

Ақмола облысы дене шынықтыру және спорт басқармасы
«Бөгенбай батыр атындағы олимпиада резервінің облыстық
мамандандырылған мектеп-интернат-колледжі» КММ



**Пән/модуль/өндірістік оқыту мен кәсіптік практика бойынша оқу жұмыс
бағдарламасы**

**Рабочая учебная программа по дисциплине/ модулю/производственному обучению и
профессиональной практике**

Дене тәрбиесінің теориясы мен әдістемесі

(модуль немесе пән атауы) / (наименование модуля или дисциплины)

Мамандық: 01140500 « Дене тәрбиесі және спорт »

Специальность: 01140500 « Физическая культура и спорт »

Біліктілік: 4S01140503 « Спорт жағтықтырушысы-оқытушы »

Квалификация: 4S01140503 « Тренер - преподаватель по спорту »

Оқыту нысаны: күндізгі оқу орта білім базасында

Форма обучения: очная на базе среднего образования

Жалпы сағат саны: 184

Общее количество часов

Әзірлеуші(-лер): Якупов М.Х.

Разработчик(-и) Т.А.Ә. (болған жағдайда)

Ф.И.О. (при наличии)


(колы) / (подпись)

Түсіндірме жазба

Осы "Дене тәрбиесінің теориясы мен әдістемесі" пәні бойынша үлгілік оқу бағдарламасы үлгілік оқу бағдарламасына және техникалық кәсіптік білімнің білім беру бағдарламасына сәйкес әзірленді. Қазақстан Республикасы Білім және ғылым министрлігінің 2016 жылғы 22 қаңтардағы №72 бұйрығы 19, 20-қосымша 01140500 "Дене тәрбиесі және спорт" мамандығы бойынша 4S01140503 "Спорт жаттықтырушысы-оқытушы" біліктілігімен.

Негізгі мақсат оқу материалын игеруде білім, білік және дағдыларды қалыптастыру. Үлгілік оқу бағдарламасы дене тәрбиесі, техникалық және кәсіптік білім факультеттерінің студенттеріне, Болашақ жаттықтырушылар мен спорт педагогтеріне арналған. Сондықтан бағдарламада салауатты өмір салтын жүзеге асыруға, дене шынықтыру іс-шараларына, жарыстарға, спорт секциялары мен үйірмелерге ерекше көңіл бөлінеді.

"Дене тәрбиесінің теориясы мен әдістемесі" пәні бойынша үлгілік оқу бағдарламасын іске асыру үшін оқытуды ұйымдастырудың мынадай нысандары ұсынылады: дәрістер, практикалық сабақтар, экскурсиялар.

Оқу материалы мазмұнының ерекшеліктері мен күрделілігін ескере отырып, оқытудың келесі әдістері ұсынылады: әңгімелер, проблемалық пікірталастар, өндірістік жағдайларды талдау, ролдік және іскерлік ойындар, тестілеу, материалды тапыстыру және басқалар.

Пререквизиттер: бұл пәнді меңгеру үшін келесі пәндерді оқу кезінде алған білім дағдылары қажет: анатомия, физиология және дене шынықтыру мен спорттың гигиеналық негіздері, өзін-өзі тану, психология, педагогика.

Постреквизиттер: курста алынған білім келесі пәндерді оқытуда қолданылады: педагогика, психология, биомеханика, спорттық медицина, массаж.

Семестр бойынша сағаттарды болу Распределение часов по семестрам

Пән/модульдің коды және атауы Дисциплина/ код и наименование модуля	Модульдегі барлық сағат саны Всего часов в модуле	1 курс		2 курс		3 курс	
		1 семестр	2 семестр	3 семестр	4 семестр	5 семестр	6 семестр
1	2	3	4	5	6	7	8
Барлығы: Всего:	184	28	26	44	44	18	24
Пән/модуль бойынша оқытуға берілетін жалпы сағат саны. Итого на обучение по дисциплине/ модулю			Сынақ				Емтихан

Оқу жұмыс бағдарламасының мазмұны
Содержание рабочей учебной программы

№	Тараулар/ оқыту нәтижелері. Разделы результаты обучения	Тақырыптар/ бағалау өлшемдері Темы / критерии оценки	Барлық сағат саны Всего часов	Оның ішінде Из них			Сабак түрі Тип занятия	Бағалау тапсырмалары Оценочные задания
				Теориялық Теоретические	Зертханалық Тәжірибелік Лабораторно практические	Жеке Индивидуаль ный		
1				110	74			
2								

1								
	Курстық жоба/жұмыс (егер жоспарланған болса) Курсовой проект/работа (если запланировано)	-	-	-		-		
	Барлық сағат саны: Итого часов:	184	110	74				

2. Пән бойынша жоспарланған оқыту нәтижелері, жоспарланған құзыреттер

Үлгілік оқу жоспарында және білім беру бағдарламасында жоспарланған құзыреттер	Үлгілік оқу бағдарламасында жоспарланған нәтижелер
КҚ 3.3.1. Педагогикалық процестің мәнін, дидактика заңдылықтарын, оқушылардың дамуының анатомиялық-физиологиялық, психологиялық ерекшеліктерін білу.	Біледі: - дене шынықтыру мен спорттың адам және қоғам өміріндегі рөлі; - білім алушылардың дамуының анатомиялық-физиологиялық, психологиялық ерекшеліктері; Біледі: -білім алушылардың жас ерекшеліктерін, анатомиялық- физиологиялық ерекшеліктерін ескере отырып, қозғалмалы ойындарды, спорттық жаттығуларды таңдау; Дағдыларды меңгердік: - білім алушылардың жас ерекшеліктерін ескере отырып, дене жаттығуларын таңдау; Құзыретті: -дене шынықтыру сабақтарына қойылатын талаптарды сақтауда.
КҚ 3.3.2. Таңдалған спорт түрінде жаттықтырушының спорттық және әдістемелік шеберлігін, арнайы кәсіби білімін арттыру бойынша оқытудың заманауи әдістері, тәсілдері, формалары мен құралдарын, ОӘК қолдана білу.	Біледі: - дене тәрбиесінің принциптері; - оқытудың заманауи әдістері, тәсілдері, формалары мен құралдары; - әртүрлі жастағы топтармен сабақ өткізу әдістемесі; - дене тәрбиесі бойынша оқу-әдістемелік кешеннің мазмұны; Біледі: - Сабақтың мақсаты мен міндеттерін анықтау ; - әр түрлі жастағы топтармен сабақ өткізу және ойындар таңдау; - ойып әдістері мен ойын ережелерін түсіндіру және көрсету; - командалар мен бұйрықтар беру; Дағдыларды меңгердік: - ойын процесін және жеке ойыншылардың әрекеттерін басқару, қателерді анықтау және оларды жою жолдарын табу; Құзыретті: - дене шынықтыру бойынша оқу-әдістемелік жиынтықты таңдауда; - білім беру стандарты мен үлгілік бағдарламалар негізінде. Оқу әдістемелік материалдарды жұмыс бағдарламаларын, оқу-тақырыптық

	жоспарларды әзірлеуде.
КҚ 3.3.3. Тандалған спорт түрінде спорттық шеберлік пен жаттықтырушылық дағдыларды оқыту әдістемесін меңгеру.	Біледі: - дене шынықтыруды өткізу әдістемесі; - дене тәрбиесі құралдары; Біледі: - оқу және сыныптан тыс жұмыстарда ашық ойындарды әдістемелік тұрғыдан дұрыс пайдалану; - дене шынықтыру сабағын талдау; - әр жеке сабақтың нақты міндеттерін, оның мазмұнын ескере отырып, ашық ойындарды талдау; Дағдыларды меңгердік: - дене шынықтыру сабағын өткізу әдістемесін меңгеру; - Конспектілер құрастыру және дене шынықтыру сабағын өз бетінше өткізу; Құзыретті: - дене шынықтыру сабағын, Оқу тобындағы ойын сабақтарын өткізу, оны кейіннен талдау; - қимыл ойындарын, дене шынықтыру қозғалысының әртүрлі буындарындағы жарыстарды ұйымдастыруда.
КҚ 3.3.4. Спорттық және қозғалмалы ойындарды, жеңіл атлетикалық және гимнастикалық жаттығуларды, жүзу стильдерін, шаңғымен, конькимен және т. б. қозғалу тәсілдерін меңгеру.	Біледі: - дене шынықтыру сабағын ұйымдастыру формалары; - дене шынықтыру сабағын ұйымдастыру тәсілдері; - дене шынықтырудың ағзаға әсері; - дене тәрбиесінің әдістері мен принциптері; Біледі: - әртүрлі спорттық керек-жарақтарда қозғалу тәсілдерін қолдануға; - спорт түрлері бойынша техника тәсілдерін, тактиканы қолдану; Дағдыларды меңгердік: - спорттық және қозғалмалы ойындарды, жеңіл атлетикалық және гимнастикалық жаттығуларды сабақта қолдану; Құзыретті: - дене тәрбиесі саласындағы жаңа әдістерді зерттеуде; - бұқаралық дене шынықтыру, спорт ойындарын ұйымдастыруда.

КҚ 3.3.5. Жаттығуларды, жарыстарды, сыныптан тыс сабақтарды, спорт секцияларын, төрешілерді жоспарлау және ұйымдастыра білу.	Біледі: - жарыстарды ұйымдастыру және өткізу әдістемесі; - спорттық ойындар, жарыстар және сыныптан тыс іс-шаралар ұйымдастыру; Біледі: - ашық ойындарды қолдана отырып сабақ өткізу; - сабақты талдау және өзіндік талдау жүргізу; - дене шынықтыру-сауықтыру сабақтарында ойындарды қолдану; - дене шынықтыру сабағын өткізу үшін орын, қажетті мүкәммал мен жабдық дайындау; - спорттық жарыстарда қауіпсіздік техникасын, ережелерді сақтау; Дағдыларды меңгердік: - бағдарлама жасау және жарыстар өткізу; - балаларға спорттық ойындар ережелерін үйрету; - ойындардағы тәуелсіз төрешілік; Құзыретті: - спорт секцияларының жоспары бойынша жарыстарды және сыныптан тыс іс-шараларды ұйымдастыру және өткізу - ұсақ жабдықтар мен мүкәммалды іріктеуде және сақтауда.
КҚ 3.3.6. Тренерлік қызметтің мақсаттары мен міндеттерін тұжырымдай білу, білім алушылардың қызметін жобалау, ұйымдастырушылық, басқарушылық қасиеттері мен қабілеттерін дамыту.	Біледі: - дене шынықтырудың мақсаттары мен міндеттері; - дене тәрбиесі сабағының түрлері, құрылымы; Біледі: - жоспар - кесте, сабақ конспектісін, күнтізбелік-тақырыптық жоспарлар құру ; - білім алушы мен жаттықтырушының қызметін жобалау; дағдыларды меңгердік: - білім алушылардың әр түрлі контингентімен дене шынықтыру - сауықтыру, спорттық-бұқаралық жұмысты ұйымдастыру, бақылауды жүзеге асыру, жоспарлар құру; Құзыретті: - дене шынықтыру сабақтары мен спорт секцияларын өткізуді ұйымдастыруда.

КҚ 3.3.7. Жоспарлау, оңтайлы әдістер мен құралдарды таңдау, бақылау, өзін-өзі бақылау әдістерін меңгеру.	біледі: - оқу іс-әрекетінің оңтайлы әдістері мен құралдарын жоспарлау, таңдау тәсілдері; - бақылау және өзін-өзі бақылау әдістері; біледі: - дене шынықтыру сабақтарында педагогикалық бақылау жүргізу; дағдыларды меңгердік; - тәрбие мен оқытудың оңтайлы әдістері мен құралдарын таңдауды есепке алу; Құзыретті: - өзін-өзі бақылауды жүзеге асыруда; - күтілетін нәтижені болжау және оны нәтижемен салыстыру; - спорттық-бұқаралық жұмыстың нәтижелерін, қорытындыларын талдау, өз қызметін жетілдіру;
КҚ 3.3.8. Жаттықтырушының, нұсқаушының функцияларын, тәрбие жұмысының мазмұнын, әртүрлі жастағы ұжымды диагностикалау әдістерін білу.	біледі: - таңдалған спорт түрінің қызметі; - тәрбие жұмысының мазмұны, күнделікті өмірге қажетті дене қасиеттері мен қозғалыс дағдылары; біледі: - әртүрлі жастағы контингентпен спорттық-сауықтыру жұмыстарын жоспарлау және өткізу; дағдыларды меңгердік; - спортпен шұғылдану және жаттығулар жасаудың күнделікті әдеттерін қалыптастыру, орындау; - баламен психодиагностикалық, психокоррекциялық жұмыс жүргізу; Құзыретті: - жас ерекшеліктерін ескере отырып, спортшыларды даярлауда;

КҚ 3.3.9. Оқу-бағдарламалық құжаттарды әзірлеу негіздерін меңгеру, жаттықтырушының шеберлігін арттыру бойынша оқу-әдістемелік құралдардың мазмұнын талдай білу	Біледі: - мектеп құжаттамасын зерттеу әдістері - мектеп оқулықтары мен оқу-әдістемелік құралдардың мазмұны - секцияларды, жаттығуларды ұйымдастыру әдістері мен формалары Біледі: - жоспар-кесте, сабақ конспектісін, күнтізбелік-тақырыптық жоспарлар құру - білім беру стандарты мен оқу бағдарламасына талдау жасау - оқулықтар мен оқу-әдістемелік құралдардың мазмұнын талдау Дағдыларды меңгердік: - құжаттаманы, есептілікті рәсімдеу - оқу құралдарымен жұмыс және балалармен жұмыста білімді қолдану Құзыретті: - оқу-бағдарламалық құжаттаманы әзірлеуде - ОӘК әзірлеу мен қолдануда
КҚ 3.3.10. Тұрғылықты жері бойынша халықпен, балалармен, жасөспірімдермен мәдени-бұқаралық, спорттық-сауықтыру жұмыстарын жүргізе білу.	Біледі: - салауатты өмір салтының негіздері - балалардың өмірлік-қажетті физикалық қасиеттерін тәрбиелеу туралы - сабақтарды, жарыстарды, жиындарды ұйымдастырудың құралдары, әдістері, принциптері мен нысандары туралы негізгі түсініктер: - біледі: - спорттық-сауықтыру іс-шараларын ұйымдастыру және өткізу: - дағдыларды меңгердік: - дене шынықтыру қозғалысының әртүрлі буындарындағы қозғалмалы ойындар, жарыстар ұйымдастыру: Құзыретті: - жасын ескере отырып, спортшыларды даярлауда - барлық жастағы адамдар үшін спорттық жұмыстарды ұйымдастыруда.

КҚ 3.3.11. Жаттықтырушы-оқытушы портфолиосының мазмұнын жиіліктеу тәсілдерін меңгеру	Біледі: -оқытушы-жаттықтырушы және білім алушы портфолиосының мазмұны; Біледі: -жаттықтырушы-оқытушы мен білім алушының портфолиосының мазмұнын дұрыс рәсімдеу; - спорттық бақылау материалдарын жинау және өңдеу; Дағдыларды меңгердік: -оқытушы-жаттықтырушы мен білім алушының портфолиосын әзірлеу; Құзыретті: - портфолио үшін ақпаратты таңдау, жинау, дайындау, әзірлеу
КҚ 3.3.12. Оқыту сапасына мониторинг жүргізе білу.	Біледі: - оқу үрдісінің оқу-танымдық қызметін педагогикалық диагностикалау теориясы; - білім сапасын бағалау критерийлері мен көрсеткіштері; - оқу процесінің нәтижелерін педагогикалық талдау; Біледі: - стандарттарды рәсімдеу және жарыс хаттамаларын толтыру; Дағдыларды меңгердік: - оқытудың дидактикалық принциптерін, жаттықтырушыны сабаққа дайындауға қойылатын талаптарды анықтау. Құзыретті: - анықтау, жүргізу.

№	Тақырыбы	Сағат саны	Теориялық	Практикалық тапсырма.
	1 семестр	28	24	4
	1-Бөлім. Дене шыңықтыру мәдениетінің әлеуметтік – педагогикалық негіздері			
1.	1.1 тақырып. Жастарға дене тәрбиесін беру, қоғамның әлеуметтік қажеттілігі. 1.2 тақырып. Арнаулы орта білім беру, жүйесіндегі дене тәрбиесі.		2	
2.	1.3 тақырып Дене тәрбиесінің жалпы әлеуметтік –педагогикалық принциптері.		2	
3.	1.4 тақырып Дене тәрбиесінің пәнаралық байланысы.		2	
4.	1.5 тақырып Дене тәрбиесінің негізгі ұғымдары.		2	
5.	1.6 тақырып Дене тәрбиесі жүйесінің мақсаты мен міндеттері.		2	
6.	1.7 тақырып Дене жаттығуларының әсерін анықтайтын факторлар.		2	
7.	1.8 тақырып Дене жаттығулары дене тәрбиесінің негізгі құралы.		2	
8.	1.9 тақырып Дене тәрбиесі құралдары мен әдістері.		2	
9.	Тәжірибелік тапсырма №2. Мектепте бағдарламасындағы гимнастикалық жаттығуларды топтау, Қауіпсіздік ережелері.			2
10.	1.10 тақырып Дене әрекеттеріне үйрету.		2	
11.	Тәжірибелік тапсырма №3. Ойындар жинағын құрастыру. Қимыл қозғалыс ойындары, спорттық ойындар, ұлттық ойындар ережелері, жарыс хаттамалары.			2
12.	1.11 тақырып Дене тәрбиесінің принциптері.		2	
13.	1.12 тақырып Дене қозғалысы сапалары.		2	
14.	1.12.1 тақырып Қозғалыс әрекетінің ерекшеліктері.		2	
	Барлығы:	28	24	4

2 семестр

15.	Тәжірибелік тапсырма №4. Төзімділік қабілетін дамыту үшін кешендік жаттығулар құрастыру. Төзімділікті дамыту жаттығу түрлері.	2		2
16.	1.13.6 тақырып. Ептілікке тәрбиелеу.	2	2	
17.	Тәжірибелік тапсырма №5. Ептілік қабілетін дамыту үшін кешендік жаттығулар құрастыру. Ептілікті дамыту жаттығу түрлері.	2		2
18.	1.13.7 тақырып. Икемділікке тәрбиелеу.	2	2	
19.	Тәжірибелік тапсырма №6. Икемділік қабілетін дамыту үшін кешендік	2		2

	жаттығулар құрастыру. Икемділікті дамыту жаттығу түрлері. Икемділікті дамытудағы қайталау мөлшері.			
20.	1.13.9 тақырып Қайрат-қайсарлық қабілетті жетілдіру.	2	2	
21.	Тәжірибелік тапсырма №7. Сымбаттылықты қалыптастыру кешендік жаттығулар құрастыру. Сымбаттылықты қалыптастырудың негізгі бағыттары. Сымбаттылықты дамытуға қойылатын кеңестер.	2		2
	2.бөлім Дене тәрбиесі мен шұғылданудың негізгі түрі – сабақ.			
22.	2.1 тақырып Оқу тәрбие жұмысын ұйымдастырудың негізгі түрі сабақ.	2	2	
23.	Тәжірибелік тапсырма: Мектеп бағдарламасын талдау (1-4, 5-9 сыныптар).	2		2
24.	2.2 тақырып Мектепте дене тәрбиесі жөніндегі жұмыстарды жоспарлау.	2	2	
25.	Тәжірибелік тапсырма №10. Күнтізбелік-тақырыптық жоспар құру.	2		2
26.	2.3 тақырып Оқу тәрбие жұмысын ұйымдастырудың негізгі түрі сабақ.	2	2	
27.	2.4 тақырып Мектепте дене тәрбиесі жөніндегі жұмыстарды жоспарлау.	2	2	
	Барлығы:	26	14	12
	3 семестр			
28.	Тәжірибелік тапсырма № 11. Мектеп бағдарламасын талдау (1-4 и 5-9 сыныптар).	2		2
29.	2.5 тақырып Қимыл әрекетке үйрету кезеңі.	2	2	
30.	2.6 тақырып Қимыл әрекетін жетілдіру.	2	2	
31.	2.7 тақырып Дене қуатының қасиеті және оларды дамыту әдістемесі.	2	2	
32.	2.8 тақырып Мектепте дене тәрбиесі жөніндегі жұмыстарды жоспарлау.	2	2	
33.	Тәжірибелік тапсырма №12. Күнтізбелік-тақырыптық жоспар құру. Бағдарламаға сәйкес жылдық жоспарды біріктіру.	4		4
34.	2.9 тақырып Дене тәрбиесі жөніндегі жұмыстарды есепке алу.	2	2	
35.	Тәжірибелік тапсырма №13. Есепке алу үшін құжаттарды дайындау және талдау.	2		2
36.	2.10 тақырып Дене тәрбиесі сабағының құрылымы.	2	2	
37.	Тәжірибелік тапсырма №14-16. Жеңіл атлетика, гимнастика, және спорттық ойындар бойынша сабақ жоспарларын құру.	2		2
38.	2.11 тақырып Дене тәрбиесіндегі дәрігерлік және педагогикалық бақылау.	2	2	

39.	Тәжірибелік тапсырма №17. Өзін-өзі бақылау күнделігін құрастыру. Күнделікті денсаулықты бақылау түрлері.	2		2
40.	2.12 тақырып Дене тәрбиесі сабағының түрлері.	2	2	
41.	2.13 тақырып Дене тәрбиесі сабағының формалары.	2	2	
42.	2.14 тақырып Қимыл – әрекетке үйрету кезеңі.	2	2	
43.	2.15 тақырып Қимыл –әрекетін жетілдіру.	2	2	
44.	2.16 тақырып Дене қуатының қасиеті және оларды дамыту әдістемесі.	2	2	
45.	2.17 тақырып Жеке психологиялық қабілетін дамыту әдістемесі.	2	2	
46.	2.18 тақырып. Дене тәрбиесі және спорт педагогының тәрбие беру технологиясы.	2	2	
47.	2.19 тақырып. Күш қабілетін дамыту әдістемесі.	2	2	
48.	2.20 тақырып. Жылдамдық қабілетін дамыту әдістемесі. Міндетті бақылау жұмысы.	2	2	
	Барлығы:	44	32	12
	4 семестр			
49.	3.1 тақырып. Сабақтың сапасын арттыру.	2	2	
50.	3.2 тақырып Сабаққа қойылатын талаптар.	2	2	
51.	3.4 тақырып Сабақты өткізу әдіс-тәсілдері.	2	2	
52.	Тәжірибелік тапсырма №18. Өткізудің әртүрлі әдістерін қолданып машықтық сабақ өткізу. Спорт залда, спорт алаңдарында, қыста таза ауада сабақ өткізу.	2		2
53.	3.5 тақырып Бастауыш сынып жасындағы балалардың жас ерекшеліктері 1-4 сынып.	2	2	
54.	3.6 тақырып Орта сынып жасындағы балалардың жас ерекшеліктері 5-9 сынып.	2	2	
55.	Тәжірибелік тапсырма №19. Орта мектеп жасындағы балаларды дене тәрбиесінің міндеттерін анықтау.	2		2
56.	3.7 тақырып Дене шынықтыру сабағында балалардың ақыл-ой, адамгершілік эстетикалық тәрбиесін арттыру.	2	2	
57.	3.8 тақырып Президенттік сынамаларды тапсыру.	2	2	
58.	Тәжірибелік тапсырма №20. Президенттік көпсайыс бойынша сабақты жүргізу жоспарын құрастыру, есеп құжаттарын дайындау.	2		2
59.	3.9 тақырып Дене шынықтыру сабағында жіберілетін қателіктерді түзету жолдары.	2		2
60.	3.10 тақырып Мұғалімнің сабаққа дайындығы.	2	2	

61.	3.11 тақырып Дене тәрбиесі сабағының тығыздығы.	2	2	
62.	Тәжірибелік тапсырма №21. Дене тәрбиесі сабағында пульсометрияны қолдану.	2		2
63.	3.12 тақырып Дене тәрбиесі сабағын талдау.	2	2	
64.	Тәжірибелік тапсырма №22. Хронометраж, қан тамыры соғуы хаттамаларын жүргізу арқылы сабақтың сапасын анықтау. Сабақтың тығыздығын анықтау формалары.	2		2
65.	3.14 тақырып Үйге берілетін тапсырма. Сынықтарға дайындық және ұйымдастыру. Оқушылардың дене тәрбиесі қасиеттерінің тестілеу әдістері және ұйымдастыру.	2	2	
66.	Тәжірибелік тапсырма №23. Жылдамдықты, икемділікті, күш пен төзімділікті анықтауға арналған тесттер.	2		2
67.	3.15 тақырып Жазғы демалыс лагерлерінде дене шынықтыру сауықтыру жұмыстарын ұйымдастыру.	2	2	
68.	Тәжірибелік тапсырма №24. Жазғы лагерьдің ашылу және жабылу мерекесіне бағдарлама құрастыру. Мерекенің мақсат-міндеттері, күні, өтетін орыны, уақыты, жауапты адамдар, мереке мазмұны, марапаттау. Тәжірибелік тапсырма №25. Президенттік көпсайыс бойынша сабақты жүргізу жоспарын құрастыру, есеп құжаттарын дайындау.	4		4
69.	Сынақ	2		2
	Барлығы:	44	24	20
5 семестр				
70.	4.1 тақырып Ұзартылған күн тобындағы дене шынықтыру және сауықтыру шаралары.	2	2	
71.	Тәжірибелік тапсырма №26. Гигиеналық гимнастика жаттығулар кешенін құрастыру. Құралмен және құралсыз.	2		2
72.	Тәжірибелік тапсырма №27. Қозғалмалы үзілісті ұйымдастыру, жаттығулар кешенін құру.	2		2
73.	4.2 тақырып Ұзартылған күн топтарында күнделікті дене шынықтыру сабағын өткізу.	2	2	
74.	Тәжірибелік тапсырма №28. Ұзартылған күн топтарына дене шынықтыру сабағы жоспарын құрастыру.	2		2
75.	Тәжірибелік тапсырма №29. Жылдамдықты, икемділікті, күш пен төзімділікті анықтауға арналған тесттер.	2		2
76.	Тәжірибелік тапсырма №30. «Денсаулық күні» бағдарламасын құру.	2		2
77.	Тәжірибелік тапсырма №31.	2		2

	Спорттық мерекелер бағдарламасын құру. Жарыстарды өткізу үшін жарыс ережесін құру.			
78.	Тәжірибелік тапсырма №32. Демалыс күні мен демалыс орындарында сауықтыру бағдарламасы мен жоспарын құру.	2		2
	Барлығы:	18	4	14
	6 семестр			
79.	4.3 тақырып Оқыту әдістері. Қыста таза ауада өткізілетін сабақтар.	2	2	
80.	4.4 тақырып Балалар мен жасөспірімдер спорт мектебінде оқу жаттығу жұмыстарын ұйымдастыру.	2	2	
81.	4.5 тақырып Мектептен тыс спорт жұмыстарын ұйымдастыру орындарында спорттық Мәдени шараларды өткізу.	2	2	
82.	Тәжірибелік тапсырма №33. Спортшыларға арналған оқу-жаттығу сабақтарын құрастыру.	2		2
83.	Тәжірибелік тапсырма № 34.Тұрғылықты жері бойынша спорттық іс-шаралар жасау.	2		2
84.	Тәжірибелік тапсырма №35. Бір айға оқу-жаттығу сабағын құрастыру.	2		2
85.	Тәжірибелік тапсырма №36. Егде қартайған адамдар үшін тыныс алу гимнастика жаттығулар кешенін құру.	2	2	
86.	4.6 тақырып Кәсіптік қолданбалы дене шынықтыру даярлығы. шынықтыру сауықтыру жұмыстары.	2	2	
87.	Тәжірибелік тапсырма №37. Спортшылардың даярлығына қарай спорттың бір түрі бойынша оқу-жаттығу орынының гигиеналық талаптары, жаттығу.	2		2
88.	Тәжірибелік тапсырма №38. Денені қалпына келтіруге арналған гимнастикалық жаттығулар жасау.	2		2
89.	Тәжірибелік тапсырма №39. Науқастар үшін жаттығулар кешенін құру. Өртүрлі ауруларға арналған жаттығулар ұйымдастыру және өткізу.	2		2
90.	Бақылау жұмысы	2	2	
	Барлығы	24	12	12

Мазмұны

Ерекше білім беру қажеттіліктері бар адамдарды және "Өнер" бейіні бойынша білім беру бағдарламаларын іске асыратын ұйымдарды оқыту кезінде толтырылады, оларды оқыту жеке сабақтар сағаттарын көздейді.

Оқу жұмыс бағдарламасының бұл тармақтары міндетті болып табылады. Педагог қажет болған жағдайда пәннің/модульдің ерекшеліктерін және білім алушылардың қажеттіліктерін ескере отырып, қосымша элементтер енгізе алады.

Колледждердегі дене тәрбиесі міндетті оқу пәні болып табылады. Мазмұны жағынан басқа оқу пәндерінен айтарлықтай ерекшеленетін дене тәрбиесі сонымен бірге оқыту мен тәрбиелеу процесінің ажырамас бөлігін құрайды. Ол білім алушылардың денсаулығын нығайту, дене шынықтыру және рухани жетілдіру мақсаттарына қызмет етеді, болашақ мамандардың еңбек қызметінің таңдалған түріне және Отанды қорғауға жан-жақты дайындығын қамтамасыз етуге арналған. Осы оқу пәнінің теориялық мазмұнын зерттей отырып, ең алдымен пәннің негізгі ұғымдарын қарастырып, түсіну қажет. Оларға: "Дене шынықтыру", "Спорт", "Спорттық жаттығулар" жатады. Студенттердің оларды игеруі осы ұғымдарды көрсететін құбылыстың мәнін білуге ғана емес, сонымен қатар пән бойынша қажетті білімді жүйелі түрде алуға, теориялық және практикалық мазмұнға дұрыс бағдарлануға мүмкіндік береді.

Әдебиеттер мен оқу құралдарының тізімі

1. К. Жахин, Е. Юркова. Физическая культура. Методическое пособие. Часть 1, 2, « Алматы кітап » 2016 г.
2. М. Адамбеков, М. Тұякбаева, Е. Уанбаев. Жалпы білім беретін мектептерде дене тәрбиесі сабағын жүргізу әдістемесі. Әдістемелік ұсыныстар. Дене тәрбиесі Ұлттық ғылыми-практикалық орталығы
3. У. Марчибаева, Д. Токтарбаев, Е. Стоцкая, С. Сыздыкова, Р. Сидорова, Н. Моисеева, Л. Тунгышмуратова. Адаптивная физическая культура и спорт.