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	- 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 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
БМ «Развитие и совершенствование физических качеств»	80	-	-			40	40		
Итоговая аттестация	-	-	-	-	-	-	-		
Итого на обучение по модулю	**80**					**40**	**40**		

Содержание рабочей учебной программы 3 курс

№	Разделы/результаты обучения обучения	Темы	Критерии оценки	Всего	Из них		Тип занятия	Самостоятельная работа студента	Самостоятельная работа студента с педагогом
					Теория	ЛПЗ			
БМ «Развитие и совершенствование физических качеств»				**80**					
РО 1.1 **40 часа 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.		**2**				Провести студентам инструктаж по ТБ
		Легкая атлетика (14 часов) Тема 1. Техника безопасности. Низкий старт(100м)	Объясняет правила техники безопасности на урках физической культуры.	**12**	**2**				Провести студентам инструктаж по ТБ
		Тема 2 Высокий старт.	Различает фазы бега на короткие, средние и дальние дистанции			2	комбинированный	Закрепление пройденого 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	комбинированный	Закрепление пройденого 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	комбинированный	Закрепление пройденого материала	
		Настольные игры (6 часов) 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	комбинированный	Закрепление пройденого материала	
		Тема 3. Настольный теннис. Подачи и приемы	Обьясняет ошибки в технике выполнения приемов и в игровых ситуациях в настольном теннисе			2	урок усвоение новых знаний	Закрепление пройденого материала	
		Спортивные игры (8 часов) Тема 1. Футзал.	Объясняет правила техники безопасности на урках физической культуры.	**6**	**2**		комбинированный	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 пройденого материала	
	.	Тема 4. Футзал. Набивание одной ногой(жанглирование) двухсторонняя игра	Выполняет требования технико-тактических действий			2	комбинированный	Закрепление пройденого материала	
		Гимнастика (14 часов) Тема 1. Техника безопасности. Виды	Объясняет правила техники безопасности на урках физической культуры.	**12**	**2**				Провести студентам инструктаж по ТБ

		гимнастики							
		Тема 2. Общеразвивающие упражнения. Дабл-датч	Различает строевые, общеразвивающие, прикладные и акробатические упражнения				комбинированный	Закрепление пройденого материала	
		Тема 3. Прикладные упражнения.Поднимание туловищя из положения лежа на спине, руки за головой.	Объясняет правила техники безопасности на урках физической культуры.			2	урок усвоение новых знаний		
		Тема 4. Акробатические упражнения. Акробатические связка из 4-х элементов.	Различает строевые, общеразвивающие, прикладные и акробатические упражнения			2	комбинированный	Закрепление пройденого 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		

		рук в упоре лежа на скамейки (д).							
		Тема 7. Элементы атлетической гимнастики, круговая тренировка.	Различает и выполняет элементы акробатической гимнастики			2	комбинированный	Закрепление пройденого материала	
РО 1.2 **40 часа 5 семестр**	**Совершенствовать физические качества и психофизиологические способности**	**Национальные виды спорта (14 часов)** Тема 1. Тогыз кумалак. Техника безопасности. Правила игры	Объясняет правила техники безопасности на урках физической культуры.	**12**	**2**				Провести студентам инструктаж по ТБ
		Тема 2. Тоғыз кумалақ Технико-тактические действия нападения	Объясняет правила техники безопасности на урках физической культуры.			2	комбинированный	Закрепление пройденого материала	
		Тема 3. Тогыз кумалак. Технико-тактические действия защиты	Объясняет правила техники безопасности по национальным видам спорта на занятиях физической культуры			2	урок усвоение новых знаний		
		Тема 4. Асык ату. Техника безопасности. Правила игры	Объясняет правила техники безопасности на урках физической культуры.			2	комбинированный		Провести студентам инструктаж по ТБ
		Тема 5. Асык ату.Технико-тактические действия нападения	Объясняет правила техники безопасности по национальным видам спорта на занятиях физической культуры			2	комбинированный	Закрепление пройденого материала	

		Тема 6. Асык ату. Технико-тактические действия нападения				2	урок усвоение новых знаний		
		Тема 7. Асык ату. Технико-тактические действия защиты	Объясняет правила техники безопасности по национальным видам спорта на занятиях физической культуры			2	комбинированный	Закрепление пройденого материала	
		Зимние виды спорта (16 часов) Тема 1. Лыжный спорт. Техника безопасности. Техника попеременного хода.	Объясняет правила техники безопасности на урках физической культуры.	**14**	**2**				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	комбинированный	Закрепление пройденого 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	комбинированный	Закрепление пройденого 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	комбинированный	Закрепление пройденого 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 пройденого материала	
		Тема 10. Лыжный спорт. Одновременный одношажный коньковый ход	Различает технику передвижения на лыжах: коньковым и полуконьковым ходом, поперечным и одновременным коньковым ходом			2	комбинированный	Закрепление пройденого материала	
		Президентские тесты (6 часов) Тема 1.	Объясняет правила техники безопасности на урках 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 пройденого материала	
		Тема 3. Президентское тестирование (стрельба из пневмотической винтовки)	Соблюдает гигиенические правила во время сдачи Президентских тестов			2	комбинированный	Закрепление пройденого материала	
Всего по дисциплине (по кредиту)				**80**					
Консультация				**20**					
Экзамен				**6**					

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
БМ «Развитие и совершенствование физических качеств»	172	-	-	106	66				
Итоговая аттестация	-	-	-	-	-	-	-		
Итого на обучение по модулю	**172**			**106**	**66**				

Содержание рабочей учебной программы 2 курс

№	Разделы/результаты обучения обучения	Тема	Критерии оценки	Всего	Из них		Тип занятия	Самостоятельная работа студента	Самостоятельная работа студента с педагогом
					Тео-рия	Л ПЗ			
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Физическая культура				**172**					-
		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 (24 часа) Тема 1. Техника безопасности. Правило провидение 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	комбинированный	Закрепление пройденого материала	
		Тема 4. 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 5. Совершенствование метания гранаты (500.700 гр.), прыжка в длину с разбега.	Перечисляет правила техники безопасности каждого вида испытания			2	комбинированный	Закрепление пройденого 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	комбинированны	Закрепление пройденого 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	комбинированный	Закрепление пройденого 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 пройденого материала	
		Спортивные игры (48 часов) Тема 1. Совершенствование техники перемещения (приставной шаг, остановка, повороты, ускорения).	Объясняет правила техники безопасности на урках физической культуры.	**46**	**2**				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	комбинированный	Закрепление пройденого 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 нападения);			2	урок усвоение 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 нападения);			2	комбинированный	Закрепление пройденого 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 усвоение 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 нападения);			2	комбинированный	Закрепление пройденого 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	комбинированный	Закрепление пройденого 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	комбинированный	Закрепление пройденого 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	комбинированный	Закрепление пройденого 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	комбинированный	Закрепление пройденого 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 усвоение новых знаний		
		Тема 15. передача мяча над собой снизу. Совершенствование атакующего удару, блокирование мяча, подбор. Учебная	Различает технические действия в волейболе (передвижения, передачи, прием мяча, действия в			2	комбинированный	Закрепление пройденого 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 пройденого 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 пройденого 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 пройденого 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 пройденого 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 пройденого материала	
		Гимнастика (28 часов) Тема 1.	Объясняет правила техники безопасности на	**26**	**2**				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 лапотках, 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	комбинированный	Закрепление пройденого 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 усвоение новых знаний		
		Тема 4. Совершенствование упражнений на	Различает строевые, общеразвивающие, прикладные и			2	комбинированны	Закрепление пройденого 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 пройденого материала	
		Тема 6. Зачет: подьем 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 пройденого материала	
		Лыжные гонки (24 часа) 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 урках 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 пройденого материала	

	2-й семестр Физическая культура.	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. Коньковый ход без отталкивания руками, совершенствование	Выполняет технику передвижения на лыжах: коньковым и полуконьковым ходом, поперечным и одновременным коньковым ходом			2	урок усвоение новых знаний		
		Тема 6. Попеременный коньковый ход. 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 пройденого материала	
		Национальные виды спорта. (14 часов) Тема 1. Тогыз кумалак. Техника безопасности. Правила игры	Объясняет правила техники безопасности на урках физической культуры.	**12**	**2**				Провести студентам инструктаж по ТБ
		Тема 2. Тоғыз кумалақ Технико-тактические действия нападения				2	комбинированный	Закрепление пройденого материала	
		Тема 3. Тоғыз кумалақ Технико-тактические	Объясняет правила техники безопасности на урках физической			2	урок усвоение		

		действия нападения	культуры.				новых знаний		
		Тема 4. Тогыз кумалак. Технико-тактические действия защиты.Зачет				2	комбинированный		
		Тема 5. Асык ату. Техника безопасности. Правила игры	Объясняет правила техники безопасности на урках физической культуры.			2	комбинированный	Закрепление пройденого материал	Провести студентам инструктаж по ТБ
		Тема 6. Асык ату.Технико-тактические действия нападения				2	урок усвоение новых знаний		
		Тема 7. Асык ату. Технико-тактические действия защиты. Зачет	Объясняет правила техники безопасности на урках физической культуры.				комбинированный	Закрепление пройденого материала	
		Настольный теннис (12 чосов) Тема 1. Настольный теннис. Техника безопасности. Правила игры	Объясняет правила техники безопасности на урках физической культуры.	**10**	**2**				Провести студентам инструктаж по ТБ
		Тема 2. Настольный теннис. Стойка и	Выполняет подводящие упражнения для			2	комбиниро	Закрепление пройденого	

		передвижение	овладения технико-тактическими действиями в настольном теннисе				ванный	материала	
		Тема 3. Настольный теннис. Подачи и приемы	Обьясняет ошибки в технике выполнения приемов и в игровых ситуациях в настольном теннисе			2	урок усвоение новых знаний		
		Тема 4. Настольный теннис. Действия игрока в атаке, защите.	Выполняет технические и тактические действия в настольном теннисе (стойки и передвижение, подачи и приемы			2	комбинированный	Закрепление пройденого материала	
		Тема 5. Настольный теннис. Подачи, атакующий ударю	Выполняет технические и тактические действия в настольном теннисе (стойки и передвижение, подачи и приемы			2	урок усвоение новых знаний		
		Тема 6. Настольный теннис. Техника игры индивидуально в парах	Выполняет технические и тактические действия в настольном теннисе (стойки и передвижение, подачи и приемы			2	комбинированный	Закрепление пройденого материала	
		Президентское тестирование. Тема 1. Президентское тестирование (бег 100м, прыжок в длину с места)	Объясняет правила техники безопасности на урках физической культуры.	**6**			комбинированный		2 Провести студентам инструктаж по ТБ

		Тема 2. Президентское тестирование (метание гранаты, бег 2000, 3000м)	Соблюдает гигиенические правила во время сдачи Президентских тестов			2	комбинированный	Закрепление пройденого материала	2
		Тема 3. Президентское тестирование (стрельба из пневмотической винтовки)	Выполняет требования техники безопасности каждого вида испытания			2	урок усвоение новых знаний		2
Всего по дисциплине (по кредиту)				**172**					