

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**

Таңдалған спорт түрінің 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 жаттықтырушы-оқытушы"

Квалификация 4S01140503 « Тренер преподаватель по спорту

Оқыту нысаны орта білім базасында

Форма обучения на базе среднего образования

Жалпы сағат саны 128

Общее количество часов

Әзірлеуші (-лер) Якупов М.Х.

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

Ф.И.О. (при наличии)

 (колы) / (подпись)

1. Түсіндірме жазба

Осы "тандалған спорт түрінің теориясы мен әдістемесі" пәні бойынша оқу жұмыс бағдарламасы Техникалық және кәсіптік білім берудің үлгілік оқу жоспарлары мен білім беру бағдарламаларына сәйкес әзірленді (ҚР БҒМ 2016 жылғы 22 қаңтардағы №72 бұйрығына 19.20-қосымшалар) 01140500 "Ден тәрбиесі және спорт"

4S01140503 спорт жаттықтырушысы мамандығы мұғалімнің біліктілігіне арналған. "Тандалған спорт түрінің теориясы мен әдістемесі" пәні студенттердің технологиялық сауаттылығының және олардың әртүрлі әдістерді меңгеруге дайындығының негізін құрайды.

Негізгі мақсаты - іскерлік білімді, дағдыны, пән бойынша іскерлікті қалыптастыру, оқушылардың денсаулығын нығайту, денсаулықты дұрыс дамытуға жәрдемдесу, қажетті моториканың өмірлік дағдыларын игеру.

"Тандалған спорт түрінің теориясы мен әдістемесі" бағдарламасының міндеттері:

- тандалған спорт түрінде кәсіби дағдыларды қалыптастыру;
- Студенттердің адамгершілік, еріктік және физикалық қасиеттерін тәрбиелеу;
- студенттердің өз бетінше тұрақты спортпен шұғылдану дағдылары мен ұйымдастырушылық қабілеттерін дамыту;

-интеллектуалды, физикалық, этикалық, эстетикалық дамуды және өмірдің әлеуметтік-экономикалық жағдайларына бейімделуді қамтамасыз ететін дағдыларды дамыту;

-Студенттерді Ең көп таралған әдістермен, олардың физика-механикалық және технологиялық қасиеттерімен теориялық және практикалық таныстыру.

- Спорт және демалыс арқылы салауатты өмір салтын қалыптастыру.

"Тандалған спорт түрінің теориясы мен әдістемесі" пәні бойынша жұмыс оқу бағдарламасын жүзеге асыру үшін келесі оқыту түрлері ұсынылады: дәрістер, практикалық сабақтар, жаттықтырушылар жұмысы және басқалар.

Оқу материалы мазмұнының ерекшелігіне және күрделілігіне байланысты оқытудың мынадай әдістері ұсынылады: әңгімелесу, ситуациялық есептерді шешу, өндірістік жағдайларды талдау, рөлдік және іскерлік ойындар, Материалдық дизайн және тағы басқалар.

Пререквизиттер Оқытылатын курс келесі пәндерді білуге негізделген: дене тәрбиесінің теориясы мен әдістемесі, гимнастика, жеңіл атлетика, спорт, мотор ойындары, спорт тарихы.

Постреквизиттер Курста алынған білім келесі пәндерді оқытуда қолданылады : спорттық медицина, спорттық гигиена.

Қажетті оқу құралдары мен жабдықтар:

1. Кабинет
2. Парталар
3. Компьютер
4. Интерактивті тақта
5. Стендтер
6. Спортзал
7. Спорттық жабдықтар

Оқу нәтижелері:**Біледі:**

- спорттық секцияларды, жаттығуларды ұйымдастыру әдістері мен формалары .
- білім алушыларды спорттық даярлаудың және халықты сауықтырудың тиімді әдістері.
- спорттық-сауықтыру қызметінің түрлері және оларды қолдану саласы;
- таңдалған спорт түрі бойынша жарыстардың төрешілік негіздері .

Біледі:

- таңдаған спорт түрі бойынша құжаттаманы, есептілікті ресімдеу;
- таңдаған спорт түрі бойынша оқыту құралдарын, әдістері мен түрлерін дұрыс қолдану;
- себеп-салдарлық және құрылымдық-функционалдық талдау элементтерін пайдалану, салыстыру үшін критерийлерді өз бетінше таңдау;
- спорттық-сауықтыру іс-әрекетінде білімдерін қолдану; стендтерді ресімдеу және жарыс хаттамаларын толтыру.;

Дағдыларды меңгердік:

- жаттығулар мен спорттық жарыстарды жоспарлау және ұйымдастыру;
- өзінің танымдық қызметін дербес және дәлелді түрде ұйымдастыру;
- оқытудың дидактикалық принциптерін анықтау, жаттықтырушыны сабаққа дайындауға қойылатын талаптар;

Құзыретті:

- жарыстардың жоспарын жасауда және спорттық іс-шараларды өткізуде; олимпиадалық резервті құру үшін жарыстарға қатысушыларды іріктеуде;
- төрешілік өткізу және жарыстың қорытындысын шығару.
- жаттықтырушының кәсіби дайындығына талдау, техника және оқыту әдістемесінде.
- күтілетін нәтижені болжау және оны өз білімімен салыстыру;

Семестр бойынша сағаттарды бөлу
Распределение часов по семестрам

Пән/модульдің коды және атауы Дисциплина/ код и наименование модуля	Модульдегі барлық сағат саны Всего часов в модуле	Соның ішінде В том числе							
		1 курс		2 курс		3 курс		4 курс	
		1 семестр	2 семестр	3 семестр	4 семестр	5 семестр	6 семестр	7 семестр	8 семестр
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Таңдалған спорт түрінің теориясы мен әдістемесі									
		28	14	22	22 сынақ	18	24 емтихан		
Барлығы:									
Всего:									
		Барлық сағат		Теория		Тәжірибе		Курстық жоба	
		128		78		50		-	

Күнтізбелік тақырыптық жоспар

№	Тақырыбы	Жалпы сағат саны	Теор.	Практика.
1 Семестр				
1-бөлім Қазақстандағы спорттың даму тарихы мен кезеңдері				
1.	Тақырып 1.1 тақырып Спорт түрлерінің Қазақстанда даму тарихы	2	2	
2.	Тақырып 1.2 тақырып Дене тәрбиесі жүйесіндегі спорт түрінің орны 1.3 тақырып Спорт түрлері туралы мағлұмат	2	2	
2-бөлім Таңдалған спорт түрі бойынша зақымданудың алдын алу шаралары мен қауіпсіздік техникасы				
3.	Тақырып 2.1 Таңдалған спорт түрі бойынша зақымданудың алдын алу шаралары мен қауіпсіздік техникасы	2	2	
4.	Бақылау жұмысы	2	2	
3-бөлім Балалар мен жасөспірімдерді жаттықтырудың ерекшеліктері				
5.	Тақырып 3.1 тақырып Күш қабілетін дамыту	2	2	
6.	2-тәжірибелік сабақ , Күш дамыту жаттығулар топтамасын құру	2		2
7.	Тақырып 3.2 Төзімділік қабілетін дамыту	2	2	
8.	3-тәжірибелік сабақ , Төзімділік дамыту жаттығулар түрлері	2		2
9.	Тақырып 3.3 Жылдамдық қабілетін дамыту	2	2	
10.	4-тәжірибелік тапсырма , Жылдамдық дамыту жаттығуларын таза ауада спорт аланына қолдану. Жылдамдық қабілетін дамыту үшін кешкендік жаттығулар құрастыру	2		2
11.	Тақырып 3.4 Ептілік және икемділік дамыту	2	2	
12.	№ 5 практикалық тапсырма Қатысушылардың ептілік қабілетін анықтау.	2		2
13.	Тақырып 4.1 Спорт түрінің бастапқы техникасы	2	2	
14.	Бақылау жұмысы	2	2	
	Барлығы:	28	20	8
2 Семестр				
4-бөлім Спорт түрінің техникасы мен әдістері				
15.	Тақырып 4.2 Техникалық дайындық	2		2
16.	6-тәжірибелік сабақ , Әртүрлі әдістерді қолдана отырып тәжірибелік сабақтарды өткізу	2		2

17.	Тақырып 4.3 Таңдаған спорт түрінің техникасы	2	2	
18.	Тақырып 4.4 Таңдап алған спорт түрінің техника мен тактикаға оқыту әдістемесі	2		2
19.	7-тәжірибелік сабақ , Призиденттік тест тапсыруға арналған жаттығулар	4	2	2
20.	Бақылау жұмысы	2	2	
	Барлығы:	14	6	8
	3-семестр			
5-бөлім БЖСМ,БЖСОМ және ОСКИСМ бойынша оқу-жаттығу сабақтары –дене тәрбиесінің негізгі түрі				
21.	Тақырып 5.1 Оқу-жаттығу сабақтары-оқу тәрбие жұмысының негізгі түрі	2	2	
22.	8-тәжірибелік сабақ ,Әр түрлі оқу тобындағы оқу- жаттықтыру сабақтарына жаттығуларды таңдау және өткізу. Жас ерекшеліктеріне байланысты дене жаттығуларын анықтау	2		2
23.	Тақырып 5.2 Спорт мектептерінің оқу –жаттығу сабақтарын жүргізу құжаттамалары	2	2	
24.	Тақырып 5.3 Спорт шеберлігін арттыру жоспарлары	2	2	
25.	Тақырып 5.4 Оқу-жаттығу сабақтарының құрылымы	2	2	
26.	Тақырып 5.5 Дене тәрбиесіндегі дәрігерлік бақылау	2	2	
27.	9-тәжірибелік сабақ, Таңдап алған спорт түрі бойынша күзіндеттілікке сәйкес сабақ жоспарын құру 10-тәжірибелік сабақ ,Таңдап алған спорт түрі бойынша оқу – жаттықтыру жұмысының апталық жоспарын құру	2		2
28.	11-тәжірибелік сабақ,Өзін-өзін бақылау күнделігін құрастыру Оқу –жаттықтыру сабақтарында қан тамыры соғысын өткізу және талдау	2		2
29.	Тақырып 5.6 Оқу-жаттығу сабақтарының кезеңі	2	2	
30.	12-тәжірибелік сабақ ,Сабақты өткізу мақсаты мен жағдайына байланысты жаттығуларды таңдау	2		2
31.	13-тәжірибелік сабақ Жеке тактикалық әрекеттерді	2	2	

	жетілдіруге арналған жаттығулар жасаңыз.			
	Барлығы:	22	14	8
	4-семестр			
32.	14-тәжірбиелік сабақ Машықтық оқу жаттықтыру сабақтарын әртүрлі әдістерді пайдаланып өткізу.	2		2
33.	Тақырып 5.7 Оқу жаттықтыру сабақтарын өткізу тәсілдері	2	2	
34.	Тақырып 5.8 Спортшыларды жас ерекшеліктеріне шеберліктеріне қарай бөлу	2	2	
35.	Тақырып 5.9 Дене жаттығуларын үйрету	2	2	
36.	№ 15 практикалық тапсырма Максаттарға байланысты жаттығуларды таңдау және мөлшерлеу.	2		2
37.	14-тәжірбиелік сабақ Жаттығуларды орындаудағы қателерді анықтау, оларды түзету.	2		2
38.	Тақырып 5.10 Оқыту әдістері	2	2	
39.	Практикалық сабақ 17 Әр түрлі әдістерді қолдана отырып, оқу-жаттығу сабақтарын өткізу.	2	2	
40.	Тақырып 5.11 Қателіктерді түзету	2	2	
41.	Тақырып 5.12 Нұсқаушының сабаққа дайындығы. Практикалық сабақ 18 Жылдық жоспарды жасау.	2	2	
42.	Сынақ	2		2
	Барлығы:	22	14	8
	5-семестр			
43.	Практикалық сабақ 19 Бір аптаға жоспар құру. Жылдық жоспарды жасау	2		2
44.	Тақырып 5.13 Оқу жаттығу сабақтарында денеге түсетін күш Тақырып 5.14 Оқу жаттығу сабағының тығыздығы	2	2	
45.	Тақырып 5.14 Оқу жаттығу сабағының тығыздығы	2		2
46.	Практикалық тапсырма 21 хронометрия хаттамасын құрастыру Практикалық тапсырма 21 Оқу жаттығу сабағында пульсометрияны анықтау	2		2
47.	Тақырып 5.15 Оқу жаттығу сабағын талдау	2	2	

48.	23 практикалық тапсырма Оқу-жаттығу сабағындағы жеке, топтық, командалық тактикалық әрекеттерді талдау.	2		2
49.	Тақырып 6.1 Спорт түрі бойынша оқыту негіздері. Таңдалған спорт түрінен сабақ өткізу ерекшеліктері.	2	2	
6-бөлім сабақты ұйымдастыру, өткізу, бухгалтерлік есеп				
50.	Тақырып 6.2 спорт түрі бойынша жұмысты есепке алу және жоспарлау	2	2	
51.	Практикалық сабақ 24 Бағдарламаға сәйкес жылдық жоспар-кесте құру.	2		2
	Барлығы:	18	8	10
6 - семестр				
7 бөлім Оқу-жаттығу жиындары мен жарыстарды ұйымдастыру өткізу				
52.	Тақырып 7.1 Оқу-жаттығу үдерісін ұйымдастыру.	2		2
53.	Тақырып 7.2 Спорт мектептері (БЖСМ, МБЖСМ, ОРМБЖМ және ЖШСМ) жұмысының негізгі нысандары.	2	2	
54.	Тақырып 7.3 Спорт түрінен мәдени сауықтыру жұмыстарын өткізудің ерекшеліктері	2	2	
55.	Практикалық сабақ 25 Жарыстарды жоспарлау.	2		2
8 бөлім Педагогикалық шеберлік				
56.	Тақырып 8.1 Оқытушы - нұсқаушы жұмысына психологиялық педагогикалық мінездеме	2	2	
57.	Практикалық сабақ 26 Техникадағы қатені анықтау, олардың себептері және алдын-алу мен түзетудің негізгі жолдары.	2		2
58.	Тақырып 8.2 оқу жаттықтыру сабақтарын өткізуде білім, білік және дағдыны жетілдіру Тақырып 8.3 Техникалық әзірлікте кешенді жаттығуларды құрастыруды және өткізуді жетілдіру	2	2	
59.	Тақырып 8.4 Ойын үрдісінде командалық өзара әрекетті және оны басқаруды жасақтау	2	2	
60.	Тақырып 8.5 Команданы даярлау үрдісінде техникалық құралдарды пайдалану	2	2	

61.	Тақырып 8. 6 тандап алған спорт түрінен командадайындаудың ұйымдастыру-әдістемелік ерекшеліктері. 8.7 тақырып Жарыстарды ұйымдастыру және өткізу. Төрешілік	2	2	
62.	27-Тәжірбиелік сабақ Жарыстарды өткізудің ережесін құру	2		2
9 бөлім. Спорт түрінен құрал-жабдықтар				
63.	Тақырып 9.1 Тандаған спорт түрі бойынша сабаққа қажетті құрал-жабдықтар Тақырып 9.2 Құрал жабдықтарды орнату Тақырып 9.3 жабдықтарды куту және сақтау	2	2	
	Барлығы	24	16	8

Әдебиеттер мен оқу құралдарының тізбесі

Негізгі

1. Ашмарин Б.А. Дене тәрбиесіндегі педагогикалық зерттеулердің теориясы мен әдістемесі. Мәскеу дене шынықтыру және спорт, 2003.
 2. Гришина Ю. И. жалпы дене шынықтыру. Финикс, 2010.
 3. Матвеев Л.П. спорттың жалпы теориясы және оның колданбалы аспектілері: студентке арналған оқулық. Л.П. Матвеев. 5-ші басылым, испр. және қосымша-Мәскеу: кеңестік спорт, 2011.
 4. Матвеев Л.П. дене шынықтыру теориясы мен әдістемесі: оқулық. Мәскеу дене шынықтыру және спорт Спорт Академ Пресс, 2008.
 5. Озолин Н.Г. жаттықтырушының үстел кітабы: жеңу туралы ғылым. Мәскеу АСТ баспасы, 2002.
 6. Дене шынықтыру теориясы мен әдістемесі: оқулық под ред проф. Курамшина Ю. Ф. Мәскеу: кеңестік спорт, 2010.
 7. Бейімделгіш дене шынықтырудың теориясы мен ұйымдастырылуы: жоғары оқу орындарына арналған оқулық: 2 том / ред.С. П. Евсеева. - Мәскеу: кеңестік спорт, 2010.
 8. Уанбаев Е. Дене тәрбиесінің негіздері. Алматы, 2000.
 9. Фарфель В. В. спорттағы қозғалыстарды басқару. Мәскеу кеңестік спорт, 2011.
 10. Холодов Ж.К. Дене тәрбиесінің теориясы мен әдістемесі. Мәскеу Академия, 2007.
- Қосымша:
11. Железняк Ю.Д. дене шынықтыру және спорттағы ғылыми-әдістемелік қызметтің негіздері. Мәскеу Академия, 2009.
 12. Спорттық ойындар: техника, тактика, оқыту әдістемесі. Мәскеу Академия, 2010. – 518с.
 13. Спорттық жаттығулардың блок-кезенділігі: [монография]/ Мәскеу кеңестік спорт, 2010. - 283 б.