

ONTÜSTIK KAZAKHSTAN MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ			SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Центр физического воспитания		044/64-11	
Методические указания для практических занятий		Стр 1 из 39	

МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ

Дисциплина: Физическая

культура Код дисциплины: FK 1(2)106

Название ОП:

- 6B10115 «Медицина»
- 6B10116 «Педиатрия»
- 6B10117 «Стоматология»
- 6B10104 «Сестринское дело»
- 6B10111 «Общественное здравоохранение»
- 6B10118 «Медико-профилактическое дело»
- 6B10106 «Фармация»
- 6B07201 «Технология фармацевтического производства»

Объем учебных часов/кредитов: 120 часов /4кредита

Курс и семестр изучения: I курс, 1-2 семестр

Шымкент, 2024 г.

ONTÜSTIK QAZAQSTAN MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Центр физического воспитания Методические указания для практических занятий		044/64-11 Стр 2 из 39

Методическое указание для практических занятий разработаны в соответствии с рабочей учебной программой дисциплины (силлабусом) Центра физического воспитания и обсуждены на заседании центра

Заведующий центром



Аширбаев О.А.

Протокол № 11 от 10.06 2024 г.

ONTÜSTIK QAZAQSTAN MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		 SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Центр физического воспитания		044/64-11
Методические указания для практических занятий		Стр 3 из 39

Занятие 1

- Тема:** Физическая культура как учебная дисциплина в системе образования.
- Цель:** ознакомить обучающихся с историей развития физической культурой и спорта. Сформировать у студентов представление о физической культуре как учебной дисциплины в системе образования.
- Задачи обучения:** понимание социальной значимости физической культуры и её роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности
- Основные вопросы темы:** цели и задачи физической культуры. Средства и методы физической культуры
- Основные формы/методы/технологии обучения и преподавания для достижения конечных РО дисциплины:** коммуникативные технологии/дискуссии/.
- Формы контроля для оценивания уровня достижения конечных РО дисциплин:** обратная связь/ блиц опрос/
- Литература:**
 Әбдірақов Б.К. Емдік дене шынықтыру негіздері: учебное пособие: Акнур, 2019
 Ефипанов В.А. Лечебная физкультура: учебное пособие - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2016
 Тайжанов С. Салауатты өмір салтының негіздері: методическое пособие - Алматы: Эверо, 2016
 Электронный ресурс: ссылка для доступа: <http://www.studmedlib.ru>, ЛОГИН ibragim123, ПАРОЛЬ Libukma123 (логин и пароль единый для всех) и/или на сайте библиотечно-информационного центра академии lib.ukma.kz
- Контроль:**
 - ФК- как учебная дисциплина?
 - Зарождение ФК в Казахстане?
 - ТБ на занятиях?
 - Цели ФК?

Занятие 2

- Тема:** Легкая атлетика. Национальные игры.
- Цель:** приобретение опыта творческого использования средств и методов физической культуры и спорта. Знакомство с национальными играми.
- Задачи обучения:** воспитание выносливости, быстроты, ловкости. Обучить подвижным и народным играм.
- Основные вопросы темы:** виды и правила национальных игр. Народные игры "Белбеу", "Охотники", "Тырнарлар".
- Основные формы/методы/технологии обучения и преподавания для достижения конечных РО дисциплины:** работа в малых группах.

ONTUSTIK KAZAKHSTAN MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		 SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Центр физического воспитания Методические указания для практических занятий		044/64-11 Стр 4 из 39

6. Формы контроля для оценивания уровня достижения конечных РО дисциплины:

оценка проводится в соответствии с критериями оценок по чек-листу

7. Литература:

Тотебай Б. О. Дене тәрбиесі: учебник-2 изд.-Астана: Фолиант,2012

Тайжанов С. Жеңіл атлетика: методическое пособие.- Алматы: Эверо, 2012

Барчуков И.С. Теория и методика физического воспитания: учебник 2- изд.-М. : КНОРУС,2012

Электронный ресурс: Ссылка для доступа: <http://www.studmedlib.ru>, ЛОГИН ibragim123, ПАРОЛЬ Libukma123 (логин и пароль единый для всех) и/или на сайте библиотечно-информационного центра академии lib.ukma.kz

8. Контроль: подготовка и проведение национальных игр. Активное участие в проведении и организации игр.

Занятие 3

1.Тема: Обучение специально-беговым упражнениям.

2. Цель: приобретение опыта творческого использования средств и методов физической культуры и спорта. Развить скоростно-силовые качества.

3.Задачи обучения: разучить технику выполнения специально-беговых упражнений, бег с высоким подниманием бедра, забрасывание голени назад, бег прыжками.

4.Основные вопросы темы: виды специально- беговых упражнений.

5.Основные формы/методы/технологии обучения и преподавания для достижения конечных РО дисциплины: индивидуальная и групповая работа

6.Формы контроля для оценивания уровня достижения конечных РО дисциплины: оценка проводится в соответствии с критериями оценок по чек-листу

7.Литература:

Тотебай Б. О. Дене тәрбиесі: учебник-2 изд.-Астана: Фолиант,2012

Тайжанов С. Жеңіл атлетика: методическое пособие.- Алматы: Эверо, 2012

Барчуков И.С. Теория и методика физического воспитания: учебник 2- изд.-М. : КНОРУС,2012

Электронный ресурс: Ссылка для доступа: <http://www.studmedlib.ru>, ЛОГИН ibragim123, ПАРОЛЬ Libukma123 (логин и пароль единый для всех) и/или на сайте библиотечно-информационного центра академии lib.ukma.kz

8.Контроль: выполнение задания- бег с высоким подниманием бедра, забрасывание голени назад, бег прыжками.

Занятие 4

1. Тема: Обучение бегу на короткие дистанции.

2. Цель: обучить технике бега на короткие дистанции. Создание устойчивой мотивации и потребности к здоровому образу жизни и физическому самосовершенствованию,

3. Задачи обучения: развить скоростно-силовые качества. Бег с ускорением по 20 м., обучение финишированию.

ONTÜSTIK QAZAQSTAN MEDISINA AKADEMİASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ СOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»	
Центр физического воспитания Методические указания для практических занятий	044/64-11 Стр 5 из 39

4. **Основные вопросы темы:** старт, бег на дистанции, финиширование.
5. **Основные формы/методы/технологии обучения и преподавания для достижения конечных РО дисциплины:** индивидуальная и групповая работа.
6. **Формы контроля для оценивания уровня достижения конечных РО дисциплины:**

оценка проводится в соответствии с критериями оценок по чек-листу

7. Литература:

Тотебай Б. О. Дене тәрбиесі: учебник-2 изд.-Астана: Фолиант,2012

Тайжанов С. Жеңіл атлетика: методическое пособие.- Алматы: Эверо, 2012

Барчуков И.С. Теория и методика физического воспитания: учебник 2- изд.-М. : КНОРУС,2012

Электронный ресурс: Ссылка для доступа: <http://www.studmedlib.ru>, ЛОГИН ibragim123, ПАРОЛЬ Libukma123 (логин и пароль единый для всех) и/или на сайте библиотечно-информационного центра академии lib.ukma.kz

8. **Контроль:** выполнение задания- бег на 60м. с учетом времени

Занятие 5

1. **Тема:** Обучение низкому старту и стартовому разбегу.
2. **Цель:** обучить правильному выполнению техники старта.
3. **Задачи обучения:** обучить технике низкого старта. Развитие быстроты, ловкости, внимания. Расстановка рук и ног. Разбег с толчка.
4. **Основные вопросы темы:** правильное расположение рук и ног. Выполнение команд "На старт", "Внимание", "Марш".
5. **Основные формы/методы/технологии обучения и преподавания для достижения конечных РО дисциплины:** индивидуальная и групповая работа.
6. **Формы контроля для оценивания уровня достижения конечных РО дисциплины:**

оценка проводится в соответствии с критериями оценок по чек-листу

7. Литература:

Тотебай Б. О. Дене тәрбиесі: учебник-2 изд.-Астана: Фолиант,2012

Тайжанов С. Жеңіл атлетика: методическое пособие.- Алматы: Эверо, 2012

Барчуков И.С. Теория и методика физического воспитания: учебник 2- изд.-М. : КНОРУС,2012

Электронный ресурс: Ссылка для доступа: <http://www.studmedlib.ru>, ЛОГИН ibragim123, ПАРОЛЬ Libukma123 (логин и пароль единый для всех) и/или на сайте библиотечно-информационного центра академии lib.ukma.kz

8. **Контроль:** выполнение задания- стартовое положение, ускорение на 20 м.

Занятие 6

- 1.**Тема:** Бег на короткие дистанции.
2. **Цель:** совершенствование техники бега по дистанции в беге на короткие дистанции. Развить скоростно-силовых качеств ног.

ONTÜSTIK QAZAQSTAN MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Центр физического воспитания Методические указания для практических занятий		044/64-11 Стр 6 из 39

3.Задачи обучения: обучить бегу с ускорением по 20м, финишированию.выполнение техники бега на 100 м.

4.Основные вопросы темы: старт, бег на дистанции, финиширование.

5.Основные формы/методы/технологии обучения и преподавания для достижения конечных РО дисциплины: групповая работа.

6.Формы контроля для оценивания уровня достижения конечных РО дисциплины: оценка проводится в соответствии с критериями оценок по чек-листу.

7.Литература:

Тотебай Б. О. Дене тәрбиесі: учебник-2 изд.-Астана: Фолиант,2012

Тайжанов С. Жеңіл атлетика: методическое пособие.- Алматы: Эверо, 2012

Барчуков И.С. Теория и методика физического воспитания: учебник 2- изд.-М. : КНОРУС,2012

Электронный ресурс: ссылка для доступа: <http://www.studmedlib.ru>, ЛОГИН ibragim123, ПАРОЛЬ Libukma123 (логин и пароль единый для всех) и/или на сайте библиотечно-информационного центра академии lib.ukma.kz

8.Контроль: выполнение задания- стартовое положение, ускорение на 40 м., финиширование

Занятие 7

1. Тема: Кроссовая подготовка.

2. Цель: создание устойчивой мотивации и потребности к здоровому образу жизни и физическому самосовершенствованию, Совершенствование техники бега на длинные дистанции. Развитие скоростно-силовых качеств.

3. Задачи обучения: повышение аэробных и анаэробных возможностей организма занимающихся. Воспитание общей и специальной выносливости.

Совершенствование техники бега на длинные дистанции.

4. Основные вопросы темы: высокий старт бег на дистанции, бег на дистанции, самоконтроль за состоянием здоровья, финиширование.

5. Основные формы/методы/технологии обучения и преподавания для достижения конечных РО дисциплины: поточная работа.

6. Формы контроля для оценивания уровня достижения конечных РО дисциплины: оценка проводится в соответствии с критериями оценок по чек-листу

7. Литература:

Тотебай Б. О. Дене тәрбиесі: учебник-2 изд.-Астана: Фолиант,2012

Тайжанов С. Жеңіл атлетика: методическое пособие.- Алматы: Эверо, 2012

Барчуков И.С. Теория и методика физического воспитания: учебник 2- изд.-М. : КНОРУС,2012

Электронный ресурс: Ссылка для доступа: <http://www.studmedlib.ru>, ЛОГИН ibragim123, ПАРОЛЬ Libukma123 (логин и пароль единый для всех) и/или на сайте библиотечно-информационного центра академии lib.ukma.kz

ONTÜSTIK QAZAQSTAN MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		 SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Центр физического воспитания		044/64-11
Методические указания для практических занятий		Стр 7 из 39

8. **Контроль:** выполнение задания- стартовое положение, бег по пересеченной местности.

Занятие 8

- Тема:** Обучение высокому старту и финишированию.
- Цель:** формирование здорового образа жизни, интереса и инициативы учащихся на занятиях с помощью упражнений, направленных на развитие физических качеств.
- Задачи обучения:** научить высокому старту, стартовому разбегу, финишированию.
- Основные вопросы темы:** выполнение команд "На старт", "Внимание", "Марш". Постановка рук и ног при высоком старте.
- Основные формы/методы/технологии обучения и преподавания для достижения конечных РО дисциплины:** индивидуальная и групповая работа.
- Формы контроля для оценивания уровня достижения конечных РО дисциплины:**
оценка проводится в соответствии с критериями оценок по чек-листу
- Литература:**
Тотебай Б. О. Дене тәрбиесі: учебник-2 изд.-Астана: Фолиант, 2012
Тайжанов С. Жеңіл атлетика: методическое пособие.- Алматы: Эверо, 2012
Барчуков И.С. Теория и методика физического воспитания: учебник 2- изд.-М. : КНОРУС, 2012
Электронный ресурс: Ссылка для доступа: <http://www.studmedlib.ru>, ЛОГИН ibragim123, ПАРОЛЬ Libukma123 (логин и пароль единый для всех) и/или на сайте библиотечно-информационного центра академии lib.ukma.kz
- Контроль:** выполнение задания- положение старта, упражнения на восстановление дыхания.

Занятие 9

- Тема:** Кросс-бег на длинные дистанции.
- Цель:** использование навыков и умений к здоровому образу жизни, интереса и инициативы учащихся на занятиях с помощью упражнений, направленных на развитие физических качеств.
- Задачи обучения:** научить высокому старту, стартовому разбегу, финишированию. Бег жен-500м., муж-1000м
- Основные вопросы темы:** старт, бег на дистанции, контроль за состоянием здоровья, финиширование.
- Основные формы/методы/технологии обучения и преподавания для достижения конечных РО дисциплины:** поточная работа.
- Формы контроля для оценивания уровня достижения конечных РО дисциплины:**
оценка проводится в соответствии с критериями оценок по чек-листу
- Литература:**
Тотебай Б. О. Дене тәрбиесі: учебник-2 изд.-Астана: Фолиант, 2012
Тайжанов С. Жеңіл атлетика: методическое пособие.- Алматы: Эверо, 2012

ONTÜSTIK QAZAQSTAN MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		 SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Центр физического воспитания		044/64-11
Методические указания для практических занятий		Стр 8 из 39

Барчуков И.С. Теория и методика физического воспитания: учебник 2- изд.-М. : КНОРУС,2012

Электронный ресурс: Ссылка для доступа: <http://www.studmedlib.ru>, ЛОГИН ibragim123, ПАРОЛЬ Libukma123 (логин и пароль единый для всех) и/или на сайте библиотечно-информационного центра академии lib.ukma.kz

8. Контроль: выполнение задания- кросс, упражнения на восстановление дыхания.

Занятие 10

1. Тема: Обучение эстафетному бегу.

2. Цель: создание устойчивой мотивации и потребности к здоровому образу жизни и физическому самосовершенствованию. Взаимодействие обучающихся в коллективе, работа в команде.

3. Задачи обучения: обучать в коллективной игре умению видеть и понимать партнеров, обучить работе в «коридоре».

4. Основные вопросы темы: старт, бег на дистанции, передача эстафетной палочки в «коридоре».

5. Основные формы/методы/технологии обучения и преподавания для достижения конечных РО дисциплины: групповая работа.

6. Формы контроля для оценивания уровня достижения конечных РО дисциплины:

оценка проводится в соответствии с критериями оценок по чек-листу

7. Литература:

Тотебай Б. О. Дене тәрбиесі: учебник-2 изд.-Астана: Фолиант,2012

Тайжанов С. Жеңіл атлетика: методическое пособие.- Алматы: Эверо, 2012

Барчуков И.С. Теория и методика физического воспитания: учебник 2- изд.-М. : КНОРУС,2012

Электронный ресурс: Ссылка для доступа: <http://www.studmedlib.ru>, ЛОГИН ibragim123, ПАРОЛЬ Libukma123 (логин и пароль единый для всех) и/или на сайте библиотечно-информационного центра академии lib.ukma.kz

8. Контроль: выполнение задания- передача эстафетной палочки в «коридоре».

Занятие 11

1. Тема.Работа с эстафетной палочкой.

2.Цель: развитие скоростных и координационных качеств. Развитие ловкости рук и кистей.

3. Задачи обучения: обучение передаче эстафетной палочки в колонне и в движении.

4. Основные вопросы темы: зона передачи эстафетной палочки.

5. Основные формы/методы/технологии обучения и преподавания для достижения конечных РО дисциплины: индивидуальная и групповая работа.

6. Формы контроля для оценивания уровня достижения конечных РО дисциплины:

оценка проводится в соответствии с критериями оценок по чек-листу

7.Литература:

ONTÜSTIK QAZAQSTAN MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Центр физического воспитания Методические указания для практических занятий		
		044/64-11 Стр 9 из 39

Тотебай Б. О. Дене тәрбиесі: учебник-2 изд.-Астана: Фолиант,2012

ONTÜSTIK QAZAQSTAN MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		 SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Центр физического воспитания Методические указания для практических занятий		044/64-11 Стр 10 из 39

Тайжанов С. Жеңіл атлетика: методическое пособие.- Алматы: Эверо, 2012

Барчуков И.С. Теория и методика физического воспитания: учебник 2- изд.-М. : КНОРУС,2012

Электронный ресурс: Ссылка для доступа: <http://www.studmedlib.ru>, ЛОГИН ibragim123, ПАРОЛЬ Libukma123 (логин и пароль единый для всех) и/или на сайте библиотечно-информационного центра академии lib.ukma.kz

8.Контроль: выполнение задания- передача эстафетной палочки- в колонне, в движении.

Занятие 12

1. Тема: Обучение прыжку в длину.

2. Цель: создание устойчивой мотивации и потребности к здоровому образу жизни и физическому самосовершенствованию, Укрепление физического развитие, скоростных и координационных качеств.

3. Задачи обучения: обучить технике прыжка в длину с места. Развитие быстроты, прыгучести, ловкости.

4. Основные вопросы темы: работа рук и ног при прыжке в длину. Правильное выполнение техники толчка, полета и приземления.

5. Основные формы/методы/технологии обучения и преподавания для достижения конечных РО дисциплины: индивидуальная работа.

6. Формы контроля для оценивания уровня достижения конечных РО дисциплины:

оценка проводится в соответствии с критериями оценок по чек-листу.

7. Литература:

Тотебай Б. О. Дене тәрбиесі: учебник-2 изд.-Астана: Фолиант,2012

Тайжанов С. Жеңіл атлетика: методическое пособие.- Алматы: Эверо, 2012

Барчуков И.С. Теория и методика физического воспитания: учебник 2- изд.-М. : КНОРУС,2012

Электронный ресурс: ссылка для доступа: <http://www.studmedlib.ru>, ЛОГИН ibragim123, ПАРОЛЬ Libukma123 (логин и пароль единый для всех) и/или на сайте библиотечно-информационного центра академии lib.ukma.kz

8. Контроль: выполнение задания-показ выполнения прыжка с места.

Занятие 13

1. Тема: Национальные игры.

2. Цель: формирование физической культуры личности. Знать национальные игры.

3. Задачи обучения: обучение национальным играм с элементами легкой атлетики.

4. Основные вопросы темы: виды национальных игр. "День-ночь", "Вызов номера", "Рыбаки и рыбки".

5. Основные формы/методы/технологии обучения и преподавания для достижения конечных РО дисциплины: ролевые игры.

ONTÜSTIK QAZAQSTAN MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ			SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Центр физического воспитания		044/64-11	
Методические указания для практических занятий		Стр 11 из 39	

6. Формы контроля для оценивания уровня достижения конечных РО дисциплины:

оценка проводится в соответствии с критериями оценок по чек-листу.

7. Литература:

Алиханов, Елемес. Казахские национальные игры: монография - Алматы: Казахский университет, 2018

Электронный ресурс: Ссылка для доступа: <http://www.studmedlib.ru>, ЛОГИН ibragim123, ПАРОЛЬ Libukma123 (логин и пароль единый для всех) и/или на сайте библиотечно-информационного центра академии lib.ukma.kz

8. **Контроль:** Подготовка и проведение национальных игр. Активное участие в проведении и организации игр.

Занятие 14

1. **Тема:** РК-1. Легкая атлетика

2. **Цель:** формирование физической культуры личности

3. **Задачи обучения:** воспитать культуру эмоционального поведения, воспитание волевых качеств, стремления к самосовершенствованию.

4. **Основные вопросы темы:** сдача контрольных нормативов

Прыжки в длину с места

Муж-245-240 см

Жен -185-190 см

Приседания (кол/ мин)

Муж-60-55 раз

Жен-37-30 раз

5. **Основные формы/методы/технологии обучения и преподавания для достижения конечных РО дисциплины:** индивидуальная работа.

6. **Формы контроля для оценивания уровня достижения конечных РО дисциплины:** оценка проводится в соответствии с критериями оценок.

7. Литература:

Тотебай Б. О. Дене тәрбиесі: учебник-2 изд.-Астана: Фолиант, 2012

Тайжанов С. Жеңіл атлетика: методическое пособие.- Алматы: Эверо, 2012

Барчуков И.С. Теория и методика физического воспитания: учебник 2- изд.-М. : КНОРУС, 2012

Электронный ресурс: ссылка для доступа: <http://www.studmedlib.ru>, ЛОГИН ibragim123, ПАРОЛЬ Libukma123 (логин и пароль единый для всех) и/или на сайте библиотечно-информационного центра академии lib.ukma.kz

8. **Контроль:** выполнение задания- сдача нормативов.

Занятие 15

1. **Тема:** Баскетбол. Общение понятия о баскетболе.

ONTÜSTIK QAZAQSTAN MEDISINA AKADEMİASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ SKMA -1979- SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»	
Центр физического воспитания Методические указания для практических занятий	044/64-11 Стр 12 из 39

2. Цель: создание устойчивой мотивации и потребности к здоровому образу жизни и физическому самосовершенствованию. Развитие баскетбола в Казахстане. Правила игры в баскетбол

3. Задачи обучения: сообщить основные сведения об игре баскетбол, правила поведения и технику безопасности. Объяснение правил баскетбола.

4. Основные вопросы темы: основные элементы баскетбола. Правила игры в баскетбол. Техника безопасности в баскетболе.

5. Основные формы/методы/технологии обучения и преподавания для достижения конечных РО дисциплины: коммуникативные технологии.

6. Формы контроля для оценивания уровня достижения конечных РО дисциплины:

обратная связь-блиц опрос

7. Литература:

Тайжанов С. Спорт ойындары. Учебно-методическое пособие.-Алматы: Эверо,2012

Барчуков И.С. Теория и методика физического воспитания:учебник 2- изд.-М.: КНОРУС,2012

Краузе,Джерри В. Баскетбол-навыки и упражнения: Астрель, 2006
Легран Л. Баскетбол.М. Астрель, 2006

Электронный ресурс: Ссылка для доступа: <http://www.studmedlib.ru>, ЛОГИН ibragim123, ПАРОЛЬ Libukma123 (логин и пароль единый для всех) и/или на сайте библиотечно-информационного центра академии lib.ukma.kz

8. Контроль: Правила игры в баскетбол?

Техника безопасности во время игры?

Занятие 16

1. Тема: Обучение технике перемещения, прыжкам.

2. Цель: формирование физической культуры личности. Развитие ловкости, воли к победе, прыгучести.

3. Задачи обучения: обучение технике перемещения, прыгучести. Ознакомить студентов с основными элементами баскетбола

4. Основные вопросы темы: способы перемещения - спиной вперед, скрестными шагами. Прыжки при беге.

5. Основные формы/методы/технологии обучения и преподавания для достижения конечных РО дисциплины: индивидуальная и групповая работа.

6. Формы контроля для оценивания уровня достижения конечных РО дисциплины:

оценка проводится в соответствии с критериями оценок по чек-листу

7. Литература:

Тайжанов С. Спорт ойындары. Учебно-методическое пособие.-Алматы: Эверо, 2012

Барчуков И.С. Теория и методика физического воспитания:учебник 2- изд.-М.: КНОРУС, 2012

Краузе, Джерри В. Баскетбол-навыки и упражнения: Астрель, 2006

Легран Л. Баскетбол.М. Астрель, 2006

ONTÜSTIK QAZAQSTAN MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ SKMA MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»	
Центр физического воспитания Методические указания для практических занятий	044/64-11 Стр 13 из 39

Электронный ресурс: Ссылка для доступа: <http://www.studmedlib.ru>, ЛОГИН ibragim123, ПАРОЛЬ Libukma123 (логин и пароль единый для всех) и/или на сайте библиотечно-информационного центра академии lib.ukma.kz

8. Контроль: Какие виды перемещения в баскетболе? Выполнение и показ задания.

Занятие 17

1. Тема: Обучение ведению мяча.

2. Цель: развитие ловкости, развитие прыжковых упражнений. Формирование физической культуры личности

3. Задачи обучения: обучение способам ведения.

4. Основные вопросы темы: способы ведения мяча одной рукой, попеременно по прямой и по кругу.

5. Основные формы/методы/технологии обучения и преподавания для достижения конечных РО дисциплины: индивидуальная и групповая работа.

6. Формы контроля для оценивания уровня достижения конечных РО дисциплины:

оценка проводится в соответствии с критериями оценок по чек-листу.

7. Литература:

Тайжанов С. Спорт ойындары. Учебно-методическое пособие.-Алматы: Эверо,2012

Барчуков И.С. Теория и методика физического воспитания:учебник 2- изд.-М.: КНОРУС,2012

Краузе,Джерри В. Баскетбол-навыки и упражнения: Астрель, 2006
Легран Л. Баскетбол.М. Астрель, 2006

Электронный ресурс: Ссылка для доступа: <http://www.studmedlib.ru>, ЛОГИН ibragim123, ПАРОЛЬ Libukma123 (логин и пароль единый для всех) и/или на сайте библиотечно-информационного центра академии lib.ukma.kz

8. Контроль: выполнение задания- ведение мяча одной рукой и попеременно.

Занятие 18

1. Тема: Обучение ловле - передаче мяча.

2. Цель: формирование физической культуры личности. Развитие ловкости, скорости.

3. Задачи обучения:развитие ловкости, координации, скоростно-силовых качеств. Обучить технике ловле передачи мяча

4. Основные вопросы темы: ловля-передача мяча на уровни груди, от плеча, с отскоком.

5. Основные формы/методы/технологии обучения и преподавания для достижения конечных РО дисциплины: индивидуальная и групповая работа.

6. Формы контроля для оценивания уровня достижения конечных РО дисциплины: оценка проводится в соответствии с критериями оценок по чек-листу

7. Литература:

Тайжанов С. Спорт ойындары. Учебно-методическое пособие.-Алматы: Эверо,2012

ONTÜSTIK QAZAQSTAN MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ			SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Центр физического воспитания		044/64-11	
Методические указания для практических занятий		Стр 14 из 39	

Барчуков И.С. Теория и методика физического воспитания:учебник 2-изд.-М.: КНОРУС,2012

Краузе, Джерри В. Баскетбол-навыки и упражнения: Астрель, 2006
Легран Л. Баскетбол.М. Астрель, 2006

Электронный ресурс: ссылка для доступа: <http://www.studmedlib.ru>, ЛОГИН ibragim123, ПАРОЛЬ Libukma123 (логин и пароль единый для всех) и/или на сайте библиотечно-информационного центра академии lib.ukma.kz

8. Контроль: выполнение задания- ловля-передача мяча на уровне груди мяча, с отскоком от пола.

Занятие 19

1. Тема: Обучение передачи мяча в движении.

2. Цель: формирование двигательных навыков у обучающихся. Создание устойчивой мотивации и потребности к здоровому образу жизни и физическому самосовершенствованию.

3. Задачи обучения: развитие ловкости, координации, скоростно-силовых качеств. Воспитание активности, трудолюбия, интереса к занятиям по баскетболу.

4. Основные вопросы темы. передачи мяча в движении, в паре, в колоннах.

5. Основные формы/методы/технологии обучения и преподавания для достижения конечных РО дисциплины: индивидуальная и групповая работа.

6. Формы контроля для оценивания уровня достижения конечных РО дисциплины:

оценка проводится в соответствии с критериями оценок по чек-листу.

7. Литература:

Әбдірақов Б.К.Емдік дене шынықтыру негіздері:учебник-Қарағнда:Ақнур,2016

Ефипанов В.А.Лечебная физкультура:учебное пособие-М.:ГЭОТАР-Медиа,2016

Тайжанов С.Салауатты өмір салтының негіздері:методическое пособие-Алматы: Эверо,2016

Краузе, Джерри В. Баскетбол-навыки и упражнения: Астрель, 2006

Легран Л. Баскетбол.М. Астрель, 2006

Электронный ресурс: Ссылка для доступа: <http://www.studmedlib.ru>, ЛОГИН ibragim123, ПАРОЛЬ Libukma123 (логин и пароль единый для всех) и/или на сайте библиотечно-информационного центра академии lib.ukma.kz

8. Контроль: выполнение задания- передачи мяча в движении в парах и колоннах.

Занятие 20

1. Тема: Обучение броска мяча в корзину.

2. Цель: формирование физической культуры личности. Обучить броску мяча.

3. Задачи обучения: обучить броску мяча от груди, от плеча, в прыжке.

4. Основные вопросы темы: броски мяча в корзину от груди, от плеча, в прыжке.

5. Основные формы/методы/технологии обучения и преподавания для достижения конечных РО дисциплины: индивидуальная и групповая работа.

ONTÜSTIK QAZAQSTAN MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Центр физического воспитания Методические указания для практических занятий		044/64-11 Стр 15 из 39

6. Формы контроля для оценивания уровня достижения конечных РО дисциплины:

оценка проводится в соответствии с критериями оценок по чек-листу

7. Литература:

Тайжанов С. Спорт ойындары. Учебно-методическое пособие.-Алматы: Эверо,2012

Барчуков И.С. Теория и методика физического воспитания:учебник 2- изд.-М.: КНОРУС,2012

Краузе, Джерри В. Баскетбол-навыки и упражнения: Астрель, 2006

Легран Л. Баскетбол.М. Астрель, 2006

Электронный ресурс: Ссылка для доступа:

- <https://youtu.be/NRGQsVUQfzg>

- <http://www.studmedlib.ru>, ЛОГИН ibragim123, ПАРОЛЬ Libukma123 (логин и пароль единый для всех) и/или на сайте библиотечно-информационного центра академии lib.ukma.kz

8. Контроль: выполнение задания- броски мяча в корзину от груди, от плеча, в прыжке.

Занятие 21

1. Тема: Эстафеты.

2. Цель: формирование двигательных навыков у обучающихся. Обеспечение психофизической готовности к будущей профессиональной деятельности.

Знать эстафеты с баскетбольными мячами.

3. Задачи обучения: воспитание дисциплинированности, коллективизма, чувства товарищества. Эстафеты с баскетбольными мячами

4. Основные вопросы темы: виды эстафет с баскетбольными мячами.

5. Основные формы/методы/технологии обучения и преподавания для достижения конечных РО дисциплины: работа в малых группах.

6. Формы контроля для оценивания уровня достижения конечных РО дисциплины: работа в малых группах

7. Литература:

Тайжанов С. Спорт ойындары. Учебно-методическое пособие.-Алматы: Эверо,2012

Барчуков И.С. Теория и методика физического воспитания:учебник 2- изд.-М.: КНОРУС,2012

Краузе, Джерри В. Баскетбол-навыки и упражнения: Астрель, 2006

Легран Л. Баскетбол.М. Астрель, 2006

Электронный ресурс: Ссылка для доступа: <http://www.studmedlib.ru>, ЛОГИН ibragim123, ПАРОЛЬ Libukma123 (логин и пароль единый для всех) и/или на сайте библиотечно-информационного центра академии lib.ukma.kz

8. Контроль: выполнение задания-эстафеты с баскетбольными мячами в колоннах.

Занятие 22

1.Тема: Броски мяча в корзину с 3х шагов.

2. Цель: воспитание силы, ловкости. Создание устойчивой мотивации и потребности к здоровому образу жизни и физическому самосовершенствованию,

ONTÜSTİK QAZAQSTAN MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Центр физического воспитания Методические указания для практических занятий		044/64-11 Стр 16 из 39

3.Задачи обучения: развитие ловкости, координации, скоростно-силовых качеств. Обучить броску мяча в корзину в движении

4.Основные вопросы темы: броски мяча в корзину в колоннах, с разных точек зоны.

5.Основные формы/методы/технологии обучения и преподавания для достижения конечных РО дисциплины: групповая работа.

6.Формы контроля для оценивания уровня достижения конечных РО дисциплины: оценка проводится в соответствии с критериями оценок по чек-листу

7.Литература:

Тайжанов С. Спорт ойындары. Учебно-методическое пособие.-Алматы: Эверо,2012

Барчуков И.С. Теория и методика физического воспитания:учебник 2- изд.-М.: КНОРУС,2012

Краузе,Джерри В. Баскетбол-навыки и упражнения: Астрель,

2006 Легран Л. Баскетбол.М. Астрель, 2006

Электронный ресурс: Ссылка для доступа: <http://www.studmedlib.ru>, ЛОГИН ibragim123, ПАРОЛЬ Libukma123 (логин и пароль единый для всех) и/или на сайте библиотечно-информационного центра академии lib.ukma.kz

8.Контроль: выполнение задания- броски мяча в корзину в колоннах, с разных точек зоны.

Занятие 23

1. Тема: Обучение ловле, передаче мяча в движении.

2. Цель: создание устойчивой мотивации и потребности к здоровому образу жизни и физическому самосовершенствованию. Развитие ловкости, скорости.

3. Задачи обучения: воспитание активности, трудолюбия, интереса к занятиям по баскетболу. Обучение ловле-передаче мяча у стенки.

4. Основные вопросы темы: ловля передача мяча в движении на уровне груди, от плеча, с отскоком.

5. Основные формы/методы/технологии обучения и преподавания для достижения конечных РО дисциплины: индивидуальная и групповая работа.

6. Формы контроля для оценивания уровня достижения конечных РО дисциплины:

оценка проводится в соответствии с критериями оценок по чек-листу

7. Литература:

Тайжанов С. Спорт ойындары. Учебно-методическое пособие.-Алматы: Эверо,2012

Барчуков И.С. Теория и методика физического воспитания:учебник 2- изд.-М.: КНОРУС,2012

Краузе,Джерри В. Баскетбол-навыки и упражнения: Астрель,

2006 Легран Л. Баскетбол.М. Астрель, 2006

Электронный ресурс: Ссылка для доступа: <http://www.studmedlib.ru>, ЛОГИН ibragim123, ПАРОЛЬ Libukma123 (логин и пароль единый для всех) и/или на сайте библиотечно-информационного центра академии lib.ukma.kz

ONTÜSTIK QAZAQSTAN MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		 SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Центр физического воспитания Методические указания для практических занятий		044/64-11 Стр 17 из 39

8. Контроль: выполнение задания- ловля передача мяча в движении на уровне груди, от плеча с отскоком.

Занятие 24

- Тема:** Обучение броска мяча в корзину с 2-х шагов.
- Цель:** формирование двигательных навыков у обучающихся. Обучить броску мяча с 2-х шагов в движении.
- Задачи обучения:** обучить подачи мяча, прием-передачи мяча на месте и в движении.
- Основные вопросы темы:** броски мяча в корзину в колоннах, с разных точек зоны.
- Основные формы/методы/технологии обучения и преподавания для достижения конечных РО дисциплины:** индивидуальная работа.
- Формы контроля для оценивания уровня достижения конечных РО дисциплины:**

оценка проводится в соответствии с критериями оценок по чек-листу

7. Литература:

Тайжанов С. Спорт ойындары. Учебно-методическое пособие.-Алматы: Эверо,2012

Барчуков И.С. Теория и методика физического воспитания:учебник 2- изд.-М.: КНОРУС,2012

Краузе,Джерри В. Баскетбол-навыки и упражнения: Астрель, 2006
Легран Л. Баскетбол.М. Астрель, 2006

Электронный ресурс: Ссылка для доступа: <http://www.studmedlib.ru>, ЛОГИН ibragim123, ПАРОЛЬ Libukma123 (логин и пароль единый для всех) и/или на сайте библиотечно-информационного центра академии lib.ukma.kz

8. Контроль: выполнение задания- броски мяча в корзину в колоннах, с разных точек зоны.

Занятие 25

- Тема:** Односторонняя учебная игра.
- Цель:** создание устойчивой мотивации и потребности к здоровому образу жизни и физическому самосовершенствованию.
- Задачи обучения:** обеспечение психофизической готовности к будущей профессиональной деятельности.
- Основные вопросы темы:** правила игры в баскетбол. Техника безопасности во время игры.
- Основные формы/методы/технологии обучения и преподавания для достижения конечных РО дисциплины:** работа в малых группах.
- Формы контроля для оценивания уровня достижения конечных РО дисциплины:**

оценка проводится в соответствии с критериями оценок по чек-листу

7. Литература:

Тайжанов С. Спорт ойындары. Учебно-методическое пособие.-Алматы: Эверо,2012

Барчуков И.С. Теория и методика физического воспитания:учебник 2- изд.-М.: КНОРУС,2012

ONTÜSTIK QAZAQSTAN MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		 SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Центр физического воспитания Методические указания для практических занятий		044/64-11 Стр 18 из 39

Краузе, Джерри В. Баскетбол-навыки и упражнения: Астрель, 2006
Легран Л. Баскетбол. М. Астрель, 2006

Электронный ресурс: Ссылка для доступа: <http://www.studmedlib.ru>, ЛОГИН ibragim123, ПАРОЛЬ Libukma123 (логин и пароль единый для всех) и/или на сайте библиотечно-информационного центра академии lib.ukma.kz

8. Контроль: Правила игры в баскетбол? Техника безопасности во время игры?

Занятие 26

1. Тема: Учебная игра.

2. Цель: приобретение опыта творческого использования средств и методов физической культуры.

3. Задачи обучения: обеспечение психофизической готовности к будущей профессиональной деятельности.

Обучить технике защиты, нападения, правилу игры в баскетбол.

4. Основные вопросы темы: техника нападения и защиты. Тактика игры. Правила игры в баскетбол.

5. Основные формы/методы/технологии обучения и преподавания для достижения конечных РО дисциплины: групповая работа.

6. Формы контроля для оценивания уровня достижения конечных РО дисциплины:

оценка проводится в соответствии с критериями оценок по чек-листу

7. Литература:

Тайжанов С. Спорт ойындары. Учебно-методическое пособие.-Алматы: Эверо, 2012

Барчуков И.С. Теория и методика физического воспитания: учебник 2- изд.-М.: КНОРУС, 2012

Краузе, Джерри В. Баскетбол-навыки и упражнения: Астрель, 2006
Легран Л. Баскетбол. М. Астрель, 2006

Электронный ресурс: Ссылка для доступа: <http://www.studmedlib.ru>, ЛОГИН ibragim123, ПАРОЛЬ Libukma123 (логин и пароль единый для всех) и/или на сайте библиотечно-информационного центра академии lib.ukma.kz

8. Контроль: Техника нападения и защиты? Тактика игры? Правила игры в баскетбол?

Занятие 27

1. Тема: Национальные игры с элементами баскетбола.

2. Цель: приобретение опыта творческого использования средств и методов физической культуры.

3. Задачи обучения: обучить к коллективной игре, умению видеть и понимать партнеров и соперников.

4. Основные вопросы темы: игры "Охотники и зайцы", "Мяч в корзину", "Стрелок".

5. Основные формы/методы/технологии обучения и преподавания для достижения конечных РО дисциплины: ролевые игры

ONTÜSTIK QAZAQSTAN MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Центр физического воспитания Методические указания для практических занятий		044/64-11 Стр 19 из 39

6. Формы контроля для оценивания уровня достижения конечных РО дисциплины:

оценка проводится в соответствии с критериями оценок по чек-листу

7. Литература:

Тайжанов С. Спорт ойындары. Учебно-методическое пособие.-Алматы: Эверо,2012

Барчуков И.С. Теория и методика физического воспитания:учебник 2- изд.-М.: КНОРУС,2012

Краузе, Джерри В. Баскетбол-навыки и упражнения: Астрель, 2006
Легран Л. Баскетбол.М. Астрель, 2006

Электронный ресурс: Ссылка для доступа: <http://www.studmedlib.ru>, ЛОГИН ibragim123, ПАРОЛЬ Libukma123 (логин и пароль единый для всех) и/или на сайте библиотечно-информационного центра академии lib.ukma.kz

8. **Контроль:** Подготовка и проведение национальных игр. Активное участие в проведении и организации игр.

Занятие 28

1. **Тема:** РК-2.Баскетбол.

2. **Цель:** формирование физической культуры личности

3. **Задачи обучения:** воспитать культуру эмоционального поведения, воспитание волевых качеств, стремления к самосовершенствованию.

4. **Основные вопросы темы:** сдача контрольных нормативов

1. Броски мяча в корзину(из 10 возможностей)

2. Ведение мяча без зрительного контроля

5. **Основные формы/методы/технологии обучения и преподавания для достижения конечных РО дисциплины:** индивидуальная работа.

6. **Формы контроля для оценивания уровня достижения конечных РО дисциплины:**

Оценка проводится в соответствии с критериями оценок

7.Литература:

Тайжанов С. Спорт ойындары. Учебно-методическое пособие.-Алматы: Эверо,2012

Барчуков И.С. Теория и методика физического воспитания:учебник 2- изд.-М.: КНОРУС,2012 Краузе,Джерри В. Баскетбол-навыки и упражнения: Астрель, 2006

Легран Л. Баскетбол.М. Астрель, 2006

Электронный ресурс: Ссылка для доступа: <http://www.studmedlib.ru>, ЛОГИН ibragim123, ПАРОЛЬ Libukma123 (логин и пароль единый для всех) и/или на сайте библиотечно-информационного центра академии lib.ukma.kz

8. **Контроль:** сдача контрольных нормативов- броски мяча в корзину(из 10 возможностей), ведение мяча без зрительного контроля

Занятие 29

1. **Тема:** Спортивные игры.

2. **Цель:** приобретение опыта творческого использования средств и методов физической культуры.

ONTÜSTIK QAZAQSTAN MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Центр физического воспитания Методические указания для практических занятий		044/64-11 Стр 20 из 39

3. **Задачи обучения:** активировать внимание и повышение эмоционального состояния занимающихся. Обеспечить общую функциональную готовность организма к активной мышечной деятельности.
4. **Основные вопросы темы:** мини-футбол, волейбол
5. **Основные формы/методы/технологии обучения и преподавания для достижения конечных РО дисциплины:** работа в малых группах.
6. **Формы контроля для оценивания уровня достижения конечных РО дисциплины:**
оценка проводится в соответствии с критериями оценок по чек-листу
7. **Литература:**
Тайжанов С. Спорт ойындары. Учебно-методическое пособие.-Алматы: Эверо,2012
Барчуков И.С. Теория и методика физического воспитания:учебник 2- изд.-М.: КНОРУС,2012 Краузе,Джерри В. Баскетбол-навыки и упражнения: Астрель, 2006
Легран Л. Баскетбол.М. Астрель, 2006
Электронный ресурс: ссылка для доступа: <http://www.studmedlib.ru>, ЛОГИН ibragim123, ПАРОЛЬ Libukma123 (логин и пароль единый для всех) и/или на сайте библиотечно-информационного центра академии lib.ukma.kz
8. **Контроль:** выполнение задания – активное участие в играх.

Занятие 30

1. **Тема:** Итоговый контроль.
2. **Цель:** формирование двигательных навыков у обучающихся. Приобретение опыта творческого использования средств и методов физической культуры
3. **Задачи обучения:** принять норматив по ОФП- пресс и подтягивание.
4. **Основные вопросы темы:** сдача Президентских нормативов
 - 1.Муж- сгибание разгибание рук в упоре лежа
 - Жен- подъем туловища из положения лежа на спине
 - 2 Муж-подтягивание на перекладине
 - Жен-приседание
5. **Основные формы/методы/технологии обучения и преподавания для достижения конечных РО дисциплины:** индивидуальная работа.
6. **Формы контроля для оценивания уровня достижения конечных РО дисциплины:**
оценка проводится в соответствии с критериями оценок
7. **Литература:**
Тайжанов С. Спорт ойындары. Учебно-методическое пособие.-Алматы: Эверо,2012
Барчуков И.С. Теория и методика физического воспитания:учебник 2- изд.-М.: КНОРУС,2012
Электронный ресурс: Ссылка для доступа: <http://www.studmedlib.ru>, ЛОГИН ibragim123, ПАРОЛЬ Libukma123 (логин и пароль единый для всех) и/или на сайте библиотечно-информационного центра академии lib.ukma.kz

ONTÜSTIK QAZAQSTAN MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ			SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Центр физического воспитания		044/64-11	
Методические указания для практических занятий		Стр 21 из 39	

8. Контроль: Сдача итогового контроля- сгибание разгибание рук в упоре лежа, подтягивание на перекладине муж. Подъем туловища из положения лежа на спине приседания.

Занятие 31

- Тема:** Основы здорового образа жизни.
- Цель:** создание устойчивой мотивации и потребности к здоровому образу жизни и физическому самосовершенствованию.
- Задачи обучения:** здоровье, основные понятия, сущность, содержание, критерии, факторы здоровья.
- Основные вопросы темы:** основные понятия здорового образа жизни. Критерии, факторы здоровья
- Основные формы/методы/технологии обучения и преподавания для достижения конечных РО дисциплины:** коммуникативные технологии.
- Формы контроля для оценивания уровня достижения конечных РО дисциплины:** обратная связь-блиц опрос
- Литература:**
Әбдірақов Б.К.Емдік дене шынықтыру негіздері:учебник-Қарағнда:Ақнур,2016
Ефипанов В.А.Лечебная физкультура:учебное пособие-М.:ГЭОТАР-Медиа,2016
Тайжанов С.Салауатты өмір салтының негіздері:методическое пособие-Алматы: Эверо,2016
Электронный ресурс: ссылка для доступа: <http://www.studmedlib.ru>, ЛОГИН ibragim123, ПАРОЛЬ Libukma123 (логин и пароль единый для всех) и/или на сайте библиотечно-информационного центра академии lib.ukma.kz
- Контроль:** основные понятия ЗОЖ? Критерии, факторы здоровья?

Занятие 32

- Тема:** Волейбол. Общие понятия о волейболе
- Цель:** создание устойчивой мотивации и потребности к здоровому образу жизни и физическому самосовершенствованию. Ознакомить студентов с отдельными элементами игры в волейбол.
- Задачи обучения:** история развития волейбола в РК.
- Основные вопросы темы:** правила игры в волейбол.
- Основные формы/методы/технологии обучения и преподавания для достижения конечных РО дисциплины:** коммуникативные технологии.
- Формы контроля для оценивания уровня достижения конечных РО дисциплины:** обратная связь-блиц опрос
- Литература:**
Тайжанов С. Спорт ойындары. Учебно-методическое пособие.-Алматы: Эверо, 2012
Аяпов Е.С. Волейбол. Учебно-методическое пособие-Шымкент: Б.ж,2014

ONTÜSTIK QAZAQSTAN MEDISINA AKADEMİASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ SKMA -1979- SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»	
Центр физического воспитания Методические указания для практических занятий	044/64-11 Стр 22 из 39

Электронный ресурс: Ссылка для доступа: <http://www.studmedlib.ru>, ЛОГИН ibragim123, ПАРОЛЬ Libukma123 (логин и пароль единый для всех) и/или на сайте библиотечно-информационного центра академии lib.ukma.kz

8. Контроль: зарождение волейбола в Казахстане? Правила игры в волейболе?

Занятие 33

1. Тема: Обучение стойке волейболиста, перемещению.

2. Цель: знать технику безопасности во время игры в волейбол.

3. Задачи обучения: повторить правила безопасного поведения на занятиях.

Повторить стойки готовности волейболиста, передвижения игрока Правильное выполнение стойки и перемещения.

4. Основные вопросы темы: стойка, перемещение волейболиста.

5. Основные формы/методы/технологии обучения и преподавания для достижения конечных РО дисциплины: индивидуальная и групповая работа.

6. Формы контроля для оценивания уровня достижения конечных РО дисциплины:

оценка проводится в соответствии с критериями оценок по чек-листу

7. Литература:

Тайжанов С. Спорт ойындары. Учебно-методическое пособие.-Алматы: Эверо, 2012

Аяпов Е.С. Волейбол. Учебно-методическое пособие-Шымкент: Б.ж,2014

Электронный ресурс: Ссылка для доступа: <http://www.studmedlib.ru>, ЛОГИН ibragim123, ПАРОЛЬ Libukma123 (логин и пароль единый для всех) и/или на сайте библиотечно-информационного центра академии lib.ukma.kz

8. Контроль: выполнение задания- стойки, перемещения волейболистов.

Занятие 34

1. Тема: Обучение подаче снизу, сбоку.

2. Цель: научить подаче мяча снизу.

3. Задачи обучения: закрепить технику подачи мяча сверху и с боку.

Развивать скоростные, скоростно-силовые и координационные двигательные качества, ловкость.

4. Основные вопросы темы: техника выполнения подачи. Работа у стенки -подачи мяча. Подачи мяча снизу сбоку

5. Основные формы/методы/технологии обучения и преподавания для достижения конечных РО дисциплины: индивидуальная и групповая работа.

6. Формы контроля для оценивания уровня достижения конечных РО дисциплины:

оценка проводится в соответствии с критериями оценок по чек-листу

7. Литература:

Тайжанов С. Спорт ойындары. Учебно-методическое пособие.-Алматы: Эверо, 2012

Аяпов Е.С. Волейбол. Учебно-методическое пособие-Шымкент: Б.ж,2014

ONTÜSTIK QAZAQSTAN MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		 SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Центр физического воспитания		044/64-11
Методические указания для практических занятий		Стр 22 из 35

Электронный ресурс: ссылка для доступа: <http://www.studmedlib.ru>, ЛОГИН ibragim123, ПАРОЛЬ Libukma123 (логин и пароль единый для всех) и/или на сайте библиотечно-информационного центра академии lib.ukma.kz

8. **Контроль:** выполнение задания –подача мяча снизу у стенки. Подачи мяча снизу сбоку.

Занятие 35

1. **Тема:** Обучение нижнему приему- передаче.

2. **Цель:** научить выполнению нижнего приема- передачи.

3. **Задачи обучения:** закрепить технику приема -передачи мяча снизу.

Развивать скоростные, скоростно-силовые и координационные двигательные качества, ловкость. Обучить правильному нижнему приему- передачи.

4. **Основные вопросы темы:** прием- передачи мяча в паре, работа у стенки.

5. **Основные формы/методы/технологии обучения и преподавания для достижения конечных РО дисциплины:** индивидуальная и групповая работа.

6. **Формы контроля для оценивания уровня достижения конечных РО дисциплины:**

оценка проводится в соответствии с критериями оценок по чек-листу

7. **Литература:**

Тайжанов С. Спорт ойындары. Учебно-методическое пособие.-Алматы: Эверо, 2012

Аяпов Е.С. Волейбол. Учебно-методическое пособие-Шымкент: Б.ж,2014

Электронный ресурс: Ссылка для доступа: <http://www.studmedlib.ru>, ЛОГИН ibragim123, ПАРОЛЬ Libukma123 (логин и пароль единый для всех) и/или на сайте библиотечно-информационного центра академии lib.ukma.kz

8. **Контроль:** выполнение задания- прием передачи мяча снизу у стенки, с партнером.

Занятие 36

1. **Тема:** Обучение прием- передачи мяча сверху.

2. **Цель:** научить выполнять технику верхнего прием - передачи.

3. **Задачи обучения:** закрепить технику приема-передачи мяча сверху.

Развивать скоростно-силовые и координационные двигательные качества. Обучить выполнению верхнего прием - передачи мяча.

4. **Основные вопросы темы:** работа во встречных колоннах, в движении. Способы приема - передачи мяча.

5. **Основные формы/методы/технологии обучения и преподавания для достижения конечных РО дисциплины:** индивидуальная и групповая работа.

6. **Формы контроля для оценивания уровня достижения конечных РО дисциплины:**

оценка проводится в соответствии с критериями оценок по чек-листу

7. **Литература:**

Тайжанов С. Спорт ойындары. Учебно-методическое пособие.-Алматы: Эверо, 2012

Аяпов Е.С. Волейбол. Учебно-методическое пособие-Шымкент: Б.ж,2014

ONTÜSTİK QAZAQSTAN MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ			SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Центр физического воспитания		044/64-11	
Методические указания для практических занятий		Стр 23 из 35	

Электронный ресурс: Ссылка для доступа: <http://www.studmedlib.ru>, ЛОГИН ibragim123, ПАРОЛЬ Libukma123 (логин и пароль единый для всех) и/или на сайте библиотечно-информационного центра академии lib.ukma.kz

8. Контроль: выполнение задания- прием - передачи мяча сверху.

Занятие 37

1. Тема: Подвижные игры.

2. Цель: создание устойчивой мотивации и потребности к здоровому образу жизни и физическому самосовершенствованию, научить подвижным играм.

3. Задачи обучения: воспитание выносливости, быстроты, ловкости. Обучить подвижным и народным играм.

4. Основные вопросы темы: подвижные игры «Защита городка» «Не дать мяч капитану».

5. Основные формы/методы/технологии обучения и преподавания для достижения конечных РО дисциплины: ролевые игры.

6. Формы контроля для оценивания уровня достижения конечных РО дисциплины:

оценка проводится в соответствии с критериями оценок по чек-листу

7. Литература:

Алиханов, Елемес. Казахские национальные игры: монография - Алматы: Казахский университет, 2018

Электронный ресурс: ссылка для доступа: <http://www.studmedlib.ru>, ЛОГИН ibragim123, ПАРОЛЬ Libukma123 (логин и пароль единый для всех) и/или на сайте библиотечно-информационного центра академии lib.ukma.kz

8. Контроль: Подготовка и проведение подвижных игр. Активное участие в проведении и организации игр.

Занятие 38

1. Тема: Обучение технике владения мяча.

2. Цель: научить владением мяча.

3. Задачи обучения: техника владения мячом.

4. Основные вопросы темы: подачи мяча, прием передачи мяча на месте и в движении.

5. Основные формы/методы/технологии обучения и преподавания для достижения конечных РО дисциплины: индивидуальная и групповая работа.

6. Формы контроля для оценивания уровня достижения конечных РО дисциплины: оценка проводится в соответствии с критериями оценок по чек-листу

7. Литература:

Тайжанов С. Спорт ойындары. Учебно-методическое пособие. - Алматы: Эверо, 2012

Аяпов Е.С. Волейбол. Учебно-методическое пособие - Шымкент: Б.ж, 2014

Электронный ресурс: Ссылка для доступа: <http://www.studmedlib.ru>, ЛОГИН ibragim123, ПАРОЛЬ Libukma123 (логин и пароль единый для всех) и/или на сайте библиотечно-информационного центра академии lib.ukma.kz

ONTÜSTIK QAZAQSTAN MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Центр физического воспитания Методические указания для практических занятий		044/64-11 Стр 24 из 39

8. Контроль: выполнение задания-подачи мяча, прием передачи мяча на месте и в движении.

Занятие 39

- Тема:** Обучение правилам игры.
- Цель:** обучить правилам волейбола.
- Задачи обучения:** знать правила игры в волейбол.
- Основные вопросы темы:** правила игры. Техника игры в волейбол. Тактика защиты и нападения.
- Основные формы/методы/технологии обучения и преподавания для достижения конечных РО дисциплины:** коммуникативные технологии
- Формы контроля для оценивания уровня достижения конечных РО дисциплины:** обратная связь-блиц опрос
- Литература:** Тайжанов С. Спорт ойындары. Учебно-методическое пособие.-Алматы: Эверо, 2012
Аяпов Е.С. Волейбол. Учебно-методическое пособие-Шымкент: Б.ж,2014
Электронный ресурс: ссылка для доступа: <http://www.studmedlib.ru>, ЛОГИН ibragim123, ПАРОЛЬ Libukma123 (логин и пароль единый для всех) и/или на сайте библиотечно-информационного центра академии lib.ukma.kz
- Контроль:** Правила игры? Техника игры в волейбол? Тактика защиты и нападения?

Занятие 40

- Тема:** Национальные игры.
- Цель:** приобретение опыта творческого использования средств и методов физической культуры.
- Задачи обучения:** формирование у обучающихся устойчивого интереса к национальным играм.
- Основные вопросы темы:** подвижные, национальные игры «Салки-обнималки», «Кенгуру».
- Основные формы/методы/технологии обучения и преподавания для достижения конечных РО дисциплины:** ролевые игры.
- Формы контроля для оценивания уровня достижения конечных РО дисциплины:** Оценка проводится в соответствии с критериями оценок по чек-листу
- Литература:** Алиханов, Елемес. Казахские национальные игры: монография-Алматы: Казахский университет,2018
Электронный ресурс: ссылка для доступа: <http://www.studmedlib.ru>, ЛОГИН ibragim123, ПАРОЛЬ Libukma123 (логин и пароль единый для всех) и/или на сайте библиотечно-информационного центра академии lib.ukma.kz.
- Контроль:** подготовка и проведение национальных игр. Активное участие в проведении и организации игр.

ONTÜSTIK QAZAQSTAN MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ			SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Центр физического воспитания		044/64-11	
Методические указания для практических занятий		Стр 25 из 39	

Занятие 41

- Тема:** Прием-передачи мяча.
- Цель:** создание устойчивой мотивации и потребности к здоровому образу жизни и физическому самосовершенствованию. Владение техникой прием- передачи мяча.
- Задачи обучения:** обучить правильному выполнению приема-передачи мяча.
- Основные вопросы темы:** прием-передачи мяча у стенки. Прием передачи мяча снизу. Прием передачи мяча сверху
- Основные формы/методы/технологии обучения и преподавания для достижения конечных РО дисциплины:** индивидуальная и групповая работа.
- Формы контроля для оценивания уровня достижения конечных РО дисциплины:**
оценка проводится в соответствии с критериями оценок по чек-листу
- Литература:**
Тайжанов С. Спорт ойындары. Учебно-методическое пособие.-Алматы: Эверо, 2012
Аяпов Е.С. Волейбол. Учебно-методическое пособие-Шымкент: Б.ж,2014
Электронный ресурс: ссылка для доступа: <http://www.studmedlib.ru>, ЛОГИН ibragim123, ПАРОЛЬ Libukma123 (логин и пароль единый для всех) и/или на сайте библиотечно-информационного центра академии lib.ukma.kz
- Контроль:** выполнения заданий- Прием-передачи мяча у стенки. Прием передачи мяча снизу. Прием передачи мяча сверху.

Занятие 42

- Тема:** Одно сторонняя учебная игра.
- Цель:** формировать чувство коллективизма, товарищества и взаимовыручки в командных играх.
- Задачи обучения:** развить прыгучесть, выносливость.
- Основные вопросы темы:** подачи мяча. Приемы-передачи мяча. Игры в тройках.
- Основные формы/методы/технологии обучения и преподавания для достижения конечных РО дисциплины:** работа в малых группах.
- Формы контроля для оценивания уровня достижения конечных РО дисциплины:**
оценка проводится в соответствии с критериями оценок по чек-листу
- Литература:**
Тайжанов С. Спорт ойындары. Учебно-методическое пособие.-Алматы: Эверо, 2012
Аяпов Е.С. Волейбол. Учебно-методическое пособие-Шымкент: Б.ж,2014
Электронный ресурс: Ссылка для доступа: <http://www.studmedlib.ru>, ЛОГИН ibragim123, ПАРОЛЬ Libukma123 (логин и пароль единый для всех) и/или на сайте библиотечно-информационного центра академии lib.ukma.kz
- Контроль:** выполнение задания- подачи мяча, приемы-передачи мяча, игры в тройках.

Занятие 43

ONTÜSTIK QAZAQSTAN MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Центр физического воспитания Методические указания для практических занятий		
		044/64-11 Стр 26 из 39

1. Тема: Подача мяча снизу.

ONTÜSTIK QAZAQSTAN MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Центр физического воспитания Методические указания для практических занятий		044/64-11 Стр 27 из 39

2. Цель: создание устойчивой мотивации и потребности к здоровому образу жизни и физическому самосовершенствованию. Научить подаче мяча снизу.

3. Задачи обучения: повтор задания до полного устранения ошибок.

4. Основные вопросы темы: подачи мяча снизу у стенки. Прямая подача. Подача сбоку.

5. Основные формы/методы/технологии обучения и преподавания для достижения конечных РО дисциплины: групповая работа.

6. Формы контроля для оценивания уровня достижения конечных РО дисциплины:

оценка проводится в соответствии с критериями оценок по чек-листу

7. Литература:

Тайжанов С. Спорт ойындары. Учебно-методическое пособие.-Алматы: Эверо, 2012

Аяпов Е.С. Волейбол. Учебно-методическое пособие-Шымкент: Б.ж,2014

Электронный ресурс: ссылка для доступа: <http://www.studmedlib.ru>, ЛОГИН ibragim123, ПАРОЛЬ Libukma123 (логин и пароль единый для всех) и/или на сайте библиотечно-информационного центра академии lib.ukma.kz

8. Контроль: выполнение заданий -подачи мяча снизу у стенки, прямая подача, подача сбоку.

Занятие 44

1. Тема: РК-1 Волейбол.

2. Цель: формирование физической культуры личности

3. Задачи обучения: воспитать культуру эмоционального поведения, воспитание волевых качеств, стремления к самосовершенствованию.

4. Основные вопросы темы: сдача контрольных нормативов

1.Подачи мяча снизу из 10 возможностей

2. Прием передачи мяча снизу (за 10 сек)

5. Основные формы/методы/технологии обучения и преподавания для достижения конечных РО дисциплины: индивидуальная работа.

6. Формы контроля для оценивания уровня достижения конечных РО дисциплины: Оценка проводится в соответствии с критериями оценок.

7. Литература:

Тайжанов С. Спорт ойындары. Учебно-методическое пособие.-Алматы: Эверо, 2012

Аяпов Е.С. Волейбол. Учебно-методическое пособие-Шымкент: Б.ж,2014

Электронный ресурс: Ссылка для доступа: <http://www.studmedlib.ru>, ЛОГИН ibragim123, ПАРОЛЬ Libukma123 (логин и пароль единый для всех) и/или на сайте библиотечно-информационного центра академии lib.ukma.kz

8. Контроль: сдача контрольных нормативов- подачи мяча снизу из 10 возможностей, прием передачи мяча снизу.

Занятие 45

1. Тема: Гимнастика. Обучение построению и перестроению.

ONTÜSTIK QAZAQSTAN MEDISINA AKADEMIA SY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ			SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Центр физического воспитания		044/64-11	
Методические указания для практических занятий		Стр 28 из 39	

2. Цель: обучение к устойчивости вестибулярного аппарата, координации движений, способности сохранять равновесие на ограниченной опоре. Самостоятельное проведение подготовительной части занятий.

3. Задачи обучения: научить самостоятельно разминаться, выполнять упражнения на растяжку.

4. Основные вопросы темы: перестроение в колоннах. Перестроение в шеренгах Перестроение в движении.

5. Основные формы/методы/технологии обучения и преподавания для достижения конечных РО дисциплины: индивидуальная и поточная работа.

6. Формы контроля для оценивания уровня достижения конечных РО дисциплины:

оценка проводится в соответствии с критериями оценок по чек-листу

7. Литература:

Тотебай Б. О. Дене тәрбиесі: учебник-2 изд.-Астана: Фолиант,2012

Электронный ресурс: Ссылка для доступа: <http://www.studmedlib.ru>, ЛОГИН ibragim123, ПАРОЛЬ Libukma123 (логин и пароль единый для всех) и/или на сайте библиотечно-информационного центра академии lib.ukma.kz

8. Контроль: выполнение задания- построений, перестроений.

Занятие 46

1. Тема: Общая физическая подготовка.

2. Цель: приобретение опыта творческого использования средств и методов физической культуры.

3. Задачи обучения: воспитать силовые качества, выносливость.

4. Основные вопросы темы: упражнения на растяжку. Упражнения на гибкость. Силовые упражнения.

5. Основные формы/методы/технологии обучения и преподавания для достижения конечных РО дисциплины: групповая работа.

6. Формы контроля для оценивания уровня достижения конечных РО дисциплины:

оценка проводится в соответствии с критериями оценок по чек-листу

7. Литература:

Тотебай Б. О. Дене тәрбиесі: учебник-2 изд.-Астана: Фолиант,2012

Электронный ресурс: Ссылка для доступа: <http://www.studmedlib.ru>, ЛОГИН ibragim123, ПАРОЛЬ Libukma123 (логин и пароль единый для всех) и/или на сайте библиотечно-информационного центра академии lib.ukma.kz

8. Контроль: выполнение заданий -упражнения на растяжку, на гибкость. Силовые упражнения.

Занятие 47

1. Тема: Подготовка к Президентским тестам.

2. Цель: приобретение опыта творческого использования средств и методов физической культуры. Укрепления здоровья за счет выполнения силовых упражнений.

ONTUSTIK QAZAQSTAN MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Центр физического воспитания		044/64-11
Методические указания для практических занятий		Стр 29 из 39

3. Задачи обучения: обучить силовым упражнениям.

4. Основной вопрос темы: силовые упражнения-подтягивание, сгибание разгибание рук в упоре лежа. Упражнения на пресс- поднимание опускание туловища в положение лежа.

5. Основные формы/методы/технологии обучения и преподавания для достижения конечных РО дисциплины: индивидуальная работа.

6. Формы контроля для оценивания уровня достижения конечных РО дисциплины:

оценка проводится в соответствии с критериями оценок по чек-листу

7. Литература:

Тотейбай Б. О. Дене тәрбиесі: учебник-2 изд.-Астана: Фолиант,2012

Электронный ресурс: ссылка для доступа: <http://www.studmedlib.ru>, ЛОГИН ibragim123, ПАРОЛЬ Libukma123 (логин и пароль единый для всех) и/или на сайте библиотечно-информационного центра академии lib.ukma.kz

8. Контроль: выполнения заданий- подтягивание, сгибание разгибание рук в упоре лежа- муж., пресс, приседания-жен.

Занятие 48

1. Тема: Обучение акробатическим упражнениям.

2. Цель: обучение к устойчивости вестибулярного аппарата, координации движений, способности сохранять равновесие на ограниченной опоре. Формирование устойчивой мотивации и потребности к здоровому образу жизни и физическому самосовершенствованию. Техника выполнение переката.

3. Задачи обучения: научить правильно выполнять акробатические упражнения.

4. Основные вопросы темы: перекаты вперед, назад. Упражнения на растяжку.

5. Основные формы/методы/технологии обучения и преподавания для достижения конечных РО дисциплины: индивидуальная и групповая работа..

6. Формы контроля для оценивания уровня достижения конечных РО дисциплины:

оценка проводится в соответствии с критериями оценок по чек-листу

7. Литература:

Тотейбай Б. О. Дене тәрбиесі: учебник-2 изд.-Астана: Фолиант,2012

Электронный ресурс: Ссылка для доступа: <http://www.studmedlib.ru>, ЛОГИН ibragim123, ПАРОЛЬ Libukma123 (логин и пароль единый для всех) и/или на сайте библиотечно-информационного центра академии lib.ukma.kz

8. Контроль: выполнение задания- перекаты вперед, назад. Упражнения на растяжку.

Занятие 49

1. Тема: Обучить кувыркам вперед и назад.

2. Цель: формирование устойчивой мотивации и потребности к здоровому образу жизни и физическому самосовершенствованию. Техника выполнения.

3. Задачи обучения: обучить технике кувырка вперед.

ONTÜSTİK QAZAQSTAN MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		 SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Центр физического воспитания Методические указания для практических занятий		044/64-11 Стр 30 из 39

4. Основные вопросы темы: кувырок вперед, перекааты.

Исходные положения. Группировки.

5. Основные формы/методы/технологии обучения и преподавания для достижения конечных РО дисциплины: индивидуальная работа.

6. Формы контроля для оценивания уровня достижения конечных РО дисциплины:

оценка проводится в соответствии с критериями оценок по чек-листу

7. Литература:

Тотебай Б. О. Дене тәрбиесі: учебник-2 изд.-Астана: Фолиант,2012

Электронный ресурс: Ссылка для доступа: <http://www.studmedlib.ru>, ЛОГИН ibragim123, ПАРОЛЬ Libukma123 (логин и пароль единый для всех) и/или на сайте библиотечно-информационного центра академии lib.ukma.kz

8. Контроль: выполнение задания- кувырок вперед, перекааты. кувырка вперед.

Занятие 50

1. Тема: Обучение стойке на лопатках.

2. Цель: обучение к устойчивости вестибулярного аппарата, координации движений, способности сохранять равновесие на ограниченной опоре. Развитие равновесия.

3. Задачи обучения: научить выполнять стойку на лопатках.

4. Основные вопросы темы: выполнение стойки на лопатках, удержание равновесия.

5. Основные формы/методы/технологии обучения и преподавания для достижения конечных РО дисциплины: индивидуальная работа.

6. Формы контроля для оценивания уровня достижения конечных РО дисциплины:

оценка проводится в соответствии с критериями оценок по чек-листу

7. Литература:

Тотебай Б. О. Дене тәрбиесі: учебник-2 изд.-Астана: Фолиант,2012

Электронный ресурс: Ссылка для доступа: <http://www.studmedlib.ru>, ЛОГИН ibragim123, ПАРОЛЬ Libukma123 (логин и пароль единый для всех) и/или на сайте библиотечно-информационного центра академии lib.ukma.kz

8. Контроль: выполнение задания - стойка на лопатках.

Занятие 51

1. Тема: Обучение переходу в полушпагат.

2. Цель: формирование устойчивой мотивации и потребности к здоровому образу жизни и физическому самосовершенствованию. Обучить выполнения акробатических упражнений.

3. Задачи обучения: обучить технике выполнения гимнастического упражнения- полушпагат.

4. Основные вопросы темы: стойка на лопатках с переходом в полушпагат.

5. Основные формы/методы/технологии обучения и преподавания для достижения конечных РО дисциплины: индивидуальная работа.

ONTÜSTİK QAZAQSTAN MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Центр физического воспитания Методические указания для практических занятий		044/64-11 Стр 31 из 39

6. Формы контроля для оценивания уровня достижения конечных РО дисциплины:

Оценка проводится в соответствии с критериями оценок по чек-листу

7. Литература:

Абдираков, Б.К. Емдік дене шынықтырудың негіздер: учебное пособие / Б. К. Абдираков. - Караганда : АҚНҰР, 2019. Сабирава, Р. Ш.

Дене мәдениеті және спорт психологиясы: учебное пособие / Р. Ш. Сабирава, Д. А. Жансерикова, С. А. Смагулова. - 3-изд. - Караганда : АНҰР, 2019

Тотебай Б. О. Дене тәрбиесі: учебник-2 изд.-Астана: Фолиант, 2012

Электронный ресурс Ссылка для доступа:

- <http://>

-<http://www.studmedlib.ru>, ЛОГИН ibragim123, ПАРОЛЬ Libukma123 (логин и пароль единый для всех) и/или на сайте библиотечно-информационного центра академии lib.ukma.kz

8. **Контроль:** выполнение задания- стойка на лопатках с переходом в полушпагат.

Занятие 52

1. **Тема:** Обучение акробатическим упражнениям.

2. **Цель:** обучение к устойчивости вестибулярного аппарата, координации движений, способности сохранять равновесие на ограниченной опоре. Развитие гибкости.

3. **Задачи обучения:** обучить технике кувырка вперед, назад, стойке на лопатках.

4. **Основные вопросы темы:** кувырки вперед, назад. Стойка на лопатках.

Полушпагат. Растяжка мышц, разогревание мышц ног.

5. **Основные формы/методы/технологии обучения и преподавания для достижения конечных РО дисциплины:** индивидуальная работа

6. **Формы контроля для оценивания уровня достижения конечных РО дисциплины:**

оценка проводится в соответствии с критериями оценок по чек-листу

7. Литература:

Абдираков, Б.К. Емдік дене шынықтырудың негіздер: учебное пособие / Б. К. Абдираков. - Караганда : АҚНҰР, 2019. Сабирава, Р. Ш.

Дене мәдениеті және спорт психологиясы: учебное пособие / Р. Ш. Сабирава, Д. А. Жансерикова, С. А. Смагулова. - 3-изд. - Караганда : АНҰР, 2019

Тотебай Б. О. Дене тәрбиесі: учебник-2 изд.-Астана: Фолиант, 2012

Электронный ресурс: Ссылка для доступа: <http://www.studmedlib.ru>, ЛОГИН ibragim123, ПАРОЛЬ Libukma123 (логин и пароль единый для всех) и/или на сайте библиотечно-информационного центра академии lib.ukma.kz

8. **Контроль:** Выполнение задания- стойка на лопатках с переходом в полушпагат.

Занятие 53

1. **Тема:** Обучение прыжкам на козла.

2. **Цель:** формирование устойчивой мотивации и потребности к здоровому образу жизни и физическому самосовершенствованию. Развитие прыгучести.

3. **Задачи обучения:** обучить технике прыжка на гимнастический козел.

ONTUSTIK KAZAKHSTAN MEDISINA AKADEMIIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ			SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Центр физического воспитания		044/64-11	
Методические указания для практических занятий		Стр 32 из 39	

4. Основные вопросы темы: разбег. Соскок на гимнастический мостик. Переход через гимнастический козел. Приземление.

5. Основные формы/методы/технологии обучения и преподавания для достижения конечных РО дисциплины: индивидуальная работа

6. Формы контроля для оценивания уровня достижения конечных РО дисциплины:

оценка проводится в соответствии с критериями оценок по чек-листу.

7. Литература:

Абдираков, Б.К. Емдік дене шынықтырудың негіздер: учебное пособие / Б. К. Абдираков. - Караганда : АҚНҰР, 2019. Сабинова, Р. Ш.

Дене мәдениеті және спорт психологиясы: учебное пособие / Р. Ш. Сабинова, Д. А. Жансерикова, С. А. Смагулова. - 3-изд. - Караганда : АНҰР, 2019

Тотебай Б. О. Дене тәрбиесі: учебник-2 изд.-Астана: Фолиант, 2012

Электронный ресурс: Ссылка для доступа: <http://www.studmedlib.ru>, ЛОГИН ibragim123, ПАРОЛЬ Libukma123 (логин и пароль единый для всех) и/или на сайте библиотечно-информационного центра академии lib.ukma.kz

8. Контроль: выполнение задания – разбег, вскок на гимнастический мостик, переход через гимнастический козел, приземление.

Занятие 54

1. Тема: Обучение разбегу.

2. Цель: формирование устойчивой мотивации и потребности к здоровому образу жизни и физическому самосовершенствованию. Научить правильному разбегу.

3. Задачи обучения: обучить технике разбегу, вскоку на гимнастический мост.

4. Основной вопрос темы: разбег, мост, гимнастический "козел", гимнастические маты.

5. Основные формы/методы/технологии обучения и преподавания для достижения конечных РО дисциплины: индивидуальная работа

6. Формы контроля для оценивания уровня достижения конечных РО дисциплины: Оценка проводится в соответствии с критериями оценок по чек-листу.

7. Литература:

Абдираков, Б.К. Емдік дене шынықтырудың негіздер: учебное пособие / Б. К. Абдираков. - Караганда : АҚНҰР, 2019. Сабинова, Р. Ш.

Дене мәдениеті және спорт психологиясы: учебное пособие / Р. Ш. Сабинова, Д. А. Жансерикова, С. А. Смагулова. - 3-изд. - Караганда : АНҰР, 2019

Тотебай Б. О. Дене тәрбиесі: учебник-2 изд.-Астана: Фолиант, 2012

Электронный ресурс: Ссылка для доступа: <http://www.studmedlib.ru>, ЛОГИН ibragim123, ПАРОЛЬ Libukma123 (логин и пароль единый для всех) и/или на сайте библиотечно-информационного центра академии lib.ukma.kz

8. Контрольное задание: выполнение задания - разбег, вскок на гимнастический мост.

Занятие 55

1. Тема: Обучение переходу через козла.

ONTÜSTİK QAZAQSTAN MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Центр физического воспитания Методические указания для практических занятий		044/64-11 Стр 33 из 39

2. Цель: обучение к устойчивости вестибулярного аппарата, координации движений, способности сохранять равновесие на ограниченной опоре. Научить переходу через козла.

3. Задачи обучения: развить координацию, прыгучесть, гибкость. Выполнение упражнений для укрепления мышц

4. Основной вопрос темы: разбег. Толчок от гимнастического моста. Переход через гимнастический козел. Приземление на гимнастический мат

5. Основные формы/методы/технологии обучения и преподавания для достижения конечных РО дисциплины: индивидуальная работа

6. Формы контроля для оценивания уровня достижения конечных РО дисциплины:

оценка проводится в соответствии с критериями оценок по чек-листу

7. Литература:

Абдираков, Б.К. Емдік дене шынықтырудың негіздер: учебное пособие / Б. К. Абдираков. - Караганда : АҚНҰР, 2019. Сабинова, Р. Ш.

Дене мәдениеті және спорт психологиясы: учебное пособие / Р. Ш. Сабинова, Д. А. Жансерикова, С. А. Смагулова. - 3-изд. - Караганда : АНҰР, 2019

Тотейбай Б. О. Дене тәрбиесі: учебник-2 изд.-Астана: Фолиант, 2012

Электронный ресурс: Ссылка для доступа: <http://www.studmedlib.ru>, ЛОГИН ibragim123, ПАРОЛЬ Libukma123 (логин и пароль единый для всех) и/или на сайте библиотечно-информационного центра академии lib.ukma.kz

8. Контроль: выполнение задания- разбег, толчок от гимнастического моста, переход через гимнастический козел, приземление на гимнастический мат.

Занятие 56

1. Тема: Обучение опорным прыжкам-ноги врозь.

2. Цель: формирование устойчивой мотивации и потребности к здоровому образу жизни и физическому самосовершенствованию. Упражнения для укрепления мышц спины и ног.

3. Задачи обучения: научить выполнения упражнения на гимнастическом мосту. Развить координацию, прыгучесть, гибкость

4. Основной вопрос темы: разбег. Вскок на гимнастический мост. Прыжки на мосту ноги врозь.

5. Основные формы/методы/технологии обучения и преподавания для достижения конечных РО дисциплины: индивидуальная работа

6. Формы контроля для оценивания уровня достижения конечных РО дисциплины:

оценка проводится в соответствии с критериями оценок по чек-листу

7. Литература:

Абдираков, Б.К. Емдік дене шынықтырудың негіздер: учебное пособие / Б. К. Абдираков. - Караганда : АҚНҰР, 2019. Сабинова, Р. Ш.

Дене мәдениеті және спорт психологиясы: учебное пособие / Р. Ш. Сабинова, Д. А. Жансерикова, С. А. Смагулова. - 3-изд. - Караганда : АНҰР, 2019

ONTÜSTIK QAZAQSTAN MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Центр физического воспитания Методические указания для практических занятий		044/64-11 Стр 34 из 39

Тотебай Б. О. Дене тәрбиесі: учебник-2 изд.-Астана: Фолиант,2012

Электронный ресурс: Ссылка для доступа: <http://www.studmedlib.ru>, ЛОГИН ibragim123, ПАРОЛЬ Libukma123 (логин и пароль единый для всех) и/или на сайте библиотечно-информационного центра академии lib.ukma.kz

8. Контроль: выполнение задания – разбег, вскок на гимнастический мост, прыжки на мосту ноги врозь.

Занятие 57

1. Тема: Силовые упражнения.

2. Цель: формирование устойчивой мотивации и потребности к здоровому образу жизни и физическому самосовершенствованию. Укрепления здоровья за счет выполнения силовых упражнений.

3. Задачи обучения: развитие основных физических качеств.
Обучить силовым упражнениям.

4. Основной вопрос темы: силовые упражнения с гимнастическими скамейками. Отжимание. Подтягивание на перекладине.

5. Основные формы/методы/технологии обучения и преподавания для достижения конечных РО дисциплины: работа в малых группах.

6. Формы контроля для оценивания уровня достижения конечных РО дисциплины:

Оценка проводится в соответствии с критериями оценок по чек-листу

7. Литература:

Абдираков, Б.К. Емдік дене шынықтырудың негіздері: учебное пособие / Б. К. Абдираков. - Караганда : АҚНҰР, 2019. Сабинова, Р. Ш.

Дене мәдениеті және спорт психологиясы: учебное пособие / Р. Ш. Сабинова, Д. А. Жансерикова, С. А. Смагулова. - 3-изд. - Караганда : АНҰР, 2019

Тотебай Б. О. Дене тәрбиесі: учебник-2 изд.-Астана: Фолиант,2012

Электронный ресурс: Ссылка для доступа: <http://www.studmedlib.ru>, ЛОГИН ibragim123, ПАРОЛЬ Libukma123 (логин и пароль единый для всех) и/или на сайте библиотечно-информационного центра академии lib.ukma.kz

8. Контроль: выполнения заданий- отжимание, подтягивание на перекладине

Занятие 58

1. Тема: РК-2. Гимнастика

2. Цель: приобретение опыта творческого использования средств и методов физической культуры.

3. Задачи обучения: воспитание выносливости, ловкости.

4. Основной вопрос темы: сдача нормативов по гимнастике

1.жен- два кувырка вперед, стойка на лопатках, мост, полушпагат

муж-длинный кувырок вперед, кувырок назад, стойка на голове с опорой

2. опорный прыжок ноги врозь-жен

Прыжок через козла без опоры, согнув ноги-муж

ONTÜSTIK QAZAQSTAN MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Центр физического воспитания Методические указания для практических занятий		044/64-11 Стр 35 из 39

5. Основные формы/методы/технологии обучения и преподавания для достижения конечных РО дисциплины: индивидуальная работа

6. Формы контроля для оценивания уровня достижения конечных РО дисциплины:

оценка проводится в соответствии с критериями оценок

7. Литература:

Абдираков, Б.К. Емдік дене шынықтырудың негіздер: учебное пособие / Б. К. Абдираков. - Караганда : АҚНҰР, 2019. Сабирава, Р. Ш.

Дене мәдениеті және спорт психологиясы: учебное пособие / Р. Ш. Сабирава, Д. А.

Жансерикова, С. А. Смагулова. - 3-изд. - Караганда : АНҰР, 2019

Тотебай Б. О. Дене тәрбиесі: учебник-2 изд.-Астана: Фолиант, 2012

Электронный ресурс: Ссылка для доступа: <http://www.studmedlib.ru>, ЛОГИН ibragim123, ПАРОЛЬ Libukma123 (логин и пароль единый для всех) и/или на сайте библиотечно-информационного центра академии lib.ukma.kz

8. Контроль: сдача нормативов по гимнастике.

Занятие 59

1. Тема. Подготовка к Президентским тестам.

2. Цель: приобретение опыта творческого использования средств и методов физической культуры. Сдача Президентских нормативов.

3. Задачи обучения: повысить уровень развития физических качеств. Обучить силовым упражнениям.

4. Основные вопросы темы: силовые упражнения- подтягивание, отжимание, пресс, приседания.

5. Основные формы/методы/технологии обучения и преподавания для достижения конечных РО дисциплины: индивидуальная работа.

6. Формы контроля для оценивания уровня достижения конечных РО дисциплины: Оценка проводится в соответствии с критериями оценок по чек-листу:

7. Литература:

Абдираков, Б.К. Емдік дене шынықтырудың негіздер: учебное пособие / Б. К. Абдираков. - Караганда : АҚНҰР, 2019. Сабирава, Р. Ш.

Дене мәдениеті және спорт психологиясы: учебное пособие / Р. Ш. Сабирава, Д. А.

Жансерикова, С. А. Смагулова. - 3-изд. - Караганда : АНҰР, 2019

Тотебай Б. О. Дене тәрбиесі: учебник-2 изд.-Астана: Фолиант, 2012

Электронный ресурс: Ссылка для доступа: <http://www.studmedlib.ru>, ЛОГИН ibragim123, ПАРОЛЬ Libukma123 (логин и пароль единый для всех) и/или на сайте библиотечно-информационного центра академии lib.ukma.kz

8. Контроль: выполнение заданий- подтягивание, отжимание, пресс, приседания.

Занятие 60

1. Тема: Итоговый контроль

ONTÜSTIK QAZAQSTAN MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Центр физического воспитания Методические указания для практических занятий		044/64-11 Стр 36 из 39

2. Цель: приобретение опыта творческого использования средств и методов физической культуры. Принятие контрольного норматива.

3. Задачи обучения: обучение выносливости, силы

4. Основные вопросы темы: сдача Президентских нормативов муж- берпи(кол-во в минуту)

подтягивание на
перекладине жен -
приседания поднимание
туловища- пресс

5. Основные формы/методы/технологии обучения и преподавания для достижения конечных РО дисциплины: индивидуальная работа

6. Формы контроля для оценивания уровня достижения конечных РО дисциплины:

оценка проводится в соответствии с критериями оценок по чек-листу

7. Литература:

1.Әбдірақов Б.К. Емдік дене шынықтыру: учебное пособие.АҚНУР,2019 г

2.Сабирова Р.Ш. Дене мәдениет және спорт психологиясы: учебное пособие-Зизд. АҚНУР,2019 г

3.Епифанов В.А. Лечебная физкультура: учебное пособие- изд-2 ГЭОТАР-Медиа,2014 г.

4.Тотебай Б. О. Дене тәрбиесі: учебник-2 изд.-Астана: Фолиант,2012

Электронный ресурс: Ссылка для доступа: <http://www.studmedlib.ru>, ЛОГИН ibragim123, ПАРОЛЬ Libukma123 (логин и пароль единый для всех) и/или на сайте библиотечно-информационного центра академии lib.ukma.kz

8. Контроль: сдача итогового контроля.

ONTÜSTIK QAZAQSTAN MEDISINA AKADEMIASY «Оңтүстік Қазақстан медицина академиясы» АҚ		SOUTH KAZAKHSTAN MEDICAL ACADEMY АО «Южно-Казахстанская медицинская академия»
Центр физического воспитания		
Методические указания для практических занятий		
		044/64-11
		Стр 37 из 39