

ЛЕКЦИЯ 2. ДЕНЕ ТӘРБИЕСІ БОЙЫНША СЫНЫПТАН ТЫС ЖҰМЫСТЫҢ МАЗМҰНДЫ БӨЛІГІ РЕТІНДЕ ДЕНЕ ЖАТТЫҒУЛАРЫМЕН САБАҚ ӨТКІЗУДІҢ САБАҚТАН ТЫС НЫСАНДАРЫ

Жоспар

1. Дене тәрбиесі бойынша сыныптан тыс жұмыстың мазмұнды бөлігі ретінде дене жаттығуларымен сабақ өткізудің сабақтан тыс нысандары
2. Оқушыларды дене тәрбиесінде дене шынықтыру жаттығуларын құру және ұйымдастыру
3. Отандық дене тәрбиесінде сабақ және сабақтан тыс нысандар.

Оқушыларды дене тәрбиесінде дене шынықтыру жаттығуларын құру және ұйымдастыру сабақтық және сабақтан тыс түрлерін бөліп көрсетеді.

Дене жаттығуларымен сабақтарды құру формалары - бұл оқу-тәрбие процесін ұйымдастырудың осы процеске қатысушылар арасындағы өзара іс-қимылмен және сабақ жағдайларымен сипатталатын тәсілдері.

Отандық дене тәрбиесінде сабақ және сабақтан тыс нысандар бөлінеді; бұл ретте сабақ нысандары негізгі, ал сабақтан тыс нысандар қосымша (2,19, 20, 31) болып табылады. Осыған байланысты сабақтардың сабақтан тыс түрлеріне мынадай белгілер тән.

1. Сабақты нұсқаушы, неғұрлым дайындалған оқушы және т.б. маман емес жүргізе алады. Мысалы, мектептегі динамикалық өзгерістер оларды ұйымдастыруға және педагогикалық персоналдың көп санын өткізуге қатысуды көздейді, тек қана дене шынықтыру мұғалімдері ғана оқушылардың көп санын дене жаттығуларын бір мезгілде орындауға тарта алмайды. Қарама-қарсы спорт секцияларындағы сабақтар әдістемелік сауатты ұйымдастыруды талап етеді, осыған байланысты оларды дене шынықтыру пәнінің мұғалімі жүргізуі тиіс.

2. Шұғылданушылардың құрамы тұрақты да, өзгермелі де болуы мүмкін. Спорт секцияларындағы сабақтар мен сабақтардың шағын нысандары топтың тұрақты құрамын болжайды, ал кейбір мектеп спорттық-бұқаралық іс-шаралары қатысушылардың аралас құрамына жол береді.

3. Сабақтардың сабақтан тыс нысандары үшін білім беру стандарттары, бағдарламалар немесе өзге де нормативтік құжаттар әзірленбейді. Сонымен қатар, олардың кейбіреулері үшін (спорттық секциялар, спорттық жарыстар және т.б.) жоспарлау құжаттары әзірленуде: ағымдағы жоспарлау, сценарийлер, регламент және т.б.

4. Сабақтың сабақтан тыс нысандары бару үшін міндетті болып табылмайды. Оның ішінде нақты оқушының сабақтан тыс қызметке қатысуына байланысты дене шынықтыру бойынша үлгерімді бағалауды төмендетуге немесе ұлғайтуға болмайды. Егер қорытынды баға беру кезінде мұғалім

әмбебап оқу іс-әрекеттерінің (UUD) қалыптасуын ескеретін болса, бұл сабақтан тыс сабақтар арқылы да көрініс табады. Бұл үшін білім беру мекемесі деңгейінде оны игеру нәтижелерін бағалаудың нақты регламенті бар UUD қалыптастыру бағдарламасы әзірленуі және бекітілуі тиіс.

5. Сабақтан тыс нысандар дене тәрбиесі міндеттерінің кешенді іске асырылуын болжамайды. Кейбір сабақтан тыс сабақтар, мысалы, спорт секциялары дене тәрбиесінің білім беру, сауықтыру және тәрбиелеу міндеттерін кешенді шешуді көздейді. Қалған нысандар, әдетте, тек сауықтыру немесе тәрбиелеу міндеттерін шешуге бағытталған.

6. Мерзімсіз нысандар өзінің қолжетімділігіне байланысты оларды жүргізу әдістемесі үшін күрделі болып табылмайды. Осыны негізге ала отырып, педагог қызметкерлерге (әсіресе дене шынықтыру саласындағы маман еместерге) сабақтарды ұйымдастыру мен мазмұнына жоғары әдістемелік деңгей қойылмайды.

7. Сабақтың сабақтан тыс нысандарын өткізу кезінде сабақ нысандарына көзделген бақылау түрлерін жүзеге асыру талап етілмейді. Әдетте, жаттығулардың дұрыс орындалуына, регламенттің сақталуына, еңбекті қорғауға және т.б. жедел бақылау жүзеге асырылады. Тұрақты және ұзақ сабақтар, негізінен спорт секциялары мен жарыстар үшін кезеңдік немесе ағымдағы бақылауды жүзеге асыруға болады (дене шынықтыру дайындығы деңгейін тіркеу, жарыс қызметінің табыстылығы, UUD қалыптасуы және т.б.).

Білім беру жүйесіндегі дене шынықтыру жаттығуларымен сабақтан тыс сабақ нысандары сабақ нысандарын алмастыра алмайтынын және тек қосымша деп қарастырылуы тиіс екенін түсіну қажет. Сонымен бірге сауатты ұйымдастырылған сабақтан тыс сабақтар сабақ нысандарының оң әсерін толықтырады және олармен бірге дене тәрбиесінің пәрменді құралы болып табылады.

Білім беру мекемесінің дене тәрбиесінде сабақтан тыс сабақ нысандарының мынадай түрлері (жіктеу) бар:

кіріспе гимнастика, белсенді демалыс микропаузалары, дене шынықтыру үзілістері және минуттар, динамикалық (жылжымалы) өзгерістер;

ірі нысандар: спорттық секциялар, ұзартылған күн топтарындағы спорттық сағат, дербес сабақтар, «денсаулық күндері», спорттық мерекелер және т.б.;

Жарыс түрлері: мектепшілік жарыстар немесе спартакиадалар, ресми жарыстар (муниципалдық, облыстық).

Педагогикалық практикада сабақтан тыс сабақ нысандары (немесе сыныптан тыс) ұғымы дәстүрлі түрде қолданылады. Ол дене жаттығуларының мазмұны мен бағыттылығын емес, олардың ұйымдық құрылымын және білім беру мекемесінің оқу жоспарындағы орнын көрсетеді. Жалпы білім беретін мектепте дене шынықтырумен қатар бір жалпы атаумен біріктірілген басқа да сабақтар өткізіледі - сабақтан тыс жұмыс немесе сабақтар, яғни кестеден тыс шығарылған сабақтар. Осыған байланысты кәсіптік қызметте сабақтан тыс сабақтардың жалпы ұғымы жиі қолданылады, бұл сабақтан тыс нысандардың мәнін, олардың білім беру

мекемесінің дене тәрбиесі жүйесіндегі орнын бағыттауды және түсінуді жоймайды.

Отандық дене тәрбиесі жүйесінде сабақтан тыс жұмыстарға көп көңіл бөлінді, бұл көбінесе сабақтың сабақ формаларының аздығымен байланысты болды - аптасына 2 сабақ. Кеңес кезеңінде сабақтан тыс сабақтар дене шынықтыру сабақтарымен бірге қозғалыс белсенділігінің тапшылығын өтеуге мүмкіндік береді деп есептелді. Алайда сабақтан тыс сабақтардың ұйымдастырушылық күрделілігі бұл проблеманы толық көлемде шешуге мүмкіндік бермеді. Қазіргі уақытта сабақтардың сабақ нысандарын аптасына 3 сағатқа дейін ұлғайтуға қарамастан дене шынықтыру бойынша сабақтан тыс жұмыстың мазмұндық және ұйымдастырушылық құрамы жетілдірілуі, оның оқушылардың дене тәрбиесіне қосқан үлесі күшейтілуі тиіс.

Сабақтардың сабақтан тыс нысандарын жіктеу және дене тәрбиесі бойынша сабақтан тыс қызметтің бағыттылығы

1. Оқу қызметіне тиімді кіру үшін жағдайларды қамтамасыз ету, бұл кіріспе гимнастика жаттығуларын орындаумен қамтамасыз етіледі.
2. Оқу қызметі барысында жұмыс қабілеттілігін арттыру және үдемелі шаршауға қарсы тұру. Бұл міндет сабақтың шағын нысандарының (дене шынықтыру үзілістері мен минуттары, жылжымалы өзгерістер) жаттығуларын тұрақты орындау арқылы шешіледі.
3. Оқушылардың денсаулығын нығайту, қозғалыс қызметінің көлемі мен әртүрлілігін арттыру. Бұл міндет негізінен сабақтардың ірі нысандары есебінен шешіледі.
4. Оқушылардың ең көп санын дене жаттығуларымен тұрақты сабақтарға тарту, бұл сабақтардың ірі және жарыстық нысандарының дұрыс ұйымдастырылған жұмысымен шешілуі мүмкін.
5. Дене шынықтыру мен спортты, салауатты өмір салтын жүргізуді насихаттау. Бұл жерде спорттық-бұқаралық іс-шаралар шешуші рөл атқарады.
6. Оқушыларды спорттық және жарыстық қызметке баулу. Спортпен шұғылданбайтын оқушылар спорттық секцияларға қатысу, жарыстарға қатысу есебінен спорттық сабақтар мен жарыстардың қарапайым тәжірибесін алады.

Мектептегі дене шынықтыру бойынша сабақтан тыс іс-шаралар жүйесі оқушылардың түрлі қажеттіліктерін қанағаттандыруға қабілетті. Дене шынықтыру-бұқаралық сабақтар (Денсаулық күндері, спорттық мерекелер) жарыс емес, айқын қарсыласусыз және жеңімпазды анықтаусыз оқушыларды қозғалыс қызметіне кеңінен тартуға бағытталған. Сабақтың шағын түрлері шаршауға қарсы тұруға және оқушыларды өзін-өзі реттеу тәсілдеріне үйретуге бағытталған. Бұл ретте динамикалық өзгеріс дене жаттығуларымен айналысуға ынталандыруды күшейтуге ықпал етуі мүмкін. Спорт түрлері негізінде тұрақты қозғалыс қызметіне қызығушылық танытатын оқушылар секциялық сабақтарға қатыса отырып, өз қажеттіліктерін қанағаттандыра алады. Сынып немесе мектеп құрама командасының құрамындағы

жарыстарға қатысу оқушылардың қарапайым жарыс қызметіне деген қажеттілігін қанағаттандыруға қабілетті.

Мұны педагогикадағы дене тәрбиесін жарыс бағытынсыз декларациялайтын тәсілдерді негізге ала отырып түсіну ерекше маңызды. Әрине, мұндай тәсілдердің дене тәрбиесі жүйесіне енгізуге құқығы бар, бірақ тек жекелеген бағыттар ретінде ғана. Алайда, оқушылардың дене тәрбиесінде, оның ішінде сабақтан тыс сабақтарда қозғалыс қызметінің барлық ықтимал түрлері, оның ішінде жарыс құрамдас бөлігінсіз де қатысады, мақсатты қондырғыларды нақты сақтау және педагогикалық құралдар, әдістер мен ұйымдастырушылық нысандар кешенін іске асыру қажет.

Осылайша, жалпы білім беретін мектепте дене шынықтыру жаттығуларымен сабақтан тыс сабақтардың нысандары орындалатын қозғалыс тапсырмаларының мазмұнына, оларды өткізу ерекшелігіне және бағыттылығына қарай әртүрлі міндеттерді шешеді.

Оқытудың техникалық құралдары: слайдтар, презентациялар.

Лекцияны оқудың тәртібі, оқыту әдістері мен түрлері: проблемалық оқыту технологиясы, дамыта оқыту технологиясы.

Әртүрлі күрделілік деңгейдегі тапсырмалар (сұрақтар) және оларды бағалаудағы ұпайлардың үлестірілуі (20 ұпайға дейін).

Сұрақтар:

1. Дене тәрбиесі бойынша сыныптан тыс жұмыстың мазмұнды бөлігі ретінде дене жаттығуларымен сабақ өткізудің сабақтан тыс нысандары
2. Оқушыларды дене тәрбиесінде дене шынықтыру жаттығуларын құру және ұйымдастыру
3. Отандық дене тәрбиесінде сабақ және сабақтан тыс нысандар.

БӨЖ және БОӨЖ тапсырмалары (30 ұпайға дейін).

Дене тәрбиесі бойынша сыныптан тыс жұмыстың мазмұнды бөлігі ретінде дене жаттығуларымен сабақ өткізудің сабақтан тыс нысандары

Пайдаланылған әдебиеттер:

Негізгі:

1. Организация и методика учебного процесса, физкультурно-оздоровительной и спортивной работы в вузе, Учебное пособие, Алматы, Қазақ университеті 2020, Г.Б. Мадиева
2. Аймақтық ерекшелік сипаты ескеріліп мектеп оқушыларына дене мәдениетінен білім берудің педагогикалық үлгісі, монография, Түркістан 2017, Б.Қ.Мухамеджанов., Б.М.Баймуханбетов
3. Болошақ жаттықтырушы-оқытушылардың ұйымдастыру-әдістемелік күзінеттілігін қалыптастыру әдістемесі, оқу құралы, Түркістан 2015, Б.Қ. Мухамеджанов., Б.С.Омаров
- 4.Спортты басқару және ұйымдастыру, Оқу құралы, Түркістан 2019,

К.Д.Баєтов., Б.К.Баєтов., Д.М.Баєтов

Қосымша:

1. Тайжанов С., Қарақов А. Дене тәрбиесі / 1-кітап. Жоғары оқу орындарына арналған оқулық. – Алматы: Эверо, 2019. – 368 б.
2. Тайжанов С., Қарақов А. Дене тәрбиесі / 2-кітап. Жоғары оқу орындарына арналған оқулық. – Алматы: Эверо, 2019. – 340 б.
3. Тайжанов С., Қарақов А. Дене тәрбиесі / 3-кітап. Жоғары оқу орындарына арналған оқулық. – Алматы: Эверо, 2019. – 346 б.
4. Тайжанов С., Қарақов А. Дене тәрбиесі / 4-кітап. Жоғары оқу орындарына арналған оқулық. – Алматы: Эверо, 2019. – 290 б.