

Силлабус
Рабочая учебная программа дисциплины
«Физическое воспитание»
Образовательная программа 6В10115 «Медицина»

1	Общие сведения о дисциплине		
1.1	Код дисциплины: FK 1(2)106	1.6	Учебный год: 2025-2026
1.2	Название дисциплины: Физическое воспитание (основное отделение)	1.7	Курс: 2
1.3	Пререквизиты: Физическое воспитание	1.8	Семестр: 3,4
1.4	Постреквизиты: -	1.9	Количество кредитов (ECTS): 4
1.5	Цикл: ООД	1.10	Компонент: ОК
2	Описание дисциплины		
Формирование личности, конкурентоспособного и способного к физическому самосовершенствованию через навыки выстраивания личной образовательной траектории в течение всей жизни для саморазвития и карьерного роста, ориентированного на здоровый образ жизни для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности посредством методов и средств физической культуры.			
3	Форма суммативной оценки		
3.1	Тестирование	3.5	Курсовая
3.2	Письменный	3.6	Эссе
3.3	Устный	3.7	Проект
3.4	Оценка практических навыков	3.8	Дифференцированный зачет ✓
4	Цель дисциплины		
Цель программы – формирование социально-личностной компетентности студентов и умения целенаправленно использовать средства и методы физического воспитания, обеспечивающие сохранение здоровья, укрепление и регулярное замещение физических нагрузок.			
5	Конечные результаты обучения (РО дисциплины)		
PO1	Использует практические умения и навыки к сохранению и укреплению здоровья, развитие и совершенствование физических качеств, соблюдает правила техники безопасности на занятиях физической культуры .		
PO2	Контролирует и оценивает уровень физиологического состояния, физической и функциональной подготовленности.		
PO3	Применяет методические подходы к освоению физических упражнений в процессе самостоятельных занятий с использованием здоровьесберегающих технологий.		

5.1	РО дисциплины	Результаты обучения ОП, с которыми связаны РО дисциплины				
	РО 1	РО14. Способен проводить санитарно-просветительные мероприятия по укреплению здоровья населения, сохранению здоровья и профилактике заболеваний.				
	РО 2,РО 3	РО1. Применяет на практике фундаментальные знания в области биомедицинских, клинических, эпидемиологических и социально-поведенческих наук.				
6	Подробная информация о дисциплине Южно-Казахстанская медицинская академия, площадь. Аль-Фараби 1, учебный корпус № 1, Центр физического воспитания.					
6.1	Место проведения : спортивный зал					
6.2	Количество часов	Лекции	Практические занятия	Лаб.зан.	СРОП	СРО
		-	120	-	-	-
7.	Сведения о преподавателях					
№	Ф.И.О		Степени и должность		Электронный адрес	
1	Аширбаев Орынбасар Атырханович		Заведующий центром, магистр		ashirbaev12.73@mail.ru	
2	Жумабекова Азиза Эмзебековна		Старший тренер-преподаватель		aziza15.10@ mail.ru	
3	Архарбеков Абдрахман Алдебаевич		Тренер-преподаватель Заслуженный тренер РК		abeke65.wrestling@gmail.com	
4	Мергенбаев Дуйсенбай Калдыбекович		Тренер-преподаватель Заслуженный тренер РК		duisenbaev555@ mail.ru	
5	Файзулин Хайриттын Валиевич		Тренер-преподаватель Заслуженный тренер РК		muz_banu_92@ mail.ru	
6	Жужигитов Алимжан Амангельдиевич		Старший тренер-преподаватель		Alimjan11.80 @mail.ru	
7	Дуйсенбиев Гани Базаралиевич		Старший тренер-преподаватель, магистр		gani12.74 @mail.ru	
8	Аяпов Едил Сейтбаевич		Тренер-преподаватель		Edil-2020@ mail.ru	
9	Шораева Нурила Балгабаевна		Тренер-преподаватель		Shoraewa @mail.ru	
10	Амал Бағлан Бақытұлы		Тренер-преподаватель		Baglan 1209@mail.ru	

11		Дуйсенов Биржан Абилаханович		Тренер-преподаватель, магистрант		birzanduisenov7@gmail.com	
12		Түгелбаев Дарын Ержигитович		Тренер-преподаватель		almas@mail7ru	
8		Тематический план					
Неделя	№ занятия	Название темы	Краткое содержание	РО дисциплины	Кол-во часов	Методы/технологии обучения	Формы/методы оценивания
3 семестр							
1	1	Современные оздоровительные системы и основы контроля физического состояния организма	характеристика современных оздоровительных систем и средств, оценка физического развития и физического здоровья, дневник самоконтроля	РО-1	2	индивидуальная, групповая работа	обратная связь
	2	Гимнастика.	построение в колонну, шеренгу, перестроение в колоннах, шеренгах	РО-1	2	индивидуальная, поточная работа	критерии и оценки по гимнастике
2	3	Общая физическая подготовка	ОФП-силовые упражнения, упражнения на растяжку и гибкость	РО-2	2	групповая работа	критерии и оценки по гимнастике
	4	Перекаты	перекат, упражнения на растяжку	РО-3	2	индивидуальная работа	критерии и оценки по гимнастике
3	5	Кувырок вперед	качели, куворок вперед, назад	РО-1	2	индивидуальная, групповая работа	критерии и оценки по гимнастике
	6	Стойка на лопатках	стойка на лопатках, переход в полушпагат, мост	РО-1	2	индивидуальная работа	критерии и оценки по гимнастике
4	7	Кувырки назад	исходное положение, кувырки, группировка	РО-1	2	индивидуальная работа	критерии и оценки по гимнастике

	8	Мост и стойка на лопатках	обучить равновесию, стойке на лопатках, переход в полушпагат	PO-1	2	индивидуальная работа	критерии и оценки по гимнастике
5	9	Акробатические упражнения	кувырок вперед, назад, стойка на лопатках, полушпагат, мост	PO-1	2	индивидуальная работа	критерии и оценки по гимнастике
	10	Обучение разбегу	обучить разбегу, вскок на мостик.	PO-1	2	индивидуальная работа	критерии и оценки по гимнастике
6	11	Переход через козла	Разбег. Толчок от гимнастического моста. Переход через гимнастический козел. Приземление на гимнастический мат	PO-1	2	индивидуальная работа	критерии и оценки по гимнастике
	12	Опорный прыжок - согнув ноги	Разбег. Вскок на гимнастический мост. Прыжки на мосту согнув ноги.	PO-1	2	индивидуальная работа	критерии и оценки по гимнастике
7	13	Опорный прыжок	Разбег. вскок на гимнастический мостик. Переход через гимнастический козел.	PO-1	2	индивидуальная работа	критерии и оценки по гимнастике
	14	Силовые упражнения	упражнения с гимнастической скамейкой. ОФП	PO-3	2	работа в малых группах	критерии и оценки по гимнастике
8	15	РК-1. Гимнастика	жен- два кувырка вперед, кувырок назад, стойка на лопатках, мост, полушпагат. Опорный прыжок ноги врозь муж-длинный кувырок вперед, кувырок назад, стойка на голове с опорой. Прыжок через козла без опоры, согнув ноги	PO-1	2	индивидуальная работа	критерии и оценки
	16	Подготовка к Президентским тестам	прыжки в длину с места, подтягивание на	PO-3	2	индивидуальная работа	критерии и оценки по гимнастике

			перекладине, упражнения на пресс				
9	17	Волейбол. Общие понятие о волейболе	история развития волейбола в Казахстане	PO-1	2	индивиду альная, группова я работа	критерии и оценки по волейболу
	18	Стойка волейболиста, перемещение	стойка, бег, выпады	PO-1	2	индивиду альная, группова я работа	критерии и оценки по волейболу
10	19	Подачи мяча сверху	подачи сверху	PO-1	2	индивиду альная, группова я работа	критерии и оценки по волейболу
	20	Нижний прием - передачи	правильная расстановка рук, ног, нижний прием-передача мяча в паре	PO-1	2	индивиду альная, группова я работа	критерии и оценки по волейболу
11	21	Верхние прием - передачи мяча	работа во встречных колоннах, в движении	PO-1	2	индивиду альная, группова я работа	критерии и оценки по волейболу
	22	Подвижные игры	«картошка», пионербол, эстафеты.	PO-1	2	ролевые игры	критерии и оценки по волейболу
12	23	Техника владением мяча	подачи мяча, прием- передачи мяча на месте и в движении	PO-1	2	индивиду альная, группова я работа	критерии и оценки по волейболу
	24	Правила игры	техника защиты, нападения. Правило игры в волейбол	PO-1	2	индивиду альная, группова я работа	критерии и оценки по волейболу
13	25	Национальные игры	«Бойга доп дарытпау», «Аншы мен уйректер», « Казан доп».	PO-2	2	ролевые игры	критерии и оценки по волейболу
	26	Приемы- передачи мяча	прием- передачи мяча на месте и в движении	PO-1	2	индивиду альная, группова я работа	критерии и оценки по волейболу

14	27	Односторонняя учебная игра	подачи мяча, приемы-передачи мяча. Игры в тройках	PO-2	2	работа в малых группах	критерии и оценки по волейболу
	28	РК-2. Волейбол	подачи мяча сверху, прием-передачи сверху	PO-1	2	индивидуальная работа	критерии и оценки
15	29	Подготовка к Президентским тестам	прыжки в длину с места, подтягивание на перекладине, упражнения на пресс	PO-3	2	индивидуальная работа	критерии и оценки
	30	Итоговый контроль	Муж- Берпи(кол-во в минуту) Подтягивание,,на перекладине Жен - Приседания Поднимание туловища – пресс	PO-3	2	индивидуальная работа	критерии и оценки
4 семестр							
1	31	Правила игры в баскетбол	правила игры и судейство баскетбола	PO-3	2	индивидуальная, групповая работа	обратная связь
	32	Техника перемещения, прыжки	бег, прыжки, отрыв, бег спиной вперед, бег скрестными шагами	PO-1	2	индивидуальная, групповая работа	критерии и оценки по баскетболу
2	33	Ведение мяча	ведение мяча по прямой, по кругу, с препятствиями	PO-1	2	индивидуальная, групповая работа	критерии и оценки по баскетболу
	34	Ловля-передача мяча	ловля- передача мяча на уровне груди, от плеча, с отскоком	PO-1	2	индивидуальная, групповая работа	критерии и оценки по баскетболу
3	35	Передачи мяча в движении	передачи мяча в движении, в паре, в колоннах.	PO-2	2	индивидуальная, групповая работа	критерии и оценки по баскетболу

	36	Броски мяча в корзину	бросок мяча от груди, от плеча, в прыжке	PO-1	2	индивидуальная, групповая работа	критерии и оценки по баскетболу
4	37	Эстафеты	эстафеты в колоннах с б/б мячами	PO-2	2	работа в малых группах	критерии и оценки по баскетболу
	38	Броски мяча с 3х шагов	броски мяча в корзину в колоннах, с разных точек зоны.	PO-1	2	групповая работа	критерии и оценки по баскетболу
5	39	Ловля-передача мяча в движении	ловля-передача мяча в движении на уровне груди, от плеча, с отскоком	PO-1	2	индивидуальная, групповая работа	критерии и оценки по баскетболу
	40	Броски мяча в корзину с 2х шагов	броски мяча в корзину в колоннах, с разных точек зоны	PO-2	2	индивидуальная работа	критерии и оценки по баскетболу
6	41	Односторонняя учебная игра	ведение, передачи, броски мяча	PO-2	2	работа в малых группах	критерии и оценки по баскетболу
	42	Техника владением мяча	ведение, ловля-передача в движении, броски мяча в корзину	PO-1	2	групповая работа	критерии и оценки по баскетболу
7	43	Броски мяча в корзину	бросок мяча от груди, от плеча, в прыжке	PO-1	2	ролевые игры	критерии и оценки по баскетболу
	44	РК-1. Баскетбол	дриблинг /1 мин/. Броски мяча с 2х шагов	PO-1	2	индивидуальная работа	критерии и оценки по баскетболу
8	45	Учебная игра	техника защиты, нападения, правило игры в баскетбол	PO-2	2	работа в малых группах	критерии и оценки по баскетболу
	46	Национальные игры	национальные игры: «Жигиты и гонцы», «День и ночь»	PO-1	2	работа в малых группах	критерии и оценки по легкой атлетике
9	47	Специально-беговые упражнения	бег с высоким подниманием бедра, забрасывание голени назад, бег прыжками	PO-1	2	индивидуальная, групповая работа	критерии и оценки по легкой атлетике

	48	Бег на короткие дистанции	бег с ускорением на 60 м, финиширование	PO-1	2	индивидуальная, групповая работа	критерии и оценки по легкой атлетике
10	49	Низкий старт, стартовый разбег	низкий старт, расстановка рук и ног, стартовый разбег	PO-1	2	индивидуальная, групповая работа	критерии и оценки по легкой атлетике
	50	Бег с учетом времени	бег на 40м., 100 м, с учетом времени.	PO-1	2	групповая работа	критерии и оценки по легкой атлетике
11	51	Кроссовая подготовка	бег на длинные дистанции, выносливость.	PO-1	2	поточная работа	критерии и оценки по легкой атлетике
	52	Высокий старт, финиширование	высокий старт, работа рук при беге, финиширование	PO-1	2	индивидуальная, групповая работа	критерии и оценки по легкой атлетике
12	53	Кросс	бег по пересеченной местности	PO-1	2	поточная работа	критерии и оценки по легкой атлетике
	54	Эстафетный бег	работа в команде, работа в «коридоре».	PO-1	2	групповая работа	критерии и оценки по легкой атлетике
13	55	Прием-передачи эстафетной палочки	передача эстафетной палочки в колонне, в движении	PO-1	2	индивидуальная, групповая работа	критерии и оценки по легкой атлетике
	56	Прыжки в длину	правильный разбег, толчек, полет, приземление	PO-1	2	индивидуальная работа	критерии и оценки по легкой атлетике
14	57	Подготовка к «Президентским тестам»	100м., прыжки, силовые упражнения	PO-1	2	ролевые игры	критерии и оценки по легкой атлетике

	58	РК-2. Легкая атлетика	выполнение прыжка в длину с места	PO-1	2	индивидуальная работа	критерии и оценки
15	59	Подготовка к Президентским тестам	прыжки в длину с места, подтягивание на перекладине, упражнения на пресс	PO-3	2	индивидуальная работа	критерии и оценки по гимнастике
	60	Итоговый контроль	Муж- Берпи(кол-во в минуту) Подтягивание на перекладине Жен - Приседания Поднимание туловища – пресс	PO-3	2	индивидуальная работа	критерии и оценки
9	Методы обучения и оценивания						
9.1	Лекции		-				
9.2	Практические занятия		Индивидуальное- выполнения заданий индивидуально. Групповое, поточное-выполнения заданий во время спортивных- командных игр. Работа в малых группах- групповые, спортивные и подвижные игры. Рольевые игры- проведения обучающимся подготовительной части, судейство во время игры.				
9.3	СРОП/СРО		-				
9.4	Рубежный контроль		Сдача нормативов по видам спорта. Оценка знаний и умений студентов, полученных в результате изучения видов спорта: обучающийся должен выполнять контрольные нормативы. Обучающийся допускается к рубежному контролю при посещении практических занятий и выполнении всех заданий на занятиях. При пропуске практических занятий 30% и более или невыполнения заданий на практических занятиях обучающийся не допускается к рубежному контролю.				
9.5	Итоговый контроль		Дифференцированный зачет – прием контрольных нормативов физической подготовленности. Сдача «Президентских тестов»				

Минимальный балл положительной ИО по дисциплине
= 50.

10 Критерии оценивания

10.1 Критерии оценивания результатов обучения дисциплины

№ РО	Наименование результатов обучения	Неудовлетвори- тельно	Удовлетворите- льно	Хорошо	Отлично
РО 1	Использует практические умения и навыки к сохранению и укреплению здоровья, развитие и совершенство вание физических качеств, соблюдает правила техники безопасности на занятиях физической культуры	Не выполняет многие требуемые упражнения. Не имеет физической подготовленнос- ти к занятию и выполняет упражнения со зна- чительными упражнения.	Выполняет определенные физические упражнения. Правильно подходит к использованию практических на- выков и упражнений.	Правильно подходит к выполнению определенных физических упражнений. Правильно подходит к использованию практических навыков и упражнений. Самостоятельно выполняет упражнения	Правильно подходит к выполнению определенных физических упражнений. Самостоятельно выполняет требуемые действия на занятиях. Правильно подходит к использова- нию практическ их навыков и упражнений. Самостояте- льно выполняет упражнения
РО 2	Контролирует и оценивает уровень физиологичес- кого	Незанимается физическими упражнения. Не ведет Дневник	Иногда занимается физическими упражнения. Ведет Дневник	Самостоятельно за-нимается физическими упражнения. Ведет Дневник	Самостояте- льно занимается разучивает различные

	состояния, физической и функциональной подготовленности	самонаблюдения не использует примеры из практики своего опыта	самонаблюдения, не использует примеры из практики своего опыта	самонаблюдения, использует примеры из практики своего опыта	физические упражнения при этом показывает физические качества как сила ловкость гибкость и быстроту. Ведет Дневник самонаблюдения, использует примеры из практики своего опыта
РО 3	Применяет методические подходы к освоению физических упражнений в процессе самостоятельных занятий с использованием здоровьесберегающих технологий	Не знает здоровьесберегающие технологии, перед физическими упражнениями разминку тела не делает	Выполняет разминку тела, не использует здоровьесберегающую технологию, развивает в себе физические качества.	Самостоятельно выполняет разминку тела, использует здоровьесберегающую технологию, развивает в себе физические качества(ловкость, гибкость.)	Самостоятельно выполняет разминку тела правильно, использует здоровьесберегающую технологию, развивает в себе физические качества(ловкость, гибкость, выносливость, координацию движений)
10.2	Методы и критерии оценивания				
	Чек лист для практического занятия				

Ролевые игры	«Отлично» соответствует	Знает правила игры, разработал сценарий, распределил роли. Активное умение переключаться, управлять своим вниманием. Знает технику безопасности, имеет знания о двигательном режиме, знает специально-подготовительные упражнения, все самостоятельные формы занятий физическими упражнениями, знает основы тактики соревновательной деятельности. Оценивает способность обучающегося применять свои знания и навыки в ситуациях игры, проявлять стратегическое мышление и принимать решения. Знает и проводит 10 специально-подготовительных упражнений. Знает и проводит 9 подготовительных легкоатлетических упражнений
	A (4,0) 95-100 % A- (3,67) 90-94 %	
	«Хорошо» соответствует B+(3,33) 85-89 % B(3,0) 80-84 % B-(2,67) 75-79 % C+(2,33) 70-74 %	Знает и проводит 8 специально-подготовительных легкоатлетических упражнений. Знает и проводит 7 специально-подготовительных упражнений. Знает и проводит 6 специально-подготовительных упражнений. Знает и проводит 5 специально-подготовительных упражнений
	«Удовлетворительно» соответствует C (2,0) 65-69 % C-(1,67) 60-64 % D+(1,33) 55-59 %	Знает и проводит 4 специально-подготовительных упражнений. Знает и проводит 3 специально-подготовительных упражнений

	Д- (1,0) 50-54 %	Знает и проводит 2 специально-подготовительных упражнений Знает и проводит 1 специально-подготовительных упражнений
	«Неудовлетворительно» соответствует FX (0,5) 25-49 % F (0) 0-24 %	Обучающийся пассивно участвует на занятиях не выполняет задания. Не посещает занятия без уважительной причины
Командная игра	«Отлично» соответствует	Знание правил игры, превосходная техника, отличная командная работа, высокая физическая подготовка, идеальное спортивное поведение. Хорошая работа в команде. Успешно выполняет требования по физической,,,подготовке, использует критерии оценки позволяющих судить об усвоении техники и тактики двигательного действия. Владеет методикой проведения,,,контрольных упражнений для определения уровня развития: выносливости, скорости,,,и,,,гибкости занимающихся,,,волейболом, оценивает,,,выполнения специально-подготовительных упражнений направленных на освоение техники и тактики игры в волейбол. Задания выполняет успешно Задания выполняет успешно, с 1 незначительной ошибкой
	A (4,0) 95-100 % A- (3,67) 90-94 %	
	«Хорошо» соответствует B+(3,33) 85-89 % B(3,0) 80-84 %	Задания выполняет успешно, с 2 незначительными ошибками Задания выполняет успешно, с 3 незначительными ошибками Задания выполняет успешно,

	B-(2,67) 75-79 % C+(2,33) 70-74 %	с 4 незначительными ошибками Задания выполняет успешно, с 5 незначительными ошибками
	«Удовлетворительно» соответствует C (2,0) 65-69 % C-(1,67) 60-64 % D+(1,33) 55-59 % D- (1,0) 50-54 %	Задания выполняет успешно, с 6 незначительными ошибками Задания выполняет успешно, с 7 незначительными ошибками Задания выполняет успешно, с 8 незначительными ошибками Задания выполняет успешно, с 9 незначительными ошибками
	«Неудовлетворительно» соответствует FX (0,5) 25-49 % F (0) 0-24 %	Обучающийся пассивно участвует на занятиях не выполняет задания. Не посещает занятия без уважительной причины
	«Отлично» соответствует A (4,0) 95-100 % A- (3,67) 90-94 %	Знание правил игры, превосходная техника, высокая физическая подготовка, идеальное спортивное поведение. Самостоятельно организывает место занятий, подбирает средства и инвентарь, и применяет их в конкретных условиях. Движения, или отдельные элементы выполнены правильно с соблюдением всех требований без ошибок, свободно, четко, уверенно, слитно, с отличной осанкой. Может разобраться в движении, объяснить, как оно выполняется, продемонстрировать в нестандартных условиях. Может определить и исправить ошибки других обучающихся, уверенно выполняет учебные нормативы.
	Индивидуальн ая работа	

	«Хорошо» соответствует B+(3,33) 85-89 % B(3,0) 80-84 % B-(2,67) 75-79 % C+(2,33) 70-74 %	Организует место занятий в основном самостоятельно, лишь с незначительной помощью, допускает незначительные ошибки в подборе средств, контролирует ход выполнения деятельности и подводит итоги. Действует так же, но допустил не более 1 незначительных ошибок. Действует так же, но допустил не более 2 незначительных ошибок. Действует так же, но допустил не более 3 незначительных ошибок. Действует так же, но допустил не более 4 незначительных ошибок.
	«Удовлетворительно» соответствует C (2,0) 65-69 % C-(1,67) 60-64 % D+(1,33) 55-59 % D- (1,0) 50-54 %	Более половины видов самостоятельной деятельности выполнены с помощью тренера-преподавателя или не выполняет один из пунктов. Двигательное действие выполнено правильно. Отсутствует логическая последовательность, имеются пробелы в знании материала, нет должной аргументации и умения использовать знания на практике. Допущена одна 1 грубая ошибка, чувствует себя скованно, неуверенно допущена одна 2 грубых ошибок, чувствует себя скованно, неуверенно допущена одна 3 грубых ошибок, чувствует себя скованно, неуверенно допущена одна 4 грубых ошибок, чувствует себя скованно, неуверенно
	«Неудовлетворительно» соответствует FX (0,5) 25-49 %	Обучающийся пассивно участвует на занятиях не выполняет задания.

	F (0) 0-24 %	Не посещает занятия без уважительной причины
Групповая работа, работа в малых группах	«Отлично» соответствует A (4,0) 95-100 % A- (3,67) 90-94 %	Двигательное действие выполнено правильно (заданным способом), точно в надлежащем темпе, легко и четко Задания,,выполняет,,без напряжения,уверенно, демонстрирует высокий уровень основных умений и навыков со специально-физической подготовки.
	«Хорошо» соответствует	Двигательное действие выполнено правильно, но недостаточно легко и четко, наблюдается некоторая скованность движений. Задания выполнено,,с,,,некоторым напряжением,недостаточно уверенно умеет пользоваться материалом,демонстрирует уровень освоения основных умений и навыков в специально физическими упражнениями
	B+(3,33) 85-89 %	1 мелкая ошибка в основной фазе или до двух существенных в подготовительной,,и заключительной части
	B(3,0) 80-84 %	2 мелкие ошибки в основной фазе или до двух существенных в подготовительной,,и заключительной части
	B-(2,67) 75-79 %	3 мелкие ошибки в основной фазе или до двух существенных в подготовительной,,и заключительной части
	C+(2,33) 70-74 %	4 мелкие ошибки в основной фазе или до двух существенных в подготовительной,,и заключительной части
	«Удовлетворительно» соответствует	Задание выполнено недостаточно точно, с большим напряжением,

C (2,0) 65-69 %

C-(1,67) 60-64 %

D+(1,33) 55-59 %

D- (1,0) 50-54 %

«Неудовлетворительно»
соответствует
FX (0,5) 25-49 %
F (0) 0-24 %

допущены,,,,,незначительные
ошибки,продемонстрирует низкий
уровень освоения основных
умений и навыков по специально
физической подготовке

1 грубая ошибка в основной фазе
приема и несколько существенных
искажений в остальных фазах,
двигательное действие выполнено
с грубыми нарушениями техники
или многочисленными мелкими
ошибками.

2 грубых ошибок в основной фазе
приема и несколько существенных
искажений в остальных фазах,
двигательное действие выполнено
с грубыми нарушениями техники
или многочисленными мелкими
ошибками.

3 грубых ошибок в основной фазе
приема и несколько существенных
искажений в остальных фазах,
двигательное действие выполнено
с грубыми нарушениями техники
или многочисленными мелкими
ошибками.

4 грубых ошибок в основной фазе
приема и несколько существенных
искажений в остальных фазах,
двигательное действие выполнено
с грубыми нарушениями техники
или многочисленными мелкими
ошибками.

Обучающийся пассивно участвует
на занятиях не выполняет задания.
Не посещает занятия без
уважительной причины

Осенний семестр

Рубежный контроль	«Отлично» соответствует	Рубежный контроль 1. Гимнастика 1. Два кувырка вперед, стойка на лопатках, мост, полушпагат-жен., длинный кувырок вперед, кувырок назад, стойка на голове с опорой-муж, 2. Опорный прыжок ноги врозь-жен, прыжок через козла без опоры, согнув ноги-муж Выполнение задания без ошибок Допустима одна ошибка
	«Хорошо» соответствует	1. Два кувырка вперед, стойка на лопатках, мост, полушпагат-жен., длинный кувырок вперед, кувырок назад, стойка на голове с опорой-муж. 2. Опорный прыжок ноги врозь-жен, прыжок через козла без опоры, согнув ноги-муж. Допустимо две ошибки Допустимо три ошибки Допустимо четыре ошибок Допустимо пять ошибок
	«Удовлетворительно» соответствует	1. Два кувырка вперед, стойка на лопатках, мост, полушпагат-жен., длинный кувырок вперед, кувырок назад, стойка на голове с опорой-муж. 2. Опорный прыжок ноги врозь-жен, прыжок через козла без опоры, согнув ноги-муж. Допустимо шесть ошибок Допустимо семь ошибок Допустимо восемь ошибок Допустимо девять ошибок

A (4,0) 95-100 %

A- (3,67) 90-94 %

B+(3,33) 85-89 %

B(3,0) 80-84 %

B-(2,67) 75-79 %

C+(2,33) 70-74 %

C (2,0) 65-69 %

C-(1,67) 60-64 %

D+(1,33) 55-59 %

D- (1,0) 50-54 %

«Неудовлетворительно» соответствует FX (0,5) 25-49 % F (0) 0-24 %	1.Прыжки в длину с места 2.Приседания (кол/ мин) Не выполнил задание Допустимо более 10 ошибок Не выполнил задание
«Отлично» соответствует A (4,0) 95-100 % A- (3,67) 90-94 % A (4,0) 95-100 % A- (3,67) 90-94 %	Рубежный контроль 2. Волейбол 1.Подачи мяча снизу из 10 возможностей 10 попаданий на площадку из 10 возможностей 9 попаданий на площадку из 10 возможностей 2. Прием передачи мяча снизу (за 10 сек) 10 приемов-передач без потери мяча 9 приемов-передач без потери мяча
«Хорошо» соответствует B+(3,33) 85-89 % B(3,0) 80-84 % B-(2,67) 75-79 % C+(2,33) 70-74 % B+(3,33) 85-89 % B(3,0) 80-84 % B-(2,67) 75-79 % C+(2,33) 70-74 %	1Подачи мяча снизу из 10 возможностей 8 попаданий из 10 возможностей 7 попаданий из 10 возможностей 6 попаданий из 10 возможностей 5 попаданий из 10 возможностей 2. Прием передачи мяча снизу (за 10 сек) 8 приемов-передач без потери мяча 7 приемов-передач без потери мяча 6 приемов-передач без потери мяча 5 приемов-передач без потери мяча
«Удовлетворительно» соответствует C (2,0) 65-69 % C-(1,67) 60-64 % Д+(1,33) 55-59 % Д- (1,0) 50-54 % C (2,0) 65-69 % C-(1,67) 60-64 % Д+(1,33) 55-59 %	1.Подачи мяча снизу из 10 возможностей 4 попаданий из 10 возможностей 3 попаданий из 10 возможностей 2 попаданий из 10 возможностей 1 попаданий из 10 возможностей 2. Прием передачи мяча снизу (за 10 сек) 4 приемов-передач без потери мяча 3 приемов-передач без потери мяча 2 приемов-передач без потери мяча

Д- (1,0) 50-54 %	1 приемов-передач без потери мяча
«Неудовлетворительно» соответствует FX (0,5) 25-49 % F (0) 0-24 %	1. Подачи мяча снизу из 10 возможностей 0 попаданий на площадку из 10 возможностей 2. Прием передачи мяча снизу (за 10 сек) Не выполнения приемов-передач мяча
Весенний семестр	
«Отлично» соответствует A (4,0) 95-100 % A- (3,67) 90-94 % A (4,0) 95-100 % A- (3,67) 90-94 %	Рубежный контроль 1. Баскетбол 1. Броски мяча в корзину (из 10 возможностей) 10 попаданий из 10 возможностей 9 попаданий из 10 возможностей 2. Ведение мяча без зрительного контроля Правильное выполнение техники Допустима одна ошибка
«Хорошо» соответствует B+(3,33) 85-89 % B(3,0) 80-84 % B-(2,67) 75-79 % C+(2,33) 70-74 %	1. Броски мяча в корзину 8 попаданий из 10 возможностей 7 попаданий из 10 возможностей 6 попаданий из 10 возможностей 5 попаданий из 10 возможностей 2. Ведение мяча без зрительного контроля Допустима одна ошибка
«Удовлетворительно» соответствует C (2,0) 65-69 % C-(1,67) 60-64 %	4 попаданий из 10 возможностей 3 попаданий из 10 возможностей

Д+(1,33) 55-59 % Д- (1,0) 50-54 %	2 попаданий из 10 возможностей 1 попаданий из 10 возможностей 2. Ведение мяча без зрительного контроля Допустима две-три ошибки
«Неудовлетворительно» соответствует FX (0,5) 25-49 % F (0) 0-24 %	0-попаданий из 10 возможностей, не выполнено задание. 2. Ведение мяча без зрительного контроля Ведение мяча с ошибками
«Отлично» соответствует A (4,0) 95-100 % A- (3,67) 90-94 % A (4,0) 95-100 % A- (3,67) 90-94 %	Рубежный контроль 2. Легкая атлетика 1. Прыжки в длину с места Муж-260 см Жен -200 см Муж-255 см Жен -195 см 2.Приседания (кол/ мин) Муж-60 раз Жен-37 раз Муж-55 раз Жен-37 раз
«Хорошо» соответствует B+(3,33) 85-89 % B(3,0) 80-84 % B-(2,67) 75-79 % C+(2,33) 70-74 % B+(3,33) 85-89 % B(3,0) 80-84 % B-(2,67) 75-79 % C+(2,33) 70-74 %	1. Прыжки в длину с места Муж-250 см Жен -190см Муж-230см Жен -175 см Муж-225 см Жен -170см Муж-220 см Жен -165 см 2. Приседания (кол/ мин) Муж-50 раз Жен-31 раз Муж-45 раз Жен-29 раз Муж-40 раз Жен-27 раз Муж-35 раз

	Жен-25 раз
«Удовлетворительно» соответствует	Прыжки в длину с места Муж-245 см Жен -185 см Муж-205 см Жен -150- см Муж-195- см Жен -140- см Муж-185 см Жен -130- см Приседания (кол/ мин) Муж-30 раз Жен-20 раз Муж-25 раз Жен-15 раз Муж-20 раз Жен-10 раз Муж-10 раз Жен-5 раз
С (2,0) 65-69 % С-(1,67) 60-64 % Д+(1,33) 55-59 % Д- (1,0) 50-54 % С (2,0) 65-69 % С-(1,67) 60-64 % Д+(1,33) 55-59 % Д- (1,0) 50-54 %	
«Неудовлетворительно» соответствует	1.Прыжки в длину с места Не выполнил задание 2.Приседания (кол/ мин) Не выполнил задание
FX (0,5) 25-49 % F (0) 0-24 %	
Форма итогового контроля	«Отлично» соответствует
	Осенний семестр 1.Муж- сгибание разгибание рук в упоре лежа 2.Муж-подтягивание,,,на перекладине 1. Жен- подъем туловища из положения лежа на спине Жен-приседание 1.Муж- бание рук в упоре лежа -32 раз Муж-подтягивание,,,на перекладине- 12 раз 2. Жен- подъем туловища из положения лежа на спине 35 раз Жен-приседание 35 раз в минуту
A (4,0) 95-100 % A- (3,67) 90-94 % A (4,0) 95-100 % A- (3,67) 90-94 %	

«Хорошо» соответствует
B+(3,33) 85-89 %

B(3,0) 80-84 %

B-(2,67) 75-79 %

C+(2,33) 70-74 %

«Удовлетворительно» соответствует
C (2,0) 65-69 %

C-(1,67) 60-64 %

D+(1,33) 55-59 %

D-(1,0) 50-594%

сгибание разгибание рук - 29
подтягивание -10 раз
подъем туловища лежа на спине
30 приседание 30 раз в минуту
сгибание разгибание рук - 26
подтягивание на перекладине-9 раз
подъем туловища лежа 25 раз
приседание 25 раз в минуту
сгибание разгибание рук лежа 23
подтягивание на перекладине 8 раз
подъем туловища лежа 20 раз
приседание 20 раз в минуту
сгибание разгибание рук 20
подтягивание на перекладине-7 раз
подъем туловища лежа 15 раз
приседание 15 раз в минуту

-сгибание разгибание рук 17 раз
подтягивание на перекладине-6
раз
подъем туловища лежа 13 раз
приседание 13 раз в минуту
-сгибание разгибание рук 16 раз
подтягивание на перекладине-5
раз
подъем туловища лежа 12 раз
приседание 12 раз в минуту
-сгибание разгибание рук 15 раз
подтягивание на перекладине-4
раз
подъем туловища лежа 11 раз
приседание 11 раз в минуту 14 раз
сгибание разгибание рук 15 раз
подтягивание на перекладине-3 раз
подъем туловища лежа 10 раз
приседание 10 раз в минуту

	«Неудовлетворительно» соответствует FX (0,5) 25-49 % F (0) 0-24 %	не выполнил задание отсутствовал на занятии
	«Отлично» соответствует A (4,0) 95-100 % A- (3,67) 90-94 %	Весенний семестр Муж- Джимпинг джек (кол-во в минуту) 85 раз Подтягивание на перекладине 15 раз Жен - Приседания 45 раз поднимание туловища - 45 раз Джимпинг джек - 80 раз подтягивание - 14 раз приседания -40 раз поднимание туловища - 40 раз
	B+(3,33) 85-89 % B(3,0) 80-84 % B-(2,67) 75-79 % C+(2,33) 70-74 %	-Джимпинг джек 75 раз подтягивание 11 раз приседания 37 раз поднимание туловища 37 раз - Джимпинг джек 70 раз подтягивание 10 раз приседания 36 раз поднимание туловища 36 раз -Джимпинг джек 65 раз подтягивание 9 раз приседания 35 раз поднимание туловища -35 раз - Джимпинг джек 60 раз подтягивание 8 раз приседания 34 раз поднимание туловища 34 раз
	C (2,0) 65-69 % C-(1,67) 60-64 % Д+(1,33) 55-59 %	- Джимпинг джек 45 раз подтягивание 7 раз приседания 25 раз поднимание туловища 15 раз - Джимпинг джек 40 раз подтягивание 6 раз приседания 20 раз поднимание туловища 20 раз - Джимпинг джек 35 раз

Д- (1,0) 50-54 %		подтягивание 5 раз приседания 15 раз поднимание туловища 15 раз - Джампинг джек 30 раз подтягивание на перекладине 4 раз приседания 10 раз поднимание туловища 4 раз
	«Неудовлетворительно» соответствует FX (0,5) 25-49 % F (0) 0-24 %	-не выполнил задание - не присутствовал на занятиях

Многобалльная система оценка знаний

Оценка по буквенной системе	Цифровой эквивалент баллов	Процентное содержание	Оценка по традиционной системе
A	4,0	95-100	Отлично
A -	3,67	90-94	
B +	3,33	85-89	Хорошо
B	3,0	80-84	
B -	2,67	75-79	
C +	2,33	70-74	Удовлетворительно
C	2,0	65-69	
C -	1,67	60-64	
D+	1,33	55-59	
D-	1,0	50-54	Неудовлетворительно
FX	0,5	25-49	
F	0	0-24	

11 Учебные ресурсы

Электронные ресурсы, включая, но не ограничиваясь ими : базы данных анимации симуляторы, профессиональные блоги, веб- сайты, другие электронные справочные материалы	Электронные ресурсы АО ЮКМА
	- Электронная библиотека ЮКМА - https://e-lib.skma.edu.kz/genres - Республиканская межвузовская электронная библиотека (РМЭБ) – http://rmebrk.kz/ - Цифровая библиотека «Aknurpress» - https://www.aknurpress.kz/ - Электронная библиотека «Эпиграф» - http://www.elib.kz/ - Эпиграф - портал мультимедийных учебников https://mbook.kz/ru/index/ - ЭБС IPR SMART https://www.iprbookshop.ru/auth - информационно-правовая система «Зан» - https://zan.kz/ru

- Medline Ultimate EBSCO
- eBook Medical Collection EBSCO
- Scopus - <https://www.scopus.com/>

Электронные учебники

Аяпов Е. С. Волейбол [Электронный ресурс]: оку-әдістемелік құрал / Е. С. Аяпов, Ә. А. Жүзжігітов. - Электрон. текстовые дан. (406 КБ). - Шымкент : Б. ж., 2014. - 51 бет

Емдік дене шынықтырудың негіздері Әбдірақов Б.Қ. , 2019
<https://aknurpress.kz/reader/web/2152>

Қыдырмолдина А. Ш. Дене тәрбиесі мен спорт түрлерінің физиологиялық негіздері:
Оқулық. – Алматы, 2014. – 528 бет.
<https://aknurpress.kz/reader/web/2785>

Тайжанов С., Қарақов А. Дене тәрбиесі 3-кітап. (Орта және жоғары сынып оқушыларының дене тәрбиесі) Оқулық Алматы, Эверо, 2020. - 400 бет https://elib.kz/ru/search/read_book/415/

Тайжанов С., Қарақов А. Дене тәрбиесі. 4-кітап (Жоғары оқу орындарына арналған оқулық) Оқулық. Алматы: Эверо, 2020. - 368 бет.
https://elib.kz/ru/search/read_book/416/

Бөлешев М.Ә. Дене тәрбиесі мен спорт медицинасы: оку құралы/ Алматы: «Эверо»баспасы, 2020 – 144 б.
https://elib.kz/ru/search/read_book/672/

Тихонов, А. М. Физическая культура. Системно-деятельностный подход в преподавании : направление подготовки: URL:
<https://www.iprbookshop.ru/32106>

Физическая культура и спорт в современном мире. Проблемы и решения : материалы III Международной научно-практической конференции «Физическая культура и спорт в современном мире. Проблемы и решения» (19 ноября 2015 года) / А. В. Аверкова, В. А. Баронина, К. А. Бугаевский [и др.]. URL:
<https://www.iprbookshop.ru/51800.html>

Германов, Г. Н. Двигательные способности и навыки. Разделы теории физической культуры : учебное пособие для студентов-бакалавров и магистров высших учебных заведений по направлениям подготовки 49.03.01, 49.04.01 «Физическая культура» и 44.03.01, 44.04.01 «Педагогическое образование» / Г. Н. Германов. — Воронеж : Элист, 2017. — 303 с. URL:
<https://www.iprbookshop.ru/52019>.

Воробьев, А. В. Социология физической культуры и спорта : учебное пособие / А. В. Воробьев, Т. В. Михеева. — Омск :

Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2002. — 91 с. <https://www.iprbookshop.ru/64960>.

Костихина, Н. М. Акмеологические аспекты профессионально-педагогической деятельности специалиста по физической культуре и спорту : учебное пособие / Н. М. Костихина, О. Р. Кривошеева, О. М. Чусовитина. — Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2010. — 276 с. URL: <https://www.iprbookshop.ru/64967>.

Частные методики адаптивной физической культуры. В 2 частях. Ч.1. Частные методики адаптивной физической культуры у детей с нарушением слуха, речи, умственной отсталостью, общими расстройствами психологического развития : учебное пособие / составители Е. С. Стоцкая. — Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2019. — 196 с. URL: <https://www.iprbookshop.ru/95632>.

Частные методики адаптивной физической культуры. В 2 частях. Ч.2. Частные методики адаптивной физической культуры у детей с поражением опорно-двигательного аппарата, детей со сложными нарушениями, лиц пожилого возраста : учебное пособие / составители Е. С. Стоцкая. — Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2020. — 244 с.: <https://www.iprbookshop.ru/121238.html>

Timothy Chandler et al. Sport and Physical Education: The Key Concepts. / Timothy Chandler, Mike Cronin, Wray Vamplew. - Second edition - USA: Routledge, 2007 // <https://rmebrk.kz/book/1186126>

Jeroen Koekoek et al. Game-Based Pedagogy in Physical Education and Sports: Designing Rich Learning Environments. / Jeroen Koekoek, Ivo Dokman, Wytse Walinga. - NY: Routledge, 2023. <https://rmebrk.kz/book/1186180>

Лабораторные
физические ресурсы

Тренажерный, гимнастический залы, зал настольного тенниса

Специальные
программы

-

Журналы
(электронные
журналы)

-

Литература

Основная

Әбдірақов, Б. Қ. Емдік дене шынықтырудың негіздері : оқу құралы / Б. Қ. Әбдірақов. - Қарағанды : АҚНҰР, 2019. - 110 б

Сабиров, Р. Ш. Дене мәдениеті және спорт психологиясы : оқу құралы. - 3-ші бас. - Қарағанды : АҚНҰР, 2019. - 118 б.

Епифанов, В. А. Емдік денешынықтыру : оқу құралы / В. А. Епифанов ; қаз. тіл. ауд. К. Ш. Бектұрова. - М. : ГЭОТАР - Медиа, 2016. - 608 б

Төтенәй Б. Ө. Дене тәрбиесі : оқулық . - 2-бас. - Астана : Фолиант, 2012.

Бекнурманов Н. С. Дене шынықтыру және спорт педагогикасы оқу құралы. - Алматы : Эверо, 2014. - 112 бет

Епифанов, В. А. Лечебная физическая культура : учебное пособие. Рекомендовано ГОУ ВПО "Московская мед. акад. им. И. М. Сеченова". - М. : ГЭОТАР - Медиа, 2014. - 568 с

Құланова Қ. Қ. Спорттық ойындар : оқу құралы / Қ. Қ. Құланова, Ұ. С. Маршыбаева, А. К. Уалиева. - Алматы : TechSmith, 2024.

Туленова Х. Б. Гимнастика и методика преподавания : учебное пособие / Х. Б. Туленова. - Алматы : TechSmith, 2024. - 165 с

Төтенәй , Б. Ө. Дене тәрбиесі : оқулық / Б. Ө. Төтенәй . - 2-бас. - Астана : Фолиант, 2012. - 160 бет

Тайжанов, С. Дене тәрбиесі. 4-кітап : оқулық / С. Тайжанов, А. Қарақов. - Алматы : Эверо, 2010. - 366 бет.

Физическое воспитание в вузе : учебное пособие / Т. А. Ботагариев [и др.]. - Алматы : ЭСПИ, 2021. - 256

Дополнительное

Аяпов Е. С. Волейбол оқу-әдістемелік құрал - Шымкент : Б. ж., 2014. - 51 бет

Тайжанов С. Жеңіл атлетика : әдістемелік құрал. - Алматы : Эверо, 2012.

Тайжанов С. Спорт ойындары әдістемелік-оқу құралы . - Алматы : Эверо, 2012.

Тайжанов С. Салауатты өмір салтының негіздері : әдістемелік құрал /. - Алматы : Эверо, 2016. - 160 бет

Құланова Қ. Қ. Жалпы және арнайы дене дайындығы : оқу-әдістемелік құрал. - Алматы : TechSmith, 2024. - 132 б.

Спортивные игры: Совершенствование спортивного мастерства : учеб. для студентов высш. учеб. заведений / Ю. Д. Железняк [и др.]. - М : Издательский центр " Академия ", 2004. - 400 с.

Abdillayev A. K. Methodology of teaching subjects in the specialty "Physical education and sports" : manual / A. K. Abdillayev, Zn. K. Onalbek. - Karagandy : Medet Group , 2024. - 101

Марчибаева, У.С. Физическая культура. Методический курс:
учебно-методическое пособие. – Алматы: ЭСПИ, 2021. – 104 с

12 Политика дисциплины

Спортивная форма-верх- белая футболка, низ- спортивные штаны. Иметь при себе сменную спортивную обувь.

Внимательно слушать и выполнять инструктаж по технике безопасности.

Бережно относиться к спортивному инвентарю, брать только с разрешения тренера-преподавателя.

На занятие не допускаются с распущенными волосами. Ногти должны быть коротко подстрижены.

Выполнять упражнения без разрешения тренера-преподавателя, самостоятельно брать спортивный инвентарь.

Вести себя корректно по отношению друг к другу, не нарушать порядок.

Запрещено вставать на скамейки, мусорить. Бижутерии и ценные вещи следует передать тренеру-преподавателю.

Использование мобильных телефонов на занятиях запрещено.

Сообщить заранее тренеру-преподавателю о плохом самочувствии.

Жевать жевательную резинку, употреблять пищу, покидать место занятий без разрешения тренера-преподавателя.

Бережно относиться к спортивному инвентарю, брать только с разрешения тренера-преподавателя.

13. Академическая политика, основанная на моральных и этических ценностях академии

КОДЕКС ЧЕСТИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ

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

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

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

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

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

5. Обучающийся признает необходимую и полезную деятельность, направленную на развитие творческой активности (научно-образовательной, спортивной, художественной и т.п.), на повышение корпоративной культуры и имиджа вуза. Вне стен обучающийся

всегда помнит, что он является представителем высшей школы и предпринимает все усилия, чтобы не уронить его честь и достоинство

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

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

14. Согласование, утверждение

Дата согласования с Библиотечно- информационным центром	Протокол № 7 25.06.25	Руководитель БИЦ Дарбишева Р.И.	
Дата одобрения на АК ООД	Протокол № 2 24.08.25	Председатель АК ООД Нуржанбаева Ж.О.	
Дата утвержденная Центром	Протокол № 1 27.08.25	Заведующий центром Аширбаев О.А.	

