



ҚАЗАҚСТАН РЕСПУБЛИКАСЫ БІЛІМ ЖӘНЕ ҒЫЛЫМ МИНИСТРЛІГІ
АБАЙ АТЫНДАҒЫ ҚАЗАҚ ҰЛТТЫҚ ПЕДАГОГИКАЛЫҚ УНИВЕРСИТЕТІ

Келісілген

Өнер, мәдениет және спорт институты
Институт кеңесінің төрағасы

Исабек Н.Е.

(қолы)

« ____ » _____ 201__ ж.

Бекітемін

Дене мәдениеті және спорт педагогтарын
даярлаудың теориясы мен әдістемесі
кафедрасы. Кафедра меңгерушісі
Ильясова А.Н.

(қолы)

« ____ » _____ 201__ ж.

ПӘННІҢ ОҚУ-ӘДІСТЕМЕЛІК КЕШЕНІ

**«Олимпиадалық спорт түрлеріндегі жарыс
әрекеттерін басқару»**

6M010800 - «Дене мәдениеті және спорт»

Алматы, 2017

Жұмыс оқу бағдарламасы:

- 6M010800 - «Дене мәдениеті және спорт» мамандығы бойынша жоғары кәсіби білім берудің Мемлекеттік жалпыға міндетті стандарты;
- «__» _____ 20__ ж. бекітілген «6M010800 - «Дене мәдениеті және спорт» мамандығы бойынша оқу жоспары негізінде даярланады.

Құрастырушы:

п.ғ.к., қауымдастырылған
профессор

Адамбеков К.И.

Кафедра меңгерушісі
п.ғ.д., профессор

Ильясова А.Н.

**ПӘННІҢ ОҚУ-ӘДІСТЕМЕЛІК КЕШЕННІҢ
ТІРКЕУ МАЗМҰНЫ**

№	Құжаттың атауы	беті
1	Силлабус: 1. Пән туралы ақпарат 2. Пәннің қысқаша сипаттамасы 3. Күнтізбелік-тақырыптық жоспар 4. Оқу-әдістемеліктің жабдықтау картасы 5. Бағалау критеріі және ағымдық бақылауды өткізу бойынша ұсыныстар	3
2	Дәріс тезистері	15



МАГИСТРАНТТАРҒА АРНАЛҒАН ПӘН СИЛЛАБУСЫ

1. Пән туралы ақпарат

Пәннің атауы	«Олимпиадалық спорт түрлеріндегі жарыс әрекеттерін басқару»
Кредит саны	2
Курс, семестр	2 курс, 3 семестр
Мамандықтың шифры және атауы	«6M010800 - «Дене мәдениеті және спорт»
Институт	Өнер, мәдениет және спорт
Кафедра	Дене мәдениеті және спорт педагогтарын даярлау теориясы мен әдістемесі
Оқытушының аты-жөні, дәрежесі, атағы, қызметі:	Адамбеков К.И. П.ғ.д., профессор
Контакттік ақпарат (телефон, e-mail)	3822699, 87013671891

2. Пәннің қысқаша мазмұны.

«Олимпиадалық спорт түрлеріндегі жарыс әрекеттерін басқару» пәнін оқытудың *мақсаты* – магистрдің жалпы білім беретін, ғылыми мекемелер және жоғары оқу орындарындағы студенттермен зерттеу және тәжірибе жұмыстары мен өзіндік жұмыстарын жүргізу үшін ғылыми-педагогикалық білімдерін, білік және дағдыларын қалыптастыру.

«Олимпиадалық спорт түрлеріндегі жарыс әрекеттерін басқару» пәнінің негізгі міндеттері:

– Олимпиадалық спорт түрлеріндегі жарыс іс-әрекеттерін басқарудың теориялық және әдіснамалық негіздерін;

– спорттық жарыстар жүйесін;

– жазғы және қысқы Олимпиадалық спорт түрлерінің жарыс әрекеттерін;

– Олимпиадалық спорт түрлерінің жарыс әрекеттерінің қызметтерін, әдістері мен қағидаларын меңгеру.

«Олимпиадалық спорт түрлеріндегі жарыс әрекеттерін басқару» пәнін меңгеру нәтижесінде магистр:

– жазғы және қысқы Олимпиадалық ойындардың бағдарламасындағы спорт түрлерін;

– Олимпиадалық ойындардың жарыс әрекеттерін басқарудың негізі және арнайы қызметтерін, спорттық жарыстарды басқару жүйесін;

– Олимпиадалық спорт түрлеріндегі жарыс әрекеттерін басқарудың теориясы мен әдістемесі бойынша ғылыми-теориялық зерттеулерді өз бетімен ұйымдастырып және өткізе білуі керек.

3. Күнтізбелік-тақырыптық жоспар.

№	Пән тақырыбының атаулары	апта	Аудиториялық сабақтар		Сабақ түрі (сипаттама)		Барлығы (с.)
			Дәріс (ч.)	Пр/сем./лаб./студ (ч.)	МОӨЖ	МӨЖ	
1	№ 1 дәріс тақырыбы: Концептуалды жағдайлар мен қалыптасу тарихы	1	1				1
	1. № 1 дәріске семинар сабағының тақырыбы: Концептуалды жағдайлар мен қалыптасу тарихы Ежелгі Грециядағы Олимпиадалық ойындарға спортшылары дайындау жүйесі, ежелгі гректердің әлемді таңдандырған ұлы жеңістерінің, жетістіктерінің көптеген тарихи көздеріне талдау жасау.			1			1
	№ 1 дәріске МОӨЖ тақырыбы: Олимпиадаға спортшыларды дайындаудың жалпы теориясын жасаудың әдіснамалық негіздері, тарихи алғышарттары				2		2
	№ 1 дәріске МӨЖ тақырыбы: Олимпиадалық ойындарға спортшыларды дайындаудың жалпы теориясын қалыптастыру, теория құрудың әдіснамалық аспектілері, тарихи алғышарттары					6	6
2	№ 2 дәріс тақырыбы. Олимпиадалық ойындарға әртүрлі ұлттық командаларды дайындау жүйесі	2	1				1
	№ 2 дәріске семинар сабағының тақырыбы: Олимпиадалық ойындарға әртүрлі ұлттық командаларды дайындау жүйесі Қазіргі Олимпиадалық спорттың тарихы. Түбегейлі айырмашылығы бар бағыттар.			1			1
	№ 2 дәріске МОӨЖ тақырыбы: Олимпиадалық ойындарға әртүрлі ұлттық командаларды дайындау жүйесі: концептуалды жағдайлар мен қалыптасу тарихы				2		2
	№ 2 дәріске МӨЖ тақырыбы: Ұлттық командаларды дайындау ерекшеліктері: әлемдегі алдыңғы қатарлы командалар					6	6
3	№ 3 дәріс тақырыбы. Олимпиада аренасындағы күштің арасалмағы және ең күшті команданың болашағы	3	1				1
	№ 3 дәріске семинар сабағының тақырыбы: Олимпиада аренасындағы күштің арасалмағы және ең күшті команданың болашағы Олимпиадалық дайындық жүйесін жетілдіру бағыты. Афинада өткен			1			1

	ойында жалпы командалық есеп.						
	№ 3 дәріске МОӨЖ тақырыбы: Спорттық жарыстар жүйесі.				2		2
	№ 3 дәріске МӨЖ тақырыбы: Қысқы және жазғы Олимпиада бағдарламасындағы спорт түрлері. Спорт түрлерінің классификациясы.					6	6
4	№ 4 дәріс тақырыбы. Жазғы және қысқы Олимпиадалық ойындар бағдарламасындағы спорт түрлері	4	1				1
	№ 4 дәріске семинар сабағының тақырыбы: Жазғы және қысқы Олимпиадалық ойындар бағдарламасындағы спорт түрлері Спорт түрлерінің классификациясы. Жазғы Олимпиада ойындарындағы спорт түрлері. Қысқы Олимпиада ойындарындағы спорт түрлері.			1			1
	№ 4 дәріске МОӨЖ тақырыбы: Спорт түрлеріндегі жарыс әрекеттері, жарыс әрекеттерінің , нәтиже, стратегия мен тактикасы, техникасы				2		2
	№ 4 дәріске МӨЖ тақырыбы: Спорт түрлеріндегі жарыс әрекеттері, жарыс әрекеттерінің, техника мен жарыс құрылымы, басқару					6	6
5	№ 5 дәріс тақырыбы. Олимпиадалық ойындардағы жарыстар жүйесі	5	1				1
	№ 5 дәріске семинар сабағының тақырыбы: Олимпиадалық ойындардағы жарыстар жүйесі Жарыс әрекеттерінің құрылымы Жарыс әрекеттерінің нәтижесі			1			1
	№ 5 дәріске МОӨЖ тақырыбы: Спорттық жетілдірудің көпжылдық үдерісінің құрылымы, жалпы құрылым, төрт жылдық циклды құру ерекшеліктері Іргелі және қолданбалы зерттеулер				2		2
	№ 5 дәріске МӨЖ тақырыбы: Олимпиадалық ойындарға спортшыларды дайындау жүйесін үлгілеу және болжау					6	6
6	№ 6 дәріс тақырыбы. Олимпиадалық спорт түрлеріндегі жарыс әрекеттері	6	1				1
	№ 6 дәріске семинар сабағының тақырыбы: Олимпиадалық спорт түрлеріндегі жарыс әрекеттері Жарыс әрекеттерінің құрылымы Жарыс әрекеттерінің нәтижесі			1			1
	№ 6 дәріске МОӨЖ тақырыбы: Спорт түрлері бойынша спортшыларды дайындау жүйесін басқару				2		2
	№ 6 дәріске МӨЖ тақырыбы: Спорттық жетілдірудің көпжылдық үдерісінің					6	6

	құрылымы, төрт жылдық цикл Спорттық жетілдірудің көпжылдық үдерісінің құрылымы, жалпы құрылым						
7	№ 7 дәріс тақырыбы. Олимпиадалық ойындардағы жарыс әрекеттерінің құрылымы	7	1				1
	№ 7 дәріске семинар сабағының тақырыбы: Олимпиадалық ойындардағы жарыс әрекеттерінің құрылымы Жарыс әрекетінің құрылымын анықтайтын факторлар.			1			1
	№ 7 дәріске МОӨЖ тақырыбы: Олимпиадалық ойындарға спортшыларды дайындау барысына кешенді бақылау жасау жүйесі				2		2
	№ 7 дәріске МӨЖ тақырыбы: Бір жылдық дайындық құрылымы. Бір жылдық дайындықтың көпциклді құрылымының негізі, дайындық кезеңдері					6	6
8	№ 8 дәріс тақырыбы. Олимпиадалық ойындардағы жарыс әрекеттерін басқару	8	1				1
	№ 8 дәріске семинар сабағының тақырыбы: Олимпиадалық ойындардағы жарыс әрекеттерін басқару Жарыс кезіндегі техникo-тактикалық, психологиялық және т.б. ақпараттар.			1			1
	№ 8 дәріске МОӨЖ тақырыбы: Олимпиадалық ойындардағы жарыс әрекеттерін басқару				2		2
	№ 8 дәріске МӨЖ тақырыбы: Олимпиадалық ойындардағы жарыс әрекеттерін басқару					6	6
	№ 9 дәріс тақырыбы. Спорттық жетілдірудің көпжылдық үдерісінің құрылымы	9	1				1
9	№ 9 дәріске семинар сабағының тақырыбы: Спорттық жетілдірудің көпжылдық үдерісінің құрылымы Жалпы ережелер. Спортшыларды дайындау жүйесінің құрылымы.			1			2
	№ 9 дәріске МОӨЖ тақырыбы: Жарыс құрылымы				2		2
	№ 9 дәріске МӨЖ тақырыбы: Жарыс құрылымы					6	6
10	№ 10 дәріс тақырыбы. Олимпиадалық спорт түрлеріне жыл бойы дайындау	10	1				1
	№ 10 дәріске семинар сабағының тақырыбы: Олимпиадалық спорт түрлеріне жыл бойы дайындау Жалпы ережелер Жыл бойы дайындау құрылымы			1			1
	№ 10 дәріске МОӨЖ тақырыбы:						

	Олимпиадалық спорт түрлеріне жыл бойы дайындау				2		2
	№ 10 дәріске МӨЖ тақырыбы: Олимпиадалық спорт түрлеріне жыл бойы дайындау					6	6
11	№ 11 дәріс тақырыбы. Олимпиадалық спорт түрлеріне сабақ бағдарламасын құру	11	1				1
	№ 11 дәріске семинар сабағының тақырыбы: Олимпиадалық спорт түрлеріне сабақ бағдарламасын құру Сабақтың жалпы құрылымы. Сабақтардағы дайындық процесінің өзіндік құрылымы			1			1
	№ 11 дәріске МӨЖ тақырыбы: Олимпиадалық спорт түрлеріне сабақ бағдарламасын құру				2		2
	№ 11 дәріске МӨЖ тақырыбы: Олимпиадалық спорт түрлеріне сабақ бағдарламасын құру					6	6
12	№ 12 дәріс тақырыбы. Спортшыларды дайындау жүйесін басқару негізі	12	1				1
	№ 12 дәріске семинар сабағының тақырыбы: Спортшыларды дайындау жүйесін басқару негізі Басқару процесінің мақсаты. Жаттықтырушының әр ойыншы қабілеттіліктерін команда мүмкіндігінде қолдануы, спортшының дайындылығы мен жаттығушылығын дамыту тұтастығы			1			1
	№ 12 дәріске МӨЖ тақырыбы: Жарыс шарттарының, нәтижені анықтаудың, өткізудің тәсілі мен регламенті.				2		2
	№ 12 дәріске МӨЖ тақырыбы: Жарыс шарттарының, нәтижені анықтаудың, өткізудің тәсілі мен регламенті.					6	6
13	№ 13 дәріс тақырыбы. Олимпиадалық спорт түрлеріндегі спорттық жаттығуларды бақылау	13	1				1
	№ 13 дәріске семинар сабағының тақырыбы: Олимпиадалық спорт түрлеріндегі спорттық жаттығуларды бақылау Спортшы дайындығының тиімділігі. Қазіргі кездегі кешенді бақылаудың құралдары мен әдістері.			1			1
	№ 13 дәріске МӨЖ тақырыбы: Спортшы дайындығының тиімділігі.				2		2
	№ 13 дәріске МӨЖ тақырыбы: Спортшы дайындығының тиімділігі					6	6
14	№ 14 дәріс тақырыбы. Спортшыларды дайындау жүйесін моделдеу және болжау	14	1				1
	№ 14 дәріске семинар сабағының тақырыбы: Спортшыларды дайындау			1			1

	жүйесін моделдеу және болжау Жаттықтыру процесін тиімді басқару.						
	№ 14 дәріске МОӨЖ тақырыбы: Спортшыларды дайындау жүйесін моделдеу және болжау				2		2
	№ 14 дәріске МӨЖ тақырыбы: Спортшыларды дайындау жүйесін моделдеу және болжау					6	6
15	№ 15 дәріс тақырыбы. Жарысқа дайындықты материалдық-техникалық жағынан қамтамасыз ету	15	1				1
	№ 15 дәріске семинар сабағының тақырыбы: Жарысқа дайындықты материалдық-техникалық жағынан қамтамасыз ету Спорттық жабдықтар мен құралдар, жарыс және дайындық орны.			1			1
	№ 15 дәріске МОӨЖ тақырыбы: Жарысқа дайындықты материалдық- техникалық жағынан қамтамасыз ету				2		2
	№ 15 дәріске МӨЖ тақырыбы: Жарыс және дайындық орындары, материалдық- техникалық жағынан қамтамасыз ету					6	6
	Барлығы	15	15	15	30	90	150

4. Оқу-әдістемелік жабдықтау картасы

Мамандық 6М010800–Дене мәдениеті және спорт

«Ғылыми- зерттеулердің әдіснамалық негіздері мен әдістері» пәні бойынша

№	Дәріс нөмірі, тақырыбы	Негізгі әдебиет (авторы, аталуы, басылым жылы, оқылатын бөлім бойынша беттері)	Қосымша әдебиет және Интернет көздері	Қажет болған жағдайдағы басқа да ресурстар (программа- лық қамтама- сыздандыру, презентация- лар, көрнекті құралдар және т.б.)
1.	№ 1 дәріс тақырыбы: Концептуалды жағдайлар мен қалыптасу тарихы	1. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в Олимпийском спорте. Киев: Олимпийская литература, 2004. 807с. 2. Озолин Н.Г. Современная система спортивной тренировки –М.:ФиС, 1970. -478с. 1. 2007.-28с.	1. Теория и методика футбола. Учебник для слушателей программы « <i>Jira</i> » по категории «В», «А», « <i>PRO</i> » / Под общей ред. К-И.Адамбекова. - Алматы: Елнур, 2007. - 288стр. 2. Иванков Ч.Т. Теоретические основы методики физического воспитания -N4.М: «Инсан», 2000.	

2.	№ 2 дәріс тақырыбы. Олимпиадалық ойындарға әртүрлі ұлттық командаларды дайындау жүйесі	1. Платонов В.Н., Гуськов С.К. Олимпийский спорт: Учебник для студентов вузов физвоспитания и спорта. В2кн.-К.; Олимпийская литература, 1994 –К-1-с374-384. 1. Кариков А. Дене тәрбиесі (жоғары оқу орындарына арналған оқулық). 4-кітап. - Алматы: «Интер Пресс К», 2009. -218бет.	3. Озеров В.П. Психомоторные способности человека. - Дубна., «Феникс» 2002, 320 с. 4. Дж.Х.. Уилмор, Д.Л. Костил. Физиология спорта. -Олимпийская литература. -Киев.,2001г.	
3.	№ 3 дәріс тақырыбы. Олимпиада аренасындағы күштің арасалмағы және ең күшті команданың болашағы	3. Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте. - Киев: Олимпийская литература, 1997 4. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учебное пособие для студентов в высших учебных заведений. -М., Издательский центр«Академия», 2000. - 480с. 1.	5. Матвеев Л.П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов. - Киев: Олимпийская литература, 1999 6. Основы управления подготовкой юных спортсменов (под ред. М.Я. Набатниковой) - М:ФиС. 1982.-280 с.	
4.	№ 4 дәріс тақырыбы. Жазғы және қысқы Олимпиадалық ойындар бағдарламасындағы спорт түрлері	5. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в Олимпийском спорте. Киев: Олимпийская литература,2004. 807с. 6. Озолин Н.Г. Современная система спортивной тренировки –М.:ФиС, 1970. -478с.	7. Годик МА. Контроль тренировочных и соревновательных нагрузок. -М.,ФиС, 1980 8. Теория и методика физической культуры: Учебник / Под ред. Проф. Ю.Ф. Курамшина.- 2-е изд., и спр. - М.: Советский спорт, 2004 - 64с. 1.	
5.	№ 5 дәріс тақырыбы. Олимпиадалық ойындардағы жарыстар жүйесі	7. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в Олимпийском спорте. Киев: Олимпийская литература,2004. 807с. 8. Озолин Н.Г. Современная система	9. Теория и методика футбола. Учебник для слушателей программы « <i>Jira</i> » по категории «В», «А», « <i>PRO</i> » / Под общей ред. К-И.Адамбекова. - Алматы: Елнур, 2007. - 288стр.	

		спортивной тренировки –М.:ФиС, 1970. -478с. 2. 2007.-28с.	10.Иванков Ч.Т. Теоретические основы методики физического воспитания -N4.М: «Инсан», 2000.	
6.	№ 6 дәріс тақырыбы. Олимпиадалық спорт түрлеріндегі жарыс әрекеттері	1.Платонов В.Н., Гуськов С.К. Олимпийский спорт: Учебник для студентов вузов физвоспитания и спорта. В2кн.-К.; Олимпийская литература, 1994 –К-1- с374-384. 2. Карakov А. Дене тәрбиесі (жоғары оқу орындарына арналған оқулық). 4-кітап. - Алматы: «Интер Пресс К», 2009. -218бет.	11.Озеров В.П. Психомоторные способности человека. - Дубна., «Феникс» 2002, 320 с. 12.Дж.Х.. Уилмор, Д.Л. Костил. Физиология спорта. -Олимпийская литература. -Киев.,2001г.	
7.	№ 7 дәріс тақырыбы. Олимпиадалық ойындардағы жарыс әрекеттерінің құрылымы	9. Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте. - Киев: Олимпийская литература. 1997 10. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учебное пособие для студентов в высших учебных заведений. -М., Издательский центр«Академия», 2000. - 480с. 2.	13.Матвеев Л.П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов. - Киев: Олимпийская литература, 1999 14.Основы управления подготовкой юных спортсменов (под ред. М.Я. Набатниковой) - М:ФиС. 1982.-280 с.	
8.	№ 8 дәріс тақырыбы. Олимпиадалық ойындардағы жарыс әрекеттерін басқару	11. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в Олимпийском спорте. Киев: Олимпийская литература,2004. 807с. 12. Озолин Н.Г. Современная система спортивной тренировки –М.:ФиС, 1970. -478с.	15.Годик МА. Контроль тренировочных и соревновательных нагрузок. -М.,ФиС, 1980 16.Теория и методика физической культуры: Учебник / Под ред. Проф. Ю.Ф. Курамшина.- 2-е изд., и спр. - М.: Советский спорт, 2004 - 64с. 2.	
9	№ 9 дәріс тақырыбы. Спорттық жетілдірудің	13. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в	17.Теория и методика футбола. Учебник для слушателей	

	көпжылдық үдерісінің құрылымы	Олимпийском спорте. Киев: Олимпийская литература, 2004. 807с. 14. Озолин Н.Г. Современная система спортивной тренировки –М.:ФиС, 1970. -478с. 3. 2007.-28с.	программы « <i>Jira</i> » по категории «В», «А», « <i>PRO</i> » / Под общей ред. К-И.Адамбекова. - Алматы: Елнур, 2007. - 288стр. 18.Иванков Ч.Т. Теоретические основы методики физического воспитания -N4.М: «Инсан», 2000.	
10	№ 10 дәріс тақырыбы. Олимпиадалық спорт түрлеріне жыл бойы дайындау	1.Платонов В.Н., Гуськов С.К. Олимпийский спорт: Учебник для студентов вузов физвоспитания и спорта. В2кн.-К.; Олимпийская литература, 1994 –К-1-с374-384. 3. Караков А. Дене тәрбиесі (жоғары оқу орындарына арналған оқулық). 4-кітап. - Алматы: «Интер Пресс К», 2009. -218бет.	19.Озеров В.П. Психомоторные способности человека. - Дубна., «Феникс» 2002, 320 с. 20.Дж.Х.. Уилмор, Д.Л. Костил. Физиология спорта. -Олимпийская литература. -Киев.,2001г.	
11	№ 11 дәріс тақырыбы. Олимпиадалық спорт түрлеріне сабақ бағдарламасын құру	15. Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте. - Киев: Олимпийская литература. 1997 16. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учебное пособие для студентов в высших учебных заведений. -М., Издательский центр«Академия», 2000. - 480с. 3.	21.Матвеев Л.П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов. - Киев: Олимпийская литература, 1999 22.Основы управления подготовкой юных спортсменов (под ред. М.Я. Набатниковой) - М:ФиС. 1982.-280 с.	
12	№ 12 дәріс тақырыбы. Спортшыларды дайындау жүйесін басқару негізі	1.Платонов В.Н., Гуськов С.К. Олимпийский спорт: Учебник для студентов вузов физвоспитания и спорта. В2кн.-К.; Олимпийская литература, 1994 –К-1-с374-384.	23.Озеров В.П. Психомоторные способности человека. - Дубна., «Феникс» 2002, 320 с. 24.Дж.Х.. Уилмор, Д.Л. Костил. Физиология спорта. -Олимпийская литература. -Киев.,2001г.	

		4. Караков А. Дене тәрбиесі (жоғары оқу орындарына арналған оқулық). 4-кітап. - Алматы: «Интер Пресс К», 2009. -218бет.		
13	№ 13 дәріс тақырыбы. Олимпиадалық спорт түрлеріндегі спорттық жаттығуларды бақылау	17. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в Олимпийском спорте. Киев: Олимпийская литература, 2004. 807с. 18. Озолин Н.Г. Современная система спортивной тренировки –М.: ФиС, 1970. -478с. 4. 2007.-28с.	25. Теория и методика футбола. Учебник для слушателей программы « <i>Jira</i> » по категории «В», «А», « <i>PRO</i> » / Под общей ред. К-И. Адамбекова. - Алматы: Елнур, 2007. - 288стр. 26. Иванков Ч.Т. Теоретические основы методики физического воспитания -N4. М: «Инсан», 2000.	
14	№ 14 дәріс тақырыбы. Спортшыларды дайындау жүйесін моделдеу және болжау	1. Платонов В.Н., Гуськов С.К. Олимпийский спорт: Учебник для студентов вузов физвоспитания и спорта. В2кн.-К.; Олимпийская литература, 1994 –К-1-с374-384. 5. Караков А. Дене тәрбиесі (жоғары оқу орындарына арналған оқулық). 4-кітап. - Алматы: «Интер Пресс К», 2009. -218бет.	27. Озеров В.П. Психомоторные способности человека. - Дубна., «Феникс» 2002, 320 с. 28. Дж.Х.. Уилмор, Д.Л. Костил. Физиология спорта. -Олимпийская литература. -Киев., 2001г. 6. Караков А. Дене тәрбиесі (жоғары оқу орындарына арналған оқулық). 4-кітап. - Алматы: «Интер Пресс К», 2009. -218бет.	
15	№ 15 дәріс тақырыбы. Жарысқа дайындықты материалдық-техникалық жағынан қамтамасыз ету	1. Платонов В.Н., Гуськов С.К. Олимпийский спорт: Учебник для студентов вузов физвоспитания и спорта. В2кн.-К.; Олимпийская литература, 1994 –К-1-с374-384. 7.	29. Озеров В.П. Психомоторные способности человека. - Дубна., «Феникс» 2002, 320 с. 30. Дж.Х.. Уилмор, Д.Л. Костил. Физиология спорта. -Олимпийская литература. -Киев., 2001г.	

Оқытушы _____ қолы

1. Бағалау критерийі

Аттестация түрі	Бақылау түрі	Жалпы бағадан үлес, макс. в %
Аралық бақылау №1	Сабаққа қатысым	5
	Ағымдық бақылау (прак. сем., лаб. и студ. сабақтар)	50
	Өздік жұмысты бақылау (СОӨЖ; СӨЖ)	30
	Аралық бақылау (коловквиум, бақылау жұмысы, презентация и т .б.)	15
Аралық бақылау №2	Посещение занятий	5
	Текущий контроль (прак. сем., лаб. и студ. занятия)	50
	Өздік жұмысты бақылау (СОӨЖ; СӨЖ)	30
	Аралық бақылау (коловквиум, бақылау жұмысы, презентация и т .б.)	15
Қорытынды бақылау	Емтихан	100

Аралық бақылауды өткізу туралы ұсыныс

Аралық бақылауды өткізген кезде төмендегідей Қазақстан Республикасы Білім және ғылым министрлігінің нормативті құжаттарын пайдалану ұсынылады:

- *Жоғары оқу орындарындағы білім алушыларға ағымдық, аралық бақылауды және қортынды аттестацияны жүргізудің Типтік ережелері (Қазақстан Республикасы Білім және ғылым Министр 1 қараша 2010 жылғы № 506 бұйрығы (бұдан әрі–Ереже);*
- Қазақстан Республикасының Мемлекеттік жалпыға міндетті білім беру стандарты 5.03.006-2006 «Қазақстан Республикасындағы білім беру жүйесі. Жоғары оқу орындарындағы білімді бақылау және бағалау.Негізгі ережелер». (бұдан әрі – ҚР МЖМБС5.03.006-2006).

Рейтингтік жүйе студенттің барлық оқу түрі бойынша (дәріске қатысу, практикалық, зерханалық сабақтар, бақылау жұмыстарын орындау т.б.) «жинақтаған» баллдары есептеу негізделген.

Білім алушылардың ағымдық бақылауы – бұл оқытушының академиялық кезең бойынша сабақ кестесіне сәйкес дәрісханалық және дәрісхандан тыс сабақтарда студенттердің білімін жүйелі тексеруі. (Ереже, т.5)

Ағымдық бақылау бағасы (жіберілу рейтингісін бағалау) дәрісханалық сабақтарда және ағымдық бағалаудан (дәрісханадан тыс сабақтар) сабақтар негізінде жинақталады. (Ереже, т.6)

Ағымдық бақылау бір пән бойынша академиялық кезең аясында екі реттен кем емес (Ереже, т.11.)

Студенттердің қатысым және үлгерім журналын сабақты жүргізуші оқытушы толтырады.

Пәннің оқу бағдарламасы арқылы білім алушылар үлгерімінің ағымдық бақылауы жүргізіледі: ауызша сұрау, жазбаша бақылау, аралас бақылау, үй тапсырмасы презентациясы, дискуссия, тренингтер, дөгелек үстел, кейс- стадия, тесттер және т.б. (ҚР МЖМБС 5.03.006-2006, т.5.4).

Оқу жоспарында қарастырылған курстық, есептік-графикалық және басқа да жұмыстар емтихан сессиясы басталғанға дейін қорғалуы қажет және пән бойынша емтиханға жіберудің негізін құрайды. Осы жұмыстар бойынша бағалар рейтингті есептеуде есепке алынуы керек. (ҚР МЖМБС 5.03.006-2006, т.5.5.).

Ағымдық бақылау кезінде студенттердің білім жетістіктерін бақылау 100- балдық шкала бойынша әрбір орындалған тапсырмаға (ағымдық сабақтардағы жауабы, үй тапсырмасын орындау, өзіндік жұмыс қойылады, (аралық бақылау) және ағымдық бақылаудың соңғы нәтижесі

академиялық кезең бойында алынған барлық бағалардың орта есебін шығару арқылы жүзеге асады. (Ереже, т.7).

Жоғарыдағыларды есепке ала отырып, қатысым және үлгерім журналына барлық ағымдық бақылау бойынша бағалар қойылады:

- 0-егер тапсырма тапсырылмаса:

- 49 (F)- егер тапсырма «қанағаттанарлықсыз» орындалса:

-50 ден 100 дейін (D-дан А ға дейін) - ауызша\жазбаша жауаптар\тапсырмалар толық және дәл орындалуына байланысты қойылады.

Семестр бойынша пән Силлабусында үй тапсырмасын орындау, СӨЖ уақыты және оны тексеру, Журналға баға қою қарастырылу керек.

Ағымдық бақылауда бақылау жұмысы, тест т.б. оқудан тыс уақытта болатын тапсырмалар 15%. Көп болмауы қажет

Сонымен, студент сабаққа қатысып пән бойынша тапсырмаларды орындап, бірақ, сабаққа қатыспаса 1-ден 8-аптаға дейін (9 дан15-апта дейін), ағымдық кезеңдегі бағасы 0 ге тең бола алмайды. Бұл жағдайда үлгерімнің ағымдық бақылауының нәтижесі аралық бақылау бағасындағы ағымдық бағаны алып тастаумен есептеледі.

Қатысым және үлгерім журналындағы ағымдық бақылау нәтижелері 8-інші және 15-інші аптада жеке графада оқу кезеңіне сәйкес алынған барлық бағалардың орта арифметикалық бағасы ретінде қойылады, соның ішінде, графикалық, курстық жұмыстарды қорғауды есептегенде.

Студенттің сабаққа 100% қатысымы оқытушының қалауы бойынша қосымша бонустарды бағаға қосуға мүмкіндік береді. Мұндай жағдайда журналға қосымша жеке графа берілуі қажет. Сонымен қатар, оқытушы студентке семинар, зертханалық сабақтардағы белсенділігі үшін қосымша бонус бере алады. Ағымдық бақылаудың соңғы нәтижелері АБ-1/АБ-2 графаларына қойылатындықтан қосымша бонустар/балдар арқылы жоғарлауы мүмкін.

Қатысым және үлгерім журналында аралық бақылауға жіберілу (емтихан) бағасы жеке графада (АБ-1/АБ-2 орта балы) екі аралық бақылаудың орта арифметикалық бағасы ретінде 50 % кем емес қойылады.

Сонымен сырттай оқу бөлімі студенттердің үлгерімін ағымдық бақылау оқу емтихан сессиясы кезеңінде де, оның басында да жүзеге асады. Сырттай бөлімде оқитын студент оқу емтиханы басталғанға дейін барлық бақылау және есептік графикалық жұмыстар, курстық жұмыстарды, сонымен қатар, үй тапсырмаларының түрлерін, СӨЖ, аралық бақылауды пән бағдарламасына сәйкес (Ереже, т. 9). тапсырады.

ДӘРІС ТЕЗИСТЕРІ

№ апта	Дәріс тақырыбы және тезистер	Сағат көлемі
№ 1 дәріс	<p style="text-align: center;">1-тақырып. ОЛИМПИАДАЛЫҚ ОЙЫНДАРҒА СПОРТШЫЛАРДЫ ДАЙЫНДАУДЫҢ ЖАЛПЫ ТЕОРИЯСЫН ҚАЛЫПТАСТЫРУ</p> <p>Тарихи алғышарттар. Ежелгі Грециядағы Олимпиадалық ойындарға спортшылары дайындау жүйесі, ежелгі гректердің әлемді таңдандырған ұлы жеңістерінің, жетістіктерінің көптеген тарихи көздеріне талдау жасау. Жарыс дайындығына қатысты спортшылардың, бапкерлердің, дәрігерлердің, судьялар мен ұйымдастырушылардың көзқарастары бойынша төмендегідей мәселелер қамтылды:</p> <ul style="list-style-type: none"> – таланты атлеттерді іріктеу және олардың көпжылдық жетістіктерін ұйымдастыру; – алда болатын ойындарға он ай ішінде міндеті түрде тиімді дайындықты құру; – спорт түрлерінің техника мен тактикасы және техника-тактикалық дайындығы; – атлеттердің дене дайындығының жүйесі; – дайындық тиімділігін арттыратын әртүрлі көмекші құралдар: (күшті дамытуға, бокс жаттығуына арналған қаптар, секіру жаттығуларына арналған ойындар және т.б.); – жұмысқа қабілеттілігін реттейтін және қалпына келтіретін психологиялық дайындық құралдары; – жарыс ережелерін жетілдіру, жарыстардың процессіндегі техникалық құралдарды пайдалану, төрешіліктің объективтілігін қамтамасыз ету, (атты жарыстардағы, жүгірудегі старт үшін неғұрлым күрделі жүйелер); – спорттық құралдарды жетілдіру (бокс қолғабы, найза, шығыршық, дөңгелек және т.б.) – массажистің, дәрігердің, бапкердің және спортшының бірлескен жұмысын қамтамасыз ету; – адам анатомиясы, физиологиясы мен психологиясы аймағындағы білімге сүйене отырып, жарыс және дайындық процесін құруға ұмтылу. <p>Осы бағыттардың әрқайсысында да ертедегі гректерде қазіргі спортта біз күнде кезігіп отырған мәселелер мен талпынушылықтар болып отырған. Бұл тәжірибелер мен білімдер сонау замандағы Ежелгі Грециядан жеткен өркениеттің ең жоғары деңгейінің тағы бір растаулары болып табылады.</p> <p>в) зерттеу тақырыбы; г) болжам.</p> <p>Осы дәріске ағымдық, аралық, қорытынды бақылау бойынша тест тапсырмалары және сұрақтар</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Спортшыларды дайындаудың жалпы теориясын қалыптастыру 2. Тарихи алғышарттар 3. Жалпы теорияны қалыптастыру 	1
№ 2 дәріс	<p style="text-align: center;">2-ТАҚЫРЫП. ӘРТҮРЛІ ҰЛТТЫҚ КОМАНДАЛАРДЫ ОЛИМПИАДАЛЫҚ ОЙЫНДАРҒА ДАЙЫНДАУ ЖҮЙЕСІ</p> <p>Қазіргі Олимпиадалық спорттың тарихында әртүрлі елдерде олимпиадалық дайындықты құрайтын екі өзара тығыз байланысты және сол уақытта түбегейлі айырмашылығы бар бағыт жүзеге асырылады.</p>	2

	<p>Оның бірі өте кең тараған, әсіресе XX ғасырдың бірінші жартысындағы Олимпиадалық ойындарға әдістемелік-ұйымдастыру жұмыстарында нақты спорт түрлері бойынша ұлттық спорт түрлеріне күшті спортшыларды тарту болды.</p> <p>Екінші бағыт Олимпиада ойындарында жоғары жетістіктерге жетуге қабілетті ұлттық құрама командалардың олимпиадалық дайындық жүйесінің тұтастығын қалыптастыруға бағытталды.</p> <p>Мұндай қадамдарды жүзеге асыру саяси тұтастығы сақталған, олимпиадалық дайындыққа әдістемелік және қатаң ұйымдастыру жүйесі қалыптасқан, спорттық клубтар мен спорттық федерацияның және басқа да ұйымдардың қызығушылығын туындатқан елдерде кеңінен жүзеге асырылғандығын әлемдік тәжірибе көрсетеді.</p> <p>Спорттық жетістікті бағдарлау ережеде көрсетілгендей, Олимпиадалық ойындар нәтижесінде жетістікке жететіндей етіп, әртүрлі спорт түрлері бойынша дамудың пропорционалдық емес түрінде көрсетіліп отырды.</p> <p>Бұл спортшыларға тікелей байланысты: неғұрлым жолғары нәтиже көрсеткен спортшыларға соғұрлым барлық жағдай жасалды, ал нәтижесі төмен спортшыларға мұндай жағдай жасалмады.</p> <p>Бірінші қадамның олимпиадалық дайындық тұрғысынан алғанда ең мықты екені көрініп тұр. Оның тиімділігі елдің спортқа деген жалпы көзқарасымен, ұйымдастырушылығымен, экономикалық және материалдық-техникалық мүмкіндігімен, орта және жоғары оқу жүйесіндегі спорттың жағдайымен, федерацияның ұйымдастырушылық және қаржылық мүмкіндігімен, олардың сапалы спортшыларды дайындау қабілеттілігімен анықталады.</p> <p>Екінші қадам біріншіге қарағанда олимпиадалық дайындық жүйесінің негізіне ақырғы нәтижесі бағытталған – неғұрлым көбірек марапттауларды жеңіп алу, командалық есепте неғұрлым жоғары орында тұру, Олимпиадалық ойындарда жетістікке жету сияқты бағыттың әдіснамалық жүйесінің талаптарына басшылық жасай отырып, жоғарыдан қалыптастырғанды қарастырғанды жөн көреді.</p> <p>Осы дәріске ағымдық, аралық, қорытынды бақылау бойынша тест тапсырмалары және сұрақтар</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Теория жасаудың әдіснамалық негіздері 2. Қазіргі білім жүйесі 3. Спорттық жарыс түрлері 	
<p>№ 3 дәріс</p>	<p>3-ТАҚЫРЫП. ОЛИМПИАДА АРЕНАСЫНДАҒЫ КҮШТІҢ АРАСАЛМАҒЫ ЖӘНЕ ЕҢ КҮШТІ КОМАНДАНЫҢ БОЛАШАҒЫ</p> <p>2004жылғы Афинада өткен ойында жалпы командалық есепте АҚШ спортшылары Ресей спортшыларымен, кейбір жағдайларда Қытай ойыншыларымен тайталасты. 2003 жылдың аяғында бұл ойындарда 1996 жылғы Атлантадағы, 2000 жылғы Сиднейдегі ойындарға қарағанда неғұрлым жетістікті болады деп болжағанымен, Афина Олимпиадасындағы АҚШ ұлттық командасының болашағы туралы айту оңай емес. Оның үстіне, жарыстың европа елдерінде өтуінің өзі де үлкен өзгеріс туғызды, күтпеген жерден АҚШ спортшыларының кең көлемде допингті қолдануы айқындалғаннан кейін еворпалық, әсіресе оңтүстік европалықтарға деген сенімсіздік туындады. Америкалық спортшылардың, кейбір жағдайда (80 жылдары) Германияның спортшыларының баяғыдан тыйым салынған</p>	<p>2</p>

	<p>препараттарды, әсіресе анаболикалық стероидтарды пайдаланғаны анық белгілі болған. Дегенмен көптеген жылдар бойы америкалықтарға біресе допинг-бақылау жүйесін айналып өтуге, біресе антидопинг бақылау мамандарына басқаша ақпарат берудің түрлі жолдарын табуға мүмкіндік болып отырды.</p> <p>Олимпиада ойындарына және қысқы Олимпиада ойындарына қатысатын әртүрлі елдердің ұлттық құрама командасы жайлы сөз қозғалғанда, ең көп мүмкіндікке Олимпиадалық ойындарды ұйымдастыратын елдің спортшылары ие болады. Олимпиадалық ойындар өткізілетін елдің ұлттық командасы өздерінің алдыңғы және соңғы ойындарына қарағанда анағұрлым жақсы жетістіктерді көрсетеді. Бұл айырмашылықтарды өте зор және кешенді факторлардың тұрақты заңдылықтары ретінде қарастыруға болады. Олардың қатарына халықтар арасында Олимпиадалық ойындарды өткізетін елдегі олимпиадалық ойындарға деген қызығушылықтардың артуы, оны ұйымдастыру мен материалдық-техникалық негізі мен олимпиадалық дайындықты қаржыландыруды жақсарту, қоғамның спортқа деген көзқарасын өзгерту, спортшылар мен мамандардың моралдық-патриоттық қасиетін арттыру, олардың жарыс сапасын көтеруге деген жауапкершілігін арттыру, олимпиадалық нысандарда дайындалу мүмкіндігі, әсіресе, велосипед спорты, ат спорты, шаңғы және тау шаңғысы спорты, бобслейде, шана спорты, сноубордингте, трамплиннен секіруде, биатлон және т.б., мен климатқа бейімделудің жоқтығы, жанкүйерлер мен бұқаралық ақпараттар қолдауы жатады.</p> <p>Осы әрекеттердің мен тағы басқа факторлар сәйкестігі алдыңғы ойындардың қорытындысы қандай болса, соңғы ойындарда да сондай қорытынды болады деп салыстыра келе, Олимпиадалық ойындар мен қысқы Олимпиадалық ойындарда команданың жеңіске жетуіне кепілдік береді.</p> <p>Осы дәріске ағымдық, аралық, қорытынды бақылау бойынша тест тапсырмалары және сұрақтар</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Жарыс өткізудің тәсілі мен регламенті 2. Жарыс нәтижесін анықтау 3. Жарыс әрекетіне әсер ететін спортшылардың жарыс шарттары 	
<p>№ 4 дәріс</p>	<p>4-ТАҚЫРЫП. ОЛИМПИАДАЛЫҚ ОЙЫНДАР МЕН ҚЫСҚЫ ОЛИМПИАДАЛЫҚ ОЙЫНДАР БАҒДАРЛАМАСЫНДАҒЫ СПОРТ ТҮРЛЕРІ</p> <p>Олимпиадалық спорт түрлерінің классификациясы</p> <p>Спортта спорт түрлерінің бірнеше әртүрлі классификациялары бар. Спортшылардың жаттығу және жарыс әрекеттерінің ерекшеліктеріне байланысты олар алты топқа бөлінеді.</p> <p>Бірінші топ – спортшылардың шексіз белсенді қозғалыс әрекеттерімен байланысты спорттың атлетикалық түрлері (жеңіл және ауыр атлетика, академиялық есу, байдарка және каноэдағы есу, спорттық және көркем гимнастика, жекпе-жек және спорт ойындарының әртүрлері т.б.)</p> <p>Екінші топ – спортшылардың қозғалыс құралдарын басқаруға бағытталған спорт түрлері (автомобилмен, самолетпен, мотоциклмен, қайықпен және т.б.)</p> <p>Үшінші топ – арнайы спорттық қарулар қолданылатын спорт түрлері – (винтовка, садақ және т.б.).</p> <p>Төртінші топ – конструкторлық әрекет нәтижесіне салыстырылған спорт түрлері (авиа және судомоделдеу және т.б.).</p> <p>Бесінші топ – жергілікті жердегі бағдарлау және қозғалыспен байланысты спорт түрлері (туризм, альпинизм және т.б.).</p>	<p>2</p>

	<p>Алтыншы топ – спортшының ақыл-ойымен жұмыс істеуге бағытталған спорт түрлері (шахмет, дойбы және т.б.). (Матвеев, 1977).</p> <p>Олимпиада ойындары мен қысқы Олимпиада ойындарының бағдарламасын құрайтын пәндер мен спорт түрлерін басқаша бөлу қарастырылған. Кеңінен тараған қозғалыс спецификасын бейнелейтін, сондай-ақ әртүрлі спорт түрлеріне сай келетін жарыс және жаттығу құрылымының классификациясы болып табылады.</p> <p>Бұл классификацияға төмендегідей спорт түрлері мен спорттық пәндер кіреді:</p> <ul style="list-style-type: none"> • циклдік — жеңіл атлетика, жүзу, академиялық есу, байдарка мен каноэдағы есу, велосипед спорты, конькимен шапшаң жүгіру, шорт-трек, шаңғымен жүгіру; • шапшаңдық-күштілік — ауыр атлетика, жеңіл атлетикалық секіру және лақтыру; трамплиннан шаңғымен секіру; • күрделі координациялық — спорттық гимнастика, көркем гимнастика, суға секіру, батуттағы секіру, қабырғаға ату, оқпен ату, садақ ату, синхронды жүзу, желкенді спорт, ескекпен жүзу, ат спорты (жорғалау, кедергілерден өту), конькимен мәнерлеп сырғанау, фристайл, бобслей, тау шаңғысы, шана, сноубординг, скелетон; • жекпе-жек — бокс, найзаласу, еркін күрес, грек-рим күресі, дзюдо, таэквондо; • спорттық ойындар — баскетбол, бадминтон, бейсбол, софтбол, волейбол, гандбол, футбол, су поло, мұздағы хоккей, көгалдағы хоккей, үстел теннисі, жағалаудағы волейбол, керлинг; • көпсайыс және құрамалы түрлері – қазіргі бессайыс, атты үштік, үшсайыс, жеңіл атлетикалық онсайыс және жетісайыс, шаңғы екісайысы, биатлон. <p>1980 жылдан 2000 жылға дейінгі аралықта бағдарлама одан әрі кеңейе түсті – әрбір кезекті Олимпиадалық ойындарға 16-29 жарыс түрлері қосылды. 1996 жылы Атлантада болған ойында 271 жарыс түрінен медаль сарапқа салынса, Сиднейде болған ойында 300-ге жетті. (табл. 5.2). Осылайша, 1980 жылғы ойынмен салыстырғанда, бағдарлама 47,7%, ал 1952 жылмен салыстырғанда 101,3 % өсті. XXVIII Афина Олимпиадасында (2004ж.) 301 жарыс түрі өткізілді.</p> <p>Осы дәріске ағымдық, аралық, қорытынды бақылау бойынша тест тапсырмалары және сұрақтар</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Спортшыларды дайындау жүйесіндегі жарыс 2. Жарыс әрекетінің нәтижесі 	
<p>№ 5 дәріс</p>	<p>5-ТАҚЫРЫП. ОЛИМПИАДАЛЫҚ ОЙЫНДАРДАҒЫ ЖАРЫС ЖҮЙЕСІ. ОЛИМПИАДАЛЫҚ СПОРТ ЖАРЫСЫ</p> <p>Олимпиадалық спорттағы спорттық жарыстар жарыста нәтижеге жетуі үшін спортшылардың дайындық және әдістеме, ұйымдастыру жүйесін анықтайтын орталық элементі болып табылады.</p> <p>Жарыссыз нағыз спорт өмір сүре алмайды, сондықтан олимпиадалық спорт белгілі бір деңгейде жарыстың қызметіне және дамуына бағытталған білім мен іс-әрекет саласының белгілі бір өлшемі болып табылады.</p> <p>Спорттық жарыстар – шығармашылық пен әл-ауқат мақсаттылығының жетістігі, күрес, жеңіс және жеңіліс, ылғи жетістіктер мен ең жоғары нәтижелерге жетуге ұмтылудан тұратын, әлемде шынайы түрде өмір сүретін адамдық қарым-қатынастың өзіндік үлгісі. Жарыста спорт ғылымының деңгейі мен ғылыми-әдістемелік және дәрігерлік қамтамасыз ету дайындығы жүйесінің нәтижелілігі, бапкер мамандардың дәрежесі мен мамандарды дайындау жүйесінің тиімділігі, іріктеу жүйесі мен олимпиадалық спорт үшін резервтерді дайындау, дайындықтың</p>	<p>2</p>

	<p>ұйымдастырылуы мен материалдық-техникалық негізінің шынайылығы айқын көрінеді.</p> <p>Спорттық жарыс түрлері</p> <p>Ұйымдастырудың мақсаты, міндеті мен формаларына байланысты спорттық жарысқа қатысушылардың құрамы әртүрлі болады. Көбінесе олимпиадалық спорт жүйесінде жарыс төмендегідей өлшемдер бойынша бөлінеді:</p> <ul style="list-style-type: none"> • мәні бойынша (басты, іріктелген, дайындық); • масштаб бойынша (аудандық, қалалық, аймақтық, континенталдық, Олимпиадалық ойындар); • тапсырмаларды шешу бойынша (бақылау, классификациялық, іріктелген, көрнекті); • ұйымдастыру сипатына қарай (ашық, жабық, дәстүрлі, матчті және т.б.); • сынақ формасы бойынша (жеке, командалық, жеке-командалық); • қатысушылардың жасына қарай (балалар, юниорлық, үлкендер үшін, ардагерлер үшін); • жынысына қарай (әйелдер мен ерлер арасында); • қатысушылардың кәсіби бағдары бойынша (мектеп, студенттік және т.б.) (Смолевский, Гавердовский, 1999). <p>Арнайы ірі жарыстардағы ұзақ дайындық кезеңі спортшылар мен командалардың дайындық жүйесінің шынайылығын бағалауға мүмкіндік береді,</p> <p>Басқа жарыстар маңызды жарыстарға қатысатын спортшыларды іріктеуден тұрады және спортшылар дайындылығын жан-жақты арттырудың тиімді құралы болып табылады.</p> <p>Осы дәріске ағымдық, аралық, қорытынды бақылау бойынша тест тапсырмалары және сұрақтар</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Жарыс әрекетінің стратегиясы мен тактикасы 2. Жарыс әрекетінің техникасы 	
<p>№ 6 Дәріс</p>	<p>6-ТАҚЫРЫП. ОЛИМПИАДАЛЫҚ СПОРТ ТҮРЛЕРІНІҢ ЖАРЫС ӘРЕКЕТІ. ЖАРЫС ӘРЕКЕТІНІҢ НӘТИЖЕСІ</p> <p>Спорттық жетістіктер спортшы, бапкер, көрермендер, спорттық ұйымдар үшін жарыс әрекетінің өнімі ретінде бағаланады. Олардың қатарына спортшының жеке тұлғасының ерекшеліктері, жарысты ұйымдастыру мен өткізудің материалдық-техникалық жағдайы, климаттық, географиялық және әлеуметтік жағдайлар жатады.</p> <p>Қоғамда жарыс шартына байланысты қойылған жарыс деңгейі, қатысушылар құрамы, бәсекелес деңгейін есепке ала отырып, спортшының өзі қалай бағаланса, спорттық жетістіктер де солай бағаланады. Әрине, жоғары деңгейде өткен спорттық жетістіктер жоғары бағаланады.</p> <p>Спорттық жетістіктердің қоғамдық бағасы нақты спорт түрлеріне, сондай-ақ әлемнің барлық жерінде кеңінен тараған спорт түрлеріне қойылады. Мысалы АҚШ-та теннис, бейсбол, хоккей, баскетбол, жеңіл атлетика ойындарының жеңісі өте жоғары бағаланса, Солтүстік Европада шаңғы жарысы, тау шаңғысы мен коньки спорты, Шығыс Европада ауыр атлетика (әсіресе, ауыр салмақ категориясы бойынша), еркін және грек-рим күресі, футбол ойындарының жеңісі өте жоғары бағаланады.</p> <p>Спорттық нәтиже техникалық шеберліктің өлшемі ретінде арнайы жарыс шарттарынан белгілі болып, рекорд ретінде көрінеді.</p> <p>Рекордтар көлем, қашықтық, түсу санына, уақытына және т.б. байланысты шартты түрде ұпай саны белгіленген кестелер арқылы айқындалған спорт түрлерінде тіркеледі.</p>	<p>2</p>

	<p>Осы дәріске ағымдық, аралық, қорытынды бақылау бойынша тест тапсырмалары және сұрақтар</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Жарыс әрекетінің құрылымы 2. Жарыс әрекетін басқару 	
№ 7 Дәріс	<p>7-ТАҚЫРЫП. ЖАРЫС ӘРЕКЕТІНІҢ ҚҰРЫЛЫМЫ</p> <p>Жарыс әрекетінің құрылымын анықтайтын факторлар спортшы жетістігінің ең жоғары шыңына жетуге бағытталады. Заңды байланыстар жиынтығы, жарыс қимылының шоғыры және оның тұтасай формасы спортшының іс-әрекет қимылының құрылымын қалыптастырады. Бақылау, үлгі және іріктеу жарыстарында жарыс әрекеттерінің бағыты нақты жағдайлар мен тапсырмаларға негізделеді.</p> <p>Жарыс әрекеті адамның басқа да саналы әрекеттерінің бірі сияқты мақсатты-нәтижелі қарым-қатынас: мақсат–орта–нәтижеден тұрады.</p> <p>Мақсат – жарыс әрекетіндегі спортшы ұмтылған нәтиже, болып табылады, орта – алға қойған мақсатқа жетуге бағытталған спортшының әдістері мен тәсілдері, нәтиже – жарыс әрекетінде жеткен спорттық нәтиженің нақты түрі.</p> <p>Спорттағы жарыс әрекеті тұтастай спорт үшін басты сипаттама; спорт түрлерінің тобы үшін жалпы сипаттама деңгейінде; нақты спорт түрі үшін арнайы сипаттама деңгейінде қарастырылады. Дегенмен де өз кезегінде екі компонентер тобынан: қамтамасыз ету және жүзеге асырудан тұратын спорттық нәтиже қарастыру деңгейінен тыс жүйе құраушы фактор болып табылады.</p> <p>Осы дәріске ағымдық, аралық, қорытынды бақылау бойынша тест тапсырмалары және сұрақтар</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Спорттық жетілдірудің көпжылдық үдерісінің құрылымы 2. Көпжылдық дайындықтың жалпы құрылымы және оны анықтайтын факторлар 3. Көпжылдық жетілдірудің әртүрлі кезеңдеріндегі дайындықты дұру ерекшеліктері 	2
№ 8 дәріс	<p>8-ТАҚЫРЫП. ЖАРЫС ӘРЕКЕТІН БАСҚАРУ</p> <p>Спортшыға жарыс кезінде техникo-тактикалық, психологиялық және т.б. ақпараттармен жұмыс істеуге тура келеді. Бұл ақпараттар жеке және тұтастай жарыс кезіндегі әрбір жағдайға байланысты тапсырмаларды шешуге сай келуі керек.</p> <p>Ақпаратты қабылдау және өңдеу барлық уақытта уақыттың тығыздығы мен жетіспеушілігінен тұратын жарыс кикілжіңін туындатады (Келлер, 1987).</p> <p>Нақты тапсырмаларды шешу үшін спортшының жаттықтыру үрдісі мен жарыс кезінде жинақтаған, ақпараттық үлгіге сай келетін ақпаратының бір бөлігі ғана пайдалы және өте қажет болады</p> <p>Спорттық жекпе-жекте бақылай отырып, оның дәл осы кезде пайда болған: қатысушылар мақсатының қарама-қайшылығы, іс-әрекеттің әртүрлі сипаттамасы, спортшылардың өзара қарым-қатынас нәтижесі немесе нақты алғанда қарама-қарсылығын көреміз.</p> <p>Жекпе-жекте ішкі жағында тактикалық жоспардан (ал кей кезде жарысты өткізудің көпсатылы жүйесі), анықталған әрекет, форма мен техникалық орындаулардан тұратын шынайы мазмұны тұрады.</p> <p>Көрермендер көзінен тасаланған нәрселер (қарсыластың ойы, қабылданған ақпаратты жөндеу, қабылданған шешімнің жүрісі және т.б.)</p>	2

	<p>міндетті түрде спортшының ойы мен санасында бейнеленеді.</p> <p>Осы дәріске ағымдық, аралық, қорытынды бақылау бойынша тест тапсырмалары және сұрақтар</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Жыл бойы спортшыларды дайындау 2. Жалпы ережелер 3. Бір жылдық дайындық құрылымы 	
<p>№ 9 дәріс</p>	<p>9-ТАҚЫРЫП. СПОРТТЫҚ ЖЕТІСТІКТЕР ҮДЕРІСІНІҢ КӨПЖЫЛДЫҚ ҚҰРЫЛЫМЫ</p> <p>Жалпы ережелер</p> <p>Спортшыларды дайындау жүйесінің құрылымын төмендегідей етіп бөлуге болады:</p> <ul style="list-style-type: none"> – спортшының дайындалу үрдісінің өзіндік және өзара байланысты көпжылдық кезеңдерден тұруы; – бір жылдық дайындық; – орта кезеңдер (мезоциклдер); – кіші циклдер (микроциклдер); – жаттықтыру сабақтары. <p>Спорттық дайындықтың ғылыми негізінің жетілдірілуі, алдыңғы қатарлы тәжірибенің жетістіктері спортшылардың жоғары деңгейде өнер көрсетулеріне әкелді. Осылайша көптеген спортшылар 2-4 Олимпиадалық ойындарға қатысуға мүмкіндік алды. Мұндай олимпиадалық спорт түрлері қатарына кеңінен танылған жеңіл атлетика, жүзу, күрестің әр түрлері, бокс және т.б. спорт түрлері жатады.</p> <p>Спорттың ұзақ жасауының ұлғаюы спортшылардың дайындық құрылымының олимпиадалық (төрт жылдық) циклінің бөлінуіне әкелді. Бұл сонымен қатар әр елдің спортының жоғары деңгейде даму саясатын, Халықаралық мәртебесін анықтайтын, Олимпиадалық ойындар маңыздылығын көрсетуге мүмкіндік берді.</p> <p>Сондықтан да спорты өте жақсы дамыған елдерде жоғары деңгейдегі спортты ұйымдастыру мен басқарудың бүкіл жүйесі төрт жылдық олимпиадалық цикл негізінде жүзеге асырылады.</p> <p>Көпжылдық дайындықтың құрылымы мен ұзақтығы төмендегідей факторлардан тұрады:</p> <ul style="list-style-type: none"> • спортшылардың жеке және жыныстық ерекшеліктері, биологиялық жетілу мен спорттық шеберлігінің өсу темпінің байланысы; • спортшы дайындығын бастаған жас кезеңі, сонымен қатар арнайы жаттығуды бастаған жас кезеңі; • жоғары спорттық нәтижені қамтамасыз ететін спортшының дайындылығы мен жарыс әрекетінің құрылымы; • спорттық шеберліктің барлық жағынан қалыптасу заңдылығы мен аталған спорт түрінің бейімделу процесін қалыптастыру; • жаттықтыру процесінің мазмұны – құралдар мен әдістер құрамы, жүктеме динамикасы, жаттықтыру процесінің әртүрлі білімділік құрылымын құрастыру, қосымша факторларды (арнайы тамақтану, тренажерлар, ортаның қалпына және ретке келтіретін жұмыс қабілеттілігі және т.б.) пайдалану. <p>Осы дәріске ағымдық, аралық, қорытынды бақылау бойынша тест тапсырмалары және сұрақтар</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Әртүрлі спорттағы бір жылдық дайындықты құру ерекшеліктері 2. Бір жылдық дайындықтың көпциклді құрылымының 	<p>2</p>

	негізі 3. Бөлек макроциклдегі дайындық кезеңдері	
№ 10 дәріс	<p>10-ТАҚЫРЫП. СПОРТШЫЛАРДЫ ЖЫЛ БОЙЫ ДАЙЫНДАУ ҚҰРЫЛЫМЫ</p> <p>Жалпы ережелер</p> <p>Жыл бойы дайындау құрылымы көпжылдық жетілдіруге бағытталған жаттығуларды дұрыс орындау барысында жүзеге асырылады. Сол себепті жыл бойы дайындықты құрудың көпжылдық жетілдірудің бірінші кезеңін құрудың негізгі міндеті алдағы уақыттағы спорттық жетілдіруді тиімді шарты болып табылатын күнделікті жаттығулардан әлдеқандай айырмашылығы бар жеке мүмкіндіктерді жоғары деңгейде жүзеге асырудан тұратын техникалық және функционалдық дайындықты құру болып табылады.</p> <p>Көпжылдық жетілдірудің бірінші және екінші кезеңдерінде көбінесе спортшылардың техника-тактикалық, дене, психологиялық дайындықтарын шешуге бағытталған тапсырмалар қатар жүреді. Ары қарайғы кезеңдерінде спортшылардың жеке мүмкіндіктерінің жоғары деңгейін ашу мен жарыста жетістікке жету туралы тапсырма туындаған кезде бір жылдық дайындық құрылымының маңызы зор көптеген факторлармен сипатталады. Олардың қатарында бірінші кезекте спорт түрлерінің өзіндік ерекшеліктері мен спорттық шеберлігін қалыптастыратын заңдылықтарын, спортшының нақты жарыстарға (мысалы, әлем және Европа чемпионатына) қатысу үшін дайындығының қажеттілігін, спортшының жеке бейімділік мүмкіндігін, оның дайындылығының құрылымын, алдағы жаттығу мазмұнын атауға болады.</p> <p>Қазіргі бір жылдық дайындық жүйесі ХХ ғ. 20-жылдарынан бастап көптеген жылдар бойы қалыптасты және қазіргі уақытта ғылым мен тәжірибенің негізгі жетістіктеріне сүйене отырып, одан әрі даму үстінде.</p> <p>Осы дәріске ағымдық, аралық, қорытынды бақылау бойынша тест тапсырмалары және сұрақтар</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Жалпы ережелер 2. Жарыс әрекеттерінің моделі 3. Дайындық моделі 4. Морфофункционалдық моделдер 	2
№ 11 дәріс	<p>11-ТАҚЫРЫП. ОЛИМПИАДАЛЫҚ СПОРТ ТҮРЛЕРІНДЕГІ САБАҚТАРДЫҢ БАҒДАРЛАМАСЫН ҚҰРУ</p> <p>Сабақтың жалпы құрылымы.</p> <p>Кейбір сабақтарда дайындық процесінің өзіндік құрылымы болып табылатын бірлігінде дене, техника-тактикалық, психологиялық және кіріктірілген дайындықты шешуге бағытталған әртүрлі құралдар пайдаланылады, спортшы организмін қайта қалпына келтіру және бейімдеу процесінің тиімді алғышарттары құрылады.</p> <p>Сабақтың құрылымы көптеген факторлармен айқындалады, оның ішінде сабақтың мақсаты мен міндеті, спортшы ағзасының функционалдық қызметіндегі бұлшық ет әрекетінің тербелісі, сабақ жүктемесінің көптігі, жаттықтыру жаттығуларын таңдау мен үйлестіру ерекшеліктері, жұмыс пен демалыс режимі және т.б. кіреді.</p> <p>Кіріспе-дайындық, негізгі және қорытынды бөлімнен тұратын жүргізіліп жатқан сабақ құрылымы жұмыс кезіндегі спортшы ағзасының функционалдық жағдайының өзгеру заңдылықтарын айқындайды.</p> <p>Кіріспе-дайындық бөлімінде ұйымдастыру шаралары мен сабақтың негізгі бөлімінде орындалатын спортшының тікелей дайындығы өткізіледі.</p>	2

	<p>Сабақтың дұрыс, бірден анық басталуы спортшыларды тәртіпке үйретеді, алдағы әрекетке назар аударуға бағыттайды. Сабақ бағдарламасын дұрыс орындау кезінде алдын-ала дайындалу жағдайы туындайды, бұл ағзаның негізгі функционалдық жүйесінің белсенділігін арттырады, алдағы жұмысқа тез дайындалуды қамтамасыз етеді. Сабақтың бұлай өткізілуі спортшының дайындық мүмкіндігін арттырады.</p> <p>Сабақтың негізгі бөлімінде ең басты міндеттер шешіледі. Орындалған жұмыстар әртүрлі болуы мүмкін және арнайы дене және психологиялық дайындықтың жан-жақты көтерілуін, техника, тактиканың жетілдірудің мүмкіндігін қамтамсыз етеді,</p> <p>Негізгі сабақтың ұзақтығы қолданылып отырған жаттығулардың әдістемесі мен сипаттамасына, жаттықтыру жүктемесінің көлеміне байланысты болады. Жаттығуларды таңдау, олардың саны сабақ бағыты мен оның жүктемесін анықтайды.</p> <p>Сабақтың қорытынды бөлімінде мүмкін болғанша спортшы ағзасының жағдайын жұмысқа дейінгі халге жақындату жүзеге асырылады, қалпына келтіруге жағдай туғызады, жұмыс тығыздығы ақырындап төмендетіледі.</p> <p>Сабақтарды негізгі педагогикалық бағыт бойынша (негізгі және қосымша, таңдамалы және кешенді бағытта), жүктеменің көлемі бойынша (көп, аз және т.б. жүктемедегі сабақтар), нақты тапсырмалардың мазмұны бойынша (оқу, жаттығу, қалпына келтіру және т.б.) бөлу керек.</p> <p>Осы дәріске ағымдық, аралық, қорытынды бақылау бойынша тест тапсырмалары және сұрақтар</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Спортшылардың жеке ерекшеліктеріне байланысты жарыс әрекеті мен дайындығын моделдеу 2. Спорттағы болжау 3. Болжау әдістері 	
№ 12 дәріс	<p style="text-align: center;">12-ТАҚЫРЫП. СПОРТШЫЛАРДЫ ДАЙЫНДАУ ЖҮЙЕСІН БАСҚАРУ НЕГІЗДЕРІ</p> <p>Басқару процесінің мақсаты жаттықтырушының әр ойыншы қабілеттіліктерін команда мүмкіндігінде қолдануы, спортшының дайындылығы мен жаттығушылығын дамыту тұтастығы, жоғары дәрежелі спорттық жетістікті қамтамасыз ету болып табылады. Спорттық жаттықтырудың басқару нысаны спортшының мінез-құлқы мен оның жағдайы – оперативті, ағымдағы, кезеңдегі, спорттық дайындық жүйесіндегі барлық әрекеттердің кешені болып табылады.</p> <p>Жаттықтыру процесін басқару спорттық жаттығудың мүмкін болатын жүйелерін (заңдылықтарын, қағидаларын, жағдайын, құралы мен әдісін және т.б.), сондай-ақ спорттық жаттығулардың жаттығудан және жарыстан тыс факторларын (арнайы құралдар, жабдықтар мен тренажерлар, қалпына келтіру құралдары, ұйымдастыру кезеңдері) қарастырады.</p> <p>Бұл бір жағынан спорттық жаттықтыруды басқарудың күрделі қиындығын анықтайды, ал екінші жағынан оның шешімдерді жүзеге асыру барысындағы үлкен тиімділігін көрсетеді.</p> <p>Спорттық жаттықтыруды басқару процессі белсенді спортшылардың қатысуымен тренер арқылы өткізіледі және үш топтың қатысуы қарастырылады:</p> <ul style="list-style-type: none"> • дене, техника-тактикалық, психологиялық дайындық көрсеткіштерін жаттықтыру және жарыс жүктемелерінің функционалдық реакцияларын, жарыс әрекеттерінің параметрлерін қоса келе, спортшылардың жағдайы туралы ақпараттарды жинау; 	2

	<ul style="list-style-type: none"> • берілген эффекті тиімділігін қамтамасыз ететін бағыттағы жаттықтыру және жарыс әрекеттерін жоспарлау мен түзетуге сипаттама беру, нақты және берілген параметрлерді салыстыру туралы ақпараттарды талдау; • жаттықтыру және жарыс әрекеттерінің жетістіктерін қамтамасыз ететін мақсат пен міндетті, жоспар мен бағдарламаларды, әдістер мен тәсілдерді жасау және енгізуді жүзеге асыру, қабылдау; <p>Спорттық жаттықтыру процесін басқару негізіне спортшының көпбейнелі және тұрақты өзгеріп отыратын мүмкіндігі қызмет етеді, кері байланыстың төрт типінің көмегімен спортшыдан бапкерге түсетін ақпарат төмендегідей болады:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) спортшыдан бапкерге түсетін мәлімет (өзін сезінуі, жұмысқа деген қарым-қатынасы, көңіл күйі және т.б.); 2) спортшының мінез-құлқы жайлы мәлімет (жаттығу жұмысының көлемі, оның орындалуы, байқалған қателіктер және т.б.); 3) жылдам жаттықтыру тиімділігі жайлы мәліметтер (қойылған жаттықтыру жүктемесіндегі функционалдық жүйе қозғалысының көлемі мен сипаттамасы); 4) артта қалған және шарықтау шегіне жеткен жаттықтыру тиімділігі туралы мәлімет (спортшы дайындығы мен жаттығу жағдайының өзгерісі) (Запорожанов, 1995). <p>Спортшының әртүрлі жағдайын басқару қажетілігіне орай жаттықтыру процесін басқару бірнеше түрге бөлінеді:</p> <ul style="list-style-type: none"> • кезеңдік, күрделі құрылымдық білім берудің жаттықтыру процесінің дайындық мүмкіндігіне бағытталған (көп жылдық дайындық кезеңдері, кезеңдер, макроциклдер); • ағымдағы, жеке жарыстардағы спортшының микро және мезоциклдағы жаттықтыру кезіндегі мінез-құлық жинақтылығын қамтамасыз ету; • жедел, алдына мақсат етіп ағзадағы реакция жинақтылығы, жұмыс пен демалыс режимін қою, жеке жаттығуларды орындау кезіндегі қозғаушы күштерге сипаттама беру, жекпе-жекте, жеке жарыстардағы жаттықтыру сабақтарының бағдарламасы және т.б. <p>Спортшылар жағдайының тиімділігі, жаттықтыру және жарыс әрекеті шартты түрде үш негізгі топқа кіретін: 1) алғышарттар; 2) процесс; 3) іске асыру сияқты т.б. көптеген элементтер арқылы анықталады. Бұлардың барлығын есепке алу олардың күрделі өзара байланыстарында, басқару процесінің жағымды түрде іске асуында өте маңызды орын алады.</p> <p>Осы дәріске ағымдық, аралық, қорытынды бақылау бойынша тест тапсырмалары және сұрақтар</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Қысқа мерзімді және орта мерзімді болжау 2. Ұзақ мерзімді және өте ұзақ мерзімді болжау 3. Жарысты материалдық-техникалық жағынан қамтамасыз ету 	
№ 13 дәріс	<p>13-ТАҚЫРЫП. ОЛИМПИДАЛЫҚ СПОРТ ТҮРЛЕРІНДЕГІ СПОРТТЫҚ ЖАТТЫҚТЫРУЛАРДЫ БАҚЫЛАУ</p> <p>Спортшы дайындығының тиімділігі қазіргі кезде кешенді бақылаудың құралдары мен әдістерін көбінесе спортшы мен бапкер арасындағы кері байланысты жүзеге асыратын және осы негізде дайындалушылардың дайындығы кезінде басқару шешімі деңгейін көтеретін бақылау құралы ретінде пайдалануынан көрінеді.</p> <p>Бақылаудың мақсаты спортшылардың дайындық процесі мен жарыс әрекеттерінде ағзаның маңызды жүйелерінің дайындық және функционалдық</p>	2

	<p>мүмкіндігін жан-жақты объективті бағалау негізінде жинақтаудан тұрады. Бұл мақсат спортшы жағдайына, олардың дайындық деңгейіне, дайындық жоспарын орындауға, жарыс әрекеттерінің тиімділігіне және т.б. көптеген жеке тапсырмаларды шешуге байланысты іске асырылады.</p> <p>Ақпарат қолданылған дайындық процесінің мазмұнында, сондай-ақ спортшының жарыс әрекетінде бақылаудың жеке тапсырмаларын шешу нәтижесі болып табылады, басқару шешімін қабылдау процесінде жүзеге асырылады.</p> <p>Спорттағы бақылау нысаны оқу-жаттықтыру процесінің мазмұны, жарыс әрекеттері, спортшының жан-жақты дайындығының жағдайы (техникалық, дене, тактикалық және т.б.) олардың жұмыс қабілеттілігі, функционалдық жүйе мүмкіндігі болып табылады.</p> <p><i>Бақылау түрлері.</i> Спорттың теория және тәжірибесінде келесідей: кезеңдік, ағымдық, жедел бақылау түрлері қолданылады, олардың әрқайсысы спортшы жағдайының сай келетін типіне байланысты болады.</p> <p>Кезеңдік бақылау ұзақ уақыт жаттығу тиімділігі боып табылатын спортшының кезеңдік жағдайын бағалауға мүмкіндік береді. Спортшының мұндай жағдайы кезеңдер, макроцикл, жылдар бойы ұзақ дайындығының нәтижесі болып табылады.</p> <p>Ағымдық бақылау жаттығу және жарыс микроциклдері сабағының бөлімдерінің жүктемесі болатып табылатын ағымдық жағдайды бағалауға бағытталған.</p> <p>Жедел бақылау жеке жаттықтыру сабақтары мен жарыстарды өткізуде спортшы ағзасының жедел реакциясын, жедел жағдайын бағалау үшін қарастырылған.</p> <p>Жеке тапсырмалардың санына, көрсеткіштер көлеміне, қосылған зерттеу бағдарламаларына байланысты тереңдетілген, таңдамалы және жергілікті бақылау болып бөлінеді.</p> <p>Осы дәріске ағымдық, аралық, қорытынды бақылау бойынша тест тапсырмалары және сұрақтар</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Спорттық құрылғылар мен құрал-жабдықтар, жарыс және дайындық орындары 2. Спорттық дайындық жүйесіндегі тренажерлар 3. Спорттық дайындық жүйесіндегі диагностикалық және басқару аппараттары 	
<p>№ 14 дәріс</p>	<p style="text-align: center;">14-ТАҚЫРЫП. СПОРТШЫЛАРДЫ ДАЙЫНДАУ ЖҮЙЕСІНДЕГІ МОДЕЛДЕУ МЕН БОЛЖАУ</p> <p>Жаттықтыру процесін тиімді басқару әртүрлі моделдерді пайдалануға байланысты болады. Моделге нысандардың, процесс және құбылыстардың үлгілері (стандарт, эталон), кең мағынада кез келген үлгіні (ойлау және шартты) қабылдау қарастырылған.</p> <p>«Үлгі (модель)», «үлгілеу» спорт теориясы мен тәжірибесіне кеңінен енген. Спорт бойынша жазылған ғылыми-әдістемелік басылымдарда бұл терминдер ХХ ғ. 60-70жылдарына қарағанда 20 есе жиі қолданылады. Бұл үлгілеудің қазіргі кездегі спорт теориясы мен тәжірибесінің ғылымси-әдістемелік әдіс ретінде кеңінен тарағанын көрсетеді.</p> <p>Спорт теориясы мен тәжірибесінің тапсырмаларын шешу үлгісін орындайтын қызметінің әртүрлі сипаттамалары бар. Біріншіден, үлгілер нысанның өзі жайлы жаңа мәліметтер алуға мүмкіндік беретін үлгілерді зерттеуге арналған ауыстыру нысаны ретінде пайдаланылады. Үлгімен эксперимент жүргізу барысында үлгінің қызметі мен құрылымы көрсетілген жаңа білім алуға мүмкіндік туады. Үлгі жайлы білімін тексергеннен кейін біздің көзқарасымыз бойынша, алынған теориялық білім нысаны нысан</p>	<p style="text-align: center;">2</p>

	<p>теориясының құрамды бөлігі бола алады.</p> <p>Осылайша, жануарлардың бұлшық етінің құрылысын зерттеу нәтижесі жай кезде қалай болса, тығыз жаттығудан кейін де адам мен жануарлар тәнінің құрылымы аналогия негізінде спорттық бағдарлау мен іріктеу теориясын жетілдіруге, төзімділігі мен жылдамдық-күш қасиетін дамытуға пайдаланылады</p> <p>Екіншіден, үлгілер эмпирикалық білімді насихаттауға, спорт саласындағы құбылыстар мен процестердің өзара байланыстарына қолданылады. Үлгіде көрсетілген және сол үлгілерде іске асырылған эмпирикалық білімдер теориялық жалпылауларға сай келетін нәрселерді тудыруға мүмкіндік береді.</p> <p>Үшіншіден, үлгілер спорттағы ғылыми жұмыстарда жүргізілген экспериментті тәжірибеге ауыстыруға үлкен әсер етеді. Сондықтан да іс жүзінде алынған үлгілерді тәжірибеде талдаған кезде оның маңызы зор болады. Мұндай жұмыстар жаттықтыру үдерісін құру кезіндегі дайындық және жарыс әрекеттерінің үлгілерін, спорттық іріктеу мен бағдарлау тапсырмаларын шешу кезіндегі көпсалалы морфофункционалдық үлгілерде үлкен рөл атқарады.</p> <p>Спортта болжау – бұл спорттық іс-әрекетте спорттық табысқа жету деңгейін жору әдісі. Болжау міндеті көп бөлігі ғылыми біліммен сай келетін, алдыңғы тенденцияларды бейнелейтін, нәтижесінде тиімділіктің жетілуін анықтайтын нақты құбылысты туындатады. Болжау спортты ұйымдастыру саласында қандай болса, спорттық дайындық, жарыс әрекеттерінде де сондай болатын басқару шешімдерін қабылдау үшін негізделген алғышарттарды барынша қамтамасыз ететін басқарумен тікелей байланысты болады.</p> <p>Осы дәріске ағымдық, аралық, қорытынды бақылау бойынша тест тапсырмалары және сұрақтар</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Әртүрлі спорттағы бір жылдық дайындықты құру ерекшеліктері 2. Бір жылдық дайындықтың көпциклді құрылымының негізі 3. Бөлек макроциклдегі дайындық кезеңдері 	
<p>№ 15 дәріс</p>	<p>15-ТАҚЫРЫП. ЖАРЫС ЖӘНЕ ДАЙЫНДЫҚТЫ МАТЕРИАЛДЫҚ-ТЕХНИКАЛЫҚ ЖАҒЫНАН ҚАМТАМАСЫЗ ЕТУ</p> <p>Спорттық жабдықтар мен құралдар, жарыс және дайындық орны</p> <p>Қазіргі спорттың дамуын анықтайтын, маңызды бағыттардың бірі спорттық жетілдірудің өсуіне ғана емес, спорттық техника мен тактиканың өзгеруіне де, сондай-ақ әртүрлі спорт түрлерінің дайындық әдістемесіне әсер ететін жаңа спорттық жабдықтар мен құралдарды жасау және пайдалану, жарыс және дайындық орнын жетілдіру болып табылады.</p> <p>Сондықтан, алдымен осы бағыттағы әртүрлі спорт мектептерін, спорттық жабдықтар мен құралдар шығаратын, спорттық құралдарды жасайтын фирмаларға спорттағы қазіргі ғылыми-техникалық прогресті кеңінен енгізу мүмкіндігін туғызу керек. Бүгінгі таңда көрсетілген тенденциялардың белсенді көрсеткіші әсер етпеген спорт түрлерін бөлуге болмайды.</p> <p>Осы дәріске ағымдық, аралық, қорытынды бақылау бойынша тест тапсырмалары және сұрақтар</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 Жарысты материалдық-техникалық жағынан қамтамасыз ету 2 Спорттық құрылғылар мен құрал-жабдықтар, жарыс және дайындық орындары 	<p>2</p>

	3 Спорттық дайындық жүйесіндегі тренажерлар 4 Спорттық дайындық жүйесіндегі диагностикалық және басқару аппараттары	
--	--	--