

Пояснительная записка

Описание модуля	Изучение данного модуля направлено на формирование физической культуры студента, происходит не только приобретением двигательных умений и связанных с ними знаний, но и развитие физических качеств
Формируемые компетенции	<ul style="list-style-type: none"> - здоровье сбережения: - способность организовать свою жизнь в соответствии с социально значимыми - представлениями о здоровом образе жизни: - достигать и поддерживать должный уровень физической подготовленности: - необходимой для обеспечения социальной активности и полноценной профессиональной деятельности; - способность к формированию, поддержанию и использованию конструктивных общефизических и социально-психологических ресурсов: - необходимых для здорового образа жизни; потребность в личностной безопасности, выносливостью
Пререквизиты	Для освоения данной дисциплины необходимы знания, умения и навыки, приобретенные при изучении следующих дисциплин: «Самопознание», «Анатомия человека», «Физика», «Основы различных видов спорта».
Постреквизиты	Знания, умения и навыки, полученные при изучении дисциплины необходимы для освоения следующих дисциплин: «Методические основы педагогической практики», «Управление процессом спортивной подготовки в избранном виде спорта».
Необходимые средства обучения, оборудование	Спортивный зал, стадион, спортивное оборудование и инвентарь, ИКТ
Ф.И.О.	Контактная информация преподавателей
Гвоздюк Марина Владимировна	Тел.: 8-777- 960-40-01
	e-mail: Marina_198711@mail.ru

Распределение часов по семестрам

Код и наименование модуля	Всего часов в модуле	В том числе							
		1 курс		2 курс		3 курс		4 курс	
		1 семестр	2 семестр	3 семестр	4 семестр	5 семестр	6 семестр	7 семестр	8 семестр
БМ 01 «Развитие и совершенствование физических качеств»	162	-	-	80	82	24	48		
Итоговая аттестация	-	-	-	-	-	-	-		
Итого на обучение по модулю	162	-	-	80	82	24	48		

Содержание рабочей учебной программы 2 курс

№	Разделы/результаты обучения	Темы	Критерии оценки	Всего часов	Из них		Тип занятия	Самостоятельная работа студента	Самостоятельная работа студента с педагогом
					Теория	ЛПЗ			
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Физическая культура				162					
		Тема1. Введение в предмет физическое воспитание. Техника безопасности на занятиях физического воспитания. Здоровье и здоровый образ жизни.	Объясняет правила техники безопасности на занятиях физической культуры.		2		урок усвоение новых знаний		Провести студентам инструктаж по ТБ
		Легкая атлетика (14 часов) Тема 1. Техника безопасности. Правило проведения соревнований по легкой атлетике.	техники безопасности легкой атлетики на занятиях физической культуры Объясняет правила	12	2		урок усвоение новых знаний		Провести студентам инструктаж по ТБ
		Тема 2. Совершенствование основных способов старта, стартовый разбег, финиширование. Бег на короткие	Различает фазы бега на короткие, средние и дальние дистанции			2	урок усвоение новых		

	дистанции 100 м.					х знани й		
	Тема 3 Совершенствование техники бега на 100 м. Специальные упражнения бегуна.	Перечисляет правила техники безопасности каждого вида испытания			2	комб иниро ванн ый		
	Тема 4. Зачет: бег 100 м. Совершенствование основных способов метания гранаты 500/700 гр.	Перечисляет правила техники безопасности каждого вида испытания			2	комб иниро ванн ый		
	Тема 5. Совершенствование метания гранаты (500.700 гр.), прыжка в длину с разбега.	Перечисляет правила техники безопасности каждого вида испытания			2	урок усвое ние новы х знани й		
	Тема 6. Зачет метания гранаты (500,700) гр. Совершенствование прыжка в длину с разбега	Перечисляет правила техники безопасности каждого вида испытания			2	комб иниро ванн ый		
	Тема 7. Зачет: прыжок в длину с разбега. Совершенствование прыжка в длину с места.	Перечисляет правила техники безопасности каждого вида испытания			2	урок усвое ние новы х знани й		
	Тема 8. Зачет прыжка в длину с	Различает фазы			2			

	места. Совершенствование кроссовой подготовки 2000/3000 м.	бега на короткие, средние и дальние дистанции						
	Тема 9. Зачет техники бега на дистанции 2000, 3000 м.	Различает фазы бега на короткие, средние и дальние дистанции			2	урок усвоение новых знаний		
	Тема 10. Совершенствование техники передачи эстафетной палочки (правило передачи в коридоре)	Перечисляет правила техники безопасности каждого вида испытания			2	комбинированный		
	Тема: 11. Совершенствование эстафетного бега 4*100, 4* 400 м. Футбол.	Различает фазы бега на короткие, средние и дальние дистанции			2	урок усвоение новых знаний		
	Спортивные игры (48 часов) Тема 1. Совершенствование техники перемещения (приставной шаг, остановка, повороты, ускорения).	Выполняет технические и тактические действия по баскетболу (передвижения, ведение, передачи, броски в кольцо, действия в защите и в нападении,	46	2		комбинированный	Провести студентам инструктаж по ТБ	

			финты).						
		Тема 2. Совершенствование упражнений на владение мячом (ловля и передача, ведение мяча, броски).	Выполняет технические и тактические действия по баскетболу (передвижения, ведение, передачи, броски в кольцо, действия в защите и в нападении, финты).			2	урок усвоение новых знаний		
		Тема 3. Совершенствование техники броска по корзине (с места, в прыжке).	Выполняет технические и тактические действия по баскетболу (передвижения, ведение, передачи, броски в кольцо, действия в защите и в нападении, финты).			2	комбинированный	Закрепление пройденного материала	
		Тема 4. Зачет: Штрафной бросок. Совершенствования 3-х очкового броска. Игра по заданию.	Выполняет технические и тактические действия по баскетболу (передвижения, ведение, передачи, броски в кольцо, действия в защите и в нападении,			2	урок усвоение новых знаний		

		финты).						
	Тема 5. Совершенствование техники ведения мяча (дальней рукой от защитника).				2	комбинированный	Закрепленное пройденое материала	
	Тема 6. Обучение и совершенствование техник передачи мяча (сверху, снизу). Зачет: передача мяча над собой сверху, снизу. Учебная игра по заданию.	Выполняет технические и тактические действия по баскетболу (передвижения, ведение, передачи, броски в кольцо, действия в защите и в нападении, финты).			2	урок усвоение новых знаний		
	Тема 7. Зачет: Ведение вокруг трехсекундной зоны разной рукой и бросок по кольцу. Игра по заданию	Объясняет правила техники безопасности по игровым видам спорта на занятиях физической культуры			2	комбинированный	Закрепленное пройденое материала	
	Тема 8. Зачет: Ведение мяча восьмеркой. Совершенствование технико-тактических действий в защите, нападении (защита 2-1-2, 3-2, личная). Игра по заданию.	Различает технические действия в волейболе (передвижения, передачи, прием мяча, действия в защите и в нападении);			2	урок усвоение новых знаний		

	Тема 9. Зачет: Ведение мяча и бросок. Игра по заданию						Закрепление пройденного материала	
	Тема 10. Совершенствование перехода из защиты в нападение, и обратно. Игра по заданию.	Различает технические действия в волейболе (передвижения, передачи, прием мяча, действия в защите и в нападения);			2	урок усвоение новых знаний		
	Тема 11. Волейбол. Основные правила, судейство. Стойка волейболиста, передача мяча сверху, снизу.				2	комбинированный	Закрепление пройденного материала	Провести студентам инструктаж по ТБ
	Тема 12 Совершенствование техники перемещения (основная стойка волейболиста). Основные способы передачи мяча (сверху, снизу).				2	урок усвоение новых знаний		
	Тема 13. Обучение и совершенствование техник передачи мяча (сверху, снизу). Учебная игра по заданию.	Различает технические действия в волейболе (передвижения, передачи, прием мяча, действия в			2	комбинированный	Закрепление пройденного материала	

			защите и в нападения);						
		Тема 14. Зачет: передача мяча над собой сверху. Совершенствование основных способов подачи мяча (верхняя прямая, планер, силовая). Учебная игра по заданию.				2	урок усвое ние новы х знани й		
		Тема 15. Зачет: передача мяча над собой снизу. Совершенствование атакующего удара, блокирование мяча, подбор. Учебная игра по заданию.	Различает технические действия в волейболе (передвижения, передачи, прием мяча, действия в защите и в нападения);			2	комб иниро ванн ый	Закреплен ие пройдено го материала	
		Тема 16. Зачет: Челночный бег Совершенствование нападающему удару. Учебная игра по заданию.				2	урок усвое ние новы х знани й		
		Тема 17. Зачет: подача мяча через сетку. Совершенствование блокирование мяча, подбор. Учебная игра по заданию.				2	комб иниро ванн ый	Закреплен ие пройдено го материала	
		Тема 18. Зачет: прыжки с элементом блока над сеткой. Совершенствование	Различает технические действия в			2	урок усвое ние		

	нападающему удару (линия). Учебная игра по заданию.	волейболе (передвижения, передачи, прием мяча, действия в защите и в нападении);				новы х знани й		
	Тема 19. Совершенствование атакующего удара (метр, взлет, пайп). Учебная игра по заданию.				2	комб иниро ванн ый	Закреплен ие пройдено го материала	
	Тема 20. Зачет: атакующий удар через сетку. Игра по заданию.	Различает технические действия в волейболе (передвижения, передачи, прием мяча, действия в защите и в нападении);			2	урок усвое ние новы х знани й		
	Тема 21. Футзал. Техника безопасности. Основные правила игры. Совершенствование техники владения мячом.	Объясняет правила техники безопасности по игровым видам спорта на занятиях физической культуры;			2	комб иниро ванн ый	Закреплен ие пройдено го материала	Провести студентам инструктаж по ТБ
	Тема 22. Индивидуальные действия игроков в нападении и защита. Совершенствование техники удара по мячу. Зачет: удары по мячу ногами в ворота с угла 45 гр (6 ударов)	Выполняет требования техники безопасности по игровым видам спорта и правила			2	урок усвое ние новы х знани		

			поведения в спортивных залах				й		
	Тема 23. Индивидуальные действия игроков в нападении и защита. Зачет: обводка 5 –и игроков правой и левой ногой (расстояние 10 м).		Выполняет требования технико-тактических действий			2	комбинированный	Закрепление пройденного материала	
	Тема 24. Зачет: Набивание мяча одной ногой (жонглирование). Двухсторонняя игра.		Выполняет требования технико-тактических действий			2	урок усвоение новых знаний		
	Гимнастика. (28 часов) Тема 1. Комплекс упражнений утренней гимнастики. Акробатические упражнения, кувырки: вперед- из упора присев, из стойки ноги врозь, с шага. «Дабл- датч»		Объясняет технику безопасности в гимнастике на занятиях физической культуры	26	2		комбинированный	Закрепление пройденного материала	Провести студентам инструктаж по ТБ
	Тема 2. Зачет: «Дабл- датч». Обучение стойки на ладонях, голове и руках. Совершенствование поднимания туловища из положения, лежа на спине, руки за головой (раз/мин). Подтягивание.		Различает строевые, общеразвивающие, прикладные и акробатические упражнения			2	урок усвоение новых знаний		
	Тема 3. Зачет: подтягивание (ю), пресс (д). Изучение и совершенствование упражнений на снарядах (шведская стенка, перекладина)		Различает строевые, общеразвивающие, прикладные и акробатические			4	комбинированный	Закрепление пройденного материала	

			упражнения						
		Тема 4. Совершенствование упражнений на снарядах (висы, соскоки). Обучение сгибание рук в упоре, ноги на скамейке (ю), сгибание и разгибание рук в упоре лежа на скамейке (д).				2	урок усвоение новых знаний		
		Тема 5 Зачет : сгибание рук в упоре, ноги на скамейке (ю), сгибание и разгибание рук в упоре лежа на скамейке (д).Обучение подтягивание в висе лежа прямые ноги вперед (д). Упражнения на перекладине (соскок, подъем переворотом-ю)..	Различает и выполняет элементы акробатической гимнастики.			2	комбинированный	Закрепление пройденного материала	
		Тема 6. Зачет: подъем переворотом (ю), подтягивание в висе (д). Развитие различных видов выносливости.				2	урок усвоение новых знаний		
		Тема 7. Элементы атлетической гимнастики	Различает и выполняет элементы акробатической гимнастики.			2	комбинированный		
		Лыжные гонки. (24 часа) Тема 1. Обучение и совершенствование техники передвижения на лыжах	Объясняет правила техники безопасности по зимним видам	24	2		комбинированный	Закрепление пройденного	Провести студентам инструктаж по ТБ

	(попеременным 1,2-х ш.х). Отработка основной стойки на лыжах. Катание без палок.	спорта на занятиях физической культуры					материала	
	Тема 2 Обучение и совершенствование перехода от одновременных ходов к переменным и обратно.	Выполняет требования техники безопасности по зимним видам спорта и правила поведения в спортивных залах и на улице			2	урок усвоение новых знаний		
	Тема 3. Обучение и совершенствование техники спусков и подъемов (плугом, елочкой, переступанием). Ознакомление с основными способами преодоления неровностей	Выполняет требования техники безопасности по зимним видам спорта и правила поведения в спортивных залах и на улице			2	комбинированный	Закрепление пройденного материала	
	Тема 4. Обучение повороту и торможению. Комбинация ходов.	Выполняет требования техники безопасности по зимним видам спорта и правила поведения в спортивных залах и на улице			2	урок усвоение новых знаний		
	Тема 5. Коньковый ход без отталкивания руками , совершенствование	Различает технику передвижения на лыжах: коньковым			2	комбинированный	Закрепление пройденного	

			и полуконьковым ходом, поперечным и одновременным коньковым ходом				ый	го материала	
		Тема 6. Попеременный коньковый ход . Зачет лыжные гонки 3-5 км.	Различает технику передвижения на лыжах: коньковым и полуконьковым ходом, поперечным и одновременным коньковым ходом			2	урок усвоение новых знаний		
		Национальные виды спорта. (14 часов) Тема 1. Тоғыз кумалақ. Техника безопасности. Правила игры .		12	2		комбинированный	Закреплен ие пройденое го материала	Провести студентам инструктаж по ТБ
		Тема 2. Тоғыз кумалақ Технико-тактические действия нападения	Объясняет ошибки в технике выполнения приемов и в игровых ситуациях в настольном теннисе			2	урок усвоение новых знаний		
		Тема 3. Тоғыз кумалақ Технико-тактические действия нападения	Выполняет подводящие упражнения для овладения технико-тактическими действиями в настольном теннисе			2	комбинированный	Закреплен ие пройденое го материала	
		Тема 4. Тоғыз кумалақ. Технико-тактические действия	Объясняет ошибки в технике			2	урок усвое		

	защиты.Зачет	выполнения приемов и в игровых ситуациях в настольном теннисе				ние новых знаний		
	Тема 5. Асык ату. Техника безопасности. Правила игры	Выполняет подводящие упражнения для овладения технико-тактическими действиями в настольном теннисе			2	комбинированной	Закрепление пройденного материала	Провести студентам инструктаж по ТБ
	Тема 6. Асык ату.Технико-тактические действия нападения				2	урок усвоение новых знаний		2
	Тема 7. Асык ату. Технико-тактические действия защиты. Зачет	Объясняет ошибки в технике выполнения приемов и в игровых ситуациях в настольном теннисе			2	комбинированной	Закрепление пройденного материала	2
	Настольный теннис (14 часов) Тема 1. Настольный теннис. Техника безопасности. Правила игры	Выполняет подводящие упражнения для овладения технико-тактическими действиями в	12	2		урок усвоение новых знаний		Провести студентам инструктаж по ТБ

			настольном теннисе				й		
	Тема 2. Настольный теннис. Стойка и передвижение		Объясняет ошибки в технике выполнения приемов и в игровых ситуациях в настольном теннисе			2	комбинированный	Закрепление пройденного материала	2
	Тема 3. Настольный теннис. Поддачи и приемы		Объясняет ошибки в технике выполнения приемов и в игровых ситуациях в настольном теннисе			2	урок усвоение новых знаний		2
	Тема 4. Настольный теннис. Действия игрока в атаке, защите.		Выполняет подводящие упражнения для овладения технико-тактическими			2	комбинированный	Закрепление пройденного материала	2
	Тема 5. Настольный теннис. Поддачи, атакующий ударю		Объясняет ошибки в технике выполнения приемов и в игровых ситуациях в настольном теннисе			2	урок усвоение новых знаний		2
	Тема 6. Настольный теннис. Техника игры индивидуально в парах		Выполняет подводящие упражнения для овладения технико-тактическими			2	комбинированный	Закрепление пройденного материала	2

	Президентское тестирование. (10 часов) Тема 1. Президентское тестирование (бег 100м, прыжок в длину с места)	Перечисляет правила техники безопасности каждого вида испытания	8	2				Провести студентам инструктаж по ТБ
	Тема 2. Президентское тестирование (метание гранаты, бег 2000, 3000м)	Выполняет требования техники безопасности каждого вида испытания			2	комбинированный	Закреплен и пройден материал	2
	Тема 3. Президентское тестирование (стрельба из пневмотической винтовки)	Соблюдает гигиенические правила во время сдачи Президентских тестов			2	урок усвоение новых знаний	Закреплен и пройден материал	4
Всего по дисциплине (по кредиту)			162					

Распределение часов по семестрам

Код и наименование модуля	Всего часов в модуле	В том числе							
		1 курс		2 курс		3 курс		4 курс	
		1 семестр	2 семестр	3 семестр	4 семестр	5 семестр	6 семестр	7 семестр	8 семестр
БМ «Развитие и совершенствование физических качеств»	72	-	-			24	48		
Итоговая аттестация	-	-	-	-	-	-	-		
Итого на обучение по модулю	72	-	-			24	48		

Содержание рабочей учебной программы 3 курс

№	Разделы/результаты обучения	Тема	Критерии оценки	Всего часов	Из них		Тип занятия	Самостоятельная работа студента	Самостоятельная работа студента с педагогом
					Теория	ЛПЗ			
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
БМ «Развитие и совершенствование физических качеств»				72					
РО 1.1 24 часа 4 семестр	Развитие и совершенствование физических качеств	Тема1. Введение в предмет физическое воспитание. Техника безопасности на занятиях физического воспитания. Здоровье и здоровый образ жизни.	Объясняет правила техники безопасности на урках физической культуры.		2				Провести студентам инструктаж по ТБ
		Легкая атлетика (14 часов) Тема 1. Техника безопасности.	Объясняет правила техники безопасности на урках физической культуры.	12	2			Закрепление пройденного материала	Провести студентам инструктаж по ТБ
		Тема 3. бег100 м. Совершенствование основных способов метания гранаты 500/700 гр.	Различает фазы бега на короткие, средние и дальние дистанции			2	урок усвоение новых знаний		
		Тема 4. Совершенствование	Перечисляет правила техники безопасности			2	комбинированный	Закрепление	

		метания гранаты (500,700 гр.), прыжка в длину с места.	каждого вида испытания					пройдено го материала	
		Тема 5. Зачет метания гранаты (500,700)гр	Перечисляет правила техники безопасности каждого вида испытания			2	урок усвоение новых знаний		
		Тема 6. Совершенствование прыжка в длину с места.	Перечисляет правила техники безопасности каждого вида испытания			2	комбинированный	Закрепление пройдено го материала	
		Тема 7. Зачет прыжка в длину с места. Совершенствование кроссовой подготовки 2000/3000 м.	Различает фазы бега на короткие, средние и дальние дистанции			2	комбинированный		
		Тема Зачет техники бега на дистанции 2000, 3000 м.	Различает фазы бега на короткие, средние и дальние дистанции			2	комбинированный	Закрепление пройдено го материала	
		Спортивные игры (16 часов) Тема1. Совершенствование техники перемещения (приставной шаг, остановка, повороты, ускорения).	Объясняет правила техники безопасности на уроках физической культуры.	14	2				Провести студентам инструктаж по ТБ
		Тема 2. Совершенствование упражнений на владение	Перечисляет правила техники безопасности каждого вида испытания			2	урок усвоение новых	Закрепление пройдено	

		мячом (ловля и передача, ведение мяча, броски).					знаний	го материала	
		Тема 3. Совершенствование перехода из защиты в нападение, и обратно. Игра по заданию.	Выполняет технические и тактические действия по баскетболу (передвижения, ведение, передачи, броски в кольцо, действия в защите и в нападении, финты).			2	комбинированный		
		Тема 4. Волейбол. Основные правила, судейство. Стойка волейболиста, передача мяча сверху, снизу.	Объясняет правила техники безопасности на урках физической культуры.			2	комбинированный		Провести студентам инструктаж по ТБ
РО 1.2 48 часа 5 семестр	Совершенствовать физические качества и психофизиологические способности	Тема 5. Обучение и совершенствование техник передачи мяча (сверху, снизу). Учебная игра по заданию.	Различает технические действия в волейболе (передвижения, передачи, прием мяча, действия в защите и в нападении);			2	урок усвоение новых знаний	Закрепление пройденного материала	
		Тема 6. Футзал. Техника безопасности. Основные правила игры. Совершенствование техники владения мячом.	Объясняет правила техники безопасности на урках физической культуры.			2			Провести студентам инструктаж по ТБ
		Тема 7. Индивидуальные действия игроков в нападении и защита. Совершенствование	Перечисляет правила техники безопасности каждого вида испытания			2	урок усвоение новых знаний	Закрепление пройденного	

		техники удара по мячу. Зачет: удары по мячу ногой в ворота с угла 45 гр (6 ударов)						материала	
		Тема 8.Набивание мяча одной ногой (жонглирование). Двухсторонняя игра.	Выполняет требования техники безопасности по игровым видам спорта и правила поведения в спортивных залах			2	комбинированный		
		Гимнастика (10 часов) Тема 1. Комплекс упражнений утренней гимнастики. Акробатические упражнения, кувырки: вперед- из упора присев, из стойки ноги врозь, с шага. «Дабл- датч»	Объясняет правила техники безопасности на урках физической культуры.	10	2				Провести студентам инструктаж по ТБ
		Тема 2. Зачет: «Дабл-датч». Обучение стойки на лопотках, голове и руках. Совершенствование поднимания туловища из положения, лежа на спине, руки за головой (раз/мин). Подтягивание	Перечисляет правила техники безопасности каждого вида испытания			2	урок усвоение новых знаний	Закрепление пройденного материала	
		Тема 3. Зачет: подтягивание (ю), пресс (д). Изучение и совершенствование упражнений на снарядах (шведская стенка,	Различает строевые, общеразвивающие, прикладные и акробатические упражнения			2	комбинированный	Закрепление пройденного материала	

	перекладина)								
	Тема 4. Совершенствование упражнений на снарядах (висы, соскоки). Обучение сгибание рук в упоре, ноги на скамейке (ю), сгибание и разгибание рук в упоре лежа на скамейке (д).	Различает строевые, общеразвивающие, прикладные и акробатические упражнения			2	урок усвоение новых знаний	Закрепление пройденного материала		
	Тема 5. Зачет: подъем переворотом (ю), подтягивание в висе (д). Развитие различных видов выносливости	Различает и выполняет элементы акробатической гимнастики.			2	комбинированный	Закрепление пройденного материала		
	Лыжные гонки (10 часов) Тема 1. Обучение и совершенствование техники передвижения на лыжах (попеременным 1,2-х ш.х). Отработка основной стойки на лыжах. Катание без палок.	Объясняет правила техники безопасности на уроках физической культуры.	10		2			Провести студентам инструктаж по ТБ	
	Тема 2. Обучение и совершенствование перехода от одновременных ходов к переменным и обратно.	Перечисляет правила техники безопасности каждого вида испытания			2	урок усвоение новых знаний	Закрепление пройденного материала		
	Тема 3. Обучение и совершенствование техники спусков и подъемов (плугом,	Выполняет требования техники безопасности по зимним видам спорта и правила поведения в			2	комбинированный			

		елочкой, переступанием). Ознакомление с основными способами преодоления неровностей	спортивных залах и на улице						
		Тема 4. Обучение повороту и торможению. Комбинация ходов.	Выполняет требования техники безопасности по зимним видам спорта и правила поведения в спортивных залах и на улице			2	комбинированный	Закреплен ие пройден ого материала	
		Тема 5. <u>Попеременный коньковый ход</u> . Зачет лыжные гонки 3-5 км.	Различает технику передвижения на лыжах: коньковым и полуконьковым ходом, поперечным и одновременным коньковым ходом			2	урок усвоение новых знаний	Закреплен ие пройден ого материала	
		Настольные игры (8 часов) Тема 1. Техника безопасности. Правила игры.	Объясняет правила техники безопасности на уроках физической культуры.	6	2				Провести студентам инструктаж по ТБ
		Тема 2. Действие игрока в атаке, защите.	Перечисляет правила техники безопасности каждого вида испытания				урок усвоение новых знаний		
		Тема 3. Поддачи, атакующий удар.	Выполняет подводящие упражнения для овладения технико-тактическими действиями в настольном теннисе			2		Закреплен ие пройден ого материала	
		Тема 4. Техника игры индивидуально в парах	Объясняет ошибки в технике выполнения приемов и в игровых ситуациях в настольном теннисе			2	урок усвоение новых знаний		

		Национальные виды спорта (6 часов) Тема 1. Тоғыз кумалак. Техника безопасности. Правила игры	Объясняет правила техники безопасности на урках физической культуры.	4	2				Провести студентам инструктаж по ТБ
		Тема 2. Тоғыз кумалак Технико-тактические действия нападения	Перечисляет правила техники безопасности каждого вида испытания			2	урок усвоение новых знаний	Закрепление пройденного материала	
		Тема 3. Тоғыз кумалак. Технико-тактические действия защиты	Объясняет правила техники безопасности по национальным видам спорта на занятиях физической культуры			2	комбинированный	Закрепление пройденного материала	
		Президентские тесты (6 часов) Тема 1. Президентское тестирование (бег 100м, прыжок в длину с места)	Объясняет правила техники безопасности на урках физической культуры.	6					Провести студентам инструктаж по ТБ
		Тема 2.. Президентское тестирование (метание гранаты, бег 2000, 3000м)	Перечисляет правила техники безопасности каждого вида испытания			2	урок усвоение новых знаний	Закрепление пройденного материала	
		Тема 3. Президентское тестирование (стрельба из пневмотической винтовки)	Объясняет правила техники безопасности по национальным видам спорта на занятиях физической культуры			2	комбинированный	Закрепление пройденного материала	
Всего по дисциплине (по кредиту)				72					
Консультация				10					
Экзамен				6					

