

ЛЕКЦИЯ 4. ОҚУ ІС-ӘРЕКЕТІ ПРОЦЕСІНДЕГІ МЕКТЕП ОҚУШЫСЫНЫҢ ӨНІМДІЛІГІ МЕН ШАРШАУЫ. МЕКТЕП ОҚУШЫЛАРЫНЫҢ ҚОЗҒАЛЫС РЕЖИМІ.

1. Оқу іс-әрекеті процесіндегі мектеп оқушысының өнімділігі мен шаршауы.
2. Мектеп оқушыларының қозғалыс режимі.
3. Мектеп жасындағы оқушылар үшін дене жаттығуларын белгілеу.

Оқушылар үшін дене жаттығуларының білім беру мәні дағдылардың қозғалыс дағдыларын қалыптастыру (жаттығу техникасын игеру) және мектепте оқу барысында теориялық ақпаратты меңгеру болып табылады. Оқушылардың қозғалыс дағдылары мен дағдыларын игеру дәрежесі белгілі бір дәрежеде олардың қозғалыс мәдениетінің деңгейін сипаттайды. Мектеп бітіруші игерген қозғалыс қоры оны одан әрі күнделікті өмірде қолдануға, кәсіби қызметтің әртүрлі түрлерін игеруге мүмкіндік береді және белгілі бір мағынада жеке адамда өмір бойы қалады.

Мектеп жасындағы оқушылар үшін дене жаттығуларының сауықтыру мәні денсаулықты нығайту, дұрыс дене бітімін қалыптастыру, дене қасиеттері мен олармен байланысты қозғалыс қабілеттерін дамыту болып табылады. Физикалық қасиеттердің даму деңгейі көбінесе дене шынықтыру жөніндегі мектеп бағдарламасында көзделген қозғалыс дағдылары мен дағдыларын игерудің табыстылығын қамтамасыз етеді.

Дене жаттығуларының тәрбиелік мәні жеке адамда оқушылардың қозғалыс қызметін орындау кезінде көрінетін жеке адамның қажетті тұлғалық және моральдық-адамгершілік қасиеттерін қалыптастырудан тұрады.

Дене жаттығуларын бағалау

Мектептегі дене шынықтыру практикасында дене жаттығуларын бағалау нақты оқу орны қабылдаған негізгі білім беру бағдарламасының бағдарламалық-нормативтік талаптарына сүйене отырып, оның ішінде әмбебап оқу іс-әрекеттерін қалыптастыруды ескере отырып жүзеге асырылады. Мектептегі дене шынықтыру жаттығуларын бағалау негізінен келесі критерийлер бойынша жүзеге асырылады.

Жаттығудың нәтижелілігі

1. Нормативтік талаптарды (қозғалыс дайындығы нормативтерін) орындау. Бұл бағалаудың ең қарапайым тәсілі, себебі сыртқы айқын өлшемдердегі жаттығудың нәтижелілігіне қойылатын формалды талаптарға сүйенеді: қашықтықты еңсерудің көрсетілген уақыты, секіру ұзақтығы немесе биіктігі, лақтыру қашықтығы, қайталау саны және т.б. Бағалаудың мұндай тәсілі,

негізінен, жеңіл атлетикалық жаттығулар, жалпы дене шынықтыру дайындығы жаттығулары және т.б. үшін қолданылады. Мұндай жаттығуларды бағалау кезінде нәтиже, негізінен, оқушының қозғалыс дайындығына байланысты, өйткені орындауға қойылатын талаптар күрделі болып табылмайды: лақтыру кезінде секторға түсу, жүгіру жолында орналастыру, тек қана зерттелген тәсілмен орындау және т.б.

2. Жаттығудың негізгі техникалық сипаттамаларын сақтау кезінде нормативтік талаптарды орындау. Кейбір жаттығуларда нормативтік талаптарды орындау ғана емес, сонымен қатар қозғалыстардың регламенті мен негізгі техникалық сипаттамаларын сақтау қажет. Мысалы, баскетболда себетті ғана емес, жалпы жаттығудың дұрыс техникасын көрсету қажет; волейболда доп беруді орындау кезінде дұрыс техниканы көрсетіп қана қоймай, алаңның берілген аймағына кіру қажет, шаңғымен жүріп-тұру кезінде дұрыс техниканы сырғанаудың оңтайлы ұзындығымен үйлестіру қажет, Жаттығудың нәтижелілігі бір бағыттағы бақылау сабақтарында да, сондай-ақ арнайы ұйымдастырылған сабақтарда құрамдастырылған сабақтарда да бағаланады.

3. Жаттығу техникасының параметрлері (сынақ жаттығулары және жаттығулардың комбинациялары). Жаттығуларды бағалау кезінде мұғалім бақыланатын қозғалыс әрекеті техникасының негізгі параметрлерін оқушылардың нақты жасына және қозғалыс әрекетін игерудің объективті мүмкіндіктеріне қатысты эталондық техниканың берілген параметрлерімен салыстырады. Бұл негізінен гимнастикалық жаттығуларға, спорттық ойындарға, шаңғы дайындығының кейбір жаттығуларына, жүзуге және т.б. қатысты. Бұл бағалаудың анағұрлым күрделі тәсілі, өйткені көзбен шолып жүзеге асырылады. Бұл үшін мұғалімде техниканың қандай параметрлері және олардың сақталуына қойылатын талаптар бақыланатын мақсатты жаттығуда салыстыруға ұшырауы тиіс деген нақты түсініктер болуы тиіс. Бұдан басқа, мұғалім жаттығу техникасына қойылатын талаптар, әсіресе бірнеше оқу жылдарында орындалатын жаттығулар немесе олардың вариациялары үшін біртіндеп күрделенуі тиіс екенін түсінуі тиіс. Бұл жағдайда мұғалім оқушылардың назарына техникалық оқушылардың онымен еркін танысу мүмкіндігімен нормативтік құжат түріндегі жаттығуларға қойылатын талаптар. Әдетте, сынақ жаттығулары мен комбинациялары бақылау сабақтарында да, жаттығуларды орындау барысында басқа да сабақтарда да арнайы жағдай жасалмай бағаланады.

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. Оқу іс-әрекеті процесіндегі мектеп оқушысының өнімділігі мен шаршауы.
2. Мектеп оқушыларының қозғалыс режимі.
3. Мектеп жасындағы оқушылар үшін дене жаттығуларын белгілеу.

БӨЖ және БОӨЖ тапсырмалары (30 ұпайға дейін).

Оқу іс-әрекеті процесіндегі мектеп оқушысының өнімділігі мен шаршауы.

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 күзиреттілігін 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.