

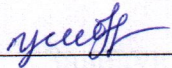
**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ, ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ И
ИННОВАЦИЙ КЫРГЫЗСКОЙ РЕСПУБЛИКИ**

**НАРЫНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
им. С.НААМАТОВА**

**КАФЕДРА ЕСТЕСТВЕННОНАУЧНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ И
ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ**

ОДОБРЕНО

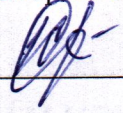
Начальник учебного управления

 Ж.Ж.Усубалиева

“ 5 ” 09 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по академической работе

 К.О.Омурова

“ 5 ” 09 2025 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

**по дисциплине Подвижные игры, народные родвидные
игры**

Направление подготовки бакалавра_532000 «Физическая культура»

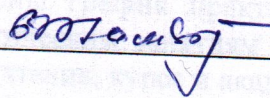
Профиль подготовки “Физическая культура”

Квалификация (степень) выпускника Бакалавр

Форма обучения очная

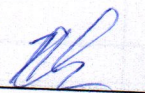
Рабочая программа дисциплины «Подвижные игры, народные
родвидные игры» составлена в соответствии с требованиями ГОС ВПО по
направлению подготовки 532000 «Физическая культура» утвержденного
приказом МОН КР № 1578/1 от 21 сентября 2021 г.

Рабочую программу составила
Старший преподаватель

 Мамытбеков Б.Т.

Рассмотрена и одобрена на заседании кафедры «Естественнонаучное
образование и ФВ» от «26» август 2025 г., протокол № 1

Заведующий кафедрой,
к.б.н. доцент

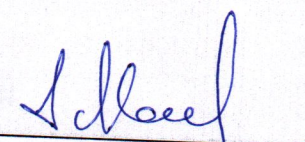
 Н.И.Ибраева

Руководитель ООП,
к.б.н. доцент

 Н.И.Ибраева

Рассмотрена и одобрена на заседании совета факультета от
«04» 08 2025 г., протокол № 2

Декан,
кандидат экон.наук, доцент

 Э.М. Исраилов

1. АННОТАЦИЯ

Настоящая программа дисциплины для студентов и преподавателей курса «Подвижные игры» содержит базовые практические основы курса, которыми должен владеть студент, обучающийся на дневном отделении университета. Программа состоит из нескольких разделов, отражающих основные аспекты программы дисциплины. В разделах содержится информация о преподавателях, название курса, время и место проведения курса, пререквизиты курса, краткое описание курса, календарно-тематический план. Кроме того, включены график практических занятий, график чтения материалов для подготовки к практическим занятиям и занятиям СРС, список основного и дополнительного материала для чтения, курса и академическому поведению и этике.

Общая трудоемкость дисциплины

Семестр	Кредит		Всего часов	Лекция	Практическое занятие	Самостоятельная работа	Итоговый контроль
2	2		60		32		зачёт

2. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Целью предмета подвижные игры является как ставшие неотъемлемой составной частью обучения и профессиональной подготовки студентов высших учебных заведений нашей республики, подготовка всесторонне физически развитых молодых специалистов, способных к высокому -производительному труду и защите Родины.

Усвоение базовой совокупности знаний о физической культуре и спорта и их теории и методики, на основе которой студенты могли бы самостоятельно решать теоретические и практические задачи и применять в других разделах физической культуры и спорта, как средства физической культуры.

- дать целостное представление о курсе;
- раскрыть суть и содержание курса;
- дать возможность для самостоятельного занятия физкультурой и спортом студентов.

3. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОСНОВНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Требования к знаниям, умениям и навыкам при овладении элементом подвижных игр.

- вовлечь во взаимодействие все органы и системы организма, включая психику занимающихся;
- создать широкие возможности для совершенствования способов применения подвижных игр в оздоровительных, образовательных, спортивных и воспитательных целях;
- обогатить занимающихся специальными знаниями в области физической культуры и спорта;
- сформировать гигиенические навыки, приучить к самостоятельным занятиям физическими упражнениями.

Дисциплины	Код компетенции
Анатомия человека	ПК-9 ПК-13
Гигиена	ПК-33

4. ПЕРЕЧЕНЬ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ, СООТНЕСЕННЫХ С ПЛАНИРУЕМЫМИ РЕЗУЛЬТАТАМИ ОСВОЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

4.1. Формируемые компетенции

которые будут достигнуты и их соответствие компетенциям

Бакалавр по направлению подготовки направления 532000 «Физическая культура» в соответствии с целями ООП и задачами профессиональной деятельности, указанными в ГОС ВПО, должен обладать общенаучными (ОК) инструментальными (ИК) социально-личностными и общекультурными (СЛК) профессиональными (ПК) и общими(ОК) компетенциями. Перечень компетенций, формируемых в результате освоения учебной дисциплины «Подвижные игры» приведен в таблице:

Код	Содержание компетенций
ПК-3	Способен планировать и проводить учебные занятия по ФК и вне классную спортивную работу в общеобразовательных учреждениях с различным контингентом занимающихся.

Результаты освоения дисциплины

В результате освоения учебной дисциплины выпускник способен:

Студент будет знать: В результате обучения базовой части цикла обучающийся должен

знать:

- роль и место подвижные игры в обеспечении здоровья нации и содействии социально-экономическому развитию общества;
- современные теории народных и подвижных игр;
- возрастно-половые закономерностях развития двигательных способностей и формировании двигательных навыков при занятиях подвижной игры.
- методы и организацию комплексного контроля при занятиях подвижным играм;
- основы методической деятельности в сфере подвижных играх;
- сущность и структуру образовательных процессов;
- о факторах риска и причинах травматизма, основных методах профилактики травматизма в процессе занятий подвижной игры, заболеваниях, функциональных нарушениях в процессе учебной и спортивной деятельности.

Студент умеет: формулировать конкретные задачи преподавания по подвижным играм разным группам населения,

- оценивать качество выполнения отдельных упражнений и эффективность занятий подвижной игрой в целом;
- планировать и проводить мероприятия по профилактике травматизма и оказать первую медицинскую помощь;
- формировать физическую активность детей и взрослых, здоровый стиль жизни на основе потребности заниматься физическими упражнениями;
- осуществлять консультационную деятельность по вопросам организации и проведения индивидуальных и коллективных занятий видами подвижными играми с лицами различного возраста;
- пользоваться правилами подвижных игр (профессиональным языком) в процессе занятий, владеть навыками общения, в воспитательной и консультационной работе, корректно выражать, и аргументировано обосновывать выдвинутые положения;

- овладевать новыми по отношению к полученному в вузе образованию видами подвижных игр в процессе самообразования и самосовершенствования;
- применять средства и методы формирования здорового стиля жизни на основе потребности в физической активности и регулярном применении ОРУ, гигиенических и природных факторов с целью оздоровления и физического совершенствования обучаемых;
- определять причины ошибок в процессе освоения обучаемыми подвижными играми и развития двигательных способностей и находить методику их устранения;
- уметь критически оценивать и корректировать собственную профессиональную деятельность в зависимости от результатов, уметь вести контроль за деятельностью занимающихся.

Студент имеет навыки: - способностью применять современные способы диагностирования достижений

- способами обеспечения охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочное время;

Учебная работа проводится в форме практических занятий, деловых игр, самостоятельной работы.

Виды промежуточного контроля – ежемесячная рейтинговая оценка выполнения учебной программы и тестирование.

Вид итогового контроля – экзамен.

4.2. Результаты освоения дисциплины

Раздел 1. Разделы учебной дисциплины.		
Тематический план и содержание дисциплины		
Практика №1-2 «Бой петухов»	Играющие стараются вывести друг друга из равновесия, прыгая на одной ноге и толкая соперника правым или левым плечом. Проигрывает тот, кто коснётся земли второй ногой. Руки дети держат на поясе либо скрестно перед грудью; можно держаться одной рукой за носок согнутой ноги. Толкаться руками не разрешается. Побеждает тот, кто дольше продержится, прыгая на одной ноге.	4
Практика №3-4 «Горячая картошка»	Количество игроков: не менее трех Дети становятся в круг и перекидывают друг другу мяч, будто это горячая картошка. Игроки должны перекидывать мяч быстро, что бы не обжечься.	4
Практика №5 «Мяч по кругу»	Дети стоят по кругу на расстоянии одного шага один от другого. Ведущий стоит за кругом. Игроки передают мяч то вправо, то влево, но обязательно соседу. Задание ведущего – коснуться мяча. Если ведущему это удалось, то игрок у кого был мяч, становится ведущим..	2
Практика №6-7 «Поймай рыбку»	Играют две команды. Одна команда, взявшись за руки, образует "бредень" и ловит свободно передвигающихся по площадке соперников "рыбу". Пойманные игроки выбывают из игры. Через некоторое время команды меняются ролями. Выигрывает команда, поймавшая "рыбы" больше. "Рыба" считается пойманной в том случае, если рыбакам удастся образовать вокруг нее круг. Игра повторяется несколько раз.	4
Практика №8-9 «Бег с шариком»	Игроки от каждой команды получают по одному шарiku и ложке. По сигналу учителя игроки должны взять ложку с шариком и начать бег,	4

	стараясь не уронить шарик. Выигрывает та команда, которая справится с заданием первая.	
Практика №10 «Нас не слышно и не видно»	Учитель завязывает водящему глаза. Остальные располагаются в 20 шагах от него по кругу. Тот из детей, на кого укажет учитель, начинает осторожно приближаться к водящему. Водящий, заслышав движение, должен указать рукой, откуда он его слышит. Если он укажет правильно, то незадачливому невидимке придется стать ведущим. Победит тот, кто сумеет приблизиться к ведущему и дотронуться его рукой.	2
Практика №11 «Третий лишний»	Все становятся парами в круг. Двое водящих - в стороне. По команде учителя один убегает, другой догоняет. Убегающий подбегает к какой-нибудь паре и берет одного под руку. Тот кто остался без пары начинает убегать. И так до тех пор, пока кого-то не поймают.	2
Задание на СРС:	1. Составление конспектов урока по подвижным играм 2. Составление комплексов обще развивающих, специальных упражнений 3. Преобретение навыков по учету тренировочной нагрузки (по дневнику) 4. Написание рефератов по пройденным материалам. 5. Приобретение практических навыков и умения для изучения конкретных задач.	
Практика №12-13 «День и ночь»	Играющих делят на две команды, которые становятся в две шеренги у средней линии площадки спиной друг к другу на расстоянии 2 м. Одна команда - «день», другая - «ночь». Педагог называет ту или иную команду неожиданно. Если он говорит «ночь», то эта команда убегает, а команда «день» догоняет ее. Затем подсчитывают осаленных, и все игроки становятся на свои места. Очередность вызовов команд не соблюдают, но число вызовов должно быть одинаковым. Выигрывает команда, осалившая больше игроков. Исходное положение можно менять: стоя лицом, боком друг к другу и т. д.	4
Практика №14 «Кто больше»	Поставьте на снегу в линию несколько пустых пластиковых бутылок. Игроки должны встать в 20 – 30 шагах от бутылок. Каждый игрок кидает по три снежка (изготовленного из фольги) за один раз. Выигрывает тот, кто сбил большее количество бутылок.	2
Практика №15 «Вызов номеров»	Играющих делят на две команды, которые выстраиваются в две колонны у лицевой линии. Команды рассчитываются по порядку. Каждый игрок запоминает свой номер. На средней линии напротив каждой колонны ставят булавы. Педагог называет один из номеров. Игроки обеих команд, стоящие под этим номером, бегут до булавы, оббегают их и возвращаются обратно. Победитель приносит своей команде очко. Игра продолжается до тех пор, пока не будут вызваны все номера. Команда, набравшая наибольшее количество очков, побеждает. Можно усложнить игру, если предложить игрокам бежать спиной вперед, боком, приставными шагами или поставить на пути препятствия.	2
Практика №16 «Пустое место»	В этой игре должны участвовать не менее 10 человек. Путем жеребьевки выбирается ведущий, остальные игроки становятся в круг, взявшись за руки. Ведущий несколько раз медленно обходит	2

	круг с внешней стороны. Потом неожиданно хлопает кого-нибудь из участников по плечу и мигом бежит вперед. Тот игрок, которого выбрал ведущий, отцепляется от соседей и старается быстрее оббежать круг навстречу водящему. Важно первым занять пустое место. В круге остается игрок, занявший пустое место первым и успевший взяться за руки с соседями. Опоздавший становится водящим. Необходимо помнить о следующих правилах: водящий ходит шагом до тех пор, пока не «вызовет» кого-то ударом по плечу; во время бега запрещено касаться участников, стоящих в круге; если ведущий прибегает на пустое место вторым, в следующий раз он не имеет права вызывать на состязание того же участника.	
Задание на СРС №7-8-9	1. Составление конспектов урока по подвижным играм 2. Составление комплексов обще развивающих, специальных упражнений 3. Преобретение навыков по учету тренировочной нагрузки (по дневнику) 4. Написание рефератов по пройденным материалам. 5. Приобретение практических навыков и умения для изучения конкретных задач.	
Итого:		32

- При проведении занятий применяются различные образовательные технологии (диалогов, обсуждений, дискуссий, практической демонстрации).

2.2. Самостоятельная работа студентов осуществляется в следующей форме:

- Домашнее задание в виде письменного работа, устного опроса, практической демонстрации.

ПРОЦЕДУРА ОЦЕНКИ ДОСТИЖЕНИЙ СТУДЕНТОВ

- Оценка знаний студентов определяется как степень достижения результата обучения по данному разделу.
- Окончательная оценка определяется как сумма оценок по разделам (max 100).
- Контроль:
- Контроль 1 8-неделя
- Контроль 2 16-неделя

5. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

5.1. Структура учебной дисциплины

Объем учебной дисциплины и виды учебной работы	
Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	60
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	
в том числе:	
лекции	
лабораторные и практические занятия	32

Самостоятельная работа обучающегося (всего)	28
в том числе:	
составление отчётов по лабораторным работам	
составление презентаций, рефератов, сообщений	
подготовка к занятиям	
Итоговая аттестация: зачет-2сем,	

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ, УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Демонстрационное оборудование, оргсредства, спортивный инвентарь и оборудование.

6.4. Материально-техническое обеспечение дисциплины.

Деловые игры

а) эстафеты; элементы игры

б) имитация судейства игры.

Спортивный зал, спортивная площадка,

4.2. Рекомендуемая литература: Учебно-методические материалы по дисциплине

Список рекомендуемой литературы:

Основная литература

1. Аранская О.С. Игра как средство формирования здорового образа жизни.-2002.-№5.-с.54.
2. Маюров А.Н. Уроки культуры здоровья. В здоровом теле – здоровый дух. Уч. пособие для ученика и учителя. М.: Педагогическое общество России, 2004.
3. Организация и оценка здоровьесберегающей деятельности образовательных учреждений. Руководство для работников системы общего образования.-М.: 2004.
4. ФГОС Примерные программы начального образования. – «Просвещение», Москва, 2009. ФГОС Планируемые результаты начального общего образования. – «Просвещение», Москва. 2009.
5. Антропова, М.В., Кузнецов Смирнов И.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в современной школе. М., 2002
6. Трофимова Г.В. Помогите себе сами. Минск, 2003.
7. Тихомирова Л.Ф. 1. Зимние подвижные игры: 1–4 классы./ Авт.-сост. А.Ю. Патрикеев. – М.: ВАКО, 2009.
8. Клуб здоровья и долголетия. <http://www.100let.net/index.htm> Уроки здоровья. М., 2002
9. Обухова Л.А., Лемякина Н.А., Жиренко О.Е. Новые 135 уроков здоровья, или Школа докторов природы (1-4 классы). – М.: ВАКО, 2007.
10. Подвижные игры: 1–4 классы./ Авт.-сост. А.Ю. Патрикеев. – М.: ВАКО, 2007.

11. <http://collegy.ucoz.ru/publ/6>

12. Дереклеева, Н.И. Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья: 1-5 классы. – М.: ВАКО 2007 г. - / Мастерская учителя.
13. Дереклеева, Н.И. Справочник классного руководителя: 1-4 классы / Под ред. И.С. Артюховой. – М.: ВАКО, 2007 г., - 167 с. (Педагогика. Психология. Управление.)
14. Ковалько, В.И. Школа физкультминуток (1-11 классы): Практические разработки физкультминуток, гимнастических комплексов, подвижных игр для младших школьников. – М.: ВАКО, 2007 г. – / Мастерская учителя.
15. Невдахина, З.И. Дополнительное образование: сборник авторских программ / ред.-сост. З.И. Невдахина. - Вып. 3.- М.: Народное образование; Ставрополь: Ставропольсервисшкола, 2007. – 134 с.
16. Патрикеев, А.Ю. Подвижные игры. 1-4 класса. М.: Вако, 2007. - 176с. - / Мозаика детского отдыха.

Дополнительная литература

17. Синягина, Н.Ю. Как сохранить и укрепить здоровье детей: психологические установки и упражнения [Текст] / Н.Ю. Синягина, И.В. Кузнецова. – М.: Владос, 2003. – 112 с.
18. Смирнов, Н.К. Здоровье сберегающие образовательные технологии в работе учителя и Школы. М.: АРКТИ, 2003. – 268 с.
19. Колемаскина Л.В., Акимова Н.М. Игры для динамической паузы. Ж. «Начальная школа» 2012г, №11, с.18.

13. СОКРАЩЕНИЯ

ГОС	государственный образовательный стандарт
ВПО	высшее профессиональное образование
ОК	общенаучные компетенции
ИК	инструментальные компетенции
СЛК	социально-личностные и общекультурные компетенции
ПК	профессиональные компетенции
СРС	самостоятельная работа студента
ООП	основная образовательная программа
НГУ	Нарынский государственный университет им. С.Нааматова