

Қазақстан Республикасы Туризм және спорт министрлігі		Министерство Туризма и спорта Республики Казахстан
«Халықаралық туризм және меймандостық университеті» коммерциялық емес акционерлік қоғамы		Некоммерческое акционерное общество «Международный университет туризма и гостеприимства»
Программа комплексного экзамена по итоговой аттестации		Ф-02-01/05
Утверждена 28.10.2024 г.	Издание № 2	стр. 1 из 19



**ПРОГРАММА
КОМПЛЕКСНОГО ЭКЗАМЕНА ПО ИТОГОВОЙ АТТЕСТАЦИИ**

(Теория и методика физического воспитания, Основы анатомии и спортивной морфологии, Методика организации внеучебной работы по физическому воспитанию)

По образовательной программе «6В01401 – Физическая культура и спорт»
на 2024-2025 учебный год.

Туркестан, 2024

Қазақстан Республикасы Туризм және спорт министрлігі		Министерство Туризма и спорта Республики Казахстан
«Халықаралық туризм және меймандостық университеті» коммерциялық емес акционерлік қоғамы		Некоммерческое акционерное общество «Международный университет туризма и гостеприимства»
Программа комплексного экзамена итоговой аттестации		Ф-02-01/05
Утверждена 28.10.2024 г.	Издание № 2	стр. 2 из 19

Программа комплексного экзамена (Теория и методика физического воспитания, Основы анатомии и спортивной морфологии, Методика организации внеучебной работы по физическому воспитанию) разработана на основе образовательной программы «6В01401 – Физическая культура и спорт».

Программа комплексного экзамена рассмотрена на заседании школы «Физическая культура и спорт»

протокол № 3 от «22» 10 2024 г.

Директор школы  Б. Омаров

Программа комплексного экзамена рассмотрена на заседании Учебно-методического совета

протокол № 3 от «24» 10 2024 г.

Председатель Учебно-методического совета  Л. Шалабаева

Қазақстан Республикасы Туризм және спорт министрлігі		Министерство Туризма и спорта Республики Казахстан
«Халықаралық туризм және меймандостық университеті» коммерциялық емес акционерлік қоғамы		Некоммерческое акционерное общество «Международный университет туризма и гостеприимства»
Программа комплексного экзамена итоговой аттестации		Ф-02-01/05
Утверждена 28.10.2024 г.	Издание № 2	стр. 3 из 19

СОДЕРЖАНИЕ

1. Цель комплексного экзамена	4
2. Порядок проведения комплексного экзамена	4
3. Критерии и показатели оценки знаний обучающихся	5
4. Список дисциплин выносимые на комплексный экзамен	7
5. Содержание дисциплин, по которым проводится комплексный экзамен	7
5.1. Теория и методика физического воспитания	7
5.2. Основы анатомии и спортивной морфологии	9
5.3. Методика организации внеучебной работы по физическому воспитанию	11
6. Вопросы комплексного экзамена	13
6.1 Вопросы комплексного экзамена по дисциплине «Теория и методика физического воспитания»	13
6.2 Вопросы комплексного экзамена по дисциплине «Основы анатомии и спортивной морфологии»	15
6.3 Вопросы комплексного экзамена по дисциплине «Методика организации внеучебной работы по физическому воспитанию»	16
7. Рекомендуемая литература	18

Қазақстан Республикасы Туризм және спорт министрлігі		Министерство Туризма и спорта Республики Казахстан
«Халықаралық туризм және меймандостық университеті» коммерциялық емес акционерлік қоғамы		Некоммерческое акционерное общество «Международный университет туризма и гостеприимства»
Программа комплексного экзамена итоговой аттестации		Ф-02-01/05
Утверждена 28.10.2024 г.	Издание № 2	стр. 4 из 19

1. ЦЕЛЬ КОМПЛЕКСНОГО ЭКЗАМЕНА

Целью комплексного экзамена по образовательной программе «6В01401 – Физическая культура и спорт» является определение степени соответствия уровня подготовленности выпускников требованиям государственного общеобязательного стандарта высшего образования. При этом проверяются как теоретические знания, так и практические навыки и умения выпускника в соответствии с образовательной программой.

Комплексный экзамен является итоговой аттестацией выпускников.

Целью итоговой аттестации является оценка результатов обучения, достигнутых по завершению изучения образовательной программы высшего образования.

2. ПОРЯДОК ПРОВЕДЕНИЯ КОМПЛЕКСНОГО ЭКЗАМЕНА

Комплексный (междисциплинарный) экзамен итоговой аттестации проводится в соответствии с академическим календарем. К экзамену допускаются лица, завершившие полный курс обучения (освоено не менее 240 кредитов) и успешно прошедшие все предшествующие аттестационные испытания, предусмотренные учебным планом.

Прием комплексного экзамена по образовательной программе осуществляет Аттестационная комиссия (далее – АК). Председатель и состав комиссии АК утверждается приказом Председателя Правления – Ректора.

Программа комплексного (междисциплинарного) экзамена по образовательной программе доводится до сведения обучающихся не позднее, чем за месяц до предполагаемой даты экзамена.

Обсуждение и окончательное оценивание ответов обучающихся АК проводится на закрытом заседании, определяя итоговую оценку – в балльно-рейтинговом значении (таблица). Результаты комплексного (междисциплинарного) экзамена по образовательной программе доводятся до обучающегося сразу после закрытого заседания АК.

Обучающийся, получивший неудовлетворительную оценку на итоговой аттестации, подлежит отчислению. Повторное прохождение итоговой аттестации возможно в следующем учебном году.

Қазақстан Республикасы Туризм және спорт министрлігі	 INTERNATIONAL UNIVERSITY OF TOURISM AND HOSPITALITY	Министерство Туризма и спорта Республики Казахстан
«Халықаралық туризм және меймандостық университеті» коммерциялық емес акционерлік қоғамы		Некоммерческое акционерное общество «Международный университет туризма и гостеприимства»
Программа комплексного экзамена итоговой аттестации		Ф-02-01/05
Утверждена 28.10.2024 г.	Издание № 2	стр. 5 из 19

3. КРИТЕРИИ И ПОКАЗАТЕЛИ ОЦЕНКИ ЗНАНИЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ

№	Оценка в буквенной системе	Цифровой эквивалент баллов	%-ное содержание	Оценка по традиционной системе	Показатели критериев оценивания
1	2	3	4	5	6
1	A	4,0	95-100	отлично	1. Полностью, правильно с учётом современной теории излагает материал; 2. Теоретические знания увязывает с практикой; 3. Свободно владеет терминологией; 4. Устанавливает причинно-следственные связи; 5. Умеет делать прогноз; 6. Уверенно отвечает на дополнительные вопросы.
2	A-	3,67	90-94		1. Правильно с учётом современной теории излагает материал; 2. Отвечает полностью, самостоятельно делает выводы и обобщения; 3. Хорошо знает терминологию; 4. Устанавливает причинно-следственные связи; 5. Полностью отвечает на дополнительные вопросы.
3	B+	3,33	85-89	хорошо	1. Хорошо излагает материал; 2. Отвечает полностью, самостоятельно делает выводы и обобщения; 3. Владеет терминологией; 4. Владеет логикой; 5. Отвечает на дополнительные вопросы.
4	B	3,0	80-84		1. Знает основной материал; 2. Обоснованно приводит примеры; 3. Делает обобщения и выводы; 4. Допускает неточности в терминологии, логике изложения; 5. Отвечает на дополнительные вопросы.

Настоящий документ не может быть полностью или частично воспроизведен, тиражирован и распространен без разрешения НАО «Международный университет туризма и гостеприимства»

Қазақстан Республикасы Туризм және спорт министрлігі	 INTERNATIONAL UNIVERSITY OF TOURISM AND HOSPITALITY	Министерство Туризма и спорта Республики Казахстан
«Халықаралық туризм және меймандостық университеті» коммерциялық емес акционерлік қоғамы		Некоммерческое акционерное общество «Международный университет туризма и гостеприимства»
Программа комплексного экзамена итоговой аттестации		Ф-02-01/05
Утверждена 28.10.2024 г.	Издание № 2	стр. 6 из 19

5	B-	2,67	75-79		<p>1. Знает основной материал, но отвечает сбивчиво без логики;</p> <p>2. Допускает неточности при пользовании терминами;</p> <p>3. При ответах на дополнительные вопросы допускает ошибки.</p>
6	C+	2,33	70-74		<p>1. Имеет только основы теоретических знаний;</p> <p>2. Не умеет делать выводы и обобщения;</p> <p>3. Не пользуется терминологией;</p> <p>4. Отвечает на дополнительные и уточняющие вопросы.</p>
7	C	2,0	65-69	удовлетворительно	<p>1. Имеет неполные знания основного материала;</p> <p>2. Не владеет логикой;</p> <p>3. Ответ носит фрагментарный характер;</p> <p>4. На дополнительные вопросы отвечает не полностью.</p>
8	C-	1,67	60-64		<p>1. Имеет неполные знания основного материала;</p> <p>2. Допускает неточности, не умеет делать выводы, обобщения;</p> <p>3. Не владеет логикой;</p> <p>4. Допускает ошибки при ответах на дополнительные вопросы.</p>
9	D+	1,33	55-59		<p>1. Не знает значительной части материала;</p> <p>2. Слабо ориентируется в материале;</p> <p>3. Не владеет логикой ответа на вопрос;</p> <p>4. Затрудняется отвечать на дополнительные вопросы.</p>
10	D	1,0	50-54		<p>1. Знание и понимание основ теории с допущением существенных неточностей, некоторая поверхностность, снижающая понимание, но способность с помощью наводящих вопросов преподавателя придти к правильному суждению.</p>
11	FX	0,5	25-49		неудовлетворительно

Настоящий документ не может быть полностью или частично воспроизведен, тиражирован и распространен без разрешения НАО «Международный университет туризма и гостеприимства»

Қазақстан Республикасы Туризм және спорт министрлігі	 INTERNATIONAL UNIVERSITY OF TOURISM AND HOSPITALITY	Министерство Туризма и спорта Республики Казахстан
«Халықаралық туризм және меймандостық университеті» коммерциялық емес акционерлік қоғамы		Некоммерческое акционерное общество «Международный университет туризма и гостеприимства»
Программа комплексного экзамена итоговой аттестации		Ф-02-01/05
Утверждена 28.10.2024 г.	Издание № 2	стр. 7 из 19

12	F	0,0	0-24	1. Обучающийся показал свои теоретические и практические знания и навыки на нулевом уровне, проявил неэтичное поведения и неспособность исправить свои ошибки.
----	---	-----	------	--

4. СПИСОК ДИСЦИПЛИН ВЫНОСИМЫЕ НА КОМПЛЕКСНЫЙ ЭКЗАМЕН

1. Теория и методика физического воспитания;
2. Основы анатомии и спортивной морфологии;
3. Методика организации внеучебной работы по физическому воспитанию.

5. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИН, ПО КОТОРЫМ ПРОВОДИТСЯ КОМПЛЕКСНЫЙ ЭКЗАМЕН

5.1 ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

Цель «Теории и методики физического воспитания» – научить выпускников вузов не только давать глубокие теоретические знания о физической культуре и спорте, но и правильно применять основные понятия этой дисциплины на практике, в спортивных организациях и других учебных заведениях.

Результаты обучения по предмету «Теория и методика физического воспитания»:

- объяснить основные понятия в области физического воспитания и спорта, принципы физического воспитания, физические качества и методы проведения уроков.
- анализ физического развития ребенка разного возраста, склонности к различным нагрузкам, удельной и общей плотности занятий.
- практическое применение теоретических и методических знаний в области физического воспитания и спорта.

5.1.1 Общие основы теории и методики физического воспитания

Различные методические функции физической культуры. Основные понятия теории и методики физического воспитания. Физическая культура как часть общей культуры в обществе. Общие и профессиональные услуги физической культуры. Сущность базовых, прикладных и бытовых видов физической культуры. Понятие о системе физического воспитания. Основы и определяющие признаки системы физического воспитания. Программное содержание, нормативные и методологические основы. Виды организации и условия деятельности.

5.1.2 Принципы физического воспитания

Закономерности физического воспитания проявляются в таких методических принципах, как сознательность, активность, последовательность, наглядность, постепенность, индивидуальность, непрерывность, системность, научность.

5.1.3 Средства физического воспитания

Понятие о средствах физического воспитания. Факторы влияния физических упражнений. Техника физических упражнений. Технические характеристики упражнения. Физические упражнения-основное средство физического воспитания. Содержание, виды, техника, структура, классификация физических упражнений. Природные и гигиенические факторы (солнце, воздух, вода) как дополнительные средства физического воспитания.

Настоящий документ не может быть полностью или частично воспроизведен, тиражирован и распространен без разрешения НАО «Международный университет туризма и гостеприимства»

Қазақстан Республикасы Туризм және спорт министрлігі		Министерство Туризма и спорта Республики Казахстан
«Халықаралық туризм және меймандостық университеті» коммерциялық емес акционерлік қоғамы		Некоммерческое акционерное общество «Международный университет туризма и гостеприимства»
Программа комплексного экзамена итоговой аттестации		Ф-02-01/05
Утверждена 28.10.2024 г.	Издание № 2	стр. 8 из 19

5.1.4 Методы физического воспитания

Основные понятия: «метод», «методический подход», «методология», «методологическое направление». Нагрузка и отдых как компоненты взаимодействия методов физической подготовки. Специальные метод (строго регламентированный метод, игровые и соревновательные методы). Общие методы физического воспитания (наглядность, использование слова, практические). Мастерство учителя физической культуры. Групповые, индивидуальные, поточные, круговые, методы проведения занятий. Общие требования к методам обучения.

5.1.5 Обучение двигательным действиям

Двигательные действия как учебный предмет: умения и навыки движения, механизмы их формирования. Этапы обучения двигательной деятельности. Ошибки в физическом воспитании. Взаимосвязь навыков. Структура процесса тренировки движений. Этапы обучения: начальное обучение, углубленное обучение, закрепление и совершенствование. Управление учебным процессом. Исправление и предотвращение ошибок.

5.1.6 Методика тренировки физических качеств

Понятие о свойствах организма: их основные виды и значение и роль в развитии организма человека. Основные закономерности в воспитании физических качеств. Сущность, критерии, задачи, средства и определяющие признаки методов воспитания ловкости, силы, выносливости, скорости, гибкости. Сила и методика ее развития. Методы силовой подготовки. Искоинетическая сила. Абсолютная и личная сила. Формирование силы. Развитие силы в зависимости от возраста. Скорость и методика ее развития. Методы скоростной подготовки. Развитие скорости в зависимости от возраста. Выносливость и методика ее развития. Виды выносливости. Методы тренировки выносливости. Развитие выносливости в зависимости от возраста. Ловкость и методика ее развития. Методы тренировки ловкости. Развитие ловкости в зависимости от возраста. Гибкость и методика ее развития. Методы тренировки гибкости. Развитие гибкости в зависимости от возраста.

5.1.7 Виды организации занятий в дошкольных организациях

Значение физического воспитания дошкольников. Особенности развития движений. Задачи физического воспитания. Содержание физического воспитания. Формы организации занятий. Особенности методики занятий. Классифицированное распределение дошкольников по возрасту. Направление, состав средств и отличительные особенности методов физического воспитания реализуемых в детском саду. Методические основы эффективного использования физического воспитания в условиях повседневной жизни дошкольников.

5.1.8 Физическое воспитание школьников

Социально-педагогическое значение, направление и задачи физического воспитания детей школьного возраста. Мероприятия и программы, проводимые государством по организации физического воспитания в школе. Особенности физического воспитания в начальных, средних и старших классах. Основные направления планирования работы.

5.1.9 Основные документы учителя физической культуры

Характеристика программы «Физическая культура». Общий годовой план физкультурно-спортивной работы в школе. Структура урока физической культуры. Технология создания документов планирования. Годовой план. Четвертной план. План урока физкультуры. Виды учета и контроля. Методика проведения уроков физкультуры в малокомплектных сельских школах. Способы проведения занятий со студентами специальной медицинской группы.

Настоящий документ не может быть полностью или частично воспроизведен, тиражирован и распространен без разрешения НАО «Международный университет туризма и гостеприимства»

Қазақстан Республикасы Туризм және спорт министрлігі		Министерство Туризма и спорта Республики Казахстан
«Халықаралық туризм және меймандостық университеті» коммерциялық емес акционерлік қоғамы		Некоммерческое акционерное общество «Международный университет туризма и гостеприимства»
Программа комплексного экзамена итоговой аттестации		Ф-02-01/05
Утверждена 28.10.2024 г.	Издание № 2	стр. 9 из 19

имеющие отклонения в состоянии здоровья. Особенности организации физического воспитания с девочками.

5.1.10 Внеклассная и внешкольная работа по физическому воспитанию

Задачи и значение внеклассной деятельности, виды организации. Физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня. Внешкольная работа по физическому воспитанию. Задачи и содержание внеклассной и внешкольной работы. Коллектив физической культуры (спортивный клуб). Характеристика систематически проводимых видов работ.

5.1.11 Физическое воспитание студенческой молодежи

Содержание и функции физической культуры студентов в структуре профессионального образования. Цель, задачи, виды и содержание. Методика организации учебного процесса и формирования учебных групп. Структура и содержание работы кафедры университета и спортивного клуба. Физическая культура в период отдыха и быта студентов. Соревнования со студентами и их виды.

5.1.12 Физическое воспитание в старшем и пожилом возрасте

Социально-биологические особенности и задачи физкультурной деятельности. Методика направленного использования физической культуры. Виды самоконтроля при занятиях физической культурой. Характеристика взрослого контингента населения. Социальные факторы, характеризующие специфику физического воспитания. Биологические аспекты проблемы физического воспитания взрослых. Культурологический аспект проблемы. Цели и задачи основных направлений физического воспитания взрослых.

5.1.13 Основы теории и методики спорта

Сущность и социальная функция спорта. Зарождение и состояние спорта в наше время. Спорт как неотъемлемая часть общественной культуры. Оздоровительно-рекреационная деятельность спорта; эстетические функции спорта. Спорт как развлечение. взаимосвязь спорта и искусства. Спорт как фактор международных связей. Экономическое значение спорта. Любительский и профессиональный спорт. Массовый спорт, спорт высших достижений.

5.1.14 Система спортивных соревнований

Понятие «Спортивные соревнования». Функции спортивных соревнований. Система спортивных соревнований как упорядоченная совокупность соревнований разного ранга. Система и календарь спортивных соревнований. Система подготовки спортсмена. Спортивные достижения, характерные и совокупные результаты деятельности на соревнованиях, критерии, измерения и оценки. Классификация спортивных достижений.

5.1.15 Спортивная подготовка, спортивная ориентация и отбор

Организация спорта. Виды спорта. Виды спортивных соревнований. Спортивные организации. Спортивная ориентация и отбор, профессиональный спорт. Функции спорта в обществе. Деятельность НОК Республики Казахстан.

5.2. ОСНОВЫ АНАТОМИИ И СПОРТИВНОЙ МОРФОЛОГИИ

Дисциплина изучает внешнюю форму и структуру внутренних органов человека, основанную на принципах кинезиологии и динамической морфологии. Рассматривает строение и функции человеческого тела, основные закономерности роста и развития, определение антропометрических, физических параметров детей и подростков, морфологические особенности спортивного организма спортсменов.

Қазақстан Республикасы Туризм және спорт министрлігі		Министерство Туризма и спорта Республики Казахстан
«Халықаралық туризм және меймандостық университеті» коммерциялық емес акционерлік қоғамы		Некоммерческое акционерное общество «Международный университет туризма и гостеприимства»
Программа комплексного экзамена итоговой аттестации		Ф-02-01/05
Утверждена 28.10.2024 г.	Издание № 2	стр. 10 из 19

Результаты обучения по дисциплине «Основы анатомии и спортивной морфологии»: изучать особенности анатомо-морфологических особенностей человека, учить основам анатомии и спортивной морфологии.

5.2.1 Предмет анатомии и спортивной морфологии

Введение в анатомию и спортивную морфологию. Цель и задача. История развития. Классификации. Методы исследования.

5.2.2 Анатомо-морфологические особенности мышечной системы

Общая характеристика, строение и функции мышечной системы. Функции головы, шеи, спины, груди, живота, рук, ног, рук, поясницы, подвздошно-поясничных, брюшных, межреберных мышц и голубого мяса.

5.2.3 Анатомо-морфологические особенности опорно-двигательного аппарата

Характеристика опорно-двигательного аппарата. Функция скелета. Особенности человеческого скелета (вертикальная ходьба). Кость как орган: строение, развитие, классификация. Влияние социальных и биологических факторов на развитие и строение костей

5.2.4 Анатомо-морфологические особенности сердечно-сосудистой системы

Общая характеристика, функция сердечно-сосудистой системы. Строение, развитие, классификация сердца. Большой круг кровообращения. Малый круг кровообращения. Систолическое, диастолическое артериальное давление.

5.2.5 Анатомо-морфологические особенности дыхательной системы

Общая характеристика, строение и функции дыхательной системы. Функция полости носа. Функция гортани. Функция гортани и бронхов. Функция альвеолы легких.

5.2.6 Анатомо-морфологические особенности пищеварительной системы

Общая характеристика, строение и функции пищеварительной системы. Функции ротовой полости, глотки, языка, зубов, слюнных желез, глотки, пищевода, печени, желчного пузыря, общего желчного протока, желудка, поджелудочной железы, тонкого кишечника, двенадцатиперстной кишки, тонкой кишки, толстой кишки, сигмовидной кишки, прямой кишки.

5.2.7 Анатомо-морфологические особенности мочевыделительной системы

Общая характеристика, определение, строение и функции мочевыделительной системы. Функции почек, нефрона, мочеточника, мочевого пузыря.

5.2.8 анатомо-морфологические особенности системы крови

Общая характеристика, функции системы крови. Состав крови. Место печени и селезенки в системе крови. Функция лейкоцитов (нейтрофилов, эозинофилов, базофилов, моноцитов, лимфоцитов), эритроцитов, тромбоцитов.

5.2.9 Анатомо-морфологические особенности эндокринной системы

Общая характеристика, определение, строение и функции эндокринной системы. Эндокринные функции гипоталамуса, гипофиза, надпочечников.

5.2.10 Анатомо-морфологические особенности эндокринной системы

Общая характеристика, определение, строение и функции эндокринной системы. Эндокринные функции щитовидной железы, паращитовидной железы, поджелудочной железы.

5.2.11 Анатомо-морфологические особенности нервной системы

Общая характеристика, строение и функции нервной системы. Центральная нервная система, объяснение периферической нервной системы. Функции головного мозга,

Настоящий документ не может быть полностью или частично воспроизведен, тиражирован и распространен без разрешения НАО «Международный университет туризма и гостеприимства»

Қазақстан Республикасы Туризм және спорт министрлігі		Министерство Туризма и спорта Республики Казахстан
«Халықаралық туризм және меймандостық университеті» коммерциялық емес акционерлік қоғамы		Некоммерческое акционерное общество «Международный университет туризма и гостеприимства»
Программа комплексного экзамена итоговой аттестации		Ф-02-01/05
Утверждена 28.10.2024 г.	Издание № 2	стр. 11 из 19

нейронов, спинного мозга, рецепторов.

5.2.12 Специфика высшей нервной деятельности

Общая характеристика, строение и функции высшей нервной системы. Условные и безусловные рефлексы, возбуждение и торможение рефлексов, типы высшей нервной системы, 1-2 сигнальные системы.

5.2.13 Анатомо-морфологические особенности органов чувств

Общий обзор органов чувств. Органы зрения, строение, зрительные нервы. Органы слуха, строение, орган равновесия. Анализаторы кожи, вкуса и запаха.

5.2.14 Анатомо-морфологические особенности кожного слоя

Общая характеристика, строение и функции кожного слоя. Слои кожи, клетки, ее виды, функции. Кровообращение, снабжение нервами. Ногти, кожные волоски и железы.

5.2.15 Анатомия и спортивная морфология

Морфологические особенности физического развития и их значение в отборе в спорте, пропорции тела спортсменов разных специальностей. Типы телосложения.

5.3. МЕТОДИКА ОРГАНИЗАЦИИ ВНЕУЧЕБНОЙ РАБОТЫ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ

Цель дисциплины «Методика организации внеучебной работы по физическому воспитанию», освоение основных документов для планирования внеурочной работы по физическому воспитанию в школе, различных внеурочных форм физической подготовки во внеурочной деятельности по физическому воспитанию. Обучение составлению протоколов массовых спортивно-оздоровительных мероприятий и соревнований, проводимых во внеучебное время.

Результаты обучения по предмету «Методика организации внеучебной работы по физическому воспитанию»:

- объяснить основы теории и методики организации внеурочной деятельности по физическому воспитанию.
- анализировать возрастные особенности и личностные особенности учащихся и возможности материально-технической базы.
- организовать клубную и секционную работу по физическому воспитанию с учетом организационных основ физкультурно-массовой работы в учебных заведениях.

5.3.1 Внеклассная работа и организация внеурочной работы в общеобразовательных школах

Задачи внеклассной работы по физическому воспитанию. Содержание внеклассной работы. Организация внеклассной работы в общеобразовательных школах. Формы внеклассной работы. Характеристика на внеклассную и внешкольную работу. Спортивные соревнования. Спортивные секции

5.3.2 Организация и проведение различных спортивных мероприятий вне класса

Особенности двигательной активности обучающихся. Организация физкультурно-оздоровительной, спортивно-массовой работы в школе. Формы физкультурно-оздоровительной работы в школе. Проведение соревнований по видам спорта. Составление правил соревнований и заполнение протоколов.

5.3.3 Влияние внеаудиторных занятий физкультурой на здоровье студентов

Настоящий документ не может быть полностью или частично воспроизведен, тиражирован и распространен без разрешения НАО «Международный университет туризма и гостеприимства»

Қазақстан Республикасы Туризм және спорт министрлігі		Министерство Туризма и спорта Республики Казахстан
«Халықаралық туризм және меймандостық университеті» коммерциялық емес акционерлік қоғамы		Некоммерческое акционерное общество «Международный университет туризма и гостеприимства»
Программа комплексного экзамена итоговой аттестации		Ф-02-01/05
Утверждена 28.10.2024 г.	Издание № 2	стр. 12 из 19

Внеаудиторные занятия физической культурой – путь к здоровью студента. Учебные занятия физической культурой. Внеаудиторные занятия физической культурой. Влияние занятий ритмической гимнастикой на здоровье человека. Факторы влияния физических упражнений. Виды физических упражнений.

5.3.4 Виды национальных подвижных игр, проводимых вне школы

Место национальных подвижных игр в учебном процессе. Дифференцированный подход к учащимся при проведении уроков физической культуры. Казахские национальные игры. Виды национальных игр. Правила национальных подвижных игр. Роль подвижных игр в формировании физических качеств.

5.3.5 Участие во внеклассных мероприятиях

О роли и месте внеклассной работы в учебно-воспитательном процессе. Индивидуальная работа. Кружковая внеклассная работа. Формы массовой работы. Приобщение к физическим движениям. Привитие навыков двигательного действия. Закономерности формирования, овладения двигательными навыками.

5.3.6 Утренняя гигиеническая гимнастика (упражнения). Гимнастика перед занятиями (вводная гимнастика) Микропауза активного отдыха

Основные задачи, решаемые с помощью физических упражнений утренней зарядки. Индивидуальный подход к подбору физической нагрузки для утренней зарядки. Гигиенические требования к организации занятий утренней гимнастикой. Утренняя гигиеническая гимнастика. Гимнастика перед уроком (вводная гимнастика). Комплексы утренней гигиенической гимнастики. Активный отдых.

5.3.7 Физкультминутки и физкультпаузы

Физкультминутки, физкультпаузы и решаемые ими задачи. Механизм воздействия физкультминуток, требования к подбору упражнений, их формы и содержания, выбору времени проведения, классификация. Комплексы упражнений для физкультминуток, для детей младшего школьного возраста, для школьников средних и старших классов. Физкультминутка и физкультпауза. Перечень различных форм физической культуры, направленных на оздоровление учащихся.

5.3.8 Виды физических упражнений во внеурочной работе в общеобразовательной школе

Крупные формы занятий физическими упражнениями во внеурочной деятельности общеобразовательной школы. Основные организационные требования к проведению спортивного часа в группах продленного дня. Примерный план-конспект спортивного часа внеурочной деятельности. Виды физических упражнений внеклассной работы в общеобразовательной школе. Спортивные часы в группах продленного дня. Дни здоровья в школе. Организация и проведение спортивных мероприятий.

5.3.9 Организация спортивных секций

Организация работы спортивных секций. Основные требования к организации и функционированию школьных спортивных секций. Примерный учебный план учебно-тренировочных занятий школьной секции по основным видам спорта. Организация и проведение секций по видам спорта. Составление плана секции. Отбор одаренных учащихся в секции.

Қазақстан Республикасы Туризм және спорт министрлігі		Министерство Туризма и спорта Республики Казахстан
«Халықаралық туризм және меймандостық университеті» коммерциялық емес акционерлік қоғамы		Некоммерческое акционерное общество «Международный университет туризма и гостеприимства»
Программа комплексного экзамена итоговой аттестации		Ф-02-01/05
Утверждена 28.10.2024 г.	Издание № 2	стр. 13 из 19

5.3.10 Проведение спортивных соревнований в общеобразовательной школе

Сущность спортивных соревнований. Основные вопросы организации спортивных соревнований. Составление программы соревнований команд-классов по различным видам спорта. Виды соревнований. Внутришкольная спартакиада (внутришкольные соревнования). Межшкольные (городские) соревнования. Методика проведения соревнований.

5.3.11 Особенности проведения занятий физкультуры в дошкольных учреждениях

Общая характеристика физкультурных занятий. Возрастные особенности детей дошкольного возраста. Анатомо-физиологические особенности развития детей дошкольного возраста. Методика проведения основной формы занятия по физической культуре у детей дошкольного возраста. Методика проведения утренней гимнастики, физкультурных минуток и физкультурных пауз с детьми 6-7 лет. Утренняя гимнастика Физкультурные минутки. Методика проведения физкультурных праздников, подвижных игр и физических упражнений на прогулке с детьми 6-7 лет. Физкультурные праздники. Подвижные игры и физические упражнения на прогулке. Цель урока, особенности его проведения. Особенности овладения жестами. Содержание физического воспитания в дошкольных учреждениях.

5.3.12 Профилактика ППС от различных заболеваний. Укрепление их здоровья

Профилактика профессиональных заболеваний. Система профилактики профессиональных заболеваний и профессионально обусловленных заболеваний. Первичная профилактика. Вторичная профилактика. Профилактика заболеваний педагогических работников. Негативные факторы, влияющие на ухудшение здоровья учителей в общеобразовательных школах.

5.3.13 Планирование внеурочной спортивной деятельности

Общая характеристика внеурочной деятельности спортивно - оздоровительной направленности. Структурирование программ внеурочной деятельности. Документы планирования внеурочной деятельности физкультурно-спортивной и спортивно-оздоровительной направленности. Готовность учителя к проведению занятий. Составление плана спортивных мероприятий на учебный год.

5.3.14 Внеклассные занятия спортом в школе, спортивно-массовые мероприятия

Спортивные и физкультурно-массовые мероприятия в школе. Методика подготовки и проведения спортивных и физкультурно-массовых мероприятий. Спортивные и физкультурно-массовые мероприятия в школе. Массовая физическая культура, виды работ. Виды физического воспитания, проводимые во внешкольное время.

5.3.15 Организация внеклассной работы в малокомплектных сельских школах

Значение школы на селе. Спортивно – массовые мероприятия, спортивные мероприятия по здоровому образу жизни. Методы проведения спортивных мероприятий во внеурочное время в малокомплектных школах. Режим рабочей недели в малокомплектных сельских школах.

6. ВОПРОСЫ КОМПЛЕКСНОГО ЭКЗАМЕНА

6.1 Вопросы комплексного экзамена по дисциплине «Теория и методика физического воспитания»

1. Место физической культуры в обществе.
2. Объект и предмет теории физической культуры, ее структура как учебной и научной дисциплины.

Настоящий документ не может быть полностью или частично воспроизведен, тиражирован и распространен без разрешения НАО «Международный университет туризма и гостеприимства»

Қазақстан Республикасы Туризм және спорт министрлігі	 INTERNATIONAL UNIVERSITY OF TOURISM AND HOSPITALITY	Министерство Туризма и спорта Республики Казахстан
«Халықаралық туризм және меймандостық университеті» коммерциялық емес акционерлік қоғамы		Некоммерческое акционерное общество «Международный университет туризма и гостеприимства»
Программа комплексного экзамена итоговой аттестации		Ф-02-01/05
Утверждена 28.10.2024 г.	Издание № 2	стр. 14 из 19

3. Определение основных понятий: физическое развитие, физические упражнения, физическое образование, физическая подготовка, спорт.
4. Общественные функции и формы физической культуры.
5. Физическая культура как часть общей культуры общества.
6. Общие и специфические функции физической культуры.
7. Сущность базовой, прикладной и бытовых форм физической культуры.
8. Система физического воспитания.
9. Основы и определяющие черты системы физического воспитания.
10. Программное содержание, нормативные и методологические основы.
11. Организационные формы и условия функционирования.
12. Принципы физического воспитания.
13. Закономерности физического воспитания, отражаемые в методических принципах сознательности и активности, наглядности, доступности и индивидуальности, систематичности и динамичности.
14. Средства физического воспитания.
15. Физические упражнения как основное специфическое средство физического воспитания.
16. Содержание, форма, техника, структура, классификация физических упражнений.
17. Оздоровительные силы природы и гигиенические факторы как неспецифические средства физического воспитания.
18. Методы физического воспитания.
19. Нагрузка и отдых как взаимосвязанные компоненты методов физического воспитания.
20. Метод регламентированного и строго регламентированного упражнения. Игровой и соревновательный метод, методы использования слова и средств наглядной демонстрации.
21. Идеомоторные, психорегулирующие и подобные им методы, сенсорно-коррекционные, информационные и другие технические устройства в физическом воспитании.
22. Обучение двигательным действиям.
23. Двигательные действия как предмет обучения: двигательные умения, навыки, механизм их формирования.
24. Взаимодействия «перенос» навыков.
25. Структура процесса обучения движениям.
26. Этапы обучения: начального разучивания, углубленного разучивания, закрепления и совершенствования.
27. Основы воспитания физических качеств.
28. Понятие о физических качествах их сущность и роль в физическом развитии человека.
29. Сущность, критерии, задачи, средства и определяющие черты методики воспитания гибкости, ловкости, быстроты, силы и выносливости.
30. Воспитание осанки: основы регулирования массы тела.
31. Основы построения занятий физическими упражнениями.
32. Основы структуры занятий: характеристика урочных и неурочных форм занятий.
33. Воспитательная работа классного руководителя.
34. Воспитательная система школы.

Настоящий документ не может быть полностью или частично воспроизведен, тиражирован и распространен без разрешения НАО «Международный университет туризма и гостеприимства»

Қазақстан Республикасы Туризм және спорт министрлігі		Министерство Туризма и спорта Республики Казахстан
«Халықаралық туризм және меймандостық университеті» коммерциялық емес акционерлік қоғамы		Некоммерческое акционерное общество «Международный университет туризма и гостеприимства»
Программа комплексного экзамена итоговой аттестации		Ф-02-01/05
Утверждена 28.10.2024 г.	Издание № 2	стр. 15 из 19

35. Классный руководитель в современной воспитательной системе. Функции и основные направления деятельности классного руководителя.

36. Виды и формы планирования воспитательной работы в классе. Требования к планам воспитательной работы.

37. Методы коррекционной работы учителя физкультуры.

38. Основы физического воспитания детей раннего и дошкольного возраста.

39. Роль начального возрастного звена в системе физического воспитания.

40. Особенности задач физического воспитания, определяемые закономерностями возрастного развития детей в дошкольном периоде и условиями подготовки к последующей деятельности.

41. Направленность, состав средств и определяющих черт методики физического воспитания в общей системе воспитания, осуществляемых в яслях и детских садах.

42. Методические основы направленного использования физической культуры в условиях семейного быта дошкольников.

43. Основы физического воспитания в школьном возрасте.

44. Социально-педагогическое значение, направленность и задачи физической культуры в школьном возрасте.

45. Планирование физического воспитания в школе.

46. Основные направления планирования работы. Характеристика программы «Физическое воспитание школьников».

47. Методическая последовательность в планировании учебного процесса по предмету «Физическая культура». Технология составления документов планирования.

48. Годовой, четвертной планы и конспект урока. Учет и контроль.

49. Урок как основная форма занятий в школе.

50. Структура урока и содержание частей урока, классификация уроков задачам и содержанию.

6.2 Вопросы комплексного экзамена по дисциплине «Основы анатомии и спортивной морфологии»

1. Предмет анатомии, цель, задача, методы исследования.

2. Назовите мышцы руки, их функции.

3. Назовите мышцы ног, их функции.

4. Строение и функции мышц головы.

5. Назовите мышцы плеча, их функцию.

6. Назовите кости головы, их функцию.

7. Форма, строение и функции головы.

8. Строение и функции поясничных позвонков.

9. Строение и функции таза.

10. Конструкция и функция ребер.

11. Строение и функции шейных позвонков.

12. Органы зрения, строение и функции.

13. Строение и функция мочевого пузыря.

14. Охарактеризуйте систолическое, диастолическое артериальное давление.

Настоящий документ не может быть полностью или частично воспроизведен, тиражирован и распространен без разрешения НАО «Международный университет туризма и гостеприимства»

Қазақстан Республикасы Туризм және спорт министрлігі		Министерство Туризма и спорта Республики Казахстан
«Халықаралық туризм және меймандостық университеті» коммерциялық емес акционерлік қоғамы		Некоммерческое акционерное общество «Международный университет туризма и гостеприимства»
Программа комплексного экзамена итоговой аттестации		Ф-02-01/05
Утверждена 28.10.2024 г.	Издание № 2	стр. 16 из 19

15. Строение и функции эритроцитов.
16. Виды лейкоцитов и их функции.
17. Строение и функция поджелудочной железы.
18. Строение и функции центральной бедренной кости.
19. Строение и функция печени.
20. Структура и функция желчного пузыря.
21. Строение и функции тромбоцитов.
22. Строение и функция сердца.
23. Строение и функции глотки.
24. Строение и функции желчных протоков.
25. Строение и функции 12 перстной кишки.
26. Строение и функция толстого кишечника.
27. Строение и функции органов дыхания.
28. Строение и функции гортани.
29. Строение и функция почек.
30. Строение и функция мочевого пузыря.
31. Строение и функции нефрона.
32. Строение и функция легких.
33. Условные и безусловные рефлексы, их значение.
34. Строение и функции камер сердца.
35. Строение и функции большого круга кровообращения.
36. Строение и функции малого круга кровообращения.
37. Строение и функции лимфатических сосудов.
38. Строение и функции гипоталамуса.
39. Строение, функции гипофиза.
40. Строение типов высшей нервной системы по классификации Павлова.
41. Строение и функции спинного мозга.
42. Строение и функции головного мозга.
43. Органы вкуса и их функции.
44. Органы слуха и их функции.
45. Строение и функция щитовидной железы.
46. Строение и функции мозжечка.
47. Строение и функции обонятельных анализаторов.
48. Спорт и возрастная морфология.
49. Пропорции тела спортсменов разных специальностей.
50. Структурные изменения костной системы под влиянием физических нагрузок.

6.3 Вопросы комплексного экзамена по дисциплине «Методика организации внеучебной работы по физическому воспитанию»

1. Задачи внеклассной работы по физическому воспитанию.
2. Содержание внеклассной работы.
3. Организация внеклассной работы.
4. Формы внеклассной работы.
5. Спортивные соревнования.

Настоящий документ не может быть полностью или частично воспроизведен, тиражирован и распространен без разрешения НАО «Международный университет туризма и гостеприимства»

Қазақстан Республикасы Туризм және спорт министрлігі	 <small>INTERNATIONAL UNIVERSITY OF TOURISM AND HOSPITALITY</small>	Министерство Туризма и спорта Республики Казахстан
«Халықаралық туризм және меймандостық университеті» коммерциялық емес акционерлік қоғамы		Некоммерческое акционерное общество «Международный университет туризма и гостеприимства»
Программа комплексного экзамена итоговой аттестации		Ф-02-01/05
Утверждена 28.10.2024 г.	Издание № 2	стр. 17 из 19

6. Спортивные секции.
7. Организация и проведение различных спортивных мероприятий вне класса.
8. Особенности двигательной активности обучающихся.
9. Организация физкультурно-оздоровительной, спортивно-массовой работы в школе.
10. Формы физкультурно-оздоровительной работы школе.
11. Влияние внеаудиторных занятий физкультурой на здоровье студентов.
12. Внеаудиторные занятия физической культурой – путь к здоровью студента.
13. Учебные занятия физической культурой.
14. Внеаудиторные занятия физической культурой.
15. Влияние занятий ритмической гимнастикой на здоровье человека.
16. Виды национальных подвижных игр, проводимых вне школы.
17. Место национальных подвижных игр в учебном процессе.
18. Дифференцированный подход к учащимся при проведении уроков физической культуры.
19. Казахские национальные игры.
20. Участие школьников во внеклассных мероприятиях.
21. О роли и месте внеклассной работы в учебно-воспитательном процессе.
22. Кружковая внеклассная работа.
23. Формы массовой работы.
24. Утренняя гигиеническая гимнастика (упражнения) Гимнастика перед занятиями (вводная гимнастика) Микропауза активного отдыха.
25. Основные задачи, решаемые с помощью физических упражнений утренней зарядки.
26. Индивидуальный подход к подбору физической нагрузки для утренней зарядки.
27. Гигиенические требования к организации занятий утренней гимнастикой.
28. Комплексы утренней гигиенической гимнастики.
29. Физкультминутки и физкультпаузы.
30. Физкультминутки, физкультпаузы и решаемые ими задачи.
31. Механизм воздействия физкультминуток, требования к подбору упражнений, их формы и содержания, выбору времени проведения, классификация.
32. Комплексы упражнений для физкультминуток, для детей младшего школьного возраста, для школьников средних и старших классов.
33. Физкультминутка и физкультпауза.
34. Перечень различных форм физической культуры, направленных на оздоровление учащихся.
35. Виды физических упражнений во внеурочной работе в общеобразовательной школе.
36. Крупные формы занятий физическими упражнениями во внеурочной деятельности общеобразовательной школы.
37. Основные организационные требования к проведению спортивного часа в группах продленного дня.
38. Примерный план-конспект спортивного часа внеурочной деятельности.
39. Организация спортивных секций.
40. Основные требования к организации и функционированию школьных спортивных секций.

Настоящий документ не может быть полностью или частично воспроизведен, тиражирован и распространен без разрешения НАО «Международный университет туризма и гостеприимства»

Қазақстан Республикасы Туризм және спорт министрлігі		Министерство Туризма и спорта Республики Казахстан
«Халықаралық туризм және меймандостық университеті» коммерциялық емес акционерлік қоғамы		Некоммерческое акционерное общество «Международный университет туризма и гостеприимства»
Программа комплексного экзамена итоговой аттестации		Ф-02-01/05
Утверждена 28.10.2024 г.	Издание № 2	стр. 18 из 19

41. Примерный учебный план учебно-тренировочных занятий школьной секции по основным видам спорта.
42. Проведение спортивных соревнований в общеобразовательной школе.
43. Основные вопросы организации спортивных соревнований.
44. Особенности проведения занятий физкультуры в дошкольных учреждениях.
45. Общая характеристика физкультурных занятий в дошкольных учреждениях.
46. Возрастные особенности детей дошкольного возраста.
47. Анатомо-физиологические особенности развития детей дошкольного возраста.
48. Методика проведения основной формы занятия по физической культуре у детей дошкольного возраста.
49. Методика проведение утренней гимнастики, физкультурных минуток и физкультурных пауз с детьми 6-7 лет.
50. Организация внеклассной работы в малокомплектных сельских школах.

7. РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА

7.1 Основная литература:

1. Холодов Ж.К. Теория и методика физической культуры и спорта. – М.: 2018. – 496 с.
2. Виленский М. Я., Горшков А. Г. Физическая культура. Учебник. М.: КноРус, 2020. 216.
3. С.Агеева Г.Ф., Карпенкова Е.Н. Теория и методика физической культуры и спорта: Учебное пособие для СПО. – М.: «Лань», 2022. – 268 с.
4. Бишаева А.А., Малков А.А. Физическая культура. Учебник. М.: КноРус, 2020. 312 с.
5. Булдашева О.В. Физическая культура и спорт: Учебное пособие. – Шадринск, 2021. – 296 с.
6. Черепов Е.А. Теория и методика физической культуры. Учебное пособие. – Челябинск, 2020, - 336 с.
7. Парыгина О.В. Теория и методика физической культуры. Учебное пособие. – М., 2019. – 128 с.
8. Тиссен П.П., Ботагариев Т.А. Теория и методика обучения физической культуре: Учеб.-метод. пособие для самостоятельной подготовки студентов. – Оренбург, 2019. – 128 с.
9. Бурухин С. Ф. Методика обучения физической культуре. Гимнастика. М.: Юрайт, 2019. 174 с.
10. Кузнецов В. С., Колодницкий Г. А. Физическая культура. Учебник. М.: КноРус, 2020. 256 с.
11. Ситак Л.А. О проблеме готовности студентов педагогического вуза к формированию экологической культуры школьников в процессе внеклассной работы. Социально-гуманитарные знания. 2015 №12. С. 74-78.
12. Теория и методика физической культуры: учебник для студентов высших учебных заведений /Под ред. Ю.Ф. Курамшина. - М., 2004.
13. Холодов Ж.К. Теория и методика физической культуры и спорта. – М.: 2018. – 496 с.
14. Ярлыкова О.В., Воропаева А. Физическое воспитание детей с отклонениями в состоянии здоровья. Электронный научный журнал. Таврический научный обозреватель. 2016. № 1-3 (6) с. 80-82.

Настоящий документ не может быть полностью или частично воспроизведен, тиражирован и распространен без разрешения НАО «Международный университет туризма и гостеприимства»

Қазақстан Республикасы Туризм және спорт министрлігі		Министерство Туризма и спорта Республики Казахстан
«Халықаралық туризм және меймандостық университеті» коммерциялық емес акционерлік қоғамы		Некоммерческое акционерное общество «Международный университет туризма и гостеприимства»
Программа комплексного экзамена итоговой аттестации		Ф-02-01/05
Утверждена 28.10.2024 г.	Издание № 2	стр. 19 из 19

15. Ярлыкова О.В., Измаилова С.Р. Воспитание нравственных качеств младших школьников на уроках физической культуры. Электронный научный журнал. Таврический научный обозреватель. 2016 №1-3 (6) с. 83-85.

16. Иваницкий М.Ф., под ред. Б.А. Никитюка, А.А. Гладышевой, Ф.В. Судзиловского. Анатомия человека (с основами динамической и спортивной морфологии): Учебник для институтов физической культуры. 2023 г.

17. Ткачук М.Г., Олейник Е.А., Дюсенова А.А. Спортивная морфология. Уч. пособие предназначено для высш.уч.заведений физ. культуры. НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург, 2014.

18. Ахметов Ж.Б. Паталогиялық анатомия. Оқулық.-Қарағанды. 2020 ж.

19. Ордабеков С.О., Абдраков Б.Қ., Ахауова Г.А. Жас ерекшелік анатомиясы, физиологиясы және гигиенасы. Оқулық.-Қарағанды 2019.

20. Юмашева С.К., Тәукейұлы С., Б.Атабекова Б. Кинезиология – Алматы: Абай атындағы ҚазҰПУ: «Ұлағат» баспасы 2016.

7.2 Дополнительная литература:

1. Кожухова Н.Н., Рыжкова Л.А., Борисова М.М. Методика физического воспитания и развития ребенка. Уч.пособие. – М., 2019. – 312 с.

2. Русанов В.П., Колкутин А.М. Основы теории и методики физической культуры и спорта. – Усть-Каменогорск: ВКГУ, 2014. – 277 с.

3. Бегидова Т. П. Теория и организация адаптивной физической культуры. М.: Юрайт, 2019. 192 с.

4. Рубанович В. Б. Врачебно-педагогический контроль при занятиях физической культурой. Учебное пособие. М.: Юрайт, 2019. 254 с.

5. Рубанович В. Б. Основы врачебного контроля при занятиях физической культурой. М.: Юрайт, 2019. 254 с.

6. Собянин Ф. И. Физическая культура. Учебник для студентов средних профессиональных учебных заведений. М.: Феникс, 2020. 221 с.

7. Ягодин В. В. Физическая культура. Основы спортивной этики. М.: Юрайт, 2019. 114 с.

8. Ярлыкова О.В., Чубукова В.В. Влияние подвижных игр на развитие физически качеств младших школьников во внеурочной деятельности. Электронный научный журнал. Таврический научный обозреватель. 2016. №1-3 (6) с. 99-100.

9. Ярлыкова О.В. Измаилова С.Р. Роль семьи в физическом воспитании школьников. Электронный научный журнал. Таврический научный обозреватель. 2016 №8 (13) с. 47-49.

10. Мадиева Г.Б. Организация и методика учебного процесса, физкультурно-оздоровительной и спортивной работы в вузе / Учебное пособие. - Алматы «Қазақ университеті», 2020

11. Сартаев Ж.Н., Тастанов А.Ж., Нарибай Р.Ж., Адамбеков Е.К. Физиология человека. Учебное пособие для студентов физической культуры и спорта университетов. ООО «Полиграфический цент. КАН» г.Омск-2013

12. Керимбеков Е.Б. Адам анатомиясы. Алматы, «Рауан» баспасы, 2013 ж.