и затем уходит в аут, очко присуждается команде соперника.	2
18	Стойка волейболиста.	Очко можно заработать, введя соперника в заблуждение	2
	Всего:		54

№	Название темы	Содержание	Количество часов
1	II- семестр		2
2	Спортивные игры. Баскетбол. Передача мяча.	Штрафные броски баскетбольного мяча в корзину.	2
3	Приём мяча при передаче.	Штрафные броски баскетбольного мяча в корзину.	2
4	Атакующие действия.	Национальные игры с элементами баскетбола. Бросок в кольцо.	2
5	Игра в защите.	Волейбол. Общее представление о волейболе.	2
6	Совершенствование навыков приёма и передачи мяча сверху двумя руками. Учебная игра в волейбол.	Краткий обзор развития волейбола в Республике Казахстан. Правила игры.	2
7	Совершенствование двигательных навыков. Двусторонняя игра.	Объяснение правил волейбольной игры.	2
8	Судейство волейбольных игр.	Стойка волейболиста, обучение перемещению.	2
9	Основные правила игры..	Объяснение правил волейбольной игры.	2
10	Правила перебрасывания волейбольного мяча через сетку.	Обучение подаче мяча снизу в строю, у стены, у сетки.	2
11	Волейбол — командная игра, основанная на слаженности и взаимодействии	Обучение правильному положению рук и ног. Парное выполнение приёма и передачи мяча снизу.	2
12	Спортивные игры. Баскетбол. Правила безопасности. Основные правила игры в баскетбол.	Национальные игры с элементами баскетбола.	2
13	Правила игры.	Баскетбол. Общее представление о баскетболе.	2
14	Техника безопасности. Правила игры.	Обучение технике передвижения и прыжкам.	2
15	Движение игроков.	Обучение технике передвижения и прыжкам.	2
16	Основные правила игры в баскетбол.	Краткий обзор развития баскетбола в Республике Казахстан. Правила баскетбола.	2

ONTUSTIK-QAZAQSTAN MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Кафедра общеобразовательных дисциплин		73-11-2025
Силлабус		Стр. 7 из 20 стр.

17	Техника игры в атаке.	Обучение технике передвижения и прыжкам.	2
18	Техника игры в защите.	Основная задача защитника — контролировать движения нападающего.	2
	Всего:		54

1.7.2. Тематическое планирование самостоятельной работы студента с преподавателем

№ р / с	Тема/подтемы	Задание/форма проведения	Форма контроля	График контроля	Количество часов
	I- семестр				
1	Профессионально-прикладная физическая подготовка.	Реферат, презентация, эсс.	Нормативы	1 неделя	1
2	Вредные привычки и их влияние на здоровье человека.	Реферат, презентация, эсс.	Нормативы	2 неделя	1
3	Основные правила игры в волейбол. Техника безопасности.	Реферат, презентация, эсс.	Нормативы	3 неделя	1
4	Правила перебрасывания волейбольного мяча через сетку.	Реферат, презентация, эсс.	Нормативы	4 неделя	1
5	Спортивные игры. Баскетбол. Правила безопасности. Правила игры.	Реферат, презентация, эсс.	Нормативы	5 неделя	1
6	Техника безопасности. Правила игры.	Реферат, презентация, эсс.	Нормативы	6 неделя	1
	II- семестр				
1	Совершенствование навыков приёма и передачи мяча сверху двумя руками. Учебная игра в волейбол.	Реферат, презентация, эсс.	Нормативы	1 неделя	1
2	Основные правила игры.	Реферат, презентация, эсс.	Нормативы	2 неделя	1
3	Основная задача защитника — контролировать движения нападающего.	Реферат, презентация, эсс.	Нормативы	3 неделя	1
4	Спортивные игры.	Реферат, презентация, эсс.	Нормативы	4 неделя	1
5	Рекреационные и реабилитационные средства физической культуры.	Реферат, презентация, эсс.	Нормативы	5 неделя	1
6	Техника безопасности. Бег на короткие дистанции.	Реферат, презентация, эсс.	Нормативы	6 неделя	1
	Всего:				6

1.7.3. Тематическое планирование самостоятельной работы студента

р/с	Тема/подтемы	Задание/форма проведения	Форма контроля	График контроля	Количество часов
I- семестр					
1	Техника безопасности на уроках физической культуры.	Реферат, презентация, эсс.	Нормативы	1 неделя	1
2	Упражнения лёгкой атлетики.	Реферат, презентация, эсс.	Нормативы	2 неделя	1
3	Бег на длинные дистанции.	Реферат, презентация, эсс.	Нормативы	3 неделя	1
4	Бег на короткие дистанции.	Реферат, презентация, эсс.	Нормативы	4 неделя	1
5	Работа с эстафетными палочками.	Реферат, презентация, эсс.	Нормативы	5 неделя	1
6	Спортивные игры.	Реферат, презентация, эсс.	Нормативы	6 неделя	1
7	Баскетбол. Общее представление о баскетболе.	Реферат, презентация, эсс.	Нормативы	7 неделя	1
8	Специальные беговые упражнения.	Реферат, презентация, эсс.	Нормативы	8 неделя	1
9	Национальные игры с элементами баскетбола.	Реферат, презентация, эсс.	Нормативы	9 неделя	1
10	Волейбол. Общее представление о волейболе.	Реферат, презентация, эсс.	Нормативы	10 неделя	1
11	Спортивные игры.	Реферат, презентация, эсс.	Нормативы	11 неделя	1
12	Мини-футбол, волейбол.	Реферат, презентация, эсс.	Нормативы	12 неделя	1
II- семестр					
1	Основы здорового образа жизни.	Реферат, презентация, эсс.	Нормативы	1 неделя	1
2	Обучение построению и перестроению в шеренге.	Реферат, презентация, эсс.	Нормативы	2 неделя	1
3	Специальные беговые упражнения.	Реферат, презентация, эсс.	Нормативы	3 неделя	1
4	Обучение приёму и передаче мяча сверху.	Реферат, презентация, эсс.	Нормативы	4 неделя	1
5	Обучение подаче мяча снизу в строю, у стены, у сетки.	Реферат, презентация, эсс.	Нормативы	5 неделя	1
6	Здоровье: основное понятие, значение, содержание, критерии.	Реферат, презентация, эсс.	Нормативы	6 неделя	1
7	Факторы здоровья. Структура здорового образа жизни.	Реферат, презентация, эсс.	Нормативы	7 неделя	1
8	Краткий обзор развития волейбола в Республике	Реферат, презентация, эсс.	Нормативы	8 неделя	1

ОҢТҮСТІК-ҚАЗАҚСТАН MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		 SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Кафедра общеобразовательных дисциплин		73-11-2025
Силлабус		Стр. 9 из 20 стр.

	Казахстан. Правила игры.				
9	Обучение прыжкам и бегу. Бег спиной вперед, бег с перекрестным шагом.	Реферат, презентация, эсс.	Нормативы	9 неделя	1
10	Обучение подаче мяча снизу в строю, у стены, у сетки.	Реферат, презентация, эсс.	Нормативы	10 неделя	1
11	Обучение приёму и передаче мяча сверху.	Реферат, презентация, эсс.	Нормативы	11 неделя	1
12	Обучение правилам игры.	Реферат, презентация, эсс.	Нормативы	12 неделя	1
Всего:					12

1.8. Методы обучения: выполняет разминку, не применяет технологии сохранения здоровья, развивает физические качества.

1.9. Методы оценки знаний и навыков студентов: устный опрос, ситуационные задачи, оценочное собеседование.

1. На занятиях применяются различные формы контроля знаний. В журнал выставляется средняя оценка.

1. Обучающиеся, не набравшие проходной балл (50%) по одному из видов контроля (текущий контроль, промежуточный контроль №1 и/или №2), не допускаются к экзамену по дисциплине.

1. Итоговый рейтинг для допуска к экзамену по дисциплине должен составлять не менее 50 баллов (60%) и рассчитывается автоматически на основе средней оценки за текущий контроль (40%) и промежуточный контроль (20%).

1. Промежуточный контроль проводится в виде тестирования, устного или письменного контрольного задания на 9-й и 19-й неделях.

Правила оценки знаний:

Оценка буквенной системой	Успеваемость в баллах	Процентная мера	Оценка по традиционной системе
A	4,00	95-100%	Отлично
A-	3,67	90-94%	
B+	3,33	85-89%	Хорошо
B	3,00	80-84%	
B-	2,67	75-79%	
C+	2,33	70-74%	
C	2,00	65-69%	Удовлетворительно
C-	1,67	60-64%	
D+	1,33	55-59%	
D	1,00	50-54%	
F	0,00	0-49%	Неудовлетворительно

Критерии оценки теоретического занятия

Тип контроля	Оценки	Критерии оценки
--------------	--------	-----------------

ОҢТҮСТІК-ҚАЗАҚСТАН MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		 SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Кафедра общеобразовательных дисциплин		73-11-2025
Силлабус		Стр. 10 из 20 стр.

Рубежный контроль	Отлично A (4,0; 95-100%); A- (3,67; 90-94%) соответствует оценкам	Выставляется в случае, если обучающийся не допустил никаких ошибок при сдаче норматива. Опирается на направления по изучаемой дисциплине и дает им критическую оценку.
	Хорошо B+ (3,33; 85-89%); B (3,0; 80-84%) B- (2,67; 75-79%) соответствует оценкам	Если обучающийся не допускает грубых ошибок при сдаче норматива, не допускает принципиальных ошибок, исправленных самими обучающимися, то выставляется во время упражнения, которое ему удалось сделать с помощью преподавателя.
	Удовлетворительно C+ (2,33; 70-74%) C (2,0; 65-69%) C- (1,67; 60-64%) D+ (1,0; 50-54%) соответствует оценкам	Ставится в случае, если обучающийся допускает неточные и принципиальные ошибки при сдаче норматива, ограничивается учебной литературой, указанной преподавателем, испытывает большие трудности в систематизации материала.
	Неудовлетворительно F (0; 0-49%) соответствует оценкам	Ставится в случае, если обучающийся допускает принципиальные ошибки при сдаче норматива, не работает с основной литературой по теме урока, не может использовать научную терминологию дисциплины, отвечает грубыми стилистическими и логическими ошибками.

Критерии оценки самостоятельной работы студента с преподавателем

Форма контроля	Оценка	Критерии оценки
Оценка в форме нормативного контроля, реферата, презентации, эссе.	Отлично A (4,0; 95-100%); A- (3,67; 90-94%)	-выполняет разминку, не применяет технологии сохранения здоровья, развивает физические качества. -выполняет разминку, применяет технологии сохранения здоровья, развивает физические качества (гибкость). -находит оптимальный способ решения ситуационной задачи. -выполняет разминку, не применяет технологии сохранения здоровья, развивает физические качества.
	Хорошо B+ (3,33; 85-89%); B (3,0; 80-84%) B- (2,67; 75-79%)	-применяет правила техники безопасности на занятиях по физической культуре и спорту. -опаздывает на занятие без спортивной формы. -опаздывает на занятие. Приходит без спортивной формы. -приходит на занятие вовремя, в соответствующей спортивной форме. - Соблюдает правила техники безопасности
	Удовлетворительно	-не выполняет упражнения. Не осуществляет

ОҢТҮСТІК-ҚАЗАҚСТАН MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Кафедра общеобразовательных дисциплин		73-11-2025
Силлабус		Стр. 11 из 20 стр.

	C+ (2,33; 70-74%) C (2,0; 65-69%) C- (1,67; 60-64%) D+ (1,0; 50-54%)	самоконтроль. Не подводит итоги. -выполняет упражнения частично. Осуществляет самоконтроль, подводит итоги. -выполняет упражнения самостоятельно. -подводит итоги.
	Неудовлетворительно F (0; 0-49%)	-в течение учебного периода участвует в массовых спортивно-оздоровительных мероприятиях, помогает в организации соревнований и судейства. -не участвует в соревнованиях. -не участвует в соревнованиях, но занимается физическими упражнениями.

Критерии оценки промежуточного контроля

Тип контроля	Оценки	Критерии оценки
Рубежный контроль	Отлично A (4,0; 95-100%); A- (3,67; 90-94%) соответствует оценкам	Выставляется в случае, если обучающийся не допустил никаких ошибок при сдаче норматива. Опирается на направления по изучаемой дисциплине и дает им критическую оценку.
	Хорошо B+ (3,33; 85-89%); B (3,0; 80-84%) B- (2,67; 75-79%) соответствует оценкам	Если обучающийся не допускает грубых ошибок при сдаче норматива, не допускает принципиальных ошибок, исправленных самими обучающимися, то выставляется во время упражнения, которое ему удалось сделать с помощью преподавателя.
	Удовлетворительно C+ (2,33; 70-74%) C (2,0; 65-69%) C- (1,67; 60-64%) D+ (1,0; 50-54%) соответствует оценкам	Ставится в случае, если обучающийся допускает неточные и принципиальные ошибки при сдаче норматива, ограничивается учебной литературой, указанной преподавателем, испытывает большие трудности в систематизации материала.
	Неудовлетворительно F (0; 0-49%) соответствует оценкам	Ставится в случае, если обучающийся допускает принципиальные ошибки при сдаче норматива, не работает с основной литературой по теме урока, не может использовать научную терминологию дисциплины, отвечает грубыми стилистическими и логическими ошибками.

Критерии оценки экзамена (зачёта с оценкой)

Тип контроля	Оценки	Критерии оценки
	Отлично A (95-100%); A- (90-94%)	Обучающийся регулярно участвует в тренировках. Судит на межфакультетских соревнованиях. Призёр городских соревнований по

ОҢТҮСТІК-ҚАЗАҚСТАН MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Кафедра общеобразовательных дисциплин		73-11-2025
Силлабус		Стр. 12 из 20 стр.

Нормативы		видам спорта (I–III место).
	Хорошо B+ (85-89%); B (80-84%); B- (75-79%); C+ (70-74%)	Обучающийся регулярно участвует в тренировках. Умеет проводить разминку. Участвует в городских соревнованиях (IV–VI место).
	Удовлетворительно C (65-69%); C- (60-64%); D+ (50-54%)	Обучающийся регулярно участвует. В городских соревнованиях не участвовал. Умеет проводить разминку.
	Неудовлетворительно F (0-49%);	Білім алушы үнемі қатыспайды. Қалалық жарыстарға қатыспайды және өздігінен сергіту жаттығуларын жүргізе алмайды.

Результаты обучения и критерии оценивания

Наименование раздела	Наименование подраздела	Результаты обучения	Критерии оценивания
Знания о физической культуре	О физической культуре	1) Объяснять технику безопасности на занятиях физической культуры, основы и принципы оказания первой доврачебной помощи; 2) иметь представление о методах профессионально-прикладной физической подготовке; 3) определять физические упражнения для предотвращения профессиональных заболеваний. 4) иметь понимание о рекреационных и реабилитационных средствах физической культуры	1) Перечисляет правила техники безопасности на занятиях физической культуры; 2) выполняет требования техники безопасности и правила поведения в спортивных залах, на стадионе, в бассейне, на катке и на спортивных площадках; 3) перечисляет основы и принципы оказания первой доврачебной (медицинской) помощи при различных травмах и несчастных случаях; 4) Владеет упражнениями для ликвидации дефицита двигательной активности работающих, их профессионально-прикладной физической подготовки..
			1) Определяет и выполняет упражнения для предотвращения профессиональные заболевания с помощью физических; 2) знает и выполняет производственную гимнастику для профилактики травматизма; 3) знает и соблюдает правила здорового образа жизни и его составляющих
Легкая атлетика	Легкоатлетические упражнения	1) Объяснять правила техники безопасности легкой атлетики на	1) Объясняет правила техники безопасности легкой атлетики на занятиях физической культуры; 2) выполняет требования техники безопасности и правила

ОҢТҮСТІК-ҚАЗАҚСТАН MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Кафедра общеобразовательных дисциплин Силлабус		73-11-2025 Стр. 13 из 20 стр.

		занятиях физической культуры; 2) выполнять общеразвивающие и специально-беговые упражнения.	поведения в спортивных залах и на стадионе при занятиях легкой атлетикой; 3) соблюдает гигиенические правила на занятиях физической культуры; 4) оценивает эффективность выполнения физических упражнений; 5) объясняет основы физиологии и профилактики травматизма; 6) анализирует функциональное состояние собственного организма при выполнении физических упражнений с целью достижения оздоровительного эффекта и совершенствования физических кондиций; 7) выполняет технико-тактические действия при выполнении специальных беговых упражнений; 8) различает общеразвивающие и специальные беговые упражнения.
		3) владеть технико-тактической подготовкой в беге на средние и дальние дистанции.	1) Различает фазы бега на короткие, средние и дальние дистанции; 2) применяет технико-тактическую подготовку в беге на средние и дальние дистанции; 3) выполняет подводящие упражнения для овладения техникой бега на средние и дальние дистанции; 4) различает технику низкого и высокого старта.
		4) владеть техникой прыжка в длину с места и техникой прыжка в длину с разбега.	1) Различает фазы прыжка в длину с места и прыжка в длину с разбега; 2) выполняет подводящие упражнения для овладения техникой прыжка в длину с места и техникой прыжка в длину с разбега; 3) использует технико-тактическую подготовку в прыжке в длину с места и в длину с разбега.
		5) владеть техникой метания гранаты и техникой толкания ядра.	1) Определяет фазы метания гранаты и фазы толкания ядра; 2) выполняет подводящие упражнения для овладения техникой метания гранаты и техникой толкания ядра; 3) выполняет элементы технико-тактической подготовки в метании гранаты и техникой толкания ядра.
		6) владеть техникой передачи эстафетной палочки.	1) Объясняет и выполняет технику передачи эстафетной палочки.
Спортивные игры. Футбол	Основные правила игры футбол	1) Объяснять правила техники безопасности по игровым видам спорта на занятиях физической культуры; 2) понимать правила игры по видам спорта футбол.	1) Объясняет правила техники безопасности по игровым видам спорта на занятиях физической культуры; 2) выполняет требования техники безопасности по игровым видам спорта и правила поведения в спортивных залах; 3) соблюдает гигиенические правила на занятиях спортивных игр. 4) перечисляет правила игры по футболу 5) раскрывает историю и этапы развития спортивных игр; 6) различает жесты судей в игровых видах спорта.

QOŇTÜSTIK-QAZAQSTAN MEDISINA AKADEMIASY «Qoңtýstik Qazaqstan medicina akademiasy» AQ		SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Кафедра общеобразовательных дисциплин Силлабус		73-11-2025 Стр. 14 из 20 стр.

		1) Различает технические действия в футболе (перемещение, владение мячом, удары по воротам действия в защите и в нападении); 3) владеть технической и тактической подготовкой к игре в футбол.	2) выполняет подводящие упражнения для овладения технико-тактическими в футболе; 3) объясняет ошибки в технике выполнения приемов и в игровых ситуациях в футболе; 4) выполняет технические и тактические действия в футболе (перемещение, владение мячом, удары по воротам действия в защите и в нападении).
		4) объяснять правила в футболе и уметь выполнять судейство в игре	1) Объясняет правила в футболе и умеет выполнять судейство в игре.
Спортивные игры. Волейбол	Основные правила игры волейбол	1) Объяснять правила техники безопасности по игровым видам спорта на занятиях физической культуры; 2) знать правила игры по видам спорта (волейбол).	1) Объясняет правила техники безопасности по игровым видам спорта на занятиях физической культуры; 2) выполняет требования техники безопасности по игровым видам спорта и правила поведения в спортивных залах; 3) соблюдает гигиенические правила на занятиях спортивных игр. 4) перечисляет правила игры по видам спорта (волейбол); 5) раскрывает историю и этапы развития спортивных игр; 6) различает жесты судей в игровых видах спорта.
		3) владеть технической и тактической подготовкой к игре в волейбол.	2) выполняет подводящие упражнения для овладения технико-тактическими действиями в волейболе; 3) объясняет ошибки в технике выполнения приемов и в игровых ситуациях в волейболе; 4) выполняет технические и тактические действия в волейболе (передвижения, передачи, прием мяча, действия в защите и в нападении).
		4) объяснять правила волейбола и уметь выполнять судейство в игре	1) Объясняет правила волейбола и умеет выполнять судейство в игре.
Спортивные игры. Баскетбол	Основные правила игры баскетбол	1) Объяснять правила техники безопасности по игровым видам спорта на занятиях физической культуры; 2) понимать правила игры по видам спорта (баскетбол).	2) выполняет требования техники безопасности по игровым видам спорта и правила поведения в спортивных залах; 3) соблюдает гигиенические правила на занятиях спортивных игр. 4) перечисляет правила игры по видам спорта (баскетбол); 5) раскрывает историю и этапы развития спортивных игр; 6) различает жесты судей в игровых видах спорта.

QNTÜSTIK-QAZAQSTAN MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Кафедра общеобразовательных дисциплин Силлабус		73-11-2025 Стр. 15 из 20 стр.

		3) владеть технической и тактической подготовкой к игре в баскетбол.	1) Различает технические действия в баскетболе (передвижения, ведение, передачи, броски в кольцо, действия в защите и в нападении, финты); 2) выполняет подводящие упражнения для овладения технико-тактическими действиями в баскетболе; 3) объясняет ошибки в технике выполнения приемов и в игровых ситуациях в баскетболе; 4) выполняет технические и тактические действия по баскетболу (передвижения, ведение, передачи, броски в кольцо, действия в защите и в нападении, финты).
		4) объяснять правила баскетбола и уметь выполнять судейство в игре	1) Объясняет правила баскетбола и умеет выполнять судейство в игре
Спортивные игры. Настольный теннис	Основные правила настольного тенниса	1) Владеть технической и тактической подготовкой к игре в настольный теннис.	1) Различает технические действия в настольном теннисе (стойки и передвижение, подачи и приемы, действия в защите и в нападении); 2) выполняет подводящие упражнения для овладения технико-тактическими действиями в настольном теннисе; 3) объясняет ошибки в технике выполнения приемов и в игровых ситуациях в настольном теннисе; 4) выполняет технические и тактические действия в настольном теннисе (стойки и передвижение, подачи и приемы, действия в защите и в нападении).
Гимнастика	Гимнастические упражнения	1) Объяснить технику безопасности по гимнастике на занятиях физической культуры; 2) выполнять элементы оздоровительной гимнастики;	1) Объясняет технику безопасности в гимнастике на занятиях физической культуры; 2) выполняет требования техники безопасности в гимнастике, правила поведения в спортивных залах; 3) соблюдает гигиенические правила на занятиях гимнастики. 4) определяет и выполняет элементы оздоровительной гимнастики
		3) выполнять базовые строевые, общеразвивающие, прикладные акробатические упражнения гимнастике;	1) Различает и выполняет элементы ритмической гимнастики, элементы производственной гимнастики, элементы атлетической гимнастики и элементы оздоровительной гимнастики; 2) различает строевые, общеразвивающие, прикладные и акробатические упражнения; 3. называет термины гимнастики.
		4) выполнять базовые упражнения на гимнастических снарядах.	1) Определяет уровни сложности выполняемых двигательных действий; 2) применяет основные технико-тактические действия в процессе выполнения специально созданного комплекса упражнений; 3) демонстрирует выполнение упражнений на гимнастических снарядах.
Национальные виды спорта	Правила и техника безопасности национальных	1) Объяснять технику безопасности и правила игры по национальным	1) Объясняет правила техники безопасности по национальным видам спорта на занятиях физической культуры;

ОҢТҮСТІК-ҚАЗАҚСТАН MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		 SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Кафедра общеобразовательных дисциплин		73-11-2025
Силлабус		Стр. 16 из 20 стр.

	играх	видам спорта на занятиях физической культуры;	2) выполняет требования техники безопасности по национальным видам спорта и правила поведения в спортивных залах; 3) соблюдает гигиенические правила во время проведения учебных игр; 4) объясняет правила игры в национальных видах спорта (тоғыз құмалак, асық ату); 5) раскрывает историю и этапы развития национальных видов спорта; 6) объясняет ошибки в национальных видах спорта.
		3) выполнять технико-тактические действия в национальных видах спорта.	1) Различает технико-тактические действия в игре тоғыз құмалак; 2) различает технико-тактические действия в игре асық ату; 3) демонстрирует навыки игры в национальных видах спорта в игровых ситуациях на уроке. 4) демонстрирует элементы борьбы казакша-күрес.
Инновационные технологии и в физической культуре	Современные фитнес-технологии	1) Иметь представление о специфических особенностях фитнес технологий.	1) Имеет навыки составления алгоритма действий, реализуемого определенным образом в интересах повышения эффективности оздоровительного процесса; 2) объясняет методы выполнения упражнений, обеспечивающие гарантированное достижение результата, с использованием инновационных средств, методов, организационных форм занятий фитнеса, современного инвентаря и оборудования.
		2) обладать знаниями классификации техники и оборудования фитнес-центров.	1) Дает подробную классификацию и определение тренажеров, оборудования фитнес центров.

1.10. Материально-техническое обеспечение

1. Волейбольный мяч
2. Баскетбольный мяч
3. Эстафетные палочки
4. Тоғызқумалак
5. Шашки
6. Асық (национальная игра)
7. Футбольный мяч

1.11 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.

ОҢТҮСТІК-ҚАЗАҚСТАН MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Кафедра общеобразовательных дисциплин Силлабус		73-11-2025 Стр. 17 из 20 стр.

3. З 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 У. С. Физическая культура. Методический курс : учебно-методическое пособие / У. 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»	
Кафедра общеобразовательных дисциплин Силлабус	73-11-2025 Стр. 18 из 20 стр.

ОҢТҮСТІК-ҚАЗАҚСТАН MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ  SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»	
Кафедра общеобразовательных дисциплин Силлабус	73-11-2025 Стр. 19 из 20 стр.

ОҢТҮСТІК-ҚАЗАҚСТАН MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ  SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»	
Кафедра общеобразовательных дисциплин Силлабус	73-11-2025 Стр. 20 из 20 стр.