

### Пояснительная записка

<b>Описание модуля</b>	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
<b>Формируемые компетенции</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- здоровье сбережения:</li> <li>- способность организовать свою жизнь в соответствии с социально значимыми - представлениями о здоровом образе жизни:</li> <li>- достигать и поддерживать должный уровень физической подготовленности:</li> <li>- необходимой для обеспечения социальной активности и полноценной профессиональной деятельности;</li> <li>- способность к формированию, поддержанию и использованию конструктивных общефизических и социально-психологических ресурсов:</li> <li>- необходимых для здорового образа жизни; потребность в личностной безопасности, выносливостью</li> </ul>
<b>Пререквизиты</b>	Для освоения данной дисциплины необходимы знания, умения и навыки, приобретенные при изучении следующих дисциплин: «Самопознание», «Анатомия человека», «Физика», «Основы различных видов спорта».
<b>Постреквизиты</b>	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».
<b>Необходимые средства обучения, оборудование</b>	Спортивный зал, стадион, спортивное оборудование и инвентарь, ИКТ
<b>Ф.И.О.</b>	<b>Контактная информация преподавателей</b>
Гвоздюк Марина Владимировна	<b>Тел.:</b> 8-777- 960-40-01
	<b>e-mail:</b> Marina_198711@mail.ru

### Распределение часов по семестрам 3 курс

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
<b>БМ «Развитие и совершенствование физических качеств»</b>	80	-	-			40	40		
Итоговая аттестация	-	-	-	-	-	-	-		
<b>Итого на обучение по модулю</b>	<b>80</b>					<b>40</b>	<b>40</b>		

### Содержание рабочей учебной программы 3 курс

№	Разделы/результаты обучения	Темы	Критерии оценки	Всего	Из них		Тип занятия	Самостоятельная работа студента	Самостоятельная работа студента с педагогом
					Теория	ЛПЗ			
<b>БМ «Развитие и совершенствование физических качеств»</b>				<b>80</b>					
<b>РО 1.1</b> 40 часов 4 семестр		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.		<b>2</b>				Провести студентам инструктаж по ТБ
		<b>Легкая атлетика (14 часов)</b> Тема 1. Техника безопасности. Низкий старт(100м)	Объясняет правила техники безопасности на урках физической культуры.	<b>12</b>	<b>2</b>				Провести студентам инструктаж по ТБ
		Тема 2 Высокий старт.	Различает фазы бега на короткие, средние и дальние дистанции			2	комбинированной	Закрепление пройденного материала	
		Тема 3. Бег на средние дистанции (800 м)	Различает фазы бега на короткие, средние и дальние дистанции			2	урок усвоение новых		

							знаний		
		Тема 4. Бег на длинные дистанции ( 2000, 3000 м)	Различает фазы бега на короткие, средние и дальние дистанции						
		Тема 5. Техника финиширования	Перечисляет правила техники безопасности каждого вида испытания			2	комбинированной	Закрепление пройденного материала	
		Тема 6. Техника прыжка в длину с места	Перечисляет правила техники безопасности каждого вида испытания			2	урок усвоение новых знаний		
		Тема 7. Метание гранаты (500,700 гр)	Перечисляет правила техники безопасности каждого вида испытания			2	комбинированной	Закрепление пройденного материала	
		<b>Настольные игры (6 часов)</b> Тема 1. Настольный теннис. Техника безопасности. Правила игры	Объясняет правила техники безопасности на урках физической культуры.			2	урок усвоение новых знаний		Провести студентам инструктаж по ТБ
		Тема 2. Настольный теннис. Стойка и передвижение	Выполняет подводящие упражнения для овладения технико-тактическими действиями в настольном теннисе			2	комбинированной	Закрепление пройденного материала	
		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	Закрепление пройденного материала	
		<b>Спортивные игры (8 часов)</b> Тема 1. Футзал.	Объясняет правила техники безопасности на урках физической культуры.	<b>6</b>	<b>2</b>		комбинированной	2	Провести студентам инструктаж

		Техника безопасности. Основные правила игры. Совершенствование техники владения мячом.							по ТБ
		Тема 2. Футзал. Индивидуальные действия игроков в нападении и защита. Совершенствование техники удара по мячу. Удары по мячу в ворота с угла 45 гр. (6 ударов)	Выполняет требования техники безопасности по игровым видам спорта и правила поведения в спортивных залах			2	урок усвоение новых знаний		
		Тема 3. Футзал. Индивидуальные действия игроков в нападении и защита. Обводка 5ти игроков правой и левой ногой (расстояние 10 м)	Выполняет требования технико-тактических действий			2	урок усвоение новых знаний	Закрепление пройденного материала	
		Тема 4. Футзал. Набивание одной ногой(жанглирование) двухсторонняя игра	Выполняет требования технико-тактических действий			2	комбинированный	Закрепление пройденного материала	
		<b>Гимнастика (14 часов)</b> Тема 1. Техника безопасности. Виды	Объясняет правила техники безопасности на уроках физической культуры.	<b>12</b>	<b>2</b>				Провести студентам инструктаж по ТБ

		гимнастики							
		Тема 2. Общеразвивающие упражнения. Дабл-датч	Различает строевые, общеразвивающие, прикладные и акробатические упражнения				комбинированной	Закрепление пройденного материала	
		Тема 3. Прикладные упражнения. Поднимание туловища из положения лежа на спине, руки за головой.	Объясняет правила техники безопасности на уроках физической культуры.			2	урок усвоение новых знаний		
		Тема 4. Акробатические упражнения. Акробатическая связка из 4-х элементов.	Различает строевые, общеразвивающие, прикладные и акробатические упражнения			2	комбинированной	Закрепление пройденного материала	
		Тема 5. Элементы ППФП, сгибание-разгибание рук в упоре на брусьях (ю), сгибание - разгибание рук в упоре сидя сзади на скамейке.(д)	Различает и выполняет элементы акробатической гимнастики			2	урок усвоение новых знаний		
		Тема 6. Элементы атлетической гимнастики. Сгибание-разгибание рук в упоре, ноги на скамейки (ю), сгибание-разгибание	Различает и выполняет элементы акробатической гимнастики			2	урок усвоение новых знаний		

РО 1.2 40 час а 5 се ме стр		рук в упоре лежа на скамейки (д).							
		Тема 7. Элементы атлетической гимнастики, круговая тренировка.	Различает и выполняет элементы акробатической гимнастики			2	комбинированной	Закрепление пройденного материала	
	<b>Совершенствовать физические качества и психофизиологические способности</b>	<b>Национальные виды спорта ( 14 часов)</b> Тема 1. Тоғыз кумалақ. Техника безопасности. Правила игры	Объясняет правила техники безопасности на урках физической культуры.	<b>12</b>	<b>2</b>				Провести студентам инструктаж по ТБ
		Тема 2. Тоғыз кумалақ Техничко-тактические действия нападения	Объясняет правила техники безопасности на урках физической культуры.			2	комбинированной	Закрепление пройденного материала	
	Тема 3. Тоғыз кумалақ. Техничко-тактические действия защиты	Объясняет правила техники безопасности по национальным видам спорта на занятиях физической культуры			2	урок усвоение новых знаний			
	Тема 4. Асық ату. Техника безопасности. Правила игры	Объясняет правила техники безопасности на урках физической культуры.			2	комбинированной		Провести студентам инструктаж по ТБ	
	Тема 5. Асық ату. Техничко-тактические действия нападения	Объясняет правила техники безопасности по национальным видам спорта на занятиях физической культуры			2	комбинированной	Закрепление пройденного материала		

		Тема 6. Асык ату. Техничко-тактические действия нападения			2	урок усвоение новых знаний		
		Тема 7. Асык ату. Техничко-тактические действия защиты	Объясняет правила техники безопасности по национальным видам спорта на занятиях физической культуры		2	комбинированной	Закрепление пройденного материала	
		<b>Зимние виды спорта ( 16 часов)</b> Тема 1. Лыжный спорт. Техника безопасности. Техника попеременного хода.	Объясняет правила техники безопасности на урках физической культуры.	<b>14</b>	<b>2</b>			Провести студентам инструктаж по ТБ
		Тема 3. Техника спусков и подъемов. Лыжные гонки 2 км.	Выполняет требования техники безопасности по зимним видам спорта и правила поведения в спортивных залах и на улице		2	комбинированной	Закрепление пройденного материала	
		Тема 4. Техника преодоления неровностей. Лыжные гонки 3км, (д) 5км,(ю ).	Различает технику передвижения на лыжах: коньковым и полуконьковым ходом, поперечным и одновременным коньковым ходом		2	урок усвоение новых знаний		
		Тема 5. Техника поворотов и торможения. Лыжные гонки 1 км.	Выполняет требования техники безопасности по зимним видам спорта и правила поведения в		2	комбинированной	Закрепление пройденного материала	



			спортивных залах и на улице						
	Тема 6. Одновременный двухшажный коньковый ход Лыжные гонки 2 км.		Различает технику передвижения на лыжах: коньковым и полуконьковым ходом, поперечным и одновременным коньковым ходом			2	урок усвоение новых знаний		
	Тема 7. Лыжный спорт. Полуконьковый ход		Различает технику передвижения на лыжах: коньковым и полуконьковым ходом, поперечным и одновременным коньковым ходом			2	комбинированной	Закрепление пройденного материала	
	Тема 9. Лыжный спорт. Попеременный коньковый ход Лыжные гонки 3км, (д) 5км,(ю ).		Различает технику передвижения на лыжах: коньковым и полуконьковым ходом, поперечным и одновременным коньковым ходом			2	урок усвоение новых знаний	Закрепление пройденного материала	
	Тема 10. Лыжный спорт. Одновременный одношажный коньковый ход		Различает технику передвижения на лыжах: коньковым и полуконьковым ходом, поперечным и одновременным коньковым ходом			2	комбинированной	Закрепление пройденного материала	
	<b>Президентские тесты (6 часов)</b> Тема 1.		Объясняет правила техники безопасности на уроках физической культуры.			2			Провести студентам инструктаж

		Президентское тестирование (бег 100м, прыжок в длину с места)							по ТБ
		Тема 2.. Президентское тестирование (метание гранаты, бег 2000, 3000м)	Выполняет требования техники безопасности каждого вида испытания			2	урок усвоение новых знаний	Закрепление пройденного материала	
		Тема 3. Президентское тестирование (стрельба из пневмотической винтовки)	Соблюдает гигиенические правила во время сдачи Президентских тестов			2	комбинированный	Закрепление пройденного материала	
<b>Всего по дисциплине (по кредиту)</b>				<b>80</b>					
<b>Консультация</b>				<b>20</b>					
<b>Экзамен</b>				<b>6</b>					

### Распределение часов по семестрам 2 курс

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
<b>БМ «Развитие и совершенствование физических качеств»</b>	172	-	-	106	66				
Итоговая аттестация	-	-	-	-	-	-	-		
<b>Итого на обучение по модулю</b>	<b>172</b>			<b>106</b>	<b>66</b>				

## Содержание рабочей учебной программы 2 курс

№	Разделы/результаты обучения	Тема	Критерии оценки	Всего	Из них		Тип занятия	Самостоятельная работа студента	Самостоятельная работа студента с педагогом
					Теория	Л ПЗ			
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
<b>Физическая культура</b>				<b>172</b>					-
		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
		<b>Легкая атлетика (24 часа)</b> Тема 1. Техника безопасности. Правило проведение соревнований по легкой атлетике.	Объясняет правила техники безопасности на урках физической культуры.	22	2		урок усвоение новых знаний		Провести студентам инструктаж по ТБ
		Тема 2.	Различает фазы бега на			2	урок		2

		Совершенствование основных способов старта, стартовый разбег, финиширование. Бег на короткие дистанции 100 м.	короткие, средние и дальние дистанции				усвоение новых знаний		
		Тема 3 Совершенствование техники бега на 100 м. Специальные упражнения бегуна.	Различает фазы бега на короткие, средние и дальние дистанции			2	комбинированной	Закрепление пройденного материала	
		Тема 4. бег 100 м. Совершенствование основных способов метания гранаты 500/700 гр.	Различает фазы бега на короткие, средние и дальние дистанции			2	урок усвоение новых знаний		
		Тема 5. Совершенствование метания гранаты (500.700 гр.), прыжка в длину с разбега.	Перечисляет правила техники безопасности каждого вида испытания			2	комбинированной	Закрепление пройденного материала	
		Тема 6. метания гранаты (500,700) гр. Совершенствование прыжка в длину с разбега	Перечисляет правила техники безопасности каждого вида испытания			2	урок усвоение новых знаний		
		Тема 7. прыжок в длину с разбега. Совершенствование	Перечисляет правила техники безопасности каждого вида испытания			2	комбинированной	Закрепление пройденного материала	

		прыжка в длину с места.					й		
		Тема 8. прыжка в длину с места. Совершенствование кроссовой подготовки 2000/3000 м.	Различает фазы бега на короткие, средние и дальние дистанции			2	урок усвоение новых знаний		
		Тема 9. техники бега на дистанции 2000, 3000 м.	Различает фазы бега на короткие, средние и дальние дистанции			2	комбинированной	Закрепление пройденного материала	
		Тема 10. Совершенствование техники передачи эстафетной палочки (правило передачи в коридоре)	Различает фазы бега на короткие, средние и дальние дистанции			2	урок усвоение новых знаний		
		Тема:11. Совершенствование эстафетного бега 4*100, 4*400 м. Футбол.	Различает фазы бега на короткие, средние и дальние дистанции			2		Закрепление пройденного материала	
		<b>Спортивные игры (48 часов)</b> Тема 1. Совершенствование техники перемещения (приставной шаг, остановка, повороты, ускорения).	Объясняет правила техники безопасности на уроках физической культуры.	<b>46</b>	<b>2</b>				Провести студентам инструктаж по ТБ

		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	комбинированной	Закрепление пройденного материала	
		Тема 3. Совершенствование техники броска по корзине (с места, в прыжке).	Различает технические действия в волейболе (передвижения, передачи, прием мяча, действия в защите и в нападении);			2	урок усвоения новых знаний		
		Тема 4. Зачет: Штрафной бросок. Совершенствования 3-х очкового броска. Игра по заданию.	Различает технические действия в волейболе (передвижения, передачи, прием мяча, действия в защите и в нападении);			2	комбинированной	Закрепление пройденного материала	
		Тема 5. Совершенствование техники ведения мяча (дальней рукой от защитника).	Выполняет технические и тактические действия по баскетболу (передвижения, ведение, передачи, броски в кольцо, действия в защите и в нападении, финты).			2	урок усвоения новых знаний		
		Тема 6. Обучение и совершенствование техник передачи мяча (сверху, снизу). Зачет: передача мяча над собой сверху, снизу. Учебная игра по заданию	Различает технические действия в волейболе (передвижения, передачи, прием мяча, действия в защите и в нападении);			2	комбинированной	Закрепление пройденного материал	

		Тема 7. Ведение вокруг трехсекундной зоны разной рукой и бросок по кольцу. Игра по заданию.	Различает технические действия в волейболе (передвижения, передачи, прием мяча, действия в защите и в нападения);			2	урок усвоение новых знаний		Провести студентам инструктаж по ТБ
		Тема 8. Ведение мяча восьмеркой. Совершенствование технико-тактических действий в защите, нападении (защита 2-1-2, 3-2, личная). Игра по заданию.	Выполняет технические и тактические действия по баскетболу (передвижения, ведение, передачи, броски в кольцо, действия в защите и в нападении, финты).			2	комбинированной	Закрепление пройденного материала	
		Тема 9. Ведение мяча и бросок. Игра по заданию	Различает технические действия в волейболе (передвижения, передачи, прием мяча, действия в защите и в нападения);			2	урок усвоение новых знаний		
		Тема 10. 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	комбинированной	Закрепление пройденного материала	
		Тема 11. Волейбол. Основные правила, судейство. Стойка волейболиста, передача мяча сверху, снизу.	Объясняет правила техники безопасности по игровым видам спорта на занятиях физической культуры			2	урок усвоение новых знаний		



		Тема 12 Совершенствование техники перемещения (основная стойка волейболиста). Основные способы передачи мяча сверху, снизу).	Различает технические действия в волейболе (передвижения, передачи, прием мяча, действия в защите и в нападения);			2	комбинированной	Закрепление пройденного материала	
		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 защите и в нападения);			2	комбинированной	Закрепление пройденного материала	
		Тема 14. передача мяча над собой сверху. Совершенствование основных способов подачи мяча (верхняя прямая, планер, силовая). Учебная игра по заданию.	Различает технические действия в волейболе (передвижения, передачи, прием мяча, действия в защите и в нападения);			2	урок усвоения новых знаний		
		Тема 15. передача мяча над собой снизу. Совершенствование атакующего удара, блокирование мяча, подбор. Учебная	Различает технические действия в волейболе (передвижения, передачи, прием мяча, действия в			2	комбинированной	Закрепление пройденного материала	

		игра по заданию.	защите и в нападения);						
		Тема 16. Челночный бег Совершенствование нападающему удару. Учебная игра по заданию.	Различает технические действия в волейболе (передвижения, передачи, прием мяча, действия в защите и в нападения);			2	комбинированный	Закрепление пройденного материала	
		Тема 17. подача мяча через сетку. Совершенствование блокирование мяча, подбор. Учебная игра по заданию.	Различает технические действия в волейболе (передвижения, передачи, прием мяча, действия в защите и в нападения);			2	урок усвоение новых знаний		
		Тема 18. прыжки с элементом блока над сеткой. Совершенствование нападающему удару (линия). Учебная игра по заданию.	Различает технические действия в волейболе (передвижения, передачи, прием мяча, действия в защите и в нападения);			2	комбинированный	Закрепление пройденного материала	
		Тема 19. Совершенствование атакующего удара (метр, взлет, пайп). Учебная игра по заданию.	Объясняет правила техники безопасности по игровым видам спорта на занятиях физической культуры			2	урок усвоение новых знаний		
		Тема 20. Зачет: атакующий удар через сетку. Игра по заданию.	Объясняет правила техники безопасности по игровым видам спорта на занятиях физической культуры			2	комбинированный	Закрепление пройденного материала	

		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	урок усвоение новых знаний		Провести студентам инструктаж по ТБ
		Тема 22. Индивидуальные действия игроков в нападении и защита. Совершенствование техники удара по мячу. Зачет: удары по мячу ногой в ворота с угла 45 гр (6 ударов)	Выполняет требования техники безопасности по игровым видам спорта и правила поведения в спортивных залах			2	комбинированный	Закрепление пройденного материала	
		Тема 23. Индивидуальные действия игроков в нападении и защита. Зачет: обводка 5 –и игроков правой и левой ногой (расстояние 10 м).	Выполняет требования техники безопасности по игровым видам спорта и правила поведения в спортивных залах			2	урок усвоение новых знаний		
		Тема 24. Зачет: Набивание мяча одной ногой (жонглирование). Двухсторонняя игра.	Выполняет требования техники безопасности по игровым видам спорта и правила поведения в спортивных залах			2		Закрепление пройденного материала	
		<b>Гимнастика (28 часов)</b> Тема 1.	Объясняет правила техники безопасности на	<b>26</b>	<b>2</b>				Провести студентам

		Комплекс упражнений утренней гимнастики. Акробатические упражнения, кувырки: вперед- из упора присев, из стойки ноги врозь, с шага. «Дабл- датч»	урках физической культуры.						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.	Различает строевые, общеразвивающие, прикладные и акробатические упражнения			2	комбинированной	Закрепление пройденного материала	
		Тема 3. Зачет: подтягивание (ю), пресс (д). Изучение и совершенствование упражнений на снарядах (шведская стенка, перекладина)	Различает строевые, общеразвивающие, прикладные и акробатические упражнения			2	урок усвоения новых знаний		
		Тема 4. Совершенствование упражнений на	Различает строевые, общеразвивающие, прикладные и			2	комбинированной	Закрепление пройденного материала	

		снарядах (висы, соскоки). Обучение сгибание рук в упоре, ноги на скамейке (ю), сгибание и разгибание рук в упоре лежа на скамейке (д).	акробатические упражнения				й		
		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	комб иниро ванны й	Закрепление пройденного материала	
		Тема 6. Зачет: подъем переворотом (ю), подтягивание в висе (д). Развитие различных видов выносливости.	Различает и выполняет элементы акробатической гимнастики.			2	урок усвое ние новы х знани й		

		Тема 7. Элементы атлетической гимнастики						Закрепление пройденного материала	
		<b>Лыжные гонки (24 часа)</b> 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.	22	2				Провести студентам инструктаж по ТБ
		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 технику передвижения на лыжах: коньковым и полуконьковым ходом, поперечным и одновременным коньковым ходом			2	комбинированный	Закрепление пройденного материала	

	<b>2-й семестр Физическая культура.</b>	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						
		Тема 5. <u>Коньковый ход без отталкивания руками</u> , совершенствование	Выполняет технику передвижения на лыжах: коньковым и полуконьковым ходом, поперечным и одновременным коньковым ходом			2	урок усвоение новых знаний		
		Тема 6. <u>Попеременный коньковый ход</u> . Зачет лыжные гонки 3-5 км.	Выполняет требования техники безопасности по зимним видам спорта и правила поведения в спортивных залах и на улице			2	комбинированный	Закрепление пройденного материала	
		<b>Национальные виды спорта. (14 часов)</b> Тема 1. Тоғыз кумалақ. Техника безопасности. Правила игры	Объясняет правила техники безопасности на урках физической культуры.	<b>12</b>	<b>2</b>				Провести студентам инструктаж по ТБ
		Тема 2. Тоғыз кумалақ Технические действия нападения				2	комбинированный	Закрепление пройденного материала	
		Тема 3. Тоғыз кумалақ Технические	Объясняет правила техники безопасности на урках физической			2	урок усвоение		

		действия нападения	культуры.				новы х знани й		
		Тема 4. Тогыз кумалак. Технические действия защиты. Зачет				2	комб иниро ванн ый		
		Тема 5. Асык ату. Техника безопасности. Правила игры	Объясняет правила техники безопасности на урках физической культуры.			2	комб иниро ванн ый	Закрепление пройденного материал	Провести студентам инструктаж по ТБ
		Тема 6. Асык ату. Технические действия нападения				2	урок усвое ние новы х знани й		
		Тема 7. Асык ату. Технические действия защиты. Зачет	Объясняет правила техники безопасности на урках физической культуры.				комб иниро ванн ый	Закрепление пройденного материала	
		<b>Настольный теннис (12 часов)</b> Тема 1. Настольный теннис. Техника безопасности. Правила игры	Объясняет правила техники безопасности на урках физической культуры.	<b>10</b>	<b>2</b>				Провести студентам инструктаж по ТБ
		Тема 2. Настольный теннис. Стойка и	Выполняет подводящие упражнения для			2	комб иниро	Закрепление пройденного	



		передвижение	овладения технико-тактическими действиями в настольном теннисе				ванн ый	материала	
		Тема 3. Настольный теннис. Поддачи и приемы	Объясняет ошибки в технике выполнения приемов и в игровых ситуациях в настольном теннисе			2	урок усвое ние новы х знани й		
		Тема 4. Настольный теннис. Действия игрока в атаке, защите.	Выполняет технические и тактические действия в настольном теннисе (стойки и передвижение, поддачи и приемы)			2	комб иниро ванн ый	Закрепление пройденного материала	
		Тема 5. Настольный теннис. Поддачи, атакующий ударю	Выполняет технические и тактические действия в настольном теннисе (стойки и передвижение, поддачи и приемы)			2	урок усвое ние новы х знани й		
		Тема 6. Настольный теннис. Техника игры индивидуально в парах	Выполняет технические и тактические действия в настольном теннисе (стойки и передвижение, поддачи и приемы)			2	комб иниро ванн ый	Закрепление пройденного материала	
		<b>Президентское тестирование.</b> Тема 1. Президентское тестирование (бег 100м, прыжок в длину с места)	Объясняет правила техники безопасности на урках физической культуры.	<b>6</b>			комб иниро ванн ый		2 Провести студентам инструктаж по ТБ

		Тема 2. Президентское тестирование (метание гранаты, бег 2000, 3000м)	Соблюдает гигиенические правила во время сдачи Президентских тестов			2	комб иниро ванн ый	Закрепление пройденного материала	2
		Тема 3. Президентское тестирование (стрельба из пневмотической винтовки)	Выполняет требования техники безопасности каждого вида испытания			2	урок усвое ние новы х знани й		2
<b>Всего по дисциплине (по кредиту)</b>						<b>172</b>			