

## Дәрістің тақырыбы: Жарыстың құжаттары, оларды құрастыру әдістемесі

### Қарастырылатын срақтар:

Жарыстың ережесін құрастыру, жазу.

Жарыстың өтініші, оны дұрыс толтыра білу.

#### 1. Жарыстың ережесін құрастыру, жазу

Барлық дәрежедегі жарыстарға даярлық алдында ең негізгі жарыс құжатын - ережені құрастыру, жазу керек. Жарыстың ережесін жазған кезде жарыстың атына, атауына үлкен мән берген дұрыс. Жарыстың атауында жарыс көлемі, ауқымы, кімдер арасында өткізілуі нақты түрде көрініс табуы керек. Мысалы: «Пауэрлифтингтен ересектер арасында өткізілетін Түркістан облысының біріншілігі, Дзю-до күресінен ересектер арасында өткізілетін Түркістан қаласының біріншілігі» т.с.с.

Барлық жарыс түрлерінің ережесін негізгі жеті түрлі бөлімдерден (пунктен) тұрады. Олар:

**1. Мақсаты мен міндеттері.** Жарыстың мақсатын жазғанда, жарыс негізгі қандай мақсатта өткізілетінін жазамыз. Мысалы, дзю-до күресінен қала біріншілігін өткізсек, өткізу мақсаты: қаланың мықты дзю-дошыларын анықтау. Облыс біріншілігін өткізсек, республикалық жарысқа қатысатын облыс құрама команда мүшелерін анықтау т.с.с. Міндеттері 1-3 ке дейін болуы мүмкін. Мысалы: 1. Спортшылардың денсаулығын нығайту. 2 Жарыс өткізілетін спорт түрін насихаттау. 3. Спорт түрінің техникасын мен тактикасын жетілдіру және т.б.

**2. Жарыс өткізілетін орны мен уақыты.** Өткізілетін орны мен уақыты нақты белгіленіп, жазылуы керек. Мысалы: «Жарыс Түркістан қаласындағы «Олимпик» спорт кешенінде, 2024 жылдың 1-3 қараша жұлдызында өткізіледі». Жарыстың басталуы сағат - 10.00-де. Барлық жарысқа қатысушылар спорттық киіммен қатысуы тиіс екендігі көрсетіледі.

**3. Жарысты басқару.** Бұл бөлімде ережені бекітіп, оның оң жақ бұрышына «бекіттім» деп қол қоятын мекеме басшысы жарысты басқаруға төрешілер тағайындайды. Сол төрешілер жарысты басқару бөлімінде жазылуы керек. Мысалы, жарысты Облыстық дене тәрбиесі және спорт басқармасы өткізсе: «Жарыстарды басқару Түркістан облысының Дене тәрбиесі және спорт басқармасы бекіткен төрешілер алқасына жүктеледі», - деп жазылады.

**4. Жарысқа қатысушы спортшылар мен командалар.** Бұл бөлімде жарысқа қатысушы спортшылар кімдер екені (ерлер, әйелдер, қыздар, ұлдар), қай жас тобына жататыны (жасөпірімдер, жастар, ересектер, егде жастағы адамдар), қандай спорттық дәрежедегі (разрядтағы) спортшылар қатысатыны жазылады. Командалар арасында болса, команда аттары немесе қай лигада ойнайтын командалар арасында өткізілетіні нақты жазылады.

**5. Жарыстың бағдарламасы мен кестесі.** Бұл бөлімде жарыстың өткізілу уақыты, сағаты, ашылу және жабылу салтанаты жазылады. Командалар арасындағы жарыс болса, жарыс кестесі, қай команда кіммен ойнайтыны көрсетіледі.

**6. Жарысты жүргізу, есептеу жолы мен марапаттау.** Бұл бөлімде жарыс қандай жолмен (айналмалы, шығып қалу, аралас) өткізілетіні, ұпай саны қалай есептелетіні жазылады. Марапаттауды жазғанда жүлделі орын алған спортшыларға қандай мақтау қағазын, қандай сыйлықтар берілетіні жазылады. Мысалы: «Жүлделі орын алған спортшылар I, II, III дәрежелі дипломдармен, бағалы сыйлықтармен марапатталады», - деп жазылады.

**7. Өтініш және оны беру уақыты.** Бұл бөлімде өтініш қандай түрде, жарыс басталардан неше күн бұрын берілуі керек екені жазылады. Төменде өтініш беру түрі көрсетілген. №4 бағанада күрес түрлеріндегі салмақ дәрежелері көрсетілді, ал жеңіл атлетика жарысы жөніндегі өтініш болса жарыс жаттығулары түрлері, 100 м ұзындыққа секіру, граната лақтыру деп көрсетіледі.

## **2. Жарыстың өтініші, оны дұрыс толтыра білу**

Жарыс өтініші жарыс құжаттарының ішіндегі маңыздысы екеніне ешбір бапкер, жарысқа спортшыларды бастап апарған жауапты тұлға дау айта алмайды. Өйткені, жарысқа апарған кезде өтініш дұрыс толтырылмай, мандаттық комиссиясының талаптарына сай келмей, спортшылар жарысқа жіберілмесе, егер ол оқиға басқа қаладан барған кезде болса, ол жауапты тұлға мен бапкерге көп шығындануына, мекеме басшысы алдында үлкен жауапкершілікпен жауап беруіне тура келеді. Сондықтан өтініш және спортшының классификациялық куәлігінің дұрыс, сауатты толтырылуына үлкен мән беру қажет.

Өтініш толтырылғанда спортшының аты-жөні, туылған жылы, спорттық дәрежесі, оның жеке және классификациялық куәлігіндегі мәліметтерге сай болу қажет. Міндетті түрде спортшыларды жарысқа жіберген мекеме басшысының аты-жөні жазылады, қолы қойылады, мекеменің мөрі басылады. Спортшының жарыс алдында дәрігерге тексерілуі, өтінішке дәрігердің қолы қойылуы, белгісі (мөрі) басылуы керек болады. Өтініштің үлгі түрі суретте көрсетілген.

## **3. Жарыстың хаттамалары, оларды дұрыс толтыра білу**

Жарыстың хаттамалары әр спорт түрінде әр түрлі болып құрастырылады. Ол хаттамалар спорт түрлерінің ережелеріне, қағидаларына сай ондаған жылдар жарыстарда қолданылып, ең тиімді түрлері қалыптасқан. Сондықтан біз ол хаттамаларды дұрыс толтыру әдістемесін әр спорт түрлерінің жарыс өткізу әдістемесінің еншісіне қалдырып, бірнеше спорт түрінің хаттамаларын үлгі ретінде ұсынып отырмыз.

**Бақылау сұрақтары:**

Жарыстың ережесін құрастыру, жазу?  
Жарыстың өтініші, оны дұрыс толтыра білу?  
Жарыстың түрлері?

### **Әдебиеттер:**

#### **Негізгі әдебиеттер:**

1. Ботағариев Т.А. Дене шынықтыру және спорт теориясы мен әдістемесі / Оқу құралы. – Ақтөбе, 2017. – 240 б.
2. Холодов Ж.К. Теория и методика физической культуры и спорта. – М.: 2018. – 496 с.
3. Уанбаев Е.К. Дене мәдениеті және спорттың теориясы мен әдістемесі. – Алматы: «Эверо», 2019. – 309 б.
4. Есіркепов Ж.М. Дене тәрбиесінің теориясы мен әдістемесі / - Алматы: Адал-кітап, 2021. – 289 б.

#### **Қосымша әдебиеттер:**

1. *Аманбаев Р.Р. Спорт теориясы мен әдістемесінің жалпы негіздері. Оқу құралы 2014. – 200 б.*
2. Тайжанов С., Қарақов А. Дене тәрбиесі / 4-ні кітап. Оқулық. – Алматы: Эверо, 2019. – 368 б.
3. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физической культуры и спорта. (15-е) изд. «Москва» 2018. – 250 с.
4. Құланова Қ.Қ, Марчибаева Ұ.С. Таңдаған спорт түрінен жалпы және арнайы дене дайындығы. Оқу-әдістемелік құрал. Алматы, 2018. – 185 б.
5. Әбділлаев Ә.К. Таңдап алған спорт түрлерінің теориясы мен әдістемесі. Оқулық, Түркістан: «Тұмар», 2017. – 217 б.
6. Масалова О.Ю. Теория и методика физической культуры. Учебник. Ростов-на Дону. «Феникс», 2018. – 245 с.
7. Уаңбаев Е.Қ. Дене тәрбиесінің негіздері. Көмекші оқу құралы. – Алматы: «Санат», 2000. – 72 б.