

**Абай атындағы
Қазақ ұлттық педагогикалық
университеті**

ХАБАРШЫ

**«Бастауыш мектеп және
дene мәдениеті» сериясы
№3 (50), 2016**

2001 ж. бастап шығады.
Шығару жиілігі – жылына 4 нөмір

**Бас редактор
н.з.д., проф. Қ.І. АДАМБЕКОВ**

**Бас редактордың орынбасары:
н.з.д., проф. А.Н. Ильясова**

**Фылыми редакторлар:
н.з.д., проф. Г.А. Уманов,
м.з.д., проф. Ш.А. Балғымбеков**

**Редакция алқасы:
б.з.д., проф. К.Милашюс
(Вильнюс, Литва),
PhD Сивек Зденек (Прага,
Чехия),
н.з.д., проф. Вилкас Аудронис
(Вильнюс, Литва),
н.з.к., проф. В.И. Шукан
(Минск, Белоруссия),
н.з.к., проф. В.И. Варюшин
(Москва, Ресей),
н.з.д., проф. Ю.С. Мануйлов
(Нижний Новгород, Ресей),
н.з.д., проф. С.И. Қасымбекова,
н.з.д., проф. Т.А. Ботагариев**

**н.з.д., проф. Бекмагамбетова Р.К.
(жаупты хатшы)**

**© Абай атындағы
Қазақ ұлттық педагогикалық
университеті, 2016**

Қазақстан Республикасының
мәдениет және акпарат
министрлігінде 2009 жылы
мамырдың 8-де тіркелген №10106-
Ж

Басуға 20.05.2016 қол қойылды.
Пішімі 60x84 1/8. Көлемі 14,0 е.б.т.
Таралымы 300 дана. Тапсырыс 76.

**МАЗМУНЫ
СОДЕРЖАНИЕ
CONTENT**

**Адамбеков Қ.И., Жаменкеев Д.Е. Мамандандырылған
футбол қақпашыларының оку-жаттығу үдерісін құру
бойынша ұсыныстар5**

**Adambekov K.I., Zhamenkeyev D.E. Recommendation for
the construction of the training process of the qualified
football goalkeepers**

**Адамбеков Е.К., Ахметова Э.К., Джапаров Т.М.
Влияние занятий физической культуры и спорта на
профессионально значимые качества будущих
специалистов.....10**

**Adambekov E., Akmetova E., Dzhabarov T. The effect of
physical training and sports on professionally significant
qualities of future specialists**

**Адамбеков Е.К., Ахметова Э.К., Мархабаев Д.
Основные направления совершенствования системы
спортивной подготовки**

студентов.....13

**Adambekov E., Akmetova E., Markhabayev D. The main
directions of improvement of sports training system of
students**

**Төленбек И.М., Балғымбеков Ш.А., Шыныбекова
Ш.С. Студенттер деңсаулығын физиологиялық
тәсілдермен бағалау18**

**Tolenbek I.M., Balgimbekov Sh.A., Shynybekova Sh.S.
The use of physiological methods to assess the health of
students**

**Абдреимова К.А. Дене шынықтырыу сабакындағы
инновациялық педагогикалық технологиялардың
рөлі.....23**

**Abdreyimova K.A. The role of innovative pedagogical
technologies in the lessons of physical culture**

**Сейсенбаева Ж.А. Мәңгілік ел құндылықтарын әдебиет
бағдарламасы арқылы дамыту жолдары26**

**Seisenbayeva Zh.A. Introduction of "Mangilik El" value
through the development of the literature program**

**Таштанов М.А. Повышение оздоровительно-
прикладной физической подготовленности студентов-
экономистов на занятиях по волейболу30**

**Tashtanov M.A. The increasing of the health-improving
orientated physical training of the students, studying
economy on volleyball lessons**

**Айбалаев А.Ж. Динамика физического развития борцов
вольного стиля.....34**

**Albalaev A.Z. Dinamik physical development barrier of free
style wrestling in professional treining**

050010, Алматы қаласы,
Достық даңғылы, 13.
Абай атындағы ҚазҰПУ

Абай атындағы Қазақ ұлттық
педагогикалық университетінің
«Ұлағат» баспасы
Казахский национальный
педагогический
университет имени Абая

ВЕСТНИК

Серия «Начальная школа и
физическая культура»
№3 (50), 2016

Выходит с 2001 года.

Периодичность – 4 номера в год

Главный редактор

д.п.н., проф. К.И. АДАМБЕКОВ

Зам. главного редактора:
д.п.н., проф. А.Н. Ильясова

Научные редактора:

д.п.н., проф. Г.А. Уманов,
д.м.н., проф. Ш.А. Балгимбеков

Редакционная коллегия:

д.б.н., проф. К.Миляшюс
(Вильнюс, Литва),

PhD Сивек Зденек (Прага,
Чехия),

д.п.н., проф. Вилкас Аудронис
(Вильнюс, Литва),

к.п.н., проф. В.И. Шукан
(Минск, Белоруссия),

к.п.н., проф. В.И. Варюшин
(Москва, Россия),

д.п.н., проф. Ю.С. Мануйлов
(Нижний Новгород, Россия),

д.п.н., проф. С.И. Касымбекова,
д.п.н., проф. Т.А. Ботагарiev

д.п.н., проф. Р.К.
Бекмагамбетова
(ответ. секретарь)

© Казахский национальный
педагогический университет
имени Абая, 2016

Зарегистрировано

Бекембетова Р.А., Маженов С.Т. Лактат-окисляющий комплекс и его функциональное значение (Обзор)38
Bekembetova R.A., Mazhenov S.T. Lactate oxidizing complex and its functional significance (Review)

Каштабаев А.М., Ташбеков А.А. Формирование профессионально-прикладной физической культуры студентов-юристов43
Kashtabaev A.M., Tashbekov A.A. Formation of professionally applied physical training of law students

Каштабаев А.М., Ташбеков А.А. Педагогическая диагностика в организации профессионально-прикладной физической культуры студента-юриста.....48
Kashtabaev A.M., Tashbekov A.A. Pedagogical diagnostics in organization of professionally applied physical training of law student

Карабаев Р. Физиолого-педагогические основы обучения слитным технико-тактическим действиям в кыргызской национальной спортивной борьбе «Куреш»51
Karabaev R. The physiological and pedagogical principles of the teaching of the conjoint technical and tactical actions of the Kyrgyz national wrestling "Kuresh"

Карабаев Р. Методы обучения технико-тактическим действиям в кыргызской национальной борьбе «Куреш»55
Karabaev R. Methods of teaching of the technical and tactical actions of the Kyrgyz national wrestling "Kuresh"

Кашматова Ж.А. Исследование педагогических воздействий на уровень и динамики готовности студентов специальности «Педагог методики начального образования» к физкультурно-спортивной деятельности59
Kashmatova Zh.A. The research of the effectiveness of the pedagogical impact on the level and evolution of students, studying “Theory and methodology of primary education” in physical and sport activity

Жакипов А.Ж., Тиленчиев Ю.Р. Педагогические основы использования Кыргызских народных средств физического воспитания на уроках физической культуры и подготовка учащихся к сдаче нормативов республиканского физкультурного комплекса «Ден Соолук»62
Jakirov A.J., Tilenchiev U.R. The pedagogical basics of using of Kyrgyz national physical culture on the physical culture lessons and students training for republican “Den Sooluk” test

Жакипов А.Ж., Тиленчиев Ю.Р. Исследование эффективности использования народных средств физического воспитания в системе подготовки и к сдаче норм комплекса «Ден-Соолук» (ГТО)68

в Министерстве культуры и информации Республики
Казахстан
8 мая 2009 г. №10106-Ж

Подписано в печать 20.05.2016.

Формат 60x84 1/8.

Объем 14,0 уч.-изд.л.

Тираж 300 экз. Заказ 76.

050010, г. Алматы,
пр. Достық, 13. КазНПУ им. Абая

Издательство «Ұлағат»
Казахского национального
педагогического
университета имени Абая
**Kazakh national pedagogical
university after Abay**

BULLETIN

**Series "Elementary school and
physical culture"**
№3 (50), 2016

Leaves since 2001.
Frequency – 4 numbers a year

Editor-in-chief
d.p.s., prof. K.I. ADAMBEKOV

Deputy chief editor:
d.p.s., prof. A.N. Ilyasova

Scientific editors:
d.p.s., prof. G.A. Umanov,
d.m.s., prof. Sh.A. Balgimbekov

Editorial board:
d.b.s., prof. K.Milashus
(Vilnius, Lithuania),
PhD Sivek Zdenek (Prague, Czech
Republic),
d.p.s., prof. Vilkas Audronis
(Vilnius, Lithuania),
k.p.s., prof. V.I. Shukan
(Minsk, Belarus),
k.p.s., prof. V.I. Varyushin
(Moscow, Russia),
d.p.s., prof. Yu.S. Manuylov
(Nizhny Novgorod, Russia),
d.p.s., prof. S.I. Kasymbekov,
d.p.s., prof. T.A. Botagariyev,
d.p.s., prof. R.K. Bekmagambetova
(answer. secretary)

Jakipov A.J., Tilenchiev U.R. Study effective use of traditional means of physical training in system of preparation and surrender normal complex "Den-Sooluk" (TRP)	
Исакова Ж.Ж. Многоуровневая система подготовки специалистов в Кыргызстане	73
Isakov Zh. Mulyilevel sistem training in Kyrgyzstan	
Ережепов Т.Т. Спорттағы педагогикалық және инновациялық технологияларды қолданудың тиімділігі мен ерекшелігі	77
Erezheporov T.T. Performance and features of application of pedagogical and innovative technologies in sports	
Болатқызы Ш. Халықтық педагогиканың үрпак тәрбиесінде алатын орны	80
Bolatkyzy Sh. The role of folk pedagogy in child care	
Кадырбеков Р.Б., Батымбетова Р.О. Педагогикалық шеберліктиң мәні мен маңызы	83
Kadyrbekov R.B., Batymbetova R.O. The essence and significance of pedagogical skills	
Кадырбеков Р.Б., Шаяхметов Н.У. Физическая культура в высшем учебном заведении	86
Kadyrbekov R., Shayakhmetov N. Physical culture in higher educational institutions	
Жаркымбекова М.Б. Бастауыш мектепте сынни ойлау тұрғысынан білім берудің тиімділігі	89
Jarkymbekova M.B. Use of technology of development of critical thinking at elementary school	
Ержігітова И.Д. Болашақ педагогтардың кәсіби күзіреттілігін қалыптастыру	92
Erzhigitova I.D. Formation of professional competence of the future teachers	
Жаркымбекова М.Б. Жаңа ақпараттық технологиялар негізінде студенттердің креативті ойлау дағдыларын қалыптастыру	95
Jarkymbekova M.B. New information technologies based on the creative thinking skills of students	
Ерназаров С.Х., Құрманәлі И.М. Дарынды спортшылардың дene дайындығын арттыру инновациялық келістерде қолданудың ғылыми теориялық негіздері	98
Yernazarov S.Kh., Kurmanali I.M. Scientific and theoretical basis for improving physical fitness of athletes, gifted the use of innovative celstine	

© The Kazakh national
pedagogical university Abay, 2016

It is registered
in the Ministry of Culture and
information of the Republic of
Kazakhstan
On May 8, 2009 No. 10106-Zh

It is sent for the press 20.05.2016.
Format 60x84 1/8. Volume 14,0
Circulation is 300 pieces. Order 76.

050010, Almaty,
Dostyk Ave., 13. KazNPU after
named Abay

Publishing house "Үлағат"
The Kazakh national pedagogical
university Abay

Білім және ғылым саласындағы бақылау Комитеті Алқасының (2008 жылғы 27 ақпандағы №3) шешімі негізінде Абай атындағы ҚазҰПУ-нің Хабаршы журналының «Бастауыш мектеп және дене мәдениеті» сериясын педагогика ғылымдары бойынша диссертациялардың негізгі ғылыми нәтижелерін жариялайтын басылымдар тізбесіне енгізілген туралы хабарлайды.

На основании решения Комитета по контролю в сфере образования и науки (№3 от 27 февраля 2008 г.)
Вестник КазНПУ им. Абая, серия «Начальная школа и физическая культура» внесен в перечень изданий для публикации основных научных результатов диссертаций по педагогическим наукам.

On the basis of the decision of Committee on control in education and sciences (No. 3 of February 27, 2008).
The messenger of KAZNPU after Abay, the "Elementary School and Physical Culture" series is brought in the list of editions for the publication of the main scientific results of theses on pedagogical sciences.

УДК: 796,3

МАМАНДАНДЫРЫЛГАН ФУТБОЛ ҚАҚПАШЫЛАРЫНЫң ОҚУ-ЖАТТЫҒУ ҮДЕРІСІН ҚҰРУ БОЙЫНША ҰСЫНЫСТАР

Қ.И.Адамбеков – п.э.д., профессор
Д.Е.Жаменкеев – Абай атындағы ҚазҰПУ магистранты

Бұғінгі таңда футболдың танымалдылығы, негізінен, футболшылардың спорт шеберлігін жетілдіру, ойындағы нәтижеліктердің өсуі, әдіс-тәсілдік іс-құмылдар орындау кезінде алаңдағы ойыншылардың орын ауыстыру жылдамдығын арттыруы, белгілі бір тактикалық шешімдердің көрінісі және т.б. есебінен оның келешектегі көріністілігінің өсуіне тәуелді. Осының барлығы мамандандырылған қақпашылардың спорт шеберлігінің маңызды құрамадас бөліктегі арның қарай жетілдіру қажеттілігін ескертеді. Осыған байланысты, айып алаңынан соғылған доптан қақпаны корғау кезіндегі қақпашылардың қорғаныс әрекеттерін орындаудың техникалық және тактикалық шеберлігін арттыруға мүмкіндік беретін дайындықтың аса тиімді әдістері мен куралдарын таңдау зор маңызға ие болады.

Түйін сөздер: футбол какпашысы, жаттығу кезендері, реакция, допты қайтару, допты қағып алу, ойын әдістері мен ойын тәсілдері, антиципация, позиция, физикалық дайындық.

Қазіргі таңдағы мамандар мамандандырылған қақпашилармен жаттығу жұмыстарын келесідей үш негізгі бағыт бойынша жүргізуді ұсынады [1,2]:

- қақпашиларға тән алдын ала білу реакцияларының әр түрлерін жетілдіру;
 - допты ұстасу және допты тойтарту техникасын менгеріп алу;
 - дene (коzғалыс) қабілеттерін және функционалдық мүмкіндіктерін дамыту.

Сондықтан, қандай да бір категорияға қатысы бар антиципация реакциясы жүйке жүйесінің біркелкі емес жұмысымен қамтамасыз етіледі, дайындық реакцияларының принциптері де, және соның салдарынан әртүрлі категорияға қатысы бар амалдары мен әдістемелік тәсілдері де әркелкі.

Тағы да атап кететін жайт, қақпашының дайындығын құрайтын әртүрлі бөліктерін жетілдіру бойынша жұмыс параллельді түрде жүруі тиіс, бірақ жаттығулардың мезгілі мен деңгейіне байланысты оның тек біріне ғана айқын акцент жасалуы қажет.

Ол компоненттерінің бірінен артта қалумен немесе дайындық кезінде басқа жаққа ауыткумен байланысты, ол жалпы дайындық деңгейінің төмендеуіне алып келеді.

Қақпашиның дайындығының әр компоненттерімен (алдын ала білу қабілетімен, допты ұстасу және тойтарумен, қозғалыс қабілеттерімен) жұмыс істеу кезінде мамандар экспериментті анықталған жаттықандығын тасымалдау зандарына негізделген белгілі бір принциптерін сақтауды ұсынады [3,4,5].

Қақпашилардың алдын ала білу ерекше реакциясын жетілдіру принциптері мен тәсілдері. Жатығу және жарыс ойындары ойыншының қимылы бойынша доптың жіберілу бағытын және жылдамдығын, алдын ала білу реакциясын жақсарту тарарапынан қарағанда аса пайдалы әсер етеді. Әсіреле ойын жағдайының дамуын алдын ала білу реакциясының ықпалы зор, себебі, шындығында мамандандырылған жаттығулардың нақ өзін көрсетеді.

Егер қакпашының доптың тебілген қозғалысын қадағалау уақыты айтарлықтай көп болса, ол доптың ұшу траекториясын айрықша бақылау арқылы доппен жанасу орны мен мезгілін антиципациялай алады.

Осыған байланысты, ойыншының қымылдары бойынша және ойын жағдайының дамуы бойынша, доптың жіберілу жылдамдығы мен бағытын, демді алдын ала білу реакциясын жаттықтыру үшін жаттығуларды құрудың басты әдісі қақпашилар доптың қозғалысын бақылау уақыты өте қысқа болу үшін және доптың үшу траекториясы бойынша доппен жанасу орны мен мезгілін анықтай алмау үшін қажетті жағдайларды туғызудан тұрады. Іс жүзінде, қақпашилардың осы антиаппликацияларды жаттықтыруы айып алғаныдағы ойын эпизодтарын футбольшылар жұмысспен өткізу жорамалдайды.

Егер ойыншының кымылдары бойынша доптың жіберілу жылдамдығы мен бағытын, алдын ала білу реакциясын жаттықтыру үшін ойыншылар ойын эпизодтарындағы техникасының белгілі бір нақты элементтерін жаттықтыратын жаттығулар аса тиімді болса, онда ойын жағдайының дамуын алдын ала білу реакциясын жаттықтыру үшін – ойын жаттығулары аса маныздырақ [13, 15].

Осы жаттыгуларға қатысса кезінде қакшашылар дәл футболдағы барлық голдардың көпшілігі соғылатын жағдайларда көп уақыт жаттынға, және ойыншының күмбілларды бойынша және ойын

жағдайының дамуы бойынша доптың жіберілу жылдамдығы мен бағытын антиципациялауды жаттықтыруға мүмкіндік алады.

Доптың қозғалыс траекториясына қарай доппен жанасу орны мен мезгілін алдын ала білу доптың ұшын көзben қабылдауына негізделеді, ал ол болса әртүрлі бағытта ұшып бара жатқан доптарды бақылау кезінде көз қимылдарымен, және де «бас-көз» және «көз-қол» жүйелерінің жұмысымен қамтамасыз етіледі. Сондыктan да, алдын ала білу қабілеттің осы түрін жаттықтыру доп қозғалысын көзben қабылдауды жетілдіру бойынша жұмыс болып саналады [6,7].

Сезімтал жүйелерінің даму кезіндегі жаттықтыруышылықты тасымалдау көзben қабылдауға талаптар тарапынан айтартықтай қыын жағдайлардан онайырақтарына көшуден шығады. Көзben қабылдаудың күшеюі көру анализаторының жұмысын жетілдіруге және доптың қозғалыс траекториясы бойынша доппен жанасу орны мен мезгілін алдын ала білу қабілеттің жақсартуға алып келеді.

Сол себептен, доптың қимылдарын көзben қабылдауды жаттықтырудың басты принципі көзben қабылдау талаптары тарапынан мәселені қою негізгісіне қарағанда қынырақ болып табылады.

Доптың қозғалыс траекториясына қарай доппен жанасу орны мен мезгілін антиципациялауды жаттықтыру үшін жаттығуларды құрудың негізгі әдісі, тиісінше, қақпашилар доптарды тойтаруды доптың ұшын көзben қабылдау мүмкіндігінің шама шегінде орындау үшін, және сонымен бірге, ойыншының қимылдары бойынша доптың жіберілу жылдамдығы мен бағытын, демді алдын ала білу реакциясын іске қоса алмауынан тұрады.

Іс жүзінде, олар допты мақсатты тойтару мүмкіндігінің шегінде немесе тіпті осы шегінен кішкене астам жерде орналасуы тиіс.

Оте қысқа уақыт ішінде доптың ұшу бағытын бақылау үшін, дегенмен қақпашилар допты қайтару үшін оған қарай азды-көпті мақсатты тұрде қолдың (аяқтың) қимылтын орындаі алуы үшін, шамамен ені 3 метр кеңістікте қақпаши бағытында доптарды тебу керек.

Мұндай жағдайда, допты тойтару мүмкіндіктерін қақпашилар, тек қолдың (аяқтың), дененің қимылдары және секірусіз, құлаусыз және кеңістікте қақпашилардың өздерінің орын ауыстырусыз қысқа адымдал жүру арқылы ғана орындаиды.

Зерттеулер көрсеткендей [8], қақпашиға қатысты әртүрлі бағытта ұшып бара жатқан доптардың қозғалысын бақылау олардың ұшын қадағалайтын көз қимылдарының, бақылаудың бір нұсқасынан екіншісіне ауысатын алуан түрлі варианттарын жорамалдайды. Доптарды ұстау мен тойтару кезіндегі қақпашилардың әрекеттерінің тәжірибесін және доптарды бақылау кезіндегі көз қимылдарын зерттеу бойынша эксперименттердің деректерін ескере отырып, доп қозғалысын көзben қабылдауды жаттықтыру кезінде «істелінуі» қажет доп жіберудің бағыттары мен траекторияларының төрт негізгі түрін белгілеуге болады.

Бірінші түрі. Доп қақпашиның басына жақын аумаққа қақпаши бағытына жіберіледі.

Екінші түрі. Доп қақпашидан біршама алыс жерге тебіледі.

Үшінші түрі. Доп алдымен қақпаши алдында бір жақтан екінші жаққа қозғалады, ал содан кейін қақпаши бағытында тоқтаусыз жіберіледі.

Төртінші түрі. Доп қақпаши алдында жерден кері серпіліспен қақпашиға қарай бағытталып тебіледі.

Осыған орай, жаттығулар қақпашилар допты тебу кезін көрмейтіндей етіп ұйымдастырылуы тиіс, ал соққы жасау кезін көру мүмкіндігі болғанда, онда ол доп қозғалысының барлық траекториясын бақылауға көмектеспейтін еді. Мұндайға келесідей жағадайларда жетууге болады, егер:

- доп кенеттен қақпашиға қарай аяқпен тебу немесе бас соққысымен емес, колмен жіберілсе;
- доп қақпашиға қарай аяқпен тебілсе, бірақ қақпаши соққы жасау орнына арқамен қарап тұрса және ойыншының соққы жасаганынан кейін ғана сигнал бойынша ұшып келе жатқан допқа бетімен бұрылса;
- доп қақпашиның арқасының артынан аяқпен тебілгенде, алдымен шағылыстыратын панельге, ал содан кейін қақпаши бағытында одан кері серпілсе;

- доп қақпаши бағытында аяқпен тебілгенде, бірақ ұшу барысында кенеттен, олар арасындағы шартты сзызыққа параллельді және одан кішкене алысырақ жақтан, соққы жасайтын ойыншы мен қақпаши арасында пайда болатын, панельден кері серпіліс қимылтының траекториясы мен бағытын өзгертеді.

Доп қозғалысын көзben қабылдауды жаттықтыру үшін жаттығуларды құру кезінде қарама-қарсы тапсырмалар әдісін қолдануға болады [9,10]. Мұндай тапсырмалардың өзіндік ерекші белгісі, сол тапсырмаларда немесе бірінің артынан бірі жүретін тапсырмаларда допты көзben қабылдау мүмкіндіктері тарапынан жағдайлардың өзгеруінің орын алуы болып табылады.

Қақпашылардың допты ұстau және тойтару техникаларын жаттықтыру принциптері мен әдістері. Қақпашылардың допты ұстau мен тойтару кезіндегі іс-әрекеттерінің құрылымы дұрыс техника жөнінде қалыптасқан түсінктерге сәйкес болуға қажетісінен ерекшеленіледі. Сол себептен, допты ұстau мен тойтару техникасын жаттықтыру, бірқатар авторлардың пікір бойынша [11], түтеп келгенде, олардың вариациялығының кең диапазонындағы іс-әрекеттер құрылымын жетілдіруді болжамдайды.

Мамандандырылған қақпашылар үшін допты ұстau мен тойтару техникасын жаттықтырудың негізгі принципі, қақпашы тарағынан мамандандырылған жағдайларда, допты ұстau мен тойтаруды қайталауды көп мөлшерде орындау болып табылады. Осы жағдайда жағдайдың мамандандырылуы жаттығуларды орындау барысында қақпашылардың функционалдық жағдайын анықтауды жорамалдайды.

Балалық және жастық шағында допты ұстau мен тойтару техникасын игеріп алған мамандандырылған қақпашылар үшін жайғана допты ұстau мен тойтарудың алуан түрлі амалдарын шамамен бірдей көлемде қандай да бір жүйелікпен қайталап қана қоймай, өзінің техникалық дайындығының әлсіз жақтарын көтеруге назарын аудару маңыздырақ.

Голомазов С. пен Чирва Б. өз жұмыстарында [13] допты ұстau техникасын жаттықтыруда маңызды рольді доп тебудің жылдамдығы алатындығына көніл аударады. Егер доп өте аз жылдамдықпен ұшып бара жатса, онда мамандандырылған қақпашылар әлдекашан жақсылап игеріп алған, ақырын ұшып бара жатқан доптарды ұстau техникасы менгеріледі. Бұл техника енді жоғары жылдамдықпен жіберілген доптарды ұстaudа оларға көмектесе алмайды. Бірақ, егер допты жіберу жылдамдығы айтартықтай жоғары болса, доппен жанасудан кейін қақпашы оны өз қолында ұстап қалу іс жүзінде мүмкін болатын, өте қатты жоғары жылдамдыққа дейін.

Допты ұстau мен тойтару техникасын жаттықтыру үшін жаттығуларды құру кезінде, ең алдымен, қақпашылардың іс-әрекеттерінің ерекшеліктерін ескеру қажет, яғни оларға өздерінен сол жаққа да, он жакқа да жіберілген доптарды ұстau мен тойтаруға мәжбүр екендігін ескеру керек.

Қақпашылардың дene (қозғалыс) қабілеттерін дамыту кезіндегі жұмыс істеу принциптері. Мамандандырылған футбол қақпашыларының дene дайындығының деңгейін арттыру, жаттығу жасауда допты ұстau мен тойтарумен байланысты іс-әрекеттер көлемін ертерек арттыру мүмкіндіктерін өз алдына мақсат етеді, ал ол болса жарыс ойындарындағы, доптарды ұстau мен тойтару жетістігін енді тікелей анықтайтын, антиципация реакциясын жетілдіру бойынша жұмыс көлемін арттыруға мүмкіндік береді

Осыған орай, мамандардың пікірі бойынша [12,13], мамандандырылған қақпашылардың қозғалыс қабілеттерін дамыту кезінде сақтауға тиісті негізгі принциптер келесідей болып табылады:

- қажетті және жеткілікті дәрежеге жету;
- дene қабілеттерімен жұмыстарының және антиципация реакциясы мен доптарды ұстau және тойтаруды жасау техникасын жақсарту бойынша жұмыстардың параллельдігі.

Арнайы жұмысқа қабілеттілік дәрежесін көтеру үшін мамандандырылған қақпашыларға қажет:

- ойындар мен дайындықтардағы басты жүктемені атқаратын бұлшықет топтамаларының (аяқ бұлшықетінің, құрсақ баллонының, арқаның, әсіресе оның төменгі бөлігі – бел бұлшықеттерінің) күшін арттыру;

- аяқ бұлшықеттерінің жергілікті төзімділігін арттыру;
- қол буындарын нығайту.

Тыныс алу мен жүрек-тамыр жүйелері мамандандырылған қақпашылардың арнайы жұмысқа қабілеттілігінің басты лимиттеуші факторлары болып табылмайды.

Егер қозғалыс қабілеттерін дамыту үшін тән емес құралдарды колданса, онда қозғалыс қабілеттері үстінен, және антиципация реакциясын арттыру бойынша жұмыстарына, және доптарды ұстau мен тойтаруды орындау техникаларына жұмыстың параллельдік принципі тапсырмаларды келесідей үйімдастыруды болжамдайды. Даму сипатындағы қозғалыс қабілеттерімен жұмыс, және де антиципация реакциясы мен доптарды ұстau және тойтаруды орындау техникасын жақсарту бойынша жұмыс орындала алады:

- бір жаттығуда, бірақ алдымен антиципация реакциясы мен доптарды ұстau және тойтаруды орындау техникасын жетілдіруге арналған жаттығулар, одан кейін қозғалыс қабілеттерін дамыту үшін жасалатын жаттығулар жүреді деген шартпен әртүрлі жаттығуларда;

- тән емес тапсырмаларды қолданудың бірінші ықпалынан құтылу үшін бірінен кейін бірі жалғасатын жаттығуларда.

Тән емес тапсырмаларды орындағанинан кейін, біраз уақыт өткен соң, яғни осы жаттығулардың алғашқы ықпалы өткеннен кейін ғана антиципация реакциясы мен доптарды ұстau және тойтару техникасын жақсарту бойынша жұмыстарға өту қажет. Бұл уақыт аралығы, тән емес жұктемелердің әсер ету қүшіне байланысты әртүрлі болуы мүмкін.

Тән емес тапсырмаларды орындағанинан кейін бірден антиципация реакциясы мен доптарды ұстau және тойтаруды орындау техникасын менгеріп алу қақпашилардың іс-әрекеттері үшін мықты, тән емес ықпал тигізуі, ал кейде тіпті зиян болуы мүмкін. Мысалы, үлкен салмақтармен күш жаттығуларын жасаудан кейін, егер пәрменді секірістер мен сөрелік екпіндер орындалатын болса, онда жарақат алу қаупі пайда болады.

Техникалық амалдарды дайындау кезіндегі жаттығуларды құру. Негізгі техникалық амалдарды оларды орындау нұсқаларымен үйлестіре отырып, дайындық үшін жаттығулардың көп түрлерін жинақтауға болады. Мамандар [14,15] құралдарды тандауда үш түрлі тәсілдемені бөліп қарастырады.

Bірінші тәсілдеме. Оқудың басында әр амал алуан түрлі вариантта менгерілетін жаттығулар қолданылады.

Екінші тәсілдеме. Ары қарай оку үшін қақпашилар, белгілі бір жағдайларда (қакпада, қакпадан шығуда) әрекет ететін, игерілген амалдарды орындағайтын жаттығулар теріп алынады. Сонымен бірге, бір мезгілде айрықша рационалды амал тандау кезінде өз мүмкіндіктерін нақты бағалау қабілеті дамиды.

Үшінші тәсілдеме. Қақпашиыда, әртүрлі жағдайда әрекет еткенде, дұрыс шешім қабылдау қабілетін дамыту үшін, дайындық кезінде шешімдерді тандаумен байланысты жағдайлар жасалынатын жаттығулар қолданылады.

Қақпаши мен команданың дайындықтарының үйлесімі. Қақпашимен жұмыс істеудің бірден бір қыншылығы – оның жаттығуы әрдайым жалпы жоспарға кірмеуінде. Қақпашилар мақсатты түрде өз қақпашилық амалдарымен жұмыс істеуі үшін, мамандар мүмкін болатын төрт түрлі тәсілге негізделіп, командалық жұмысты құруды ұсынады.

Bіріншісі. Барлық қажетті жағдайлар жасалынған қақпашилардың жеке жаттығулары (әртүрлі техникалық құралдар, белгілі мөлшердегі көмекшілер және т.б.). Мұндай жаттығу формасы қақпашилар топтамасы аясында, арнайы жиындарда және өз бетімен істелінетін жұмыс кезінде қолданыла алады.

Екіншісі. Мақсатты түрде қақпашиға бағытталған командалық жаттығу, ол кезде ойыншылардың бір тобымен немесе бүкіл команда мен бірге бір немесе бірнеше жаттығулар орындалады, көбінесе әртүрлі жағдайлардағы қақпашиның ойын тәсілдері мен оның әрекеттерін менгеру үшін жасалады.

Үшіншісі. Белгілі бір жаттығуларда ғана қақпаши іске қосылатын күнделікті командалық жаттығу, ал арасындағы үзілістерде тапсырмалар орындаиды, мысалы, көзben қабылдауды дамыту үшін допты ұстau мен тойтару амалдарын, қақпашиның жағдайда қақпадан шыққандағы іс-әрекеттерін менгереді.

Төртіншісі. Тура сондай жаттығу ұйымдастыру, бірақ командалық жаттығуларға түбебейлі өзгеріске алып келмейтін толықтырулар енгізіледі (қосымша тапсырмалар енгізу, арақашықтықты ұзарту мен қысқарту), олар бір мезгілде қақпашиға мақсатты түрде белгілі бір элементтермен жұмыс істегеуге мүмкіндік береді.

Жеке дайындық жаттығуларын ұйымдастыру құрылымы. Жаттығу алдында (дайындықты ұйымдастыруына тәуелсіз) міндетті түрде ширатып шынықтыру өткізіледі, оның мақсаты ағзаның барлық мүшелері мен жүйелерін (жүрек-тамыр жүйесін, көзben қабылдауды, қозғалыс және вестибулярлық аспалты) негізгі жұмысқа дайында.

Ширатып шынықтырудан кейін, егер қақпаши бірден командалық жаттығулардан қолы бос болса, онда ол көзben қабылдауды дамытуға арналған жаттығулардың, әсіресе амалдарды және жаттығу барысындағы іс-әрекеттерді менгеріп алу кезінде «қолданатын» допты бақылау варианттарын орындағаны жөн.

Дайындықтың негізгі бөлімінде қақпаши командалық жаттығуларға қатысады, оларды әр бапкер, өзі қажет деп санайтын, қойылған міндеттерге байланысты таңдалап береді.

Олардың арасындағы үзіліс кезінде, қақпашилар мақсатты түрде командалық жаттығуларда жетілдіре алмайтын, қақпашиның жағдайда қақпадан шығу кезіндегі допты тойтару амалдары мен іс-

қымылдарын игеріп алу керек. Мысалы, «жүріске қарама-қарсы» және «екі темптағы» доптарды ұстая мен тойтарту. Дайындықтың соңғы бөлімінде босаңсуга арналған жаттығулар жасалады.

- 1 Боранбаев К.С. Влияние быстроты на игровую активность юных футболистов //Теория и практика казахстанского футбола №2, 1999 с.52-55.
- 2 Степанов В.П., Варюшин В.В. Особенности воспитания специальных скоростно-силовых качеств футболистов //Теория и практика казахстанского футбола №2, 1999 -С.26-35.
- 3 Фомичев В.А. Управление межигровыми циклами в подготовке высококвалифицированных футболистов //Теория и практика казахстанского футбола №2, 1999 -С.14-19.
- 4 Адамбеков Е.К. Оптимизация соотношений физической и технической подготовки юных футболистов на этапе начального обучения. Алматы, КазНФК, Автореферат канд. диссертации, 1997 19с.
- 5 Минулин Р.Т., Гилев И.М. Основные средства технической подготовки юных футболистов //Теория и практика казахстанского футбола №3, 1999 -С.34-37.
- 6 Нуржанов С.Г. Программирование совершенствования техникотактического мастерства футболистов //Теория и практика казахстанского футбола №3, 1999 -С.17-19.
- 7 Литвинчук В.Б. Некоторые пути управленческого воздействия при формировании самоорганизующихся начал в команде // Теория и практика казахстанского футбола №2, 1999 -С.20-25.
- 8 Телеугалиев Ю.Г. Методические основы поэтапной подготовки юных футболистов в сельских ДЮСШ // Теория и практика казахстанского футбола №3, 1999 -С.20-24.
- 9 Адамбеков К.И. Теория и методика футбола. Алматы, из-во «Елнур», Учебник 2007, 19п.л.
- 10 . Адамбеков М.И. Подготовка юных спортсменов в условиях сельских детско-юношеских спортивных школ. Алматы, КазАСТ, Автореферат канд. диссертации, 1997 27с.
- 11 Оспанов М. С. Оценка тренировочных упражнений и соревновательных нагрузок у юных футболистов //Теория и методика казахстанского футбола. - 1999. - №2 - С.8-10
- 12 Акпаев Т. А. Психолого-педагогические основы подготовки футболистов высокого класса. Алматы, Монография,2003 Юп.л.
- 13 Спирина А.М., Будоговский А.С. Футбол. Правила игры: вопросы и ответы. - М., Общероссийская ассоциация «Центр - «Футбольный арбитр», Коллегия футбольных арбитров, 2006. - 260 с.
- 14 Акимов А.М. Об игре вратаря //Физкультура и спорт. - 1954. - № 9. - С. 14-15.
- 15 Адамбеков К.И. Стратегия развития футбола в Казахстане в XXI веке //Научно-методический бюллетень УЕФА. Женева. 2003. №3. -С.5-6.

Резюме

К.И.Адамбеков – д.п.н., профессор

Д.Е.Жаменкеев – магистрант КазНПУ имени Абая

Рекомендация по построению учебно-тренировочного процесса квалифицированных футбольных вратарей

На сегодняшней день популярность футбола на современном этапе в решающей мере зависит от дальнейшего роста его зрелищности за счет совершенствования спортивного мастерства футболистов, повышения результативности в играх, увеличения скорости перемещения игроков по полю во время выполнения технико-тактических решений и др. Все это обуславливает необходимость дальнейшего совершенствования важнейших составляющих спортивного мастерства квалифицированных вратарей. В связи с этим важное значение приобретает выбор наиболее эффективных методов и средств тренировки, которые бы позволили повысить технико-тактическое мастерство выполнения вратарями оборонительных действий при защите ворот после ударов из штрафной площади.

Ключевые слова: футбольный вратарь, подготовительный период, реакция, отбивание мячей, ловля мячей, техника и тактика, антиципация, позиция, физическая подготовка.

Summary

K.I.Adambekov – Ph.D., professor

D.E. Zhamenkeyev – 2 undergraduate courses in Physical Education and Sports Kazakh Pedagogical University named after Abai, Almaty, Kazakhstan.

Recommendation for the construction of the training process of the qualified football goalkeepers

At the present time the popularity of the football at the present stage crucially depends on the further growth of the audience appeal due to improvement of the sportsmanship of the players, enhancing the efficiency in the games, increasing the speed of movement of the players on the field during the performance of technical and tactical decisions and etc. All this dictates the need for further improvement of key elements of the sportsmanship of qualified goalkeepers. Therefore, selection of the most effective methods and means of the training obtains an important implication, which would let increase technical and tactical skill of performance of the defensive action of the goalkeepers during the defense of the goal after the shots from the penalty area.

Key words: goalkeeper of football, preparation period, response, return a stroke, catching the balls, technic and tactics, anticipation, position, physical conditioning.

УДК 796:323

ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА НА ПРОФЕССИОНАЛЬНО ЗНАЧИМЫЕ КАЧЕСТВА БУДУЩИХ СПЕЦИАЛИСТОВ

Е.К.Адамбеков – профессор кафедры ТиМППФКиС КазНПУ им. Абая

Э.К.Ахметова – доцент кафедры ТиМППФКиС КазНПУ им. Абая

Т.М. Джапаров –магистрант 2 курса ТиМППФКиС КазНПУ им. Абая

Физическое воспитание студентов является составной частью общей системы их образования, призванной обеспечить всестороннее гармоничное развитие будущих специалистов. Однако имеющаяся система проведения занятий не лишена целого ряда серьезных недостатков, т.к. зачастую не развивает у обучающихся стремление к систематическому занятию спортом. Бессспорно, что если обучающиеся будут с увлечением относиться к занятиям спортом, то это приведет не только к повышению их спортивного мастерства, но и будет способствовать укреплению их здоровья и всестороннему развитию.

Ключевые слова: физическая культура, спорт, профессионализм, специалист, студенческий спорт.

Результаты исследование и анализ занятий спортом студентов КазНПУ им. Абая показал, что охват академическими занятиями по физической культуре наиболее высок на 1-2 курсах (соответственно 85,0 % и 81,2 %). Юноши посещают занятия лучше, чем девушки, на 6,0 %. Наибольший охват занятиями студентов - на историко-педагогическом факультете, наименьший - на филологическом. Несмотря на то, что в университете для студентов организованы факультативные занятия, большинство из них посещают эти занятия плохо, особенно студенты старших курсов. То же самое можно сказать о привлечении студентов к занятиям в спортивных секциях. Если среди студентов 1 курса посещают занятия в спортсекциях 5,4%, на 2 курсе - 4,4%, то на 3 курсе их число снижается до 1,7%, на 3-4 - до 1,6%.

Участие юношей в работе спортивных секций в два раза выше, чем девушек (соответственно 5,7% против 2,9%). Наибольшее число участников - с математического факультета, наименьшее - с филологического. По численности на первом месте находится секция спортивных игр, на втором - бокса, на третьем - стрельбы, на четвертом - легкой атлетики. Как ни странно, но такие секции, как художественная и спортивная гимнастика, акробатика, не пользуются вниманием студентов, хотя подавляющее большинство обучающихся в университете - девушки (69,8%).

Указанный уровень привлечения к занятиям спортом не является следствием недостаточной физической подготовки обучающихся. Так, число студентов, занимающихся спортом в специальных подготовительных группах, составляет по университету только 4,7%. Подавляющее большинство обучающихся по уровню физического развития может быть отнесено к подготовительной группе (свыше 74,0%) и только небольшое число систематически работает над повышением своего спортивного мастерства (21,3%).

Сложившийся уровень занятий спортом не мог не оказаться на спортивном мастерстве студентов. Среди обучающихся сдали нормативы физической подготовки лишь 17,2%, причем у юношей этот показатель значительно выше, чем у девушек (соответственно 24,5% и 14,1%). Наибольшее число студентов, сдавших нормы, обучаются на 2 и 3 курсе (32,0% и 30,7%). Наибольшее число сдавших нормативы физической подготовки обучается на физическом и историко-педагогическом факультетах, наименьшее - на филологическом. Число студентов, имеющих спортивные разряды, составляет 4,8% (среди юношей -5,7%, среди девушек - 2,2%), причем из них 47% имеют 3 разряд, 32,3% - 2, 20,7% - 1. Большинство имеют спортивные разряды по спортивным играм. Наибольшее число разрядников - на историко-педагогическом факультете.

Вышеизложенное свидетельствует о том, что уровень спортивного мастерства пропорционален уровню занимающихся спортом. Это побудило нас, для более широкого привлечения студентов к занятиям спортом, провести анкетный опрос обучающихся в университете о причинах уклонения их от занятий. С этой целью были разработаны специальные анкеты. Опросом было охвачено 70,2 % студентов дневной формы обучения.

Охват опросом юношей составляет 71 %, девушек - 69,6%. Из числа студентов 1 курса было опрошено 68,1%, 2 курса - 73%, 3 курса - 69,1%. В разрезе факультетов наибольшее число ответивших зарегистрировано на математическом факультете (91,8%), наименьшее - на физическом (45,5%). Приводимые данные свидетельствуют о репрезентативности собранных сведений и позволяют подвергнуть их статистической обработке.

Из числа опрошенных систематически посещали занятия по физическому воспитанию 71% студентов, фактор отсутствия свободного времени, как причину отказа от систематических занятий

спортом, высказали 8,6% опрошенных. И хотя частота ссылок на отсутствие свободного времени увеличивается с возрастом опрошенных, прирост частоты данной причины между 1 и 2 курсами составляет только 2,9%, а между 2 и 3 - 0,8%.

Большинство из опрошенных дали положительную оценку характеру проводимых в университете академических и факультативных занятий (82,6%).

Однако частота положительных ответов, дифференцированная по курсам и факультетам, была далеко неравномерна. Наименьшее число положительных оценок дали студенты 1 курса (76,1 %), наибольшее - 2 курса (89,5%). Это можно объяснить тем, что систематические занятия спортом со временем оказали влияние на уровень их физической подготовки: если среди студентов 1 курса не желали заниматься спортом 19,2%, то среди студентов 3 курса их число снизилось до 5,9%. Среди юношей критическое отношение к характеру проводимых занятий наблюдалось в 2 раза чаще, чем среди девушек (соответственно 25,9% и 11,8%). Особый интерес представляет мнение студентов об улучшении учебного процесса по физическому воспитанию. Среди высказанных замечаний на первом месте находится отсутствие разнообразия педагогических приемов (46,2%), на втором - отсутствие факторов, способствующих повышению интереса у занимающихся (32%).

Для улучшения занятий 44,6% студентов предлагали ввести дополнительно в программу спортивные игры, 36,2% - элементы гимнастики и акробатики, 11,8% предложили организовать факультативные занятия по плаванию. Кроме того поступил ряд предложений по организации занятий, сокращению времени, затрачиваемому на разминку, проведению отдельных занятий для юношей и девушек. Собранный материал показал, что студенты вуза далеко не безразличны к тому, как проводятся занятия по физическому воспитанию. [1,2,3,4]

Эти данные свидетельствуют о следующих закономерностях формирования интереса к занятиям спортом у студентов педагогического университета. Прежде всего бросается в глаза тот факт, что у студентов педагогического факультета, на котором готовят специалистов по профилю "физическое воспитание и спорт", устойчивый интерес к занятиям спортом проявляется уже на 1 курсе и закономерным образом возрастает на последующих. Это говорит о том, что такую профессию выбирают лица, имеющие, как правило, прочно сформировавшийся интерес к занятиям спортом, который мы рассматриваем как мотив будущей профессиональной деятельности. По мере овладения знаниями в этой области и развития профессиональных навыков такой мотив получает дальнейшее развитие и становится более прочным. Одновременно мы видим, что мотив профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта в процессе учебы в университете конкретизируется, становится более направленным и подразумевает наличие интересов не только к спорту вообще, но и к конкретному виду спортивной деятельности. Это объясняется не только тем, что большинство из них в будущем видят себя скорее всего тренером, а не преподавателем физического воспитания. Необходимо отметить один факт - большинство опрошенных студентов вне зависимости от конкретной спортивной специализации указали на необходимость увеличения количества часов на совершенствование в области спортивных игр. Этот факт подтвердил, что мы стоим на правильном пути в поиске средств целенаправленного повышения профессиональной подготовленности будущих специалистов в области физической культуры и спорта средствами спортивных игр.

В заключение данного исследования необходимо указать еще на один факт, который не имеет прямого отношения к анализу мотиваций занятий спортом, но вытекает из анкетирования и может быть использован в процессе совершенствования профессиональной подготовки у студентов факультета физического воспитания педагогических вузов. Известно, что в вузах занятия по физическому воспитанию проводятся в самое различное время: они могут предшествовать занятиям, находиться в середине и, что наиболее желательно, завершать занятия. Естественно, что в каждом случае должно изменяться содержание занятий, а также объем и интенсивность нагрузки. К сожалению, вопрос о времени проведения занятий по физическому воспитанию пока еще не получил должного отражения. А между тем нередко приходится сталкиваться с тем, что, получив на занятиях по физическому воспитанию значительную нагрузку, студенты на последующих лекциях и семинарских занятиях плохо воспринимают материал, а к концу занятий у них существенно нарастает утомление, появляется сонливость.

Наилучшим вариантом было бы включение занятий по физическому воспитанию в последние часы расписания или перенос их на вечернее время. Однако из-за дефицита спортивных комплексов осуществить это в большинстве вузов пока еще невозможно. Поэтому при двухразовых занятиях в неделю целесообразно планировать их таким образом, чтобы одно занятие было в начале или середине остальных занятий, а другое (через два, три дня) - в конце. Правильно организованные

занятия по физическому воспитанию студентов играют исключительно важную роль в укреплении их здоровья и сохранения высокой продуктивности умственного труда. Это положение было нами учтено при разработке методики педагогического эксперимента.

1. Мухамедалиев А. Структура качеств, профессионально значимых для деятельности преподавателя физического воспитания и тренера: Ав- тореф. дисс. ...канд. пед. наук. - М., 1980. -23с.
2. Вяткина З.С. Индивидуальный стиль деятельности учителя физического воспитания на уроке и его формирование у студентов: Автореф. дис... . канд. пед. наук. -Л., 1977. -19 с.
3. Зацюорский В.М. Физические качества спортсмена (основы теории и методики воспитания)\\ В.М. Зацюорский . М.: Советский спорт, 2009.-199c.
4. Верхошанский Ю.В. основы специальной физической подготовки спортсменов/Ю.В. Верхошанский.-М.: ФиС, 1988.-322с.

Түйіндеме

Е.Қ. Адамбеков – Абай атындағы ҚазҰПУ ДММСПДТмӘ кафедрасының профессоры

Ә.Қ.Ахметова – Абай атындағы ҚазҰПУ ДММСПДТмӘ кафедрасының доценті

Т.М.Джапаров – Абай атындағы ҚазҰПУ ДММСПДТмӘ кафедрасының 2 курс магистранты

Дене мәдениеті және спортпен шұғылданудың болашақ мамандардың маңызды қасиеттеріне ықпалдылығы

Студент жастардың дене тәрбиесі болашақ мамандардың жан-жақты үйлесімді дамуын қамтамасыз ету үшін жасалған, олардың жалпы білім беру жүйесінің ажырамас бөлігі болып табылады. Алайда, жұмыспен қамтудың қазіргі жүйесінде елеулі кемшиліктер бірқатар дамуындаға емес, сонымен катар студенттер үшін спорт құмарлықпен карастырылады. Бұл олардың спорттық шеберліктерін жақсартынанғанға емес, сонымен катар олардың денсаулығын нығайтуға және жан-жақты дамуына ықпал ететініне күмән жок.

Түйін сөздер: дене тәрбиесі, спорт, қасиеттеріне ықпалдылығы, маман, студенттік спорт.

Summary

E.Adambekov - Professor of the Kazakh National Pedagogical University named after by Abai

E.Akmetova – Associate Professor of the Kazakh National Pedagogical University named after by Abai

T. Dzhabarov – second year student for Master's degree Kazakh National Pedagogical University named after by Abay

The effect of physical training and sports on professionally significant qualities of future specialists

Physical education of students is an integral part of their general education system, designed to provide all-round harmonious development of future professionals. However, the current system of employment is not without a number of serious shortcomings as often does not develop in students the desire for a systematic exercise. There is no doubt that if the students will be treated with passion to the sport, it will not only improve their sports skills, but will also contribute to the strengthening of their health and all-round development.

Keywords: physical culture, sports, professional, specialist, student sport.

УДК 796:332

ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СИСТЕМЫ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ СТУДЕНТОВ

Е.К.Адамбеков – профессор кафедры ТиМППФКиС КазНПУ им. Абая

Ә.К.Ахметова – доцент кафедры ТиМППФКиС КазНПУ им. Абая

Д.Мархабаев –магистрант 2 курса ТиМППФКиС КазНПУ им. Абая

Популярность студенческого спорта в современном мире постепенно возрастает, что проявляется в повышении внимания к развитию студенческого спорта в подавляющем большинстве стран мира. Следствие этого - увеличение числа соревнований по различным видам спорта, расширение программ студенческих игр, чемпионатов и других крупнейших соревнований, увеличение числа стран-участниц этих стартов, организационное и методическое совершенствование систем подготовки спортсменов-студентов, бурное внедрение в спорт современных достижений науки и техники и т.д. Все это приводит к резкому повышению конкуренции на крупнейших соревнованиях, постоянному обновлению мировых достижений на Универсиадах.

За последние несколько лет в различных видах спорта примерно в 1,5-2 раза возросло число стран, спортсмены которых реально претендуют на победы в крупнейших соревнованиях.

Представители стран Азии, Африки, Центральной и Южной Америки показывают высочайшие достижения в наиболее популярных видах спорта, стабильными и высокими результатами в которых традиционно отличались спортсмены стран Европы и США, т.е. представители крупных университетов.

Ключевые слова: студенческий спорт, достижения, универсиада, соревнования организация, материально-техническое.

Обобщая анализ практики подготовки студентов-спортсменов высокого класса в развитых в спортивном отношении странах, результаты многочисленных исследований в области теории и методики спортивной тренировки, проведенных в последние годы, можно охарактеризовать основные направления, которые обусловили прогресс студенческого спорта в мире. В организации спортивной подготовки в первую очередь следует выделить ряд положений, позволяющих подчинить материально-технические, кадровые, финансово-экономические и другие предпосылки реализации возможностей современной методики подготовки [1; 2; 3].

В основе этих достижений - постоянный творческий поиск специалистов различных стран в направлении совершенствования всех составляющих системы спортивной подготовки: ее организационных, материально-технических и особенно научно-методических основ.

Органическую взаимосвязь организационно-методических основ подготовки в вышестоящих (сборные команды, спортивные центры) и нижестоящих (детско-юношеские спортивные школы и центры, школы-интернаты спортивного профиля) структурных компонентах системы спортивной подготовки в отношении ее целей, задач, кадрового, материально-технического, научно-методического обеспечения.

Обусловленность системы спортивной подготовки и соревнований, материальной и моральной стимуляции труда тренеров и организаторов, необходимостью достижения высшего спортивного мастерства, эффективной подготовки спортивного резерва.

Создание организационных условий, обеспечивающих централизацию подготовки студентов-спортсменов, их постоянную конкуренцию в тренировочных занятиях и использование ее в качестве фактора повышения работоспособности, более полной мобилизации функциональных резервов организма и оптимизации адаптационных процессов.

Поощрение результатов альтернативных организационных и научно- методических подходов к системе подготовки студентов-спортсменов высокого класса.

Велико влияние на рост спортивных достижений совершенствования материально-технических основ тренировочной и соревновательной деятельности. Речь идет, в первую очередь, о современных спортивных базах, спортивном инвентаре, тренажерно-диагностическом оборудовании. Бурный прогресс достижений, отмечавшийся в последние годы в ряде видов спорта, в значительной (если не в решающей) мере определялся факторами материально-технического и научно-методического порядка.

Вполне естественно, что при всей важности для роста спортивных достижений организационных и материально-технических основ современной спортивной подготовки, прогресс спорта, прежде всего, определяется совершенствованием системы спортивной тренировки в следующих основных направлениях.

Резкий прирост объема тренировочной и соревновательной деятельности. Значение основных показателей, характеризующих эту сторону прогресса спортивной тренировки в первой половине 90-х годов превысили данные 60-х годов. Особенно это коснулось объема соревновательной деятельности, которая в большинстве видов спорта возросла в несколько раз в связи с резким увеличением количества ответственных соревнований.

Строгое соответствие системы тренировки спортсменов высокого класса со специфическими требованиями избранного для специализации вида спорта. Это выражается в резком увеличении объема вспомогательной и особенно специальной подготовки в общем объеме тренировочной работы.

Максимальная ориентация на индивидуальные задатки и способности каждого студента-спортсмена при выборе спортивной специализации, разработке всей системы многолетней подготовки, определении рациональной структуры соревновательной деятельности.

Стремление к строго сбалансированной системе тренировочных и соревновательных нагрузок, отдыха, питания, средств восстановления, стимуляции работоспособности и мобилизации функциональных резервов.

Постоянное увеличение соревновательной практики как эффективного средства мобилизации функциональных ресурсов организма спортсменов, стимуляции адаптационных процессов и повышения на этой основе эффективности процесса подготовки. Проявляется это в увеличении числа соревновательных дней, числа соревнований, стартов, игр и т.д.

Увязывание системы подготовки к главным соревнованиям с географическими и климатическими условиями мест, в которых планируется их проведение.

Расширение нетрадиционных средств подготовки: использование приборов оборудования и методических приемов, позволяющих полнее раскрыть функциональные резервы организма спортсменов; применение тренажеров, обеспечивающих сопряженное совершенствование различных двигательных качеств (например, силы и гибкости), физическое и техническое совершенствование; проведение тренировки в условиях среднегорья и высокогорья, позволяющее интенсифицировать процессы адаптации к факторам тренировочного воздействия, повысить эффективность непосредственной подготовки к главным соревнованиям.

Ориентация всей системы спортивной тренировки на достижение оптимальной структуры соревновательной деятельности.

Совершенствование системы управления тренировочным процессом на основе объективизации знаний о структуре соревновательной деятельности и подготовленности с учетом как общих закономерностей, становления спортивного мастерства в конкретном виде спорта, так и индивидуальных возможностей спортсменов.

Динамичность системы подготовки, ее оперативная коррекция на основе постоянного изучения и учета как общих тенденций развития студенческого спорта, так и особенностей развития конкретных видов спорта - изменение правил соревнований и условий их проведения, применение нового инвентаря и оборудования, расширение календаря и изменение значимости различных соревнований.

Поэтому не случайно в Казахстане возобновились студенческие Универсиады. Летом 2001 года прошла I летняя Универсиада вузов Республики. В стартах по 22 видам спорта приняло участие более 4,5 тысяч студентов. Соревнования прошли во всех городах Казахстана на базе крупных вузов, назначенных Министерством образования и науки базовыми центрами по видам спорта.

Удачно выступила на этих крупных соревнованиях команда КазНПУ им. Абая. Сборная университета по кикбоксингу в г. Астана заняла третье общекомандное место в зачете Универсиады. Чемпионами стали трое студентов КазНПУ во главе с неоднократным чемпионом мира заслуженным мастером спорта Кохановым А. Победителем Универсиады - 2001 по дзю-до в г. Таразе стал студент III курса Слямбаев Е. Сборная команда девушек по волейболу заняла 6 место, команда баскетболисток финишировала восьмой, легкоатлеты заняли 7 место среди более ста вузов. Хорошо выступили команды по борьбе (вольной, казашма-курес, дзю-до), настольному теннису. Все это предопределило успех команды КазНПУ им. Абая в общем зачете. Студенты финишировали в первой десятке вузов Казахстана, всего участвовало более ста команд.

То есть студенческий спорт высоких достижений в Республике возрождается. В 2017 году пройдет Всемирная зимняя Универсиада в г. Алматы. Все это делается для развития и популяризации студенческого спорта, для подготовки в стенах высших учебных заведений студентов-спортсменов высокого класса.

В настоящее время при организации учебного процесса перед каждым высшим учебным заведением ставится задача - вести подготовку специалистов на высоком научно-техническом уровне с применением современных методов организации учебно-воспитательного процесса, обеспечивающих использование студентами полученных знаний и умений в практической работе или научных исследованиях. Однако полноценное использование профессиональных знаний и умений возможно только при хорошем состоянии здоровья, высокой работоспособности молодых специалистов, которые могут быть приобретены при регулярных и специально организованных занятиях физической культурой и спортом. Следовательно, качество подготовки, в том числе и физической, для каждого студента приобретает не только личное, но и социально - экологическое значение.

Поэтому определена общественная функция физического воспитания, его основная цель - гармоническое развитие форм и функций организма человека, направленное на всестороннее совершенствование физических способностей; укрепление здоровья; обеспечение творческого долголетия; содействие развитию интеллекта; формирование и приобретение жизненно важных двигательных навыков и специальных знаний, обеспечивающих физическую и психологическую готовность к предстоящей профессиональной деятельности.

Вследствие этого физическое воспитание студентов должно осуществляться с учетом условий и характера их предстоящей профессиональной деятельности, а значит, содержать в себе элементы профессионально - прикладной физической подготовки (далее в условном сокращении - ППФП), то есть использовать средства физической культуры и спорта для формирования у студентов профессионально необходимых физических качеств, навыков, знаний, а также для повышения

устойчивости организма к воздействию внешней среды. В связи с этим ППФП должна быть в программе физического воспитания студентов в высших учебных заведениях.

В настоящее время в понятие “качество подготовленного специалиста” [1] включается совокупность его наиболее устойчивых свойств, обуславливающих пригодность к профессиональной деятельности: знания и умения в профессиональной сфере, общественно - политические качества, психофизиологическая (т.е. физическая) подготовленность. Качественное решение подготовки молодого специалиста, в полной мере обладающего перечисленными свойствами, будет определять уровень обучения в данном вузе и востребованность выпускника к дальнейшей трудовой деятельности. При этом должны быть полностью использованы возможности разнообразных средств и форм физической культуры в процессе физического воспитания и специальной физической подготовки молодежи к современным видам труда. Теоретик физического воспитания Н.И. Пономарев по этому поводу писал, что в обществе нет другого средства, кроме физической культуры, с помощью которого можно было бы физически готовить людей к готовому производству [2].

Основное преимущество физических упражнений как фактора адаптации заключается не только в том, что с их помощью можно моделировать различные ситуации трудовой деятельности, а, главным образом, в том, что они являются наиболее адекватным средством воспитания необходимых качеств. Поэтому в процессе ППФП студентов должны быть использованы виды спорта, избирательно (или преимущественно избирательно) формирующие и развивающие необходимые прикладные умения, навыки, физические и специальные качества.

Формы профессионально- прикладной физической подготовки в системе физического воспитания, которые могут быть сгруппированы по следующему принципу: учебные занятия (обязательные и факультативные), самостоятельные занятия, физические упражнения в режиме дня, массовые оздоровительные, физкультурные и спортивные мероприятия. Каждая из этих групп имеет одну или несколько форм реализации ППФП, которые могут быть избирательно использованы или для всего контингента студентов, или для его части.

ППФП студентов на учебных занятиях проводится в форме теоретических и практических занятий [3,4]

Цель теоретических занятий - вооружить будущих специалистов необходимыми знаниями, обеспечивающими сознательное и методически правильное использование средств физической культуры и спорта для подготовки к профессиональным видам труда с учетом специфики каждого института в следующем объеме:

краткая характеристика различных видов труда с более подробным изложением психофизиологических особенностей труда специалистов, готовящихся на данном институте;

динамика работоспособности человека в процессе труда с освещением особенностей изменения работоспособности специалистов данного профиля в течение рабочего дня, недели, года;

влияние возрастных и индивидуальных особенностей человека, географо-климатических и гигиенических условий труда на динамику работоспособности специалиста;

использование средств физической культуры и спорта для повышения и восстановления работоспособности специалистов, с учетом условий, характера и режима их труда и отдыха;

основные положения методики подбора физических упражнений и видов спорта в целях борьбы с производственным утомлением, для профилактики профессиональных заболеваний;

влияние занятий физической культурой и спортом на ускорение профессионального обучения.

Учебный материал должен быть рассчитан не только на личную подготовку студента, но и на его подготовку как будущего руководителя.

Следует указать, что в различных видах, как правило, раскрываются наиболее актуальные стороны ППФП студентов данного учебного заведения. Так, в КазНПУ им.Абая на кафедре теории и методике подготовки преподавателей по физической культуре и спорта студенты проходят обучение по следующим видам спорта: баскетбол, волейбол, футбол, атлетическая гимнастика, бокс, вольная борьба, борьба “Казахша-Курес”, рукопашный бой, легкой атлетики, специальной физической подготовки.

Этические нормы, выработанные и закрепленные в процессе занятий спортом, становятся привычными и проявляются в других, не связанных со спортом, условиях жизни. В то же время положительный эффект формирования личности в процессе занятий спортом является не стихийным, а следствием целенаправленного организованного педагогического воздействия. Поэтому в процессе ППФП, как и во всей системе физического воспитания студентов, должно найти свое место широкое применение метода приучения к практическим действиям и поведению, отвечающим требованиям этики и морали. Многими авторами [5; 6] подчеркивается особая роль в этом процессе командных

соревнований, в частности спортивных игр, в которых особенно проверяются, воспитываются и закрепляются многие важные нравственные нормы, привычки и навыки поведения (коллективизм, дисциплинированность, честность, уважение спортивных соперников, доверие и доброжелательность к коллегам).

На педагогических институтах (физико-математический, психолого-педагогический, русской и казахской филологии) ППФП дается с учетом будущей профессии педагога, где будущему учителю необходимо знать о формах и методах физического воспитания в школе, об организации и проведении массовых спортивных соревнований, также необходимо знать упрощенные правила по баскетболу, волейболу, футболу, владеть навыками проведения подвижных и национальных игр.

На естественных институтах (географо-экологический) даются знания об основах альпинизма, топографии, спортивного ориентирования и различных видов туризма.

В институте права и международного отношения основное внимание уделяется практическим учебным занятиям по рукопашному бою, а также проведению подобных занятий по рукопашному бою в учебных группах отделения спортивного совершенствования - в секциях с максимальным использованием возможности воспитать специальные качества для будущей работы в органах внутренних дел и юриспруденции.

В институте искусства, культуры и спорта (художественно - графический) основное внимание уделяется совершенствованию предельно напряженной центральной нервной деятельности при весьма малых физических нагрузках (шахматы, стрельба, шашки). А также включению подвижных игр, исключающих травмы и повреждения суставов.

Одной из форм ППФП являются массовые оздоровительные, физкультурные и спортивные мероприятия. Важную роль при этом играют программы и календарь внутривузовских соревнований между группами, курсами, факультетами. Насыщение программы этих мероприятий прикладными видами спорта и их элементами, регулярность проведения подобных соревнований в КазНПУ им.Абая во многом способствует качеству ППФП. Как показывают результаты, применение на учебных занятиях по физическому воспитанию различных средств ППФП в объеме 10-15% (от 30 до 45ч) не вызывает каких-либо отрицательных отклонений в уровне всесторонней физической подготовленности студентов в течение двухлетнего периода обязательных занятий. Следовательно, есть возможность опосредованной реализации задач ППФП студентов не только на специально организованных учебных занятиях, но и на практических занятиях, целевая направленность которых - общая физическая подготовка. По этому поводу профессор Б.В. Белинович справедливо отмечал, что ни в коем случае нельзя проводить резкую грань между общеразвивающими и прикладными упражнениями. Как общая, так и прикладная физическая подготовка, поскольку они не противопоставляются, должны идти параллельно на протяжении всего срока обучения [1,7,8,9,10].

Методически правильное использование средств физической культуры и спорта укрепляет здоровье человека, повышает его работоспособность и производительность труда, способствует профилактике заболеваний и травматизма. Именно этим целям должна служить профессионально — прикладная физическая подготовка студенческой молодежи, являющаяся составной частью всесторонней физической подготовки будущих специалистов к длительному и плодотворному труду в народном хозяйстве. И при всем этом, что является самым главным, студент из пассивного объекта воспитания должен превратиться в активный субъект самовоспитания.

1. Ильин В.И. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов вузов. - М.: ВШ, 1978.
2. Пономарев Н.И. Социальные функции физической культуры и спорта.- М.: ФиС,1974.
3. Полежаев Е. Ф., Макушин В.Г. Основы физиологии, и психологии труда. - М.: Экономика, 1974.
4. Поплевский С. А. Роль спортивной подготовки в овладении профессии//Теория и практика физической культуры. -1969-№ 5.
5. Раевский Р. Т. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов. - Одесса ,1986.
6. Шабалкин Н.НПрофессионально-прикладная физическая подготовка студентов горных вузов: Учебно-методическое пособие. -.М..1971.
7. Белинович В.В. Вопросы организации профессионально -прикладной подготовки учащихся ПТУ. - М.: Высшая школа, 1967.
8. Озолин Н.Г. Современная система спортивной подготовки. - М.: Физкультура и спорт, 2005. - 478с.
9. Платонов В.Н. Современная спортивная тренировка. - Киев: Здоровье, 2003.- 386с.
10. Матвеев Л.П. Основы спортивной тренировки. - М.: Физкультура и спорт, 2007. - 280с.

Түйіндеме

Е.Қ. Адамбеков – Абай атындағы ҚазҰПУ ДМмСПДТмӘ кафедрасының профессоры

Э.Қ.Ахметова – Абай атындағы ҚазҰПУ ДМмСПДТмӘ кафедрасының доценті

Д.Мархабаев – Абай атындағы ҚазҰПУ ДМмСПДТмӘ кафедрасының 2 курс магистранты

Студенттік спорттың әрі қарай дамуының негізгі бағыттары және құрылымы

Студенттік спорттың бүгінгі күні бүкіл әлемге танымалы. Себебі студенттік универсиадалар әлем чемпионаттары, Азиялық, Европалық ірі спорт жарыстары өтуде. Ол үшін әрине әр елдің жоғарғы оку орындарында дene мәдениеті және спорт ең басты мәселелердің бірі деп қаралады. Демек, ірі жарыстарға студент спортшыларды дайындау үшін жан-жақты әлеуметтік жағдайлар туғызылуда және спорт кешендерін инфрокұрылымдарды жанадан салынуда. Ирі жарыстарға кейінгі 2-3 жылдың ішінде қатысатын елдердің саны 1,5-2 есеге ұлғайды. Сондықтан студенттік спорттың әрі қарай дамуының ең басты жолдары студенттік спорттың дайындық құрылымын арттыру.

Түйін сөздер: студенттік спорт, дамыту, универсиада, жоғарғы нәтиже, инфокұрылым.

Summary

E.Adambekov – Professor of the Kazakh National Pedagogical University named after by Abai

E.Akmetova – Associate Professor of the Kazakh National Pedagogical University named after by Abai

D. Markhabayev – second year student for Master's degree Kazakh National Pedagogical University named after by Abay

The main directions of improvement of sports training system of students

The popularity of university sports in the modern world is gradually increasing, which is manifested in the increasing attention to the development of university sports in the vast majority of countries around the world. The implication of this - increase in the number of competitions in various sports, extension programs Student Games, World Championships and other major events, increasing the number of participating countries in those starts, organizational and methodological improvement of training systems student athletes, rapid introduction to the sport of modern science and technology and etc. All this leads to a sharp increase in competition in major competitions, constant updating of global achievements at the Universiade.

Over the past few years in various sports at about 1.5-2 times increase in the number of countries, athletes who actually claim to victory in major competitions.

Representatives of the countries of Asia, Africa, Central and South America show the highest achievements in the most popular sports, stable and high results are traditionally distinguished athletes in Europe and the United States, ie, representatives of major universities.

Keywords: student sport, achieve, Universiade, the competition organization, logistics.

УДК 61-056.22-061.12

СТУДЕНТТЕР ДЕНСАУЛЫҒЫН ФИЗИОЛОГИЯЛЫҚ ТӘСІЛДЕРМЕН БАҒАЛАУ

И.М.Төленбек – профессор, б.ә.к., Абай атындағы ҚазҰПУ

Ш.А.Балғынбеков – профессор, м.ә.д., Абай атындағы ҚазҰПУ, balgimbekov@inbox.ru

Ш.С.Шыныбекова – аға оқытушы, б.ә.к., Абай атындағы ҚазҰПУ, SHolpan_63@inbox.ru

Бұл мақалада педагогикалық жоғары оку орнында бірінші курста білім алушы студенттердің денсаулығын физиологиялық тәсілдермен бағалау нәтижелері баяндалған. Зерттеу барысында студенттердің денсаулық деңгейіне баға беру үшін максимальды пайдаланылған оттегі (МПО), Гарвард степ-тест индексі (ГСТИ) анықталып, соматикалық көрсеткіштеріне (бойы, дene массасы, кеудесінің шенбері) өлшеулер жүргізілді. Біздің жүргізген зерттеулеріміздің нәтижелері көп жағдайда оку орнындағы дәрігерлердің окушылар мен студенттер денсаулығына берген бағаларымен сәйкес келеді. Ал кей жағдайларда баға сәйкес келмеуі байқалса, сол окушы немесе студентті қосымша бақылауга алып, ата-аналар мен оқытушылар тараапынан көмек көрсетіледі.

Түйін сөздер: денсаулық, максимальды пайдаланылған оттегі (МПО), антропометрия, дene массасы, бой ұзындығы, кеуде шенбері.

Анатомия, физиология, зоология және тіршілік қауіпсіздігі кафедрасында едәуір уақыт бойы жоспарлы түрде «Адамның әртүрлі функционалдық қүйлерінде оның кейбір физиологиялық көрсеткіштерін зерттеу» деп аталатын тақырып ауқымында ғылыми ізденістер жүргізіліп келеді. Педагогикалық жоғары оку орны болғандықтан зерттеу нысаны ретінде мектеп окушылары және осы оку орнының жаратылыстану және география институтының студенттері алынды. «Жалпы білім беретін мектеп окушыларының денсаулығын физиологиялық тәсілдермен бағалау» деген мәселеге орай жүргізілген зерттеулер нәтижелері бірнеше студенттің дипломдық жұмыстар дайындалап, табысты қорғауларына материал болды. Олардың біразы «Ізденіс», «Хабаршы» журналдарында жарияланған ғылыми мақалаларда баяндалды. Ұсынылып отырған мақаладағы зерттеу

жұмыстарының нәтижелері жаратылыстану және география институтының «Биология» мамандығында оқытын 1-курс студенттері қатысты. Зерттеу жүргізу үшін солардың арасынан жастары 18-дегі 7(жеті) қызы бала алынды. Олардың денсаулық деңгейіне баға беру үшін соматикалық көрсеткіштеріне (бойы, дene массасы, кеудесінің шенбері) өлшеу жүргізілді. Бұл арқылы олардың дeneсінің даму деңгейлері анықталды. Жалпы биологиялық заңдылық бойынша адамның жеке басының аталған соматикалық көрсеткіштерінің жас кезеңдеріне лайық әрі соларды сипаттауға мүмкіндік беретін орташа стандарттары болатыны белгілі. Бұдан ауытқудың артық немесе кем болуының яғни сигманың шамалары арқылы белгілі дәрежеде адам денсаулығына баға беруге болады. Сигманы анықтау үшін арнайы есептеу тәсілін қолданады және кестедегі сигмалары Мартинэ картасы деп аталатын картага түсіріледі. Картадағы орта сызықтан (медиальды сызық) зерттелушінің соматикалық көрсеткіші кем болса оның сигмасы теріс (- минус) таңбамен, ал артық болса оң (+ плюс) таңбамен белгіленеді. Егер табылған көрсеткіш медиальды сызықтан минус немесе плюс бір сигманың шамасында болса, (-1, +1) ол адамның дene дамуының деңгейі қалыпты деп есептеледі. Сигманың минус немесе плюс екі (-;+2) болуы айтартықтай құдік тудырмауы тиіс. Ал егер сигма -3,+3-ке жетсе, бұл зерттелуші дeneсінің дамуында қалыпты жағдайға тән емес белгілер бар деген ой тудырады. Мұндайда ол адамды арнайы дәрігерлік тексеру – зерттеулерден өткізген жөн.

Адам дeneсі дамуының қалыпты немесе қалыптан тыс екендігіне жанама көрсеткіш ретінде оның бойы мен дene массасының өзара қатынасын анықтаудың айтартықтай рөлі бар. Бұл мақсатта әртүрлі тәсілдер ұсынылады. Солардың бірі брок индексі деп аталады. Мұнда адамның бойы өлшенеді де, одан 100 санын шегереді. Соңда алынған сан оның дene салмагына көрсеткіш болады деп есептеледі. Бірақ көп жағдайда бұл индекстер зерттелуші адам дeneсінің шын массасын көрсетпейтіндігі анықталды. Таразыға тарту арқылы табылған массамен Брок индексі арқылы табылған нәтижелерінің арасында едәуір алшақтық болады екен. Осыған орай зерттелуші адамның іс жүзінде бар дene массасына жақын келетін мәліметті алу үшін арнайы формула ұсынылады. Бұл формула адамның жынысын да ескереді. Мәселен оның ер адамдарға және әйел адамдарға арналған нұсқасы мынадай:

$$\text{Ер адамдар үшін } \left(\frac{\text{бойы (см)} \cdot 4}{2,54} - 128 \right) \cdot 453$$

$$\text{Әйел адамдар үшін } \left(\frac{\text{бойы (см)} \cdot 3,5}{2,54} - 108 \right) \cdot 0,453$$

Біздің зерттеулерімізде студенттер денсаулығын бағалаудың физиологиялық тәсілдері ретінде оттегін пайдаланудың максималды шамасын (МПО) анықтау қолданылды. Бұл үшін Добельн формуласы пайдаланылды:

$$\text{МПО} = A \cdot \sqrt{\frac{N}{H-h}} \cdot K \text{ мл/мин}$$

Формуладағы

A - Жас пен жынысқа байланысты эмпирикалық түзеткіш

N - Жұмыс қуаты;

H - Осы жұмыс қуаты кезіндегі пульс жиілігі;

h - жас пен жынысқа байланысты пульске түзеткіш

K - Жас коэффициенті;

Пайдаланылған оттегінің максималды шамасы (МПО) тыныс алу мен қан айналу жүйелерінің даму деңгейіне тәуелді. Осыған орай Дүниежүзілік денсаулық сактау ұйымы МПО ны кардиореспираторлық жүйенің функциональдық қуйіне ең объективті және ақпараттандыруышы көрсеткіш деп қабылдаған. Ет жұмысы кезінде жасалатын энергияның негізгі көзі болаyp есептелетін химиялық процестер оттегінің қатысуымен жүретіндіктен оттегін пайдаланудың максималды шамасы арқылы адамның дene еңбегіне қабілеттін бағалайды. Пайдаланылатын оттегінің максималды шамасы адамның жасына және жынысына қарай ер түрлі болады. Дене еңбегіне қабілеттің ең объективті көрсеткішіне МПО-ның относительді шамасы (МПО/кг) алынады. Оны табу үшін тәжірибеде табылған МПО-ны (мл/мин), зерттелушінің дene массасына (кг) бөледі. Осыдан алынған сан адамның дene еңбегіне қабілеттің шартты көрсеткіші бола алады деп есептейді.

1-кесте. Гуминский кестесі

МПО/кг		Бага
Ерлер	Әйелдер	
55-60	45-50	Оте жақсы
50-54	40-44	Жақсы
45-49	35-39	Қанагаттанарлық

Біраз зерттеушілердің пікірінше (Гуминский, т.б.) бүгінгі таңдағы өркениет жағдайында гиподинамия еріс алғандықтан оттегін пайдаланудың максималды шамасы төмендей бастағандай. Ал бұл кардиореспираторлық жүйе күйінің нашарлауын білдіреді. Сол себептен халықаралық биологиялық бағдарлама бұл көрсеткішті әртүрлі жастағы, жыныстағы және кәсіптегі адамдарда жүйелі түрде зерттеу қажет деп ұсынады. Ұылыми зерттеулерде пайдаланылған оттегінің максималды шамасын адамға велоэргометрде барынша көп жұмыс істетіп анықтайды. Бірақ көп жағдайда, керекті күрделі құрал-жабдықтар жок болғанда, пайдаланылған оттегінің максималды шамасын жанама есептеу жолымен де анықтауға болады. Мұндайда, жоғарыда айтылғандай, өлшемді жұмыс атқаруға жұмсалған қуатты және жүрек соғуының жиілігін анықтайды. Бұл көрсеткіштерді степ-тест деп аталатын (біектігі 35-40 см орындыққа қатаң тәртіппен шығып-тусу) дene еңбегінің өлшемді жүктемесі кезінде анықтайды. Орындыққа шығу және одан тусу бір цикл деп алынады. Біздің зерттеуімізде мұндай циклдар санын бір минутта 19 рет етіп алдық. Бұл жұмысты атқару барысында жүрек соғуының жиілігі артады. Осы жиілік белгілі бір шамаға жеткенде тұрақталады. Осылан байланысты орындыққа шығу мен түсіді 5 минут бойы атқарған дұрыс деп есептеледі. 5 минут аяқталған салысымен (соңғы шығып-тусуден соң іле-шала пальпация тәсілімен жүрек соғуының жиілігін алғашқы 10 секунд бойы санайды. Алынған санды 6-га көбейтіп, жұмыс атқарғаннан кейінгі, бірінші минуттағы жүрек соғуының жиілігін шығарады. Зерттелушінің дene массасын, орындықтың биектігін және бір минуттағы жұмыс циклының санын билген соң атқарылған жұмыс қуатын мына формула арқылы есептеп шығарады. $N=P \cdot h \cdot n \cdot 1,5$. Мұндағы N-жұмыс қуаты; P-зерттелушінің дene массасы; h-орындықтың биектігі; n-циклдер саны; 1,5-шығып -тусудің коэффициенті;

Добельн формуласы степ-тест барысында атқарылған жұмыстың қуатын (кгм/мин) және тұрақтанған пульс жиілігінің (соңғы 5-минуттағы) санын, әрі зерттелушінің жасын есепке алатындықтан, тәжірибе барысында табылған бұл көрсеткіштерді өз орындарына қойып, пайдаланылған оттегінің максимальды мөлшері (мл/мин) анықталады. Ал оны, жоғарыда айтқандай, дene массасына бөліп относительді МПО-ны (МПО/кг) табады.

Осы баяндалған степ-тест арқылы анықталған салыстырмалы МПО көрсеткіштерін Гарвард степ-тестінің индексі (ГСТИ) деп аталатын тәсіл көрсеткіштерімен салыстыру арқылы зерттелуші деңсаулығы туралы пікірді тексеруге болады. ГСТИ ді есептеп шығару үшін ұсынылатын формула мынадай:

$$\text{ГСТИ} = \frac{t \cdot 100}{2(f_1 + f_2 + f_3)}$$

Мұндағы t-секундпен есептелетін степ-тест жүктемесінің уақыты. Біздің зерттеуімізде бұл уақыт $5 \times 60 = 300$ секунд болды. f_1 - степ-тестен соңғы алғашқы минуттың бірінші 30 секундындағы f_2 - одан кейінгі екінші минуттың бірінші 30 секундындағы, f_3 - ушінші минуттың бірінші 30 секундындағы саналып алынған пульс жиіліктері. Адамның дene еңбегіне қабілеттерінің деңгейін Гарвард степ-тестіңі бойынша бағалау мына кестедегі көрсеткіштер арқылы жүргізіледі.

2-кесте.

ГСТИ бірліктері		Бага	
55		Жаман	
55-64		орташадан төмен	
65-79		орташа	
80-89		жақсы	
90- одан жоғары		өте жақсы	

3- кесте. Зерттеуге алынған студенттердің антропометриялық көрсеткіштері

№	Ф.И.О.	Жынысы	Жасы	Бойы (см)	Салм (кг)	Key .ш	т/п	о/м	ж/к/п	о/м	ГСТИ	МПО	МПО/кг
1	1 Ибраева К	Қыз	17	160	60	85	96	94	$f_1=60$ $f_2=54$ $f_3=54$	66	56,3 орт шадан төмен	5985	40,4 өте жақсы
2	2 Айдархан М	Қыз	17	162	52	77	98	96	$f_1=72$ $f_2=63$ $f_3=51$	76	54,5	5187	47,3 өте жақсы
3	3 Абдинагин М	Қыз	17	163	60	70	90	92	$f_1=63$	57	70,1	3572	63,8 өте

								$f_2=60$ $f_3=48$		орташа		жаксы
4	Ермағанова С	Қыз	17	168	59	81	98	$f_1=60$ $f_2=54$ $f_3=48$	57	53,8	5885	57,6 өте жақсы
5	Раметова Б	Қыз	17	159	52	84	96	$f_1=63$ $f_2=54$ $f_3=48$	50	57,3	5187	55,7 өте жақсы
6	Имаш Д	Қыз	17	168	61	89	90	$f_1=68$ $f_2=63$ $f_3=48$	59	67,7 орташа	2648	44,8 канагатта нарлық
7	Миава А	Қыз	17	166	48	82	96	$f_1=78$ $f_2=78$ $f_3=75$	77	51,9 жаман	3216	48,7 канагатта нарлық

Бұдан 40 жыл бұрын арнағы жүргізілген зерттеулер (Алиакбарова, 2004) нәтижелері 17 және 18 жастағы балаларға тәмендегі кестеде көтірілген.

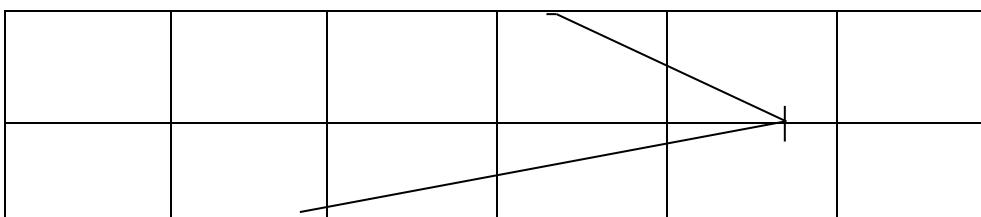
4-кесте Сигма(δ) – орташа санның көбею немесе азаю дәрежесінің ауытқуының квадраты

Жасы	Ұлдар						Қыздар					
	Бойы, см	δ	Кеуде Шенбері (см)	δ	Салмағы, кг	δ	Бойы, см	δ	Кеуде шенбері (см)	δ	Салмағы, кг	δ
17	173,4	7,8	92,0	5,8	69,4	9,1	163,9	7,0	88,4	6,3	56,5	6,4
18	173,9	6,9	92,8	7,0	69,4	9,1	163,9	7,1	92,7	6,5	58,3	6,4

Антрапометриялық (бой, дene массасы, кеуде шенбері) өлшеулер 18 жастағы 5 ұл балаға, 18 қыз балаға жүргізді (кесте 3). Бұл көрсеткіштерді Мартинэ картасына салу үшін сигмаларды есептегендеге ұлдардағы ауытқу $-2,1$ мен $+1,1$ -дің арасында болды. Ал қыз балаларда – $0,1$ мен $+0,8$ шамасында шықты (кестелер 5,6). Ендеше бұл көрсеткіштер бойынша бүтінгі таңдағы жастардың бұдан 30-40 жыл бұрынғы сондай жастағылармен салыстырғанда айтарлықтай айырмашылығы байқалмайды.

5-кесте. Мартиннің антропометрлік картасы

-1 δ -2 δ -1 δ M 1 δ 2 δ 3 δ



Бойы
Салмағы
Кеуде шенбері

К.Ж.:

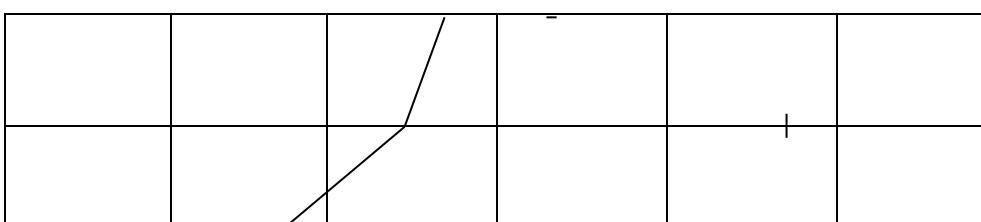
$$\text{Бойы: } 1,60 - 164,2 = -1,6 / 7,0 = 0,2$$

$$\text{Салмағы: } 68,3 - 57,7 = 10,6 / 5,9 = 1,7$$

$$\text{Кеуде шенбері: } 83 - 92,8 = -98 / 6,9 = -1,4$$

6-кесте Мартиннің антропометрлік картасы

-1 δ -2 δ -1 δ M 1 δ 2 δ 3 δ



Бойы
Салмағы
Кеуде шенбері.

Б.А.:

Бойы: $1,69-164,2=-1,6/7,1=-0,2$

Салмағы: $68,5-57,7=10,8/5,9=1,8/5,9=-0,3$

Кеуде шенбері: $85-92,8=-7,8/6,9=-1,1$

Егер балалар мен жасөспірімдер өсүі мен дамуында шешуші дерлік рөлді халықтың әлеуметтік – экономикалық хал-акуалы атқарады деп қарасақ, Кеңес үкіметі билік құрган кезеңінің соңғы 15-20 жылдарымен салыстырганда, Қазақстан тәуелсіздік алған откен ғасырдың 90-шы жылдарында еліміздің тұрмыс жағдайларында айрықша атап көрсететіндегі өзгерістер болмаған деп ойлауга тұра келеді. Кейбір студенттердің жеке көрсеткіштеріндегі (дene массасындағы, кеуде шенберіндегі, бой ұзындығындағы) біраз артықтау ауытқушылықтарды (+, -2 ден артық) олардың генетикалық тұрғыдағы ерекшеліктеріне жатқызуға болады. Студенттердің дene массасы мен бой ұзындығы арасындағы өзара қатынасты Брок индексі бойынша және арнайы формула бойынша анықтағанда, көп жағдайда Брок индексі арқылы алынған мәліметтер таразы арқылы өлшеуден алынғандардан едәүір алшақ болды. Мәселен, Ж.А. деген студенттің Брок индексі бойынша анықталған дene массасы таразы көрсеткішінен (45кг) 6 кг-ға артық, ал аталған формула бойынша анықталғаны одан 0,3 кг-ға артық. Олай болса, Брок индексінің көрсеткіштерін адамның дene дамуының деңгейін анықтауға қолданбаса да болатын тәрізді. Максималды пайдаланылған оттегі (МПО) арқылы студенттердің дene енбегіне қабілетін анықтағанда (7 қызбала) кестеде көрініп тұрғандай, 5-үенің бағасы «өте жақсы», ал екеуінікі «қанагаттанарлық» болды (кесте 3). Ал бұларды Гарвард степ-тестінің индекстерімен салыстырганда студенттердің дene енбегіне қабілеті негізінен орташа деңгейде болып шықты. Бұдан бұрынғы зерттеулерде (мектеп оқушыларының дene енбегіне қабілетін осы тәсілдермен анықтағанда) МПО мен ГСТИ нәтижелері негізінен бірін бірі қуаттаған болатын. Ал бұл жолғы байқалған біраз сәйкесіздікті (МПО бойынша «жақсы», ал ГСТИ бойынша «орташа» баға көрсетуі) степ-тест ұзақтығын екі тәсілдеде бірдей етіп (5минут) алғандықтан шығар деп топшылаймыз. Өйткені стандартты талап бойынша МПО-ны анықтауда дene енбегінің өлшемді жүктемесіне 4 минут, ал ГСТИ-ді анықтауда ол жүктемеге 5 минут ұсынылады. Жалпы алғанда біздің зерттеуімізде алынған 1-курс студенттерінің денсаулығын бағалау үшін қолданған физиологиялық және антропометриялық тәсілдер өздерінің құрделі еместігімен ерекшеленеді. Бұларды пайдалану үшін ерекше құралдар қажет етілмейді. Сондықтан да кез келген жағдайда олар арқылы адамның денсаулық деңгейін (дene енбегіне қабілеті бойынша) объективті түрде бағалауға болады. Біздің жүргізген зерттеулеріміздің нәтижелері көп жағдайда оку орнындағы дәрігерлердің оқушылар мен студенттер денсаулығына берген бағаларымен сәйкес келеді. Ал кей жағдайларда баға сәйкес келмеуі байқалса, сол оқушы немесе студентті қосымша бақылауға алып, ата-аналар мен оқытушылар тарапынан көмек көрсетіледі. Ендеше мұндай зерттеулерді тиянақты әрі жүйелі жүргізіп тұрудың практикалық та, теориялық та маңызы бар деп есептейміз.

Зерттеу жұмысын жүргізу барысында мынадай қорытынды жасадық:

1. Зерттеуге алынған 1-курс студенттерінің дene дамуының деңгейі соматикалық өлшеулер (бойы, дene массасы кеуде шенбері) бойынша өз жасына сәйкес, яғни денсаулықтағы қалыпты екенін көрсетеді.

2. Бұл тұжырыммен студенттердің дene енбегіне қабілеттерінің деңгейін максимальды пайдаланған оттегін (МПО) анықтау және Гарвард степ-тестінің индексі (ГСТИ) бойынша қосымша зерттеу де дәлелдей түсті.

3.Студенттердің бойы мен дene массасының қатынасын анықтауға қолданылған. Брок индекстен ғөрі шындыққа арнайы формула арқылы табылған мәліметтер жақын екендігі байқалған.

4.Мұндай зерттеулерді мектеп оқушыларының денсаулығын бақылап отыру үшін тұрақты жүргізуге болады.

1. Дүйсенбин Қ., Алиакбарова З. Жасқа сай физиология және мектеп гигиенасы. Алматы, 2003.-776.

2. Гуминский А.А и др. Руководство к лабораторным занятиям по общей и возрастной физиологии. М, «Просвещение» 1990.-с.262 .

3. Хрипкова А.Г. и др. «Возрастная физиология и школьная гигиена», Москва 1990. - с.102.

4. Төленбек И.М. «Сравнительные изучение некоторых показателей внешнего дыхания учащихся средних школ, расположенных в разных экологических зонах г. Алматы»//Ж.вестник АГУ им. Абая. 2002г., №1.,-с.3-19.

5. Төленбек И.М., Джарылқапова С. «Бастауыш сынып оқушыларының денсаулығына физиологиялық тәсілдермен баға беру». Ж. «Ізденіс», 2012., №2(1)

6. Төленбек И.М. Джарылқапова С. «Оценка здоровья школьников физиологическими методами в исследовании *Bulletin a Euro Talent – fidip*. №5 стр. 74-78.
 7. Физиология человека Под.ред. Б.Н. Ткаченко. М, 2008г.
- Төленбек И.М. Балғынбеков Ш.А., Отарова Н.И. «Жөгөры кәсіби педагогикалық білім беру сапасын көтерудің өзекті мәселелері. ҚазҰПУ. «Хабаршы», №2 (36) 2013ж.

Резюме

И.М.Толенбек – профессор, к.б.н., им.Абая КазНПУ

Ш.А.Балгимбеков – профессор, д.м.н., им.Абая КазНПУ, balgimbekov@inbox.ru

Ш.С.Шыныбекова – ст.преподаватель, к.б.н., им.Абая КазНПУ, SHolpan_63@inbox.ru

Применение физиологических методов при оценки здоровья студентов

В статье излагаются результаты исследования, связанные с оценкой здоровья студенты естественно-географического института КазНПУ им.Абая физиологическими (определение максимального потребления кислорода – МПК; определение уровня физической работоспособности индексом Гарвардского степ-тест ИГСТ) и антропометрическими измерениями (рост, масса тела, окружность грудной клетки). Результаты наших исследований здоровья студентов в основном согласуются с оценкой медицинскими работниками учебных заведений. Если не соответствует оценки студентов, тогда с помощью родителей, преподавателей дополнительно наблюдается.

Ключевые слова: здоровье, максимальное потребления кислорода, антропометрия, рост, масса тела, окружность грудной клетки.

Summary

I.M.Tolenbek - Professor, candidate of biology Abai KazNPU

Sh.A.Balgimbekov – professor,doctor m.n., Abai KazNPU, balgimbekov@inbox.ru

Sh.S.Shynybekova - Senior Lecturer, candidate of biology, Abai KazNPU, SHolpan_63@inbox.ru

The use of physiological methods to assess the health of students

The article presents the results of a study of health of students of natural-geographic institute KazNPUim. Abaya physiological (determination of maximum oxygen consumption - IPC, the definition of the level of physical rabotasposobnosti index Harvard step test - IGST) and anthropometric (height, weight, chest circumference) measurements. Our results largely in line with the estimates of physicians, students of the health data of the institution. In case of discrepancy of opinions on individual student health assessment will be carried out lists for additional studies and observations with parents and teachers.

Keywords: health, maximum oxygen consumption-IPC, anthropometry, height, weight, chest surrounded cells.

ӘӨЖ: 796.077.4

ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ САБАҒЫНДАҒЫ ИННОВАЦИЯЛЫҚ ПЕДАГОГИКАЛЫҚ ТЕХНОЛОГИЯЛАРДЫҢ РОЛІ

К.А.Абдраимова – п.э.к., доцент, Абай атындағы ҚазҰПУ

А.Құттымұрат – «5B010800-Дене мәдениеті және спорт» мамандығының 3 курс студенті, Абай атындағы ҚазҰПУ

Аталған мақала көзінде білім беру саласындағы инновациялық технологиялар туралы мәселені қозғайды. Қазіргі кезде біздің Республикамызда білім берудің жаңа жүйесі жасалып, әлемдік білім беру кеңістігіне енүе бағыт алуша. Бұл педагогика теориясы мен оку-тәрбие үрдісіндегі елеулі өзгерістерге байланысты болып отыр: білім беру парадигмасы өзгерді, білім берудің жаңа мазмұны пайдалана болуда.

Жаңа педагогикалық технологияларды менгеру мен оны оку-тәрбие үрдісіне енгізу – уақыт талабы. Өйткені жаңа педагогикалық технологияны менгеру мүғалімдердің іскерлігін, ізденісін туғызып, шығармашылықпен жұмыс істеуіне жол ашса, оқушылардың білім сапасын арттыруға өз үлесін қосады.

Авторлар аталған мақалада осыларды басшылыққа ала отырып, дене шынықтыру сабағында жаңа технологияларды пайдалану жайлы және олардың оқушылардың тұлғалық қасиеттерін жетілдіруге тигізетін үлестері туралы айтып өткен.

Түйін сөздер: инновациялық технологиялар, педагогика теориясы, дене шынықтыру сабағы, оқушылар шығармашылығы

Елбасы Н.Ә.Назарбаевтың «Қазақстан – 2030» стратегиялық жолдауында көрсетілгендей қоғамның экономикалық және әлеуметтік жағынан ілгерілеуінің маңызды факторы ретінде білім берудің үлттық моделін дамыту, шығармашыл тұлға қалыптастыруға дағды алу, ақыл-ой қорын жинау сияқты мақсаттарды көздейді. Ол Қазақстан Республикасы жариялаган білім беру

басымдығына, «жалпыға білім беру» моделін «әр адамға таңдау бойынша білім беру» моделіне көшүге негізделген.

Қазіргі кезеңде Республикалық білім берудің жаңа жүйесі жасалып, Қазақстандық білім беру жүйесі әлемдік білім беру кеңістігіне енуге бағыт алуда. Бұл педагогика теориясы мен оку-тәрбие үрдісіндегі елеулі өзгерістерге байланысты болып отыр: білім беру парадигмасы өзгерді, білім берудің мазмұны жаңарып, жаңа көзқарас, жаңаша қарым-қатынас пайда болды. Қазіргі уақытта еліміздің алдында жастарға іргелі білім беру мақсаты түр. Іргелі білім берудің міндеті – адамды ғылыми ойлауға, болмысты тану, оны қабылдаудың әдіс-тәсілдерін білуге, өзін-өзі дамытуға, өз бетімен білім алуға, ізденуге іштей қажеттілігін туғызу.

Экономикалық күшті дамыған елдердің тәжірибесі экономика, ғылым және мәдениеттің қарқынды дамуының негізгі кілті екендігін көрсетіп отыр. Ендеше казіргі заманың ақпараттық технологиясын итеру міндетіміз.

Қазақстан Республикасы «Білім туралы» Занының 8-бабында «Білім беру жүйесінің басты міндеті – оқудың жаңа технологияларын енгізу, білім беруді ақпараттандыру, халықаралық коммуникациялық желілерге шығу» деп атап көрсеткендей-ақ, қазіргі кезеңде әрбір мұғалімнің алдына қойылып отырған басты міндеттердің бірі – оқытушының әдіс-тәсілдерін үнемі жетілдіріп отыру және жаңа педагогикалық технологияны менгеру.

Жаңа педагогикалық технологияны менгеру барысында оқыту міндеттері мынадай жаңаша сипат алады:

- педагогикалық қызметтің өзекті мәселелерін білу;
- оқу бағдарламасының түрлендірілген нұсқауларын құрастыру;
- оқу моделін құрастыру;
- оқу жобаларының мазмұнын анықтау, әр оқушыга арналған тапсырмалар құрастыру;
- оқушылардың жаңа материалды меңгеруінде деңгейленген жаттығулар жасау;
- оқу әрекеттерінің бағалау көрсеткішін анықтау.

Жаңа педагогикалық технология – бұл оқу процесін ұйымдастыру және өткізу барысындағы оқушылар мен мұғалімдерге жайлы жағдай тудырудың, біріктірілген педагогикалық қарым – қатынастың барлық жағдайларды ойлап карастырган моделі (В.М.Монахов).

Оқытудағы жаңа технология аса қажетті педагогикалық мәселелердің шешімдерін табуды, ой енбегін арттыруды, оқу процесін тиімді басқаруды қамтамасыз етеді. Жаңа технологияларды оқыту үрдісінде қолданудың негізгі ерекшелігі ол оқытушылар мен оқушыларға өз бетімен және бірлесіп шығармашылық жұмыс жасауға көп мүмкіндік береді және оны педагогикалық мақсатта пайдалану оқушылардың зердесіне, сезіміне, көзқарасына әсер ете отырып, оның интеллектуалдық мүмкіншіліктерін арттыруға көмектеседі.

Дене тәрбиесінің әлеуметтік жүйе және қоғамдық құбылыс есебінде дене тәрбиесі жүйесін, оның қалыптасуы мен дамуының негізгі занылыштарын, оның қызметі мен құрылымын танып, білудің қажеттілігі білім мен тәрбие талаптарына сәйкес өсіп келе жатқан ұрпақтың дене тәрбиесін қамтамасыз ету үшін керек. Дене тәрбиесі тек мектептегі дене шынықтыру сабакы ғана емес, ол сабактан тыс, мектептен де тыс денсаулыққа байланысты шарапалар жүйесі екенін ескерсек, қазіргі кезеңдегі білім беру орындарындағы дене тәрбиесінің жүйесі жастардың денсаулықтарын нығайтумен қоса, тұлға бойындағы биологиялық-психологиялық қажеттіліктердің жанжақты жетілуіне, өмірге белсенді ұстаным мен ізгілікті қатынастарын дамытуды мензейді. Мұндай маңызды әдістеме ғылыми және оқу пәні ретінде жетекші рөл атқарытын, дене тәрбиесі саласындағы кәсіптік бағытта болашақ мұғалімдерді дайындауды жүзеге асыратын жоғары оқу орындарындағы оқыту жүйесіне тікелей байланысты. Қазіргі кезеңде жалпы орта мектептердегі оқу бағдарламаларын құрастыру бағыт-бағдары өзгерді. Алайда, бұлардың бәрінде мектеп оқушыларының қайда оқитындығы ескерілмейді, олардың менгеруі тиіс негізгі дағдылар мен қабілеттер, оқу нормасын тапсыруға арналған шарттар көрсетілген. Денені шынықтыру жаттығуларының орындалуы қозғалыс дайындығының денгейі туралы мәлімет береді. Дегенмен, бұл бағдарламалар базалық, үлгілік сипатқа ие, сондықтан оларды әрбір педагог жергілікті жағдай мен салт-дәстүрлерге орай өзгертулер мен толықтырулар енгізіп, өзгерте алады. Дене тәрбиесі мәселелерін шығармашылық түрғыда шешуге, өзгермелі өмір жағдайында инновациялық процестер мен жаңашыл бағыттарды дер кезінде менгерге отырып, тәжірибеге сын көзben қарап, дене тәрбиесі міндеттерін жүзеге асыруға белсенді, салуаттылық пен дene мәдениетін менгерген маман даярлаудың маңыздылығы артуда.

Оқушыларға дene шынықтыру сабактарында жаңа технологияны пайдалану оқыту мен тәрбиелеудің жалпы занылыштарына бағынған. Сондықтан оны іске асыру барысында дene

тәрбиесінің жас және жыныстық ерекшеліктерін ескере отырып, осы заңдылықтарды көрсететін жалпы педагогикалық ұстанымдарды басшылыққа алу қажет. Ол ұстанымдарға жататындар: жанжақтылық, жас ерекшелік, саналылық пен белсенділік, бірте-бірте жасалатын әрекет, қайталамалық, көрнекілік, жеке даралық.

Оқу үдерісінің үздіксіздігі негізгі үш қағидаларда көрініс тапқан:

- а) оқу-тәрбие үдерісі көп жылғы және жыл бойындағы сипатқа ие болуы тиіс;
- ә) сабак барысында әрбір келесі сабактың әсері алдыңғы сабактың ізінше қатпарлы әсер қалдыруы тиіс, себебі оқушының ағзасында алдыңғы сабактардың әсерінен пайда болған жағымды өзгерістер бекі тусуі және жетіле тусуі қажет;
- б) демалыс дene жаттыгуларынан кейінгі жұмыс қабілетін қалпына келтірудің арта тусуі үшін жеткілікті болуы тиіс.

Дене жүктемелерін бірте-бірте және жоғары деңгейге арттыру ұстанымы олардың көлемі мен қарқындылығының, оқушыны дайындауга қойылатын талаптардың бірте-бірте күрделенуінің үздіксіз арта тусуімен байланысты болып келеді.

Сабактарды бір-бірте күрделендіру оқушыны дайындаудың мүмкіндіктері мен деңгейлеріне сәйкес келіп, олардың спорттық жетістіктерінің үздіксіз арта тусуін қамтамасыз етуі тиіс. Дене жүктемелерінің толқынды түрде өзгеру ұстанымы олардың динамикасының толқынды сипатын көрсетеді, себебі ол салыстырмалы алғанда оқу – тәрбие үдерісінің кішігірім үзіндісіне, немесе сабактардың кезеңдері мен тұтас бір дәүіріне де тән болуы мүмкін.

Спорттық техника мен оны жаңа түрғыда жетілдіруге үйрету әдістерінің кез-келген түрінің жағымды жақтары бар, бірақ ол жеке қалпында шашпаң әрі тиімді үйретуді толық қамтамасыз ете алмайды, сондықтан спорттық техниканы менгеру барысында барлық әдістер бірін-бірі толықтыратын түрде қолданылады. Олар жиірек бір уақытта пайдаланылады.

Қимыл-қозғалыстарды белгілі реттілікте игеру. Атап айтқанда: дайындалып жүрген оқушылардың окуға деген жағымды ынтасын қалыптастыру; қозғалыс қимылының мәні туралы білімді қалыптастыру; әрбір спорт түрлері бойынша үйренетін қозғалыстар туралы толық тусланып қалыптастыру; үйренетін қозғалыс қимылын тұтастай игеру. Сейтіп, қимылға үйрету дегеніміз - бұл білім алу, қозғалыс икемділігін қалыптастыру және тиісті дene жағынан қалыптасадың қасиеттерін тәрбиелеу.

Талдау, жалпы білім беру мектептерінде оқу-тәрбие үдерісін ұйымдастыру мен басқаруға білім беру мен спорттық мекемелерге тән құрылымдар - мақсат, жалпы және арнайы (арнайылық) міндеттер, әдістер мен қағидалар, оқу кеңістігінде жүзеге асатын, нақты бағыттылығы бар, оқу материалының теориялық және тәжірибелік мазмұны кіретінін көрсетті. Оқушы-спортшының осы білім беру кеңістігіндегі таңдаған жолының басы, мектептегі оқу мерзіміндегі бастапқы кезеңінде нақты құрылымы немесе мазмұны болады.

Дене тәрбиесі сабагында оқытудың дәстүрлі емес құралдарын қолдану барысында оқушылардың дene тәрбиесін дамыту технологияларын жетілдіруге; дene тәрбиесі сабактарында оқушыларды адамгершілікке тәрбиелеуге, дene тәрбиесі арқылы жеке тұлғаның психофизиологиясын өзгеруге; өзін-өзі реттеуін қалыптастыру; дene тәрбиесі сабактарын пәнаралық байланыс арқылы жетілдіру; дene қабілетін рухани құндылықтар арқылы дамыту; релаксация арқылы жеке тұлғаның психофизиологиялық қабілеттерін дамыту; психикалық қуат мүмкіндіктері мен дene тәрбиесін сабактастырып дамытуға т.б. қол жеткізуге болады.

Дене шынықтыру пәнінің басқа пәндерге қарағанда көптеген ерекшеліктері бар. Мұнда негізінен оқушының қабілеті, бейімділігі баса назарда ұсталынады. Дегенмен де оқушыларды бейімдеу, қабілетін дамыту, спортқа деген қызығушылығын арттыру жақсы ұйымдастырылған сабакта байланысты. Сондықтан оқушылардың пәнге қызығушылықтарын арттыру мақсатында сабакта тақырыпқа байланысты спорт түрлерінің шығу тарихын, спорт түрлері дамыған елдерді, спорттың әр саласындағы белгілі спортшылардың өмірі мен спорттық жетістіктері туралы мәліметтерді алуға болады.

Сондықтан да мұғалім сабакты тартымды етіп өткізу үшін теория мен практиканы ұштастыруда жаңа инновациялық технологиялардың тиімділігіне баса назар аударуы қажет. Бұл – мұғалім мен оқушы арасындағы қарым-қатынас, сабакты жақсы оқытын, спортқа бейім оқушылармен белсенді жұмыс істеп қана қоймай, барлық баланың дамуы үшін қолайлы жақсы ойлар туғызып, қабілеті жеткен жерге дейін еңбек етуін ойластыруды жүзеге асыру үшін өте қажет дүние.

Барлық оқушылар өз қабілетін ең төменгі жеңіл тапсырмаларды орындаудан бастайды да, оларды міндетті түрде толық орынданап болғаннан кейін ғана, келесі күрделі деңгейдегі жаттыгуларды

орындауға көшіп отырады. Бұл оқушылар арасындағы бәсекелестікті туғызады және әр оқушының өз қабілетіне, мүмкіндігіне сәйкес жоғары деңгейге көтерілуіне толық жағдай жасауға себепкер болады.

Жаңаша әдістерді сабактарда үнемі қолданыска енгізуде теория мен практиканың ұштасуына мән бергенде ғана жұмыстың мазмұндылығы көріне алады.

Қазір Республика оқу орындары, педагогикалық ұжымдары ұсынылып отырған көпнұсқалық байланысты өздерінің қалаудына сәйкес кез келген үлгі бойынша қызмет етуіне мүмкіндік алды. Бұл бағытта білім берудің әртүрлі нұсқадағы мазмұны, құрылымы, ғылымға және тәжірибелеге негізделген жаңа идеялар, жаңа технологиялар бар. Сондықтан әртүрлі оқыту технологияларын оқу мазмұны мен оқушылардың жас және психологиялық ерекшеліктеріне орай тандап, тәжірибеде сынап қараудың маңызы зор.

Білім беру саласындағы оқытудың озық технологияларын менгермейінше сауатты, жан-жақты маман болу мүмкін емес. Жаңа технологияны менгеру мүғалімнің интеллектуалдық, кәсіптік, адамгершілік, рухани, азаматтық және де басқа көптеген адами келбетінің қалыптасуына иті әсерін тигізеді, өзін-өзі дамытып, оқу-тәрбие үрдісін тиімді ұйымдастыруына көмектеседі.

1 Назарбаев Н.Ә. Қазақстан –2030: барлық Қазақстанның таралың осіп-оркендеуі, қауіпсіздігі және әл-ауқатының артуы. Ел Президентінің Қазақстан халқына жолдауы. –Алматы: Білім. -11 қазан, 1997. –176.

2 Қазақстан Республикасының «Білім туралы» Заңы. (баптары бойынша түсіндірмелерімен) және оны жүзеге асыру жөніндегі негізгі құжаттар. –Астана, 2000. –3226.

3 Валиева М. Білім беру технологиялары және оларды оқу-тәрбие үрдісіне енгізу жолдары. (Әдістемелік нұсқау) – Алматы, 2002(4).

4 Бұзаубақова Қ.Ж. “Жаңа педагогикалық технология” тренингі /оқу-әдістемелік құрал/. Алматы., 2005.

5 Калиакпаров Ж.А. Дене шынықтыру сабагында оқушылардың қымыл-қозғалыс үйлесімділігі мен дәғдышын қалыптастыру // Қазақстан мектебі - 2000 ж. №7.

Резюме

К.А.Абдраимова – п.ә.к., доцент, Абай атындағы ҚазҰПУ

А.Құттымұрат – «5B010800-Дене мәдениеті және спорт» мамандығының

3 курс студенті, Абай атындағы ҚазҰПУ

Роль инновационных педагогических технологий в занятиях физической культуры

В данной статье рассматривается вопрос об инновационных технологиях в области образования. На данный момент была создана новая система образования в стране, которое направляется в мировое образовательное пространство. Это связано со значительными изменениями в педагогической теории и в учебном процессе: парадигма образования изменилось и появился новый образовательный процесс.

Разработка новых педагогических технологий и внедрение этих технологий, в учебно-воспитательный процесс – требует множество времени. Так как, освоение новых педагогических технологий дает возможность преподавателям открывать новые возможности, развивать творческий потенциал, а ученикам дает возможность внести свой вклад в улучшение качества образования.

В этой статье авторы руководствуясь этим говорят, об использований новых технологий в уроке физической культуры и о вкладе, который позволит улучшить личные качества своих учеников.

Ключевые слова: инновационные технологии, теория педагогики, урок физической культуры, творчество учеников.

Summary

К.А.Абдраимова – п.ә.к., доцент, Абай атындағы ҚазҰПУ

А.Құттымұрат – «5B010800-Дене мәдениеті және спорт» мамандығының

3 курс студенті, Абай атындағы ҚазҰПУ

Role of innovative pedagogical technologies in occupations of physical culture

In this article the question of innovative technologies in the field of education is considered. The new education system in the country which goes to world educational space has been at the moment created. It is connected with considerable changes in pedagogical theories and in educational process: a paradigm of education new educational process has changed and was published.

Development new pedagogical technologies and introduction of these of technology, in teaching and educational process – demands a set of time. As, development new pedagogical technology gives the chance to teachers to open new opportunities, to develop creative potential, and gives to pupils the chance to make the contribution to improvement of quality of education.

In this article authors being guided by it speak, about uses of new technologies in a physical education class and about a contribution which will allow to improve personal qualities of the pupils.

Keywords: innovative technologies, theory of pedagogics, physical education class, creativity of pupils.

УДК 00.009

МӘҢГІЛІК ЕЛ ҚҰНДЫЛЫҚТАРЫН ӘДЕБИЕТ БАҒДАРЛАМАСЫ АРҚЫЛЫ ДАМЫТУ ЖОЛДАРЫ

Ж.А.Сейсенбаева – Абай атындағы ҚазҰПУ, Интеллектуалды ұлт қалыптастыру FЗИ
директордың орынбасары, ф.г.к., І.Алтынсарин атындағы мемлекеттік сыйлықтың иегері

Ғылыми мақалада мәңгілік ел құндылықтарын оку бағдарламаларына ендіру бағдарындағы қазак әдебиетінің ролі сарапталады. Қазақ әдебиетінің ұлт тәрбиесіндегі маңызы мен айқындалады. Қазақ әдебиеті – қазақ халқының ғасырлар койнауынан үрпақтан үрпаққа жеткен рухани, мәдени мұрасы, сөз өнерінің асыл қазынасы. Сол асыл қазынамызды оку бағдарламаларына білім алушының қабылдау деңгейіне сай етіп ендіре отырып, әдебиетке деген қызығушылығын оятып қана қоймай, мәңгілік ел болып дамуымыздың даңғыл жолын салатындығымызға ғылыми зерттеу жасалынған.

Түйін сөздер: әдебиет, рухани қазына, мәңгілік ел, оку бағдарламасы, ұлт тәрбиесі, ана тілі, қазақ тілі, ұлттық құндылықтар, адамгершілік.

Мәңгілік ұғымы ұлттың тілі мен әдебиетінен бастау алатыны белгілі. Әдебиет халықтың айнасы, ұлттың бағыт-багдарын бедерлеп, ертенге үн қосып, халыққа тарихи кезеңнен хабардар етіп отыратын, тұлғаның рухани дамуына септігін тигізетін мәдениет құралы. Ұлт тәрбиесіне үн қосудың өзі тілдің маңызын терең ұғынып, әдебиеттік мәдениеттілік дамып, қастерлегендеге ғана қалыптасады. Тілдің маңызы артып, қазақ халқы қоғамда өз тілінде сөйлегенде ғана мәңгілік ел халықтық идеясы жүзеге асады. Ол үшін әдеби ұғым өз деңгейінде дамығанда ғана жүзеге асып, мәңгілік ел болудың негізгі қағидасы қалыптасады.

Ел мен тіл егіз ұғым. «Мәңгілік» сөзі бабалардан мирас болып келе жатқан мәңгі өлмейтін асыл қазынамыздың бірі – ана тілімен тығыз байланысты. Олай болса, мәңгілік елдің онымен қатар жасап, бірге дамитын мәңгілік тілі болуы шарт. Ол – мемлекеттік тіл – қазақ тілі. Мемлекеттік тілді дамыту жөніндегі кешенді шараларды жүзеге асыру елімізде табандылықпен жалғасын тауып келеді. Елбасы өз Жолдауында мемлекеттік тіл саласында жеткен жетістіктерімізге тоқтала келіп, «...бабалардың ерлігі, буындар бірлігі және жас үрпақтың жасампаздығы арасында сабактастық болса ғана мәңгілік ел боламыз. ...енди, ешкім өзгерте алмайтын бір ақықат бар! Ана тіліміз Мәңгілік Елімізben бірге Мәңгілік тіл болды. Оны даудың тақырыбы емес, ұлттың ұйытқысы ете білгеніміз жөн» [1, 1 б.] – деп, тілдің даму сипатына, халықтың ертеңіне қажеттілікті нақтылап көрсетті.

Жер бетіндегі әр халықтың ғасырлар бойы жинаған асыл мұралары бар. Ол – халықтың рухани қазынасы. Рухани қазына ол – ата-бабамыздың мұрасы, тәрбиесі, бір сөзбен айтқанда жандүниесіндегі адамгершілік құндылықтары. Халықтың мақсат-мұддесінен, арман-тілегінен, ізгі ойларынан, талап-тілектерінен пайда болған тәрбие нақыштары – барша халыққа ортақ, оларды тәрбиелеудегі бірден-бір баға жетпес құрал болмақ.

Ұлы занғар жазушы М.Әуезов: «Тұған елінің тарихын, әдебиетін, тілін білмеген ұлт-ұлт болып жарымайды», - деген екен. Ал, Олжас Сүлейменов болса: «Әдеби жазба тіл – мемлекеттіліктің басты белгісінің бірі», - деген болатын. Демек, елдігіміздің белгісі мемлекеттік тіл – ана тілі болса, сол тілімізді қалыптастырған, тілдің тарихы мен өміршешендігін өрнектеп, дәйектейтін – әдебиет болып табылады. Сондықтан да, әдебиет пен тіл – тығыз байланысты, егіз ұғым. Себебі, әр халықтың тілі сол елдің әдебиетінде көрініс табады.

Сондай-ақ, қазақты сақтап қалған қазақ тілі дейтін болсак, ал қазақ тілін сақтап қалған қазақ әдебиеті екендігі айдан анық. Сол себепті, қазақ тілінің қалыптасу тарихын сөз еткенде, сонау қазақ әдебиетінің қалыптасу дәуірінен ой қозғайтынымыз дәлелді. Қазақ әдебиеті – қазақ халқының ғасырлар койнауынан үрпақтан үрпаққа жеткен рухани, мәдени мұрасы, сөз өнерінің асыл қазынасы. Қазақтың сөз өнерінің тегі әріден, түркі тілдес тайпалардың өз алдына халық болып қалыптаспай тұрған кезінен басталады.

Қазақ әдебиетінің қайсы бір кезеңі болмасын бәрі де белгілі тарихи әлеуметтік жағдайларға байланысты дамиды. Қазақ әдебиеті тарихының ежелгі дәуірін танып-білуде тарихи тақырыпқа жазылған көркем шежіре-лер ерекше маңызды рөл атқарады.

Өз ана тілі бар жерде міндетті түрде төл әдебиет бар. Әдебиет, ол – сөз өнері. Оның құдіретіне ешкімде тең келе алмайды. Әр дәуірдің өз әдебиеті бар, ол тіл мен ділді тұтастырып, сол дәуірдегі халықтың танымын, әлеуметтік-экономикалық жағдайын, салт-дәстүрін, әдет-ғүрпін, танымын осы дәуірге жеткізетін баға жетпес рухани мұра. Яғни, өзі өмір сурғен органды, тұрмыс-тіршілігін, тиңисын, сол заманың тарихын көркем тілмен жеткізетін өнердің шың биғін әдебиет деп айтамыз.

Әдебиет көздің жасындағы мөлдір. Ол болмаса халықтың тарихы да жоқ, оны басқа халықтар да мойындаған болар еді. «Әдебиет дегенді біз өмірдің сәулесі дейміз. Бірақ, ол сол өмірдің өзі емес, көркем бейнелеу жолымен байта жасалған және әдемілеп жасалған жаңа өмір. Әдебиеттегі адам өмірдегі адамды қөшірумен жасалмайды. Адам бойындағы жақсы-жаман қасиеттерды өмірде кездесетін фактілерге негізделп, соңда айнаңтай жасау арқылы жаңа кейіпкер туғызады. Белинский сондыктан да, әдеби кейіпкерді «таныс-бейтансыс» («знакомый-незнакомый») деп. атаған. Оның суреті, мінез-құлқы қадімгі өзіміз көріп жүрген адамдай таныс. Сонымен бірге, ол ешкімге ұқсамайтын өзгеше тип, «таныс бейтансыс». Міне, біздің әдебиеттіңде «таныс бейтансыс» та қазақ. Оның мінез-құлқы, жақсы-жаман қылыштары, ойлау жүйесі, әдеті мен дағдысы – бәрі қазақтікі. Әдебиет оқырманы, жас үрпақ осылармен танысады, соларға еліктейді, ұнамсыз кейіпкер болса, ондай болмауға тырысады» [2, 89 б.], – деп әдебиет туралы ой корытады С.Қирабаев.

Ғылым мен білімнің дамуына, қоғамдық, әлеуметтік жағдайларға және тағы да басқа өмірдің құбылыстарына байланысты әдебиет жаңарып, дамып, өзіндік бояу алып отырады. Қазақ әдебиеті өте бай, оның тамыры тереңде жатыр. Әдебиетті түсіну үшін алдымен халық аудыз әдебиетінен сузындау керек. Шешендік сөз өнерінің, эпостық және батырлар жырының, айтыс, мақал-мәтеддердің, толғау, дастандардың тәрбиелік мәні неге тұрарлық, әлемнің бар байлығына да айырбасталмайтын керемет қазынамыз. Халық педагогикасының қоپтеген ғасырлар бойы, тіпті жазу-сызу пайда болмаған дәуірінен, қалыптасып, дамып отырады. Оған оның тамаша идеялары мен дәстүрлөрін сақтап үрпақтан үрпаққа жеткізуде халықтардың аудызекі шығармашылығы мен қолданбалы өнері айрықша рөл атқарды.

«Қазақ жүртты – жаратылышынан шешендік өнерге бейім халық. Оның қылыштан қыстыра, төтеден төге сойлейтін тапқыр да ақылды, бейнелі де бедерлі, аталы да баталы, нақыл, қомақты ойларының маңызы бүгінгі қоғамда да өз құндылығын жоймады. Қазақ шешендік өнері - атадан мирас болып, алтын баулы желісі үзілмей келе жатқан ардақты өнер. Әлеуметтік қызметі жағынан шешендік өнер қазақ даласында бірнеше қоғамдық ойдың міндеттің қатар атқарған. Өмір құбылыстарын көркемдік-эстетикалық жоғары деңгейде толғау (сөз өнері), өмір құбылыстарының мәні мен тегін, олардың өзара өзектес сырларын толғау (философия, тарих), өмір құбылыстарының тәлімдік мазмұнын толғау, ғибратлану (халық педагогикасы), өмір құбылыстарына қоғамдық баға беру мен үкім айту (білік), т.б. – қазақ шешендік өнерінде осылардың бәрі бар. Сондықтан, қазақ шешендік өнерін ғылым мен өнердің, қоғам мен өмірдің өзара тұтасқан, тоғысқан деңгейінде көрініс тапқан арнасы ретінде қарau дұрыс. Қазақ шешендік өнерінің мағыналық-құрылымдық жүйесі, ықпал ету, аясы қаншалықты кең, жан-жақты болса, қазақ шешенінің өзін де жүрт сондай көп қырлы, терең сырлы, әмбебап өнерпаз болғандаға майындаған» [3, 45 б.].

Қазақ тарихында әдебиеттің дәуірлеп, мол үлес қосқан кезеңі 20 ғасыр десе де болады. Өнімді сол жылдардың еңбектері әлемнің қоپтеген елдеріне аударылып, назарын аудартқан. Қазіргі таңда сол шығармалардан, біздің төл әдебиеттіңде жастардың хабары бар ма, қаншалықты деңгейде оқиды деген сияқты сауалдар тууы әбден мүмкін. Қазіргі кезде жастардың арасында әдебиетке деген қызығушылық төмөнде кетті деуге болады. Себебі, жастардың кітаптарды бұрынғыдай жатып алып оқуға уақыттары аз, әрі әдеби кітап оқып немесе жыр кітаптарын қарағаннан гөрі интернетте уақыттарын өткізгенде олар дұрыс санайды. Қазіргі жастардың кейбірі тіпті, батырлар жыры туралы мүлдем хабары болмауды да мүмкін. Ал сол батырлар жырының өзінде де қаншама тәрбиелік ой, елді, жерді қорғау туралы, отансүйгіштікке, шақырып тұратын тәрбиелік мақсатта айтып өтер болсақ, ұлтының өткінен ұнататын, келешегіне өз үлесін қосқысы келіп тұратын тұлғаны оқытып шығарымыз анық. Қандай да болсын қоғамдық құрылыш, әрбір тап батырлар жырын өз тілегіне, өз мүддесіне сай өзгертіп те отырып, олар сол жылдар арқылы өздерінің қоғамдық және таптық идеясын таратуға тырысқан. Осы туралы : «Батыр, ер адамдар, ғашықтық маң болған жастар, басқа да типтер – қазақ эпосының негізгі қаһармандары. Батырлар елін жаудан қорғап, жалпы халыққа пана болған. Олар жайлы шығармалар негізінен ел қорғау идеясын, патриоттық сезімді, отансүйгіштікі уағыздайды. «Ерді намыс өлтіреді, қоянды қамыс өлтіреді» деген бар. Олардың бейнесі, мінезі, батырлығы, намысқойлығы арқылы ашылады. Сонымен бірге семьялық өмірі, жары, мінетін тұлпары, ата-ана, туған туыстары жайлы мәліметтер де беріледі. Қобыланды мен Құртқаның, Қамбар мен Назымның, Алпамыс пен Гүлбаршының сүйіспеншілігі, сыйластыры, қыздардың ерге ер болып, серіге сері болып қосылған бейнесін ашуы – үрпақ үшін зор үлгі.

Әрбір халық әпостан өзінің тарихын көреді, ата-бабасының байыпты жайын біледі. Бірақ, өткен кеткенді, бұрын айтылғандарды халық өз мезгілінің тұрғысынан қарап, бағалап, сарапқа салып отырады. Сондыктан да, ақын, жыршылар әпостың ортақ идеялық, көркемдік, дәстүрлік негізін сақтап, бірін-бірінің алшақ айырмашылығы бар нұсқаларын жасап шығарады. Сөйткенідіктен де бір

ақын жырдың уақиғасын кең баяндап, көптеген нақтылы жайлар енгізіп, кейіпкерлердің көңіл-күйін суреттеуге жете мән берсе, енді біреулері эпосты қысқа қайырып, дамытып суреттеуге онша көңіл қоймайды. Мұның бәрі, сөзсіз ақын, жыршының шеберлік қабілетіне, айту мәнеріне, жырлау сыйқына байланысты болды.

«Әдебиет – адам психологиясына әсер ететін дүние. Жақсы жазылған көркем дүние адамды өзіне баурап, дуалап алғандай болады. Ол сөзben салынған сурет іспетті. Ол тілмен бірге дамиды, тілден әдебиетті бөліп-жара алмайсың. Әдебиетке жақын адамның жаны рухани жақтан бай болады. Әдебиет арқылы бізді әлем таниды. Эрине ол тілі мықты орнықкан, дамыған ел болса.

Әдебиет – қоғамдық ой-сана, пікірлердің аса жүйелі, жинақталған көрінісі. Әдебиет туралы сөз, қалай болғанда, уақыт туралы сөз болмақ. Әдебиет қоғамдық ой-сананы танытушы ғана емес, белгілі бір дәрежеде қалыптастырушы да. Осы тұрғыдан келгенде, уақыт талабына жауап беретін шығармалардан алдымен іздейтініміз – тақырыптың көркемдік шешімін табуы, ой мен сезімнің тереңдігі мен мөлдірлігі, өмір нақыштарының молдығы, жан-жақтылығы, ең бастысы адамгершілік ізденістер болмақ.

Тіл мен әдебиетті дамытуда екеуін бөле-жара қарамай, бірге алып жүрген дұрыс. «Өз алдына ел болуға өзінің тілі, әдебиеті бар ел ғана жарай алатының біз ұмытпауға тиістіміз», – деген Ахмет Байтұрсыновтың осы бір аталы сөзін естен шығармай, өзіндік үлесімізді қосуға күлпі қазақ жастары атсалысуымыз абыз» [4, 63 б.].

Бүгінгі жастар – еліміздің ертеңі, болашақ әке мен ана. Ертеңгі күні олар да өз өмірінің жалғасын, ертеңгі елді құрайтын және соған ие болатын ұрпақты өмірге әкеледі. «Ана тілі» деген сөз – бұл ұлттың тілі, ғұрып – салты, дәстүрі, тарихы, әдебиеті мен мәдениеті жас ұрпақ бойына ана сүтімен дариды деген сөз.

Ұлттық тәрбие – ата-бабаларымыздан қалған ұлт тәрбиесі, сол мағыналы да мәнді тәлім ұлгісін бүгінгі ұрпаққа жеткізу білім беру үрдісі бағдарламасының негізі болуы шарт.

Сол себепті, ұлттық болмысты қалыптастыру үшін не қажет? Осы сұрақ төңірегінде ойланғанда, Франциядағы бала тәрбиесі жайын-дағы айтылған мынадай ойлар есімізге түседі. Француздар 3-4 жастағы сәбілдер үшін елінің тарихы мен атакты адамдары туралы түрлі-түсті, әдемі кітапшаларды көптеп шығарады екен. Сондай-ақ, Францияның төл тарихы туралы өз сәбіне түсіндіріп айту ата-аналардың басты міндеттіне кіреді екен. Біз де бұл ойға толығымен қосыламыз. Отбасынан бастап, балабакшада, мектепте жалғасын табардай ұлттық болмысты қалыптас-тыратын жүйелі тәрбие жемісін берері сөзсіз гой. Біз жаңа дамып келе жатқан мемлекетпіз. Откеніміз бен бүгінімізге, ертеңімізге сынмен қарап, сара жолды таңдай білуіміз – жарқын болашақ кепілі.

«Ұлттық болмыстың бастау алар бір көзі – тіл болса, екіншісі – тарих. Өз елінің, ұлттының тарихынан қол үзген адам тамырсыз ағаш іспеттес, өсуін тоқтатады. Атам қазақ шыққан тегін білмеген адамды – «тексіз», тарихына тұшынып көрмеген адамды – «көргенсіз» деген. Тексіз болу – анаңнан, көргенсіз болу өзіннен. Білуге ұмтылмасақ, көргенді түйе алмасақ, көптің мүддесіне үлес қоса алмасақ, адамдықтан не пайда? Міне, осы кезде біздің ойымызға Мұхтар Әуезовтың: «Ел болам десен, бесігінді түзе» деген сөзі есімізге түседі» [5, 74 б.].

Қазақ тілінің ұлттық корпусын кеңейту, оны одан ары жетілдіру – ұлттық білім беру моделін соған орай оңтайластыру, ұлттық білім беру моделіндегі ұлт әдебиетінің ролін айқындаپ, әр білім үрдісіне сай, білім алушының қабылдау деңгейіне үйлестіріп, көркем шығарма оқуды білім бағдарламаларына сай ендіру жолдарын нактылау қажет.

Бүгінгі білім бағдарламарын қайта қарастырып, сағат саны мен оқу бағдарламаларын тілге деген қызығушылықты оятарапты дәрежеге сай етіп ұлттық білім моделін қайта жасау. Ол білім беру моделінің бағдарламасы бүгінде тәжирбиеде өтіп жатқан Назарбаев интеллектуалды мектеп бағдарламаларынан алып зерделеп, соған сай етіп жасауға да болады. Себебі, тек бұрынғы үрдіспен, ереже мен, жаттанды мәтіндерге, өміrbаян мен қығанды мазмұндаумен шектелетін білім бағдарына өзгеріс қажет. Логиканы дамытып, тілдің құнын арттыратын, әдебиетке қызығушылықты оятататын бағдарламаларға сай етіп үйлестірілген білім моделі бүгінгі білім алушының білімге деген қызығушылығын оятары анық.

1. Қазақстан Республикасының Президенті Н.Назарбаевтың Қазақстан халқына Жолдауы. 2014 жылғы 11 қараша. **Нұрлы жол – болашаққа бастар жол**
2. Қирабаев С. Әдебиеттіміздің ақтаңдар беттері. – Алматы: Білім, 1995. – 288 б.
3. Байтұрсынұлы А. Әдебиет танытқыш // Бес томдық шығармалар жинағы. – Алматы: Алаш, 2003. – 1 м. – 188-226 бб.
4. Сейсенбаева Ж.А. «Ұлттық құндылықтарды білім беру үрдісіне ендірудің кейібір мәселелері» «Ұлттық тәрбие-өркениетті қоғам құру жағдайында адам ресурстарын қалыптастыру кепілі» дөңгелек үстел материалдары 5 б., 11 қараша 2010 ж.

5. Сейсенбаева Ж.А. Үлттық тәрбиенің гылыми негізі: Оқу құралы. Алматы, Абай атындағы ҚазҰПУ-2011 ж. – 158 бет

Резюме

Ж.А.Сейсенбаева – КазНПУ имени Абая, заместитель директора НИИ формирования интеллектуальной нации, к.ф.н. Лауреат государственной премии им. Ы.Алтынсарина

Внедрения ценностей «Мангилик Ел» путем развития программы литературы

Статья посвящена способам внедрения ценностей Мангилик Ел в учебные программы казахской литературы. Раскрывается роль казахской литературы в национальном воспитании. На сегодняшний день национальное воспитание молодежи является актуальным вопросом. В целях стабилизации экономики страны, повышения патриотических чувств возникает необходимость в национальном воспитании. Для реализации данного вопроса мы должны правильно расставить акценты в духовном становлении нового поколения. Актуальность воспитания молодежи очевидна, при этом необходимо учитывать и предыдущий опыт, сохраняя национальные обычаи, такие как человечность, уважение к старшим и младшим, гостеприимность, справедливость, ум и величественность нации, искусство речи, соприкосновение своих национальных ценностей с другими, огромное культурное, духовное и нравственное наследие.

Ключевые слова: литература, Мангилик Ел, учебная программа, национальное воспитание, родной язык, казахский язык, национальные ценности, гуманизм.

Summary

Zh.A.Seisenbayeva – KazNPU Named after Abai. Deputy director of Research Institute of the formation of the intellectual nation, candidate of philological sciences

Winner of the State Prize by Y.Altynsarin

Introduction of "Mangilik El" value through the development of the literature program

Article is devoted to ways of introduction of values Mangilik El in educational programma of the Kazakh literature. The role of the Kazakh literature in national education reveals. Today national education of youth is topical issue. For stabilization of national economy, increase of patriotic feelings there is a need for national education. For realization of the matter we have to place correctly accents in spiritual formation of new generation. Relevance of education of youth is obvious, at the same time it is necessary to consider also the previous experience, keeping national customs, such as humanity, respect to senior and younger, hospitality, justice, mind and grandeur of the nation, art of the speech, contact of the national values with others, huge cultural, spiritual and moral heritage.

Keywords: literature, Mangilik El, training program, national education, native language, Kazakh language, national values, humanity.

УДК 796 (075.8)

ПОВЫШЕНИЕ ОЗДОРОВИТЕЛЬНО-ПРИКЛАДНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СТУДЕНТОВ-ЭКОНОМИСТОВ НА ЗАНЯТИЯХ ПО ВОЛЕЙБОЛУ

М.А.Таштанов – заведующий кафедрой физической культуры и спорта Джалаал-Абадского университета экономики и предпринимательства

В данной статье рассматриваются проблемы повышение уровня физической и технической подготовленности студентов-экономистов с использованием волейбола на занятиях физической культуры. В процессе исследования: определены эффективность традиционной программы занятий, выявлены мотивы и потребности студентов в занятиях ФиС; экспериментально обоснованы эффективность опытной программы занятий, базирующихся на использовании волейбола.

Исследования педагогических условий повышения оздоровительно-прикладной эффективности занятий волейболом показано, что исполнение технических действий, тестовых заданий, функций организма (восстановление ССС, ЖЕЛ, АД значительно улучшились у студентов в ЭГ).

Ключевые слова: волейбол, образовательная программа, студент-экономист, здоровый образ жизни, профессионально-прикладная физическая культура, высшее учебное заведение, состояние здоровья, спортивные игры, образовательно-воспитательный процесс.

Происходящие преобразования в Кыргызской Республике предопределяют повышенные требования к уровню физической подготовленности и состоянию здоровья населения и их трудовой активности. Способность эффективного управления народным хозяйством закладывается в период обучения в высших учебных заведениях, где будущим специалистам необходимо овладеть основами избранной профессии, усвоить принципы здорового образа жизни (ЗОЖ) и выработать потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом (ФиС) [3].

К сожалению, в практической деятельности кафедр физической культуры большинства вузов акцент делается на нормативно-базовой части образовательной программы, и почти не учитываются мотивы и потребности студентов в различных видах двигательной деятельности (ДД).

Недостаточность проявленных обостренных чувств основной массы студентов, в постижении ценностей ФиС, укрепления своего здоровья, переосмыслиния роли двигательной активности (ДА) с целью достижения жизненных и профессиональных целей, приобретении личного опыта творческого использования средств и методов физической культуры (ФК) является причиной пропусков образовательных занятий, снижения уровня физического развития (ФР), физической подготовленности (ФП) студентов.

Имеющиеся противоречия между предполагаемыми результатами реализации образовательной программы по ФК в вузах и результатами ее практического применения ориентирует педагогов ФиС выявлять более эффективные формы, средства и методы всестороннего физического воспитания (ФВ) студентов, изучать потребности учащейся молодежи в активных занятиях выбранными видами физических упражнений (ФУ), разрабатывать оригинальные варианты их внедрения в образовательно-воспитательный процесс.

Одним из наиболее популярных и эффективных в студенческой среде видов ФУ являются спортивные игры, в частности волейбол [4].

Популярность волейбола среди студенческой молодежи, сравнительно несложные правила игры, довольно простой инвентарь и оборудование, небольшие размеры волейбольной площадки, возможность занятий на открытом воздухе, с другой стороны нехватка научно-обоснованных технологий организации и проведения занятий.

Программа занятий по ФК студентов-экономистов составлена на основе примерной типовой государственной программы для вузов Кыргызской Республики (КР) [5] и содержит следующие разделы:

І. Теоритический раздел ставит цель:

а) дать студентам теоретические сведения, предусмотренные программой, по организации и методике самостоятельных занятий ФиС, по развитию и воспитанию физических и психических качеств, взаимосвязи физических нагрузок с функциональными и двигательными возможностями, самовоспитании и самосовершенствовании личности студента;

б) ознакомить студентов с основами ЗОЖ по темам:

“Введение в курс физической культуры в экономическом вузе”, “Формирование и методы самостоятельных занятий ФиС”, “Основы спортивной тренировки, воспитание физических качеств”, “Здоровый образ жизни и профессионально-прикладная физическая подготовки (ППФП)”, “Естественнонаучные основы физического воспитания”: 1-курс- по легкой атлетике, плаванию, спортивной и ритмичной гимнастике; 2-курс- по легкой атлетике, кроссовой подготовке, игре волейбол, физической подготовке.

ІІ. Практический раздел имеет следующие цели:

1) Научить студентов составлять и проводить в учебных группах комплекс ФУ с учетом условий и характера деятельности экономиста;

2) Подготовить занимающихся студентов к выполнению нормативов:

- подтягивание – 14 раз (юноши);
- наклоны туловища – за 1 минуту 40 раз (девушки);
- бег 100 м – 13,2 с. (юноши), 15,7 с. (девушки);
- бег 3000 м – 12 минут (юноши), 2000 м. 10 минут 15 с. (девушки);
- прыжок в длину с места 250 см (юноши), 190 см (девушки);
- кросс 5 км – 23 мин 50 с. (юноши), 3 км – 18 мин (девушки);
- плавание 10 м – 1 мин 4 с. (юноши), 2 мин 15 с (девушки);

3) Научить студентов выполнять технические действия волейбола: подача и прием мяча, передача мяча двумя руками снизу, сверху, нападающий удар, блокирование мяча.

4) Научить студентов применять средства ППФП.

5) Выполнение зачетных и контрольных требований.

Образовательный материал по учебно-научной дисциплине подобран с учетом условий материально-технической базы вуза.

Вышеуказанное позволило разработать и распределить время основных тренировочных (физических) нагрузок при занятиях волейболом (таблица 1).

Возможность моделировать, комбинировать и многократно повторять стандартные игровые ситуации способствует более эффективно решать вопросы овладения студентами-экономистами

технико-тактическими действиями игры в волейбол, что в свою очередь позволяет значительно повысить их обостренные чувства к систематическим занятиям ФиС.

Таблица 1. Распределение времени выполнения студентами-экономистами физических нагрузок в учебном году

№	ФУ	Семестры		Итого
		1	2	
1	Специфическая нагрузка	980(27,52%)	560(16,0%)	1140(21,11%)
2	Неспецифическая нагрузка	560(15,73%)	420(12,0%)	980(18,14%)
3	ФУ большой и максимальной нагрузки	560(15,73%)	280(8,0%)	840(15,55%)
4	ФУ средней и малой координационной сложности	1460(41,01%)	2240(64,0%)	2440(45,18%)
5	$\Sigma =$	3560(100%)	3500(100%)	5400(100%)
6	n =	890(25,0%)	875(25,0%)	1350(25,0%)

С целью определения состояния и выявления динамики здоровья студентов-экономистов нами были взяты результаты их профилактических осмотров за последние пять лет.

Занятия игровой направленности следует рассматривать не как учебную нагрузку, а как разгрузку, снимающую усталость и нервное напряжение. Волейбол позволяет объединить студентов в однородные по уровню ФР группы, разнообразие двигательных умений, навыков и двигательных действий, различных по координационной структуре и интенсивности, способствует развитию жизненно-важных физических качеств [2].

ДА, эмоциональная разрядка во время занятий волейболом значительно повышает работоспособность студентов, позволяет им высоко ценить фактор времени, стать более собранным, настойчивым, т.е. воспитывают все качества и свойства, крайне необходимые для будущего экономиста.

Основными мотивами занятия волейболом назывались: “Нравиться”, “Хочу научиться играть”, “Интересно”, “Хочу улучшить фигуру” и т.д.

Уровень ФП определяется 6 тестами, которые используются в программе по ФК [5].

Проследив за изменениями показателей ФП студентов в течение учебного года, следует констатировать тот факт, что уровень рассматриваемых критериев, занимающихся и не занимающихся волейболом, за учебный семестр изменился в неодинаковой степени.

Также показатели, как результат времени в беге на 100 м, челночном беге 90 м, бросках мяча, прыжке в верх и подтягивании претерпевают в экспериментальной группе (ЭГ) значительные изменения.

Результаты в беге на 100м и челночном беге 90м улучшились на 1,33 секунды и 1,9 секунд соответственно в ЭГ, и значительно ухудшились на 0,3 секунды и 0,92 секунды в контрольной группе (КГ) соответственно.

Оптимальное распределение объема и интенсивности физической нагрузки на занятиях приводит положительным изменениям в ЭГ: челночный бег, бег 100 м, бросок набивного мяча (1кг), подтягивание. Это объясняется тем, что игра волейбол характеризуется, как скоростно-силовой вид ФУ и занятия проводятся целенаправленно, а их последовательность носит учебно-тренировочный характер.

Результаты теста в подтягивании в висе на перекладине, произошло достоверно значимое увеличение средне арифметического значения: в ЭГ от 9,8 до 15,88 раз ($p<0,05$), в КГ $p>0,05$.

В прыжках вверх с места в ЭГ увеличились на 3,5 см, в КГ уменьшились на 1,3 см.

Дальность броска набивного мяча в КГ незначительно уменьшилась на 0,3 м, а в ЭГ увеличилась на 2 м.

Систематические занятия в течение всего учебного года по опытной программе (с использованием волейбола), приводят к тому, что значение целого ряда параметров ФП изменяются весьма значительно.

В целом за экспериментальный период занятий в ЭГ достоверно улучшились 5 и 6 рассматриваемых нами параметров ФП.

Следует отметить, что первоначальный уровень тактической подготовленности (ТП) студентов опытной и КГ примерно одинаково по всем рассматриваемым нами параметрам.

Целенаправленные и систематические занятия волейболом в течение учебного года способствовали улучшению результатов выполнения тестов, характеризующих уровень ТП

студентов. Так, средний результат выполнения передачи над собой сверху и снизу руками из 10 раз в ЭГ увеличился соответственно с 5,72 и 4,0 раз до 9,8 и 9,4 раза, а в КГ практически не изменился.

Улучшились выполнения таких технических действий, как подача, нападающий удар, передача на точность. В ЭГ из 10 представленных попыток выполнения подачи успешными были 2,76 и 2,84 раза, но по окончанию опытной работы (до 7,8 раза), а КГ немного снизились (2,04 раза).

Сложно-технические действия волейбола (нападающий удар и блокирование) в обеих группах находились на низком уровне (из 10 попыток 2,84 и 1,12 раз в ЭГ, 2,8 и 0,96 в КГ). В конце опытной работы в ЭГ значение этих показателей возросло до 7,0 и 5,16 раз, а в КГ не изменился.

Регулярное выполнение на учебно-тренировочных занятиях технических действий волейбола и выполнение физической нагрузки средней и повышенной сложности, привело к тому, что двигательные умения и навыки в ЭГ стали отличаться прочностью и динамичностью.

Повышение уровня исполнения технических действий решает тактические задачи игры. Студенты стали производить быстрые точные движения, улучшились координация и т.д.

Решая проблему внедрения в образовательный процесс оздоровительной программы занятий волейболом, содержащей в себе элементы спортивной тренировки, необходимо констатировать тот факт, что уровень физической ТП студентов-волейболистов, по значительному большинству рассматриваемых нами параметров к окончанию учебного года начинает значительно отличаться и начинает превосходить таковой у своих товарищей занимающихся по традиционной образовательной программе.

Полученные нами в ходе экспериментальной работы количественные знания таких критериев, на челночный бег (90 м), подтягивание, прыжок вверх с места, бросок набивного мяча, передача мяча сверху, на точность, подача мяча говорит о необходимости целенаправленного использования волейбола, как более эффективного средства повышения уровня физической и ТП студентов-экономистов [1].

Как свидетельствуют полученные данные, почти на одинаковом уровне в ходе эксперимента остается показатель физического здоровья, предоставленные значением деления массы тела (в граммах) на рост испытуемых (в сантиметрах).

Другие показатели развития системы и функций организма, характеризующие физическое состояние студентов-волейболистов, более выражены.

В ЭГ произошло изменение на 1 балл по критерию уровня физического состояния, характеризующему эффективность работы сердечно-сосудистой системы (ССС), в КГ этот показатель остался без изменения.

Жизненная емкость легких (ЖЕЛ) в ЭГ возрастает с 54 до 58 мл/кг. В КГ значение данного критерия ухудшилось.

Силовые способности в ЭГ увеличились на 7 единиц (1 балл), в КГ произошло снижение.

Время восстановления пульса до первоначального уровня после 20 приседаний за 30 секунд в ЭГ сократилось на 1 минуту 11 секунд. В КГ – на 11 секунд.

В целом выражение изменения уровня физического статуса в ЭГ обеспечиваются за счет ЖЕЛ, динамометрия кисти рук/масса тела, артериальное давление (АД), времени восстановления.

Количественные характеристики физического состояния в ЭГ с ниже среднего (5 баллов) стали составлять – 12 баллов (средний уровень), что дает основание утверждать о целесообразности использования спортивной тренировки в образовательном процессе экономического вуза.

На основании выявленных количественных критериев и их положительной динамики следует утверждать, что экспериментально подтверждена жизнеспособность и высокая оздоровительно-прикладная направленность образовательной программы с использованием волейбола для студентов экономистов.

Итак, исследование педагогических условий повышения оздоровительно-прикладной эффективности занятий волейболом показало, что уровень физической, умственной, функциональной подготовленности студентов-волейболистов зависит как от общих, так и специальных педагогических факторов.

1. Апанасенко, Г.Л. Физическое здоровье и максимальная аэробная способность индивида / Г.Л. Апанасенко, Р.Г. Науменко// Теория и практика физической культуры. - М., 1989.- №4.- С. 29-31.

2. Бауэр, В.Г. Взаимосвязь целей и форм участия студентов в физкультурно-спортивной деятельности / В.Г. Бауэр, М.Я. Виленский // Теория и практика физической культуры.-М., 1988.- №2.- С. 14-16.

3. Дүйшөев, Б.Э. Формирование здорового образа жизни студентов Кыргызской Республики: автореф.дис.... канд.пед.наук: 13.00.04/ Б.Э. Дүйшөев. - Ташкент, 2008.- 21 с.

4. Железняк, Ю.Д. Массовый волейбол / Ю.Д. Железняк, Л.Р. Айрапетьянц, М.П. Пименов, В.А. Кунянский. - Ташкент: Уз ГИФК, 1994.- 144 с.
5. Физическая культура: учебная программа для высших учебных заведений Кыргызской Республики: составители: А.М. Мамытов, А.М. Арзамасцев. - Бишкек, 1997.- 36 с.
6. Теория и методика физической культуры: учебное пособие: под редакцией Н.И. Шарабакина, К.У. Мамбеталиева.- Бишкек: Шам, 1997.- 227 с.

Түйіндеме

М.А.Таштанов – кәсіпкерлік экономикасы Университеттің дene шынықтыру кафедрасының менгерушісі, Кыргыз Республикасы

Экономист-студенттердің волейболмен шұғылдануы кезіндегі сауықтырулы-қолданбалы дene даярлығын арттыру

Берілген мақалада экономист-студенттердің волейболмен шұғылдануы кезіндегі денелік және техникалық даярлық деңгейлерін арттыру мәселесі қарастырылады. Зерттеу барысында: шұғылданудың дәстүрлі бағдарламасы тиімділігі анықталған, студенттердің ДШЖС сабактарындағы уәждемелері мен сұраныстары айқындалған; сабактардың волейболды колдануға негізделген тәжірибе сабактарының тиімділігі негізделген.

Волейболмен шұғылданудың техникалық амалдарды, тестік тапсырмаларды, орындаусауықтырулы-қолданбалы тиімділігін арттырудың педагогикалық шарттары зерттеулері көрсеткендей, техникалық амалдар, тестік тапсырмалар, ағза қызметтері (БТ студенттерінің ЖТЖ, ӨТС АҚҚ біршама жақсарды) жақсарды.

Түйін сөздер: волейбол, білім беру бағдарламасы, экономист-студент, салауатты өмір салты, кәсіби-қолданбалы дene шынықтыру, жогары оку орны, денсаулық күйі, спорттық ойындар, білм-беру-тәрбие үдерісі.

Summary

М.А.Tashtanov – head of physical training department of the Economy and Business University, Kyrgyz Republic

The increasing of the health-improving orientated physical training of the students, studying economy on volleyball lessons.

This article discusses the problem of increasing the level of physical and technical training of students of economics with volleyball in the classroom physical education. In the course of the study: to determine the effectiveness of traditional training program, revealed the motives and needs of students in the classroom FIS; experimentally proved the effectiveness of the pilot training program based on the use of volleyball

Research of pedagogical conditions for increasing the efficiency of health- applied lessons volleyball shown that the performance of technical activities, tests, body functions (recovery the cardiovascular system, vital capacity, blood pressure greatly improved the students in the experimental group).

Keywords: volleyball, educational program, student - economist, a healthy lifestyle, professionally - applied physical training, higher education, health, sports, education and the educational process.

УДК 796

ДИНАМИКА ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ БОРЦОВ ВОЛЬНОГО СТИЛЯ

А.Ж.Айбалаев – к.п.н., и.о.доцента, **Э.Б.Уметалиев** – аспирант Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта

Данная статья посвящена особенности возрастной динамики физического развития борцов вольного стиля. С целью обобщения данных были обработаны: вес тела, рост тела, весо-ростовой индекс тела, показатели окружности правого и левого плеч, правого и левого бедра, правой и левой голени, окружность грудной клетки при вдохе и выдохе, жизненной емкости легких, функциональное состояние дыхательной системы, жизненному индексу, силовому индексу костей и становой силы.

Ключевые слова: борцы вольного стиля, физическое развитие, возрастная динамика, Кыргызстан, вес тела, рост тела, весо-ростовой индекс, окружность грудной клетки, окружность бедра, жизненная емкость легких, жизненный индекс, индекс правой клетки, функциональное состояние.

В последнее время в мире, в том числе и в Кыргызстане борьба вольного стиля становятся популярным и в тоже время остается достаточно. Кыргызские борцы-вольники сумели показать свое спортивное мастерство на международной арене. Например: Омуралиев К., Донбаев Н.Д., Эралиев А.Э., Надырбек уулу Улан и др. В тоже время для дальнейшего роста молодых поколений предстоит решать немало проблем.

Целью нашего исследования являлись - изучить возрастную динамику физического развития борцов вольного стиля.

Для обобщения данных исходного физического развития борцов вольного стиля были обработаны и проанализированы врачебно-контрольные карты (форма -227) физкультурника.

Данные 115 борцов были обобщены для 4-х возрастных групп: 13-14 лет; 15-16 лет; 18-21 и старше 22-х лет.

Проведенный анализ показал, что особенностями физического развития юношей 13-14 летнего возраста являются следующее:

а) вес тела составляет $57,2 \pm 1,4$ кг. По этому показателю наблюдается отставание от антропометрических стандартов ($\delta = -0,8$).

б) Рост тела составляет $160,0 \pm 1,1$ см, т.е. от антропометрического стандарта отстают на 5-6 см.

в) Показатели весо-ростового индекса Кетле – (величина веса, приходящая на сантиметр роста). Вес борцов 13-14-летнего возраста равен $357,5 \pm 0,01$ г/см и соответствует норме (А. Дембо, норма для мужчин - 350-400г/см) [5].

г) Средние показатели окружности плеча как правой (расслабленно-25,9-0,4 см, напряженно - 27,-0,4см), так и левой (расслабленно- 25-1,0 см, и напряженно-26,3-0,4) значительно ниже по сравнению($\delta=2,6-2,3$) со стандартом.

д) Также ниже

нормы ($\delta=0,7-3,4$) находятся показатели окружности бедра (правого-45,7-0,3,левого-44,9-1,1;

е) правой голени $33,1-0,3$ см ($\delta=2,4-2,9$), левой голени $32,6-0,5$ см;

ё) окружности грудной клетки при вдохе (93,9-0,3 см).

Отставание от норм показателя окружности грудной клетки при выдохе (87,6-0,6 см) сопровождается и отставанием от нормы экскурсии грудной клетки (6,3-0,2 см).

Чем выше показатели жизненной емкости легких (ЖЕЛ), тем считается лучше функциональное состояние организма.

У борцов 13-14-летнего возраста, ЖЕЛ равна $2600 \pm 0,04$ мл, это свидетельствует о том, что функциональное состояние дыхательной системы ниже физиологической нормы ($\delta=0,2$).

Жизненный индекс (45,4-0,7 мл/кг) в умеренной мере уступает физиологическим нормам (68-78 мл/кг). Индекс пропорциональности грудной клетки (50,9-0,01%), а также величина индекса Эрисмана (14,0 – 0,06%) могут быть оценены ниже среднего.

ж) Показатели силового индекса правой кисти 76,3-0,02%, (левой кисти- 69,3-0,02,%) уступают нормам, установленным для спортсменов (75-81%).

з) Данные силового индекса становой силы в этом возрасте (213+0,03%) умеренно отстают от нормы (260+300%).

Отставание ряда показателей, характеризующих физическое развитие 13-14-летних борцов на наш взгляд, обусловлено влиянием социальных условий, в которых живут спортсмены, и тем, что в целом не обеспечено оздоровительное влияние применяемых физических нагрузок.

Согласно литературным данным, у юношей 15-16-летнего возраста продолжается усиленный рост тела, а также ряда показателей, характеризующих их физическое развитие.

Это положение подтверждается и результатами наших исследований. Рост тела борцов к 15-16-летнему возрасту составляет $160,9 \pm 0,6$ см, что по сравнению с данными 13-14-летних борцов выше на 3,9 см ($P<0,001$).

Вес тела в этом возрасте ($59,3 \pm 0,5$ кг) увеличивается на 2,1 кг по сравнению с 13-14-летними борцами ($P<0,001$). Данные весо-ростового индекса Кетле равен $357,4 \pm 0,01$ г/см. Они свидетельствуют о том, что в данном возрасте борцы в целом соответствует стандарту по А. Г. Дембо [3], поскольку разница составляет всего $\delta=0,08$.

Показатели окружности плеча (правого при расслаблении – $26,3 \pm 0,3$ см, при напряжении – $28,9 \pm 0,2$ см) и (левого плеча при расслаблении – $23,9 \pm 0,4$ см, при напряжении $28,1 \pm 0,3$ см) увеличиваются по сравнению с 13-14- летним возрастом на $1,0 \pm 1,8$ см. ($P<0,001$).

Данные окружности бедра (правого – $45,7 \pm 2,1$ см; левого – $46,6 \pm 0,5$ см) и голени (правой – $34,0 \pm 0,3$ см; левой – $33,3 \pm 0,3$ см) также характеризуются позитивными изменениями, в частности окружность бедра увеличивается на 1,7 см, голени - на 0,9-0,7 см соответственно ($P<0,001$).

Данные окружности грудной клетки (пауза – $89,2 \pm 0,7$ см, при вдохе – $94,1 \pm 0,3$ см, при выдохе – $86,0 \pm 0,3$ см) имеют тенденцию увеличения по отношению к 13-14-летним борцам ($P<0,001$). Однако аналогичные изменения экскурсии грудной клетки 15-16-летних борцов ($8,9 \pm 0,3$ см) не сопровождаются соответствующими улучшениями ($P<0,001$) [3].

ЖЕЛ в этом возрасте равна $2900 \pm 0,1$ мл, и по сравнению с 13-14-летними борцами на порядок лучше ($P<0,001$).

По жизненному индексу ($48,9 \pm 1,4$), 15-16-летние борцы также имеют преимущество перед 13-14-летними ($P<0,001$). По данным индекса Эрисмана ($14,1 \pm 0,1$) установлено, что по сравнению с 13-14-

летними борцами превышает на – 0,1 единицу ($P<0,001$). Сравнение пропорциональности грудной клетки показывает ($54,4\pm0,01\%$), что она значительно выше (на 3,5%) , чем у 13-14-летних борцов ($P<0,001$).

В возрасте 14-15 лет сила правой кисти составляет $47,7\pm1,0$ кг; левой кисти $41,1\pm0,5$ кг. Становая сила равна $130,2\pm1,6$ кг, что обуславливают величину силового индекса (правая кисть равна $77,2\pm0,02\%$, левая $72,4\pm0,02\%$ и силовой индекс становый силы равна $219\pm0,03\%$. Сравнение этих показателей с данными 13-14- летних борцов позволяет отметить наличие достоверного различия ($P<0,001$) в силовом индексе становой силы, силовом индексе правой и левой кисти.

18-21-летние борцы в своем физическом развитии в целом приближаются к показателям взрослых спортсменов. В частности, рост тела 18-21-летних борцов достигает $170,5\pm1,3$ см. Разница в показателях роста тела 15-16-летних борцов составляет 4,6 см, ($P<0,001$). Достоверное различие установлено также по отношению к 13-14 летним борцам ($P<0,001$).

В этом возрасте борцы имеют средний вес тела, равный $67,7\pm0,8$ кг, что по сравнению с 15-16-летними борцами выше на 8,4 кг ($P<0,001$). Показатели весо-ростового индекса Кетле ($397,0\pm0,01$) превышают данные А. Г. Дембо (370-400) [3].

Показатели окружности плеча 18-21-летних борцов показывают, что правое плечо при расслаблении - $29,7\pm0,2$ см и при напряжении - $33,8\pm0,2$ см по сравнению с 15-16-летними борцами выше на 3,4-4,9 см ($P<0,001$).

Окружность правого бедра у 18-21-летних борцов равна $50,9\pm0,5$ см, левого- $50,1\pm0,5$ см и она по сравнению с данными 15-16-летних больше на 5,2-3,5 см ($P<0,001$). Окружность правой голени равна $36,2\pm0,4$ см. и она ниже, чем антропологические стандарты, установленные для этого возраста на 3,1 см ($P<0,001$) и на 2,2 см ниже, чем нормы для 15-16-летних борцов ($P<0,001$). Оказалось, что окружность левой голени ($37,0\pm0,4$ см) по сравнению с данными 15-16- летних - больше на 3,7 см, и по сравнению с данными 13-14- летних борцов больше на 4,4 см ($P<0,001$).

Борцы 18-21-летнего возраста имеют окружность грудной клетки, равную при вдохе - $99,6\pm0,3$ см, при выдохе - $93,1\pm0,8$ см и при паузе $91,0\pm0,8$ см. По сравнению с данными 15-16-летних - показатели при вдохе больше на 5,5 см ($P<0,001$), при выдохе на 7,1 см ($P<0,001$), при паузе - выше на 1,8 см.

Показатели окружности грудной клетки по сравнению с данными 13-14 - летних - при вдохе больше на 5,7 см, при выдохе - на 5,5 и при паузе - на 2,9 см ($P<0,001$).

Однако уровень значимости различий экскурсий грудной клетки 18-21- летних борцов ($9,1\pm1,4$) на порядок ниже ($P<0,001$).

ЖЕЛ борцов в возрасте 18-21 лет равна $4300\pm0,1$ мл (физиологические нормы 3500-7500 мл) наряду с вышеизложенным заметна тенденция к улучшению с возрастом. Если сравнить ЖЕЛ представителей данной группы с показателями 13-14-летних борцов, наблюдается, что она больше на 1,700 мл ($P<0,001$) по сравнению с данными 15-16-летних - на 1400 мл ($P<0,001$).

Величина жизненного индекса 18-21-летних борцов равна $63,5$ мл/кг и она несколько отстает от норм для мужчин (норма 65-70 мл/кг), что касается юношей, то 13-14-летние борцы отстают от представителей данного возраста существенно, т.е. на $18,1$ мл/кг ($P<0,05$).

Сила кисти в 18-21-летнем возрасте (правой- $52,3\pm0,8$ кг и левой - $49,2\pm0,8$ кг) по сравнению с 13-14- летними юношами больше на 6,1-6,4 кг (($P<0,05$), по сравнению с 15-16-летними юношами больше на 4,6- 81кг ($P<0,05$).

Величина силового индекса (правой кисти $-80,4\pm0,02\%$ и левой $-72,6\pm0,02\%$) по сравнению с 13-14- летними борцами больше на 4,1-3,3%, по сравнению с 15-16-летними борцами больше на 3,2 %,($P<0,05$).

У 18-21-летних борцов становая сила равна к $157,1\pm1,4$ кг. Она на $35,0\pm26,9$ кг больше по сравнению с данными 13-14-летних и 15-16- летних борцов ($P<0,001$). Величина силового индекса становой силы у 18-21-летних борцов равна $232\pm0,02\%$. ($P<0,05$) отличается от данных 13-14-летних и 15-16-летних спортсменов (на 19-13% больше) [1].

У борцов к 18-21 годам пропорциональность грудной клетки по отношению к юношам 15-16-летнего возраста почти выравнивается (54,5%), хотя по отношению к 13-14-летним борцам разница остается существенной - 3,6% ($P<0,001$). Индекс Эрисмана у юниоров (18-21 лет) составляет $14,7\pm0,2\%$. По этому показателю представители указанного возраста почти не отличаются от 13-14-летних и 15-16-летних борцов ($P<0,005$).

Рост тела у борцов старше 22-х лет составляет $177,3\pm2,8$ см, что на 6,8 см выше, чем у 18-21-летних борцов. Однако, это различие статистически недостоверно ($P>0,05$). Сравнение величин роста тела 13-14- летних юношей с взрослыми спортсменами показывает их достоверное различие ($P<0,001$). Взрослые борцы по росту тела по сравнению с 15-16- летними спортсменами выше на 11,4 см ($P<0,05$).

Величина веса тела взрослых борцов ($71,9\pm2,8$ кг) находится в пределах нормы по отношению к предыдущей возрастной группе. Разница весьма реальна ($P<0,05$), а по отношению к юношам различие

достоверное- $P<0,001$. Эти особенности подтверждаются и показателями весо - ростового индекса Кетле. У взрослых он равен $405,5\pm0,01$ г/см. (по данным А. Г. Дембо норма для мужчин равна 370-400 г/см).

Показатели окружности правого плеча (расслабленно – $31,0\pm0,5$ см и напряженно – $35,7\pm0,3$ см) и левого (соответственно – $30,4\pm0,3$ см и $35,0\pm0,5$ см) плеча у взрослых борцов отстают от антропометрических стандартов (по А. Г. Дембо ($b=2,5-1,8$). Это отставание, по нашему мнению, связано со спецификой борцов данного вида борьбы, так как занятия вольная борьба предъявляют высокие требования к силе бедра, чем силовому развитию плеча. По данному показателю взрослые борцы существенно отличаются от представителей остальных возрастных групп ($P<0,001$).

Окружность бедра у взрослых борцов составляет $54,3\pm0,7$ см (правое) и $53,5\pm0,7$ см (левое). Сравнение с данными других возрастных групп показывает достоверное различие, например с показателями юношей и юниоров ($P<0,001$).

Показатели окружности голени правой ($37,3\pm0,5$ см) и левой ($36,7\pm0,5$ см) находятся ниже среднего уровня по сравнению с данными студентов СПБ государственного университета физической культуры, спорта и здоровья ($b=1,2$) по А. Г. Дембо [3]. Данные взрослых отличаются от показателей юных борцов ($P<0,001$). При сравнении с 18-21-летними борцами получено недостоверное различие по окружности левой голени ($P>0,05$). По нашему мнению различие можно отнести за счет того, что среди взрослых чаще при ударе левой ногой все усилия идут стопорящей ноге, то есть правой.

Наблюдается улучшение по сравнению с юношами ($P<0,001$) показателей окружности грудной клетки при паузе ($95,9\pm0,8$ см), которые у взрослых при вдохе равняются ($100,2\pm2,8$ см) и при выдохе ($94,2\pm3,1$ см), что по сравнению со стандартами почти что одинаковы ($P<0,001$). Данные экскурсии грудной клетки у взрослых борцов ($9,5\pm0,4$ см) совпадают с данными студентов СПБГУФиСЗ ($b=0,5$), что означает среднее развитие [4].

Показатели ЖЕЛ у взрослых борцов составляет ($4700\pm0,1$ мл). По этим данным взрослые отличаются от юниоров (18-21 лет; $P<0,05$) и юношей 13-14; 15-16 лет; ($P<0,001$). Аналогичное положение получено по данным жизненного индекса ($65,3\pm1,8$ мл/кг). Здесь наблюдается явное улучшение показателей юношей ($P<0,001$).

Сила кисти у взрослых борцов составляет правой - $54,9\pm1,0$ кг и левой - $52,1\pm1,2$ кг, т. е. Обе кисти ниже средней по сравнению с данными А. Г. Дембо. По силовым индексам правой ($80,7\pm0,02\%$) и левой ($74,8\pm0,5\%$) кисти данные превышают данные, полученные В. М. Лабскиром ($70,3\%$) [4]. Получено достоверное различие с юношами 13-14 летнего возраста ($P<0,05$). Сравнение с представителями других возрастных групп показывает, что взрослые борцы почти не отличаются от них ($P<0,05$).

Становая сила у взрослых борцов равняется $162,6\pm2,3$ кг. Этот показатель по сравнению с юношами ($P<0,001$) и юниорами ($P<0,05$) значительно улучшается. Данные силового индекса для становой силы - $226\pm0,04$ %, что выше, чем у В. И. Лабскира (218 %) [6].

Индекс пропорциональности грудной клетки ($52,8\pm0,02\%$) в данном возрасте совпадает с данными В. И. Лабскира (52,2%) [4]. По индексу Эрисмана получено $16,5\pm0,2$. По этим данным получено достоверное различие между взрослыми борцами по сравнению с представителями других возрастных групп ($P<0,05$).

Таким образом, проведенный анализ показал, что в 13-14-летнем возрасте по всем параметрам физического развития борцов вольного стиля наблюдается отставание от антропометрического стандарта. Показатели физического развития у спортсменов 15-16-летнего возраста по некоторым параметрам лучше по отношению 13-14-летних спортсменов. 18-21-летние борцы в своем развитии приближаются к показателям взрослых спортсменов. Взрослые спортсмены естественно имеют тенденцию развития по всем параметрам по отношению других возрастных групп. Поэтому нами после проведенного анализа рекомендуем повышать физическую работоспособность (морфофункциональных способностей) в целях эффективности технико-тактических мастерства в соревновательной деятельности борцов.

1. Асмалов, А.Г. Психология личности / А.Г. Асмалов.– М., 1985г., - С.56-62.
2. Ашмарин, Б.А. Методика педагогических исследований в физическом воспитании: учебное пособие / Б.А. Ашмарин- Л.,1973г.-152с.
3. Дембо, А.Г. Антропометрические измерения: Спортивная медицина и лечебная физическая культура: учебник.- М.: Физкультура и спорт, 1977.- С.5-7.
4. Лабскир, В. М. Экспериментальное обоснование методики комплексной оценки и основной направленности этапов многолетней тренировки юных фехтовальщиков: автореф. дисс... канд. пед. наук: 13.00.04 / В.М. Лабскир– М., 1986.-23 с.
5. Лялько, В.В. Тренажеры в боевых искусствах / В.В. Лялько.- Минск: Харвест, 1998. 384с.

6. Платонов, В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте / В.Н. Платонов- М.: Советский спорт, 2005. 820 с.
7. Попов, Г.И. Биомеханика: учебник / Г.И. Попов.- М.: Академия, 2005. 256с.
8. Смирнов, Ю.И. Спортивная метрология: учебник / Ю.И. Смирнов, М.М. Полевищиков.- М.: Академия, 2005- 327 с.
9. Шулика Ю.А. Греко-римская борьба.- Ростов на –Дону, 2005.

Түйіндеме

А.Ж.Айбалаев - п.э.к., доцент м.а., Э.Б.Уметалиев – аспирант Қыргыз дene шынықтыру және спорт мемлекеттік академиясы

Арнайы-кәсіп білім берудегі еркін стилдегі күресшілердің дene дамуының динамикасы

Аталмыш ғылыми мақала арнайы-кәсіп білім берудегі еркін стилдегі күресшілердің дene дамуы көрсеткіштерінің жасрекшелікті динамикасының ерекшеліктерін карастырады.

Берілген мақала еркін стилдегі күресшілер денелік даму динамикасының жасрекшеліктеріне, атап айтқанда: дene салмағына, бойдың ұзындығына, он және сол йық ауқымдарына, он және сол жақ сирақ өлшемдеріне, дем алу және дем шығару кезіндегі кеуде куысы қолемдеріне, сан ауқымына, өкпенің тіршілік сыйымдылығына, тіршілік индексіне, он куыс индексіне, қаңқаның күш индексіне және иық белдеуі қүшіне арналған.

Түйін сөздер: еркін стилдегі күресшілер, денелік даму, жасрекшелікті динамика, Қыргызстан; дene салмағы, бойдың ұзындығы, сан ауқымы, өкпенің тіршілік сыйымдылығы, тіршілік индексі, он куыс индексі, функционалды күй.

Summary

A.Z.Aibalaev - Ph.D., assistant professor E.B.Umetaliev - graduate student

Dinamik physical development barrier of free style wrestling in professional treining

Scientific article examines the characteristics age dynamics of physical development of freestyle wrestlers in a specially - Vocational training.

This article is devoted to peculiarities of the age dynamics of physical development of freestyle wrestlers: body weight , height , overall weight and growth of the body index , indicators of the circle right and left shoulders , the right and the left thigh, the left and right lower leg , chest circumference during inhalation and exhalation , the vital lung capacity, functional condition of the respiratory system, life index, the index of the use of force and becomes bone strength .

Keywords: wrestlers, physical development, age dynamics, Kyrgyzstan, body weight, height, overall weight - a growth index, chest circumference, hip circumference, vital capacity, vital index, the right cells, functional state.

УДК 612.74.1.015.1

ЛАКТАТ-ОКИСЛЯЮЩИЙ КОМПЛЕКС И ЕГО ФУНКЦИОНАЛЬНОЕ ЗНАЧЕНИЕ (Обзор)

Р.А.Бекембетова, С.Т.Маженов – НИИ спорта КазАСТ г. Алматы, Казахстан

В статье представлен анализ литературных источников об образовании лактата, его миграции с помощью транспортных белков в митохондрий, а также по всему организму. Активное изучение функции лактата в организме дают новые сведения, которые расширяют представления о его роли не только в энергетическом обмене, но и в регуляторном отношении. Предполагают, что лактат является для нервных клеток сигналом для производства большего количества норадреналина, одного из основных гормонов, ответственного за адаптационные процессы организма к условиям стресса, психоэмоциональное состояние, мотивацию. При интенсивной физической нагрузке увеличивается транспорт глюкозы через астроциты, где глюкоза конвертируется в лактат. Лактат ускоряет заживление ран, активирует рост коллагена, эластина, которые являются составной частью соединительно-тканной системы. По мнению многих ученых, лактат является основным механизмом координации путей не только энергетического, но метаболизма в целом.

Ключевые слова: лактат, митохондрии, транспортные белки, астроциты, физическая нагрузка.

Объем и полноценность выполнения любой функции определяется возможностью энергетического обмена [1,2]. При этом следует подчеркнуть, что эффективность регуляторного воздействия со стороны нервной и эндокринной систем также тесно связана с мобилизацией энергетического обмена [2]. По мнению авторов, [Маевский Е.И. и др., 2000], управляющий сигнал (нервный импульс, гормон) на уровне организма или в системе внутриклеточной сигнализации

одновременно включает специфические исполнители и использование топливо - энергетических ресурсов, причем, в большинстве случаев, даже упреждающей подачи субстратов, необходимых для активации энергетического обмена исполнителя. Любая активация функций (умственной и мышечной) является универсальным средством мобилизации и тренировки реакций энергетического обмена [1,2]. В то же время произвольное поддержание энергетического обмена (режима) позволяет осуществлять универсальную и мягкую регуляцию не только произвольных функций, но и вегетативной нервной системы (ЧСС, тонус сосудов, функцию всех внутренних органов, иммунную систему и т.д.) [2]. Следовательно, воздействие на интенсивность и направленность процессов энергетического обмена является одним из эффективных путей регуляции функционального состояния организма [1,3,2].

Научные исследования в области клинической и спортивной физиологии установили, что одним из параметров, который наиболее точно отражает состояние энергетических процессов в организме, является метаболит гликолиза - лактат [4,5,6]. Гликолиз является универсальным энергетическим процессом, присущим практически у всех организмов, как аэробов, так и анаэробов и является одним из наиболее древних метаболических путей [7]. Суммарно гликолиз можно изобразить следующим образом: глюкоза +2 NAD⁺ + 2 АДФ + 2 Ф → 2 пируват + 2 NADH + 2 H⁺ + 2 АТФ + 2 H₂O (1). Часть пируата преобразовывается в лактат с одновременным окислением NADH в NAD в

соответствии с реакцией: пируат + NADH + H⁺ $\xrightleftharpoons{\text{ЛДГ}}$ Лактат + NAD (2). В этом случае увеличивается доступность NAD и отношение NAD/NADH повышается, что позволяет говорить о меньшей степени анаэробиоза в тканях и сохранении окислительно-восстановительного состояния клетки [8]. В нормальных условиях соотношение лактат: пируат соответствует 10:1. Суммарная продукция лактата составляет около 1,0 ммоль/кг/час, то есть суточная продукция в расчете на взрослого индивидуума в нормальных физиологических условиях колеблется от 1200 до 1500 ммоль [9]. Практически, все клетки организма способны вырабатывать лактат, формируя его нормальный уровень в крови около 1-1,5 ммоль/л.

Многие десятилетия лактат представлялся метаболическим «отходом» [10,11], пока лаборатория Кори не продемонстрировала возможность обратного превращения этого соединения в глюкозу в клетках печени [12]. Исследования последних лет определили молочной кислоте новое место и роль в клеточном метаболизме [13,5,14,15,16]. Образование лактата и его последующее распределение по всему организму, по мнению многих ученых, является основным механизмом координации путей энергетического метаболизма [4,5,16,18]. Движение молочной кислоты между клетками и межклеточным веществом происходит благодаря механизму межклеточного лактатного шунта (cell-cell lactate shuttle-CCLS) с помощью специальных белков-транспортеров, называемые монокарбоксилатными переносчиками (monocarboxylate transporters – MCTs) [19,20]. Белок, ответственный за транспорт лактата и названный MCT-1, впервые был выделен из эритроцитов человека и животных [21]. Более 10 изоформ монокарбоксилатных переносчиков известно на сегодняшний день [22,23], но в транспортировке лактата участвуют четыре из них (MCT1-4), что подтверждено экспериментально [23]. Следует отметить, что изоформы MCTs отличаются тканевой специфичностью. Если самый распространенный транспортер MCT-1 обнаружен на мембрanaх клеток практически всех органов животных, то на лейкоцитах и на мембрanaх гликолитических мышечных волокон животных и человека локализуются, главным образом, MCT-4 [22]. На мембрanaх клетки красных мышечных волокон доминируют MCT-1, более того было установлено, что его количество пропорционально количеству митохондрий, то есть существует определенная связь между гликолизом, монокарбоксилатными переносчиками и количеством митохондрий в клетках [22]. Предполагают, что регулирующим фактором интенсивности и направленности метabolизма лактата в клетках, крови и в целом в организме зависит от типа и соотношения белков - переносчиков [5,16, 24].

Дальнейшие исследования ученых установили, что лактат окисляется в митохондриях клетки, благодаря существованию лактат-окисляющего комплекса [24,25,26] (Рисунок 1).

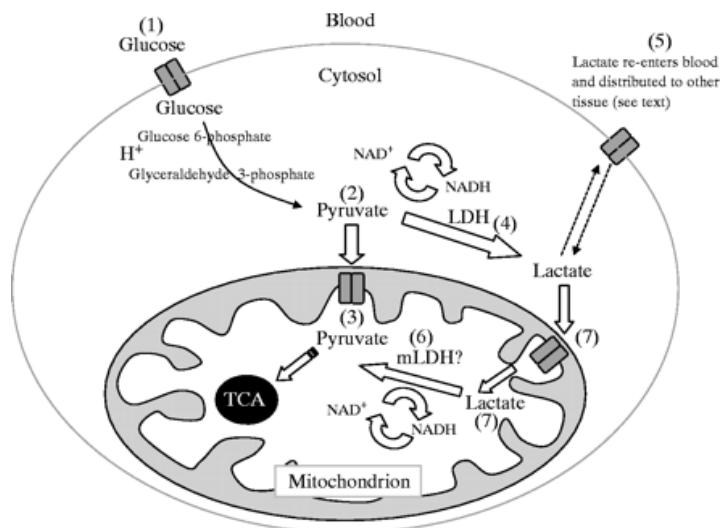


Рисунок 1. Схема окисления лактата в митохондриях клетки (Brooks, 1986)

Этот комплекс состоит из ЛДГ, который сосредоточен на наружной стороне внутренней мембранных митохондрий и ассоциирован с цитохром С-оксидазой. Под действием мембраннысвязанной митохондриальной ЛДГ лактат превращается в пируват, окисление которого в цикле Кребса сопровождается образованием дополнительных 18 молекул АТФ. Процесс окисления лактата в митохондриях, его скорость регулируется уровнем молочной кислоты, которая является некой «сигнальной молекулой», которая вызывает адаптивную перестройку метаболизма лактата в митохондриях за счет активации генов синтеза митохондриального белка-транспортера лактата, митохондриальной ЛДГ и цитохромоксидазы [26,17,24,27].

Предполагают, что при интенсивной физической нагрузке, а также в период восстановления источником энергии для головного мозга является лактат [24,28]. Известно, что мозг млекопитающих потребляет около 20% всей энергии организма и основным энергетическим источником является глюкоза (60%). Глюкоза относится к одним из немногих субстратов, который свободно проходит через гематоэнцефалический барьер головного мозга (ГЭБ). Анатомические элементы, из которых складывается структура барьера, не только защищают мозг, но и регулируют его жизнедеятельность, питание, выведение продуктов обмена веществ. Этими элементами являются функционально и анатомически связанные между собой нейроны, эндотелиоциты и перициты капилляров головного мозга, астроциты, которые образуют клеточный интерфейс между кровью и внеклеточным пространством мозга [29,30]. Установлено, что работа гематоэнцефалического барьера и транспортных систем нейроваскулярной единицы в целом контролируется астроцитами [31,29,32]. В течение длительного времени астроциты считались опорными клетками нейронов, обеспечивающими их питание и физическую поддержку. Последние исследования привели к созданию модели трехстороннего синапса (пресинаптический нейрон, астроцит, постсинаптический нейрон). Астроциты способны выделять нейромедиаторы АТФ, ГАМК, серин и другие, что позволяет им напрямую участвовать в процессе передачи и обработке информации в нервной ткани. Предполагают, что при повышенной активности увеличивается транспорт глюкозы через астроциты, где глюкоза конвертируется в лактат, и только после этого он доставляется к нейронам [33]. Показано, что даже в аэробных условиях клетки нейронов предпочитают в качестве энергетического субстрата – лактат. По мнению ученых, перемещение лактата в митохондрии и окисление его там является срочным адаптивным механизмом регуляции энергообеспечения, сопровождающимся увеличением поглощения кислорода [34]. Результаты исследований, проведенные в университете Бристоля, предполагают, что молочная кислота помимо ее роли в качестве источника энергии, также является для нервных клеток сигналом для производства большего количества норадреналина, одного из основных гормонов, ответственного за мотивацию, реакцию на стрессовую ситуацию, контроль за артериальным давлением, а также ощущение боли и аппетита [27]. Дальнейшие исследования по поводу идентификации рецепторов и регуляции интенсивности высвобождения норадреналина – основного фактора в реализации мозговых функций – даст возможность практического применения этого эффекта в управлении психоэмоциональным состоянием, а также в лечении многих заболеваний [27]. Повышение уровня лактата способствует высвобождению инсулина из β -клеток поджелудочной железы, а также повышает чувствительность этих клеток к инсулину [35].

Выполнение регулярных физических упражнений является одним из эффективных мер предупреждения и лечения диабета [35]. Предполагают, что клетки и ткани главного регулятора – нейроэндокринной системы обладают высокой чувствительностью к энергетическим субстратам, а также к их промежуточным и конечным продуктам окисления, что лежит в основе специальных механизмов, которые позволяют более тонко и точно регулировать использование субстратов [2]. Так, общеизвестно, что после приема богатой углеводами пищи концентрация глюкозы увеличивается в крови с последующим возрастанием поглощения глюкозы тканями. Этот процесс усиливается выбросом гормона поджелудочной железы – инсулина, способствующего не только ускорению окисления глюкозы, но и отложению запасов топлива в виде депо гликогена и жира. Напротив, снижение концентрации глюкозы в крови при работе или голодании сопровождается активацией распада гликогена и жира, а также глюконеогенеза – синтез глюкозы из органических кислот и аминокислот. Все эти процессы активируются гормонами, причем, при кратковременных воздействиях адреналином, а при более длительных – глюкокортикоидами.

Следует отметить еще одну важную особенность лактата. Лактат ускоряет заживление ран, активирует рост коллагена, эластина [36, 37], которые являются составной частью соединительно-тканной системы, выполняющие опорную, защитную и трофическую функции во всех органах и тканях человека. Роль соединительно-тканых звеньев в спортивных достижениях исключительно важна, но мало изучена [38]. Известно, что соединительная ткань является основой интеграции ряда производных, с которыми связаны такие категории, как целостность, адаптационность, устойчивость организма [39,40].

Значимость гликолиза, как источника энергии в различных тканях, различна (считают, что в сердечной ткани гликолиз менее значим, чем это в мозговой ткани и красных кровяных тельцах). Мышечная ткань является уникальной в том плане, что скорость гликолиза в ней может варьировать в большей степени, чем в любой другой ткани [41]. Известно, что в работающих мышцах кровообращение возрастает в 20-30 раз по сравнению с исходным состоянием и это связано с резким расслаблением в них резистивных сосудов [42]. Предполагают, что в основе этого явления лежат ряд физиологических механизмов, которые дополняют друг друга. [43,44]. Более поздние исследования указывают на то, что при выполнении физической нагрузки именно лактат способствует расширению сосудов в мышечной ткани и увеличивает вентиляцию легких [45,46]. Не вызывает сомнений тот факт, что скорость выработки энергии за счет гликолиза выше, чем при аэробном синтезе АТФ. Следует также отметить, что доля анаэробного гликолиза при кратковременной 10- и 30-секундной работе составляет 49 и 44 %, соответственно [47]. Следовательно, при любой работе, а также в состоянии покоя участие анаэробного гликолиза является обязательным условием жизнедеятельности организма.

Таким образом, результаты исследований, посвященные более детальному изучению образования и распределения лактата, дают новые сведения о его функциональной значимости в организме. Одним из важных утверждений является то, что лактат практически признан координатором не только клеточного метаболизма органов и тканей, но и организма в целом [4,5,18]. Существует мнение, что в ближайшее десятилетие во многих видах спорта повышение физической работоспособности будет достигаться именно за счет стимуляции анаэробного энергообразования [48,49].

1. Кондрашова М.Н. *Переменное использование углеводов и липидов как форма регуляции физиологического состояния. Регуляция энергетического обмена и физиологическое состояние организма.* 1978. М: «Наука». - С.5-14.

2. Маевский Е.И., Гришина Е.В., Розенфельд А.С. *Обоснование использования биологически активных добавок янтарит и митомин на основе янтарной кислоты.* // Биомедицинский журнал, 2000. -Т.1, СТ.2. – С. 25-31.

3. Верхушанский Ю.В. *Теория и методология спортивной подготовки: Блоковая система тренировки спортсменов высокого класса // Теория и практика физической культуры.* 2005. №4. – С.2-14.

4. Brooks G.A. *The lactate shuttle during exercise and recovery // Med. Sci. Sports Exerc.* 1985. 17. –P.22-34.

5. Gladden L.B. *Lactate metabolism: a new paradigm for the third millennium // J. Physiol.*, 2004. 558. 1. - P 5-30.

6. Gillium T. L, Kravitz L. *Assesing the lactate threshold // EDEA Fitness Journal.* 2008, 5(2). P.21-23.

7. Romano, A. H. and T. Conway (1996). *Evolution of carbohydrate metabolic pathways // Res. Microbiol.*, 1996. 147 (6-7). –P. 448-455.

8. Huckabee W.E. *Relationship of pyruvate and lactate during anaerobic metabolism in exercise and formation of O2-debt // J. Clin. Invest.* 1958.-V.37. -P. 255-256. (в тексте)

9. Торшин В.А. Уровень лактата крови как показатель STAT-анализа //Лаборатория. 2001. -№4. – С. 17-18.

10. Hill AV, Lupton H. Muscular exercise, lactic acid and the supply and utilization of oxygen // The Quarterly Journal of Medicine. 1923 (16). P-135-171.
11. Margaria R, Edwards HT, Dill DB. The possible mechanism of contracting and paying the oxygen debt and role of lactic acid in muscular contraction // American Journal of Physiology. 1933 (106). -P.689-714.
12. Cori T.G., Cori C.F. Changes in hexose phosphate, glycogen and lactic acid during contraction and recovery of mammalian muscle // J. Biol.Chem., 1933.99. -P.493-505.
13. Brooks G. A. Lactate shuttles in nature // Bioch. Soc. Trans. 2002. 30. -P. 258-264.
14. Andrew Philip L., Adam L., Macdonald., Peter W. Watt. Lactate – a signal coordinating cell and systemic function // J. Exp. Biol. 2005.208. -P4561-4575.
15. Kristensen M., Albertsen J., Rentsch M. and Juel C. Lactate and force production in skeletal muscle // J. Physiol. 2005. 562.-P.521-526.
16. Mauro Sola-Penna Metabolic Regulation by Lactate // IUBMB Life. 2008, 60(9). -P.605-608.
17. Boussouar, F. and Benahmed, M. Lactate and energy metabolism in male germ cells // Trends Endocrinol. Metab. 2004. (15). -P. 345–350.
18. Gerald A Dienel Brain lactate metabolism: the discoveries and the controversies // J.of Cerebral Flow and Metabolism. 2012.32. - P.1107-1138.
19. Poole R.C., Halestrap A.P. Transport of lactate and other monocarboxylates across mammalian plasma membranes // Amer. J. of Physiology, 1993, 264. -P. 761-782.
20. Poole R.C., Halestrap, A.P. N-Terminal protein sequence analysis of the rabbit erythrocyte lactate transporter suggests identity with the cloned monocarboxylate transport protein MCT1 // Biochemical J. 1994. 303. -P.755–759.
21. Poole, R. C., Halestrap, A. P. Identification and partial purification of the erythrocyte lactate transporter // Biochemical Journal. 1992. 283. -P.855–862.
22. Halestrap A.P., Price N.T. The proton-linked monocarboxylate transporter (MCT) family: structure, function and regulation // Biochem J. 1999. 343. -P.281–299.
23. Halestrap A., Meredith D. The SLC16 gene family—from monocarboxylate transporters (MCTs) to aromatic amino acid transporters and beyond // Pfugers Arch. 2004, 447.-P. 619-628.
24. Hashimoto T., Brooks G.A. Mitochondrial lactate oxidation complex and an adaptive role for lactate production // Med. Sci. Sports Exerc. 2008. 40(3). -P. 486–494.
25. Brooks G.A. Lactate production under fully aerobic condition: the lactate shuttle during rest and exercise. // Fed.Proc. 1986. 45. -P.2924-2929.
26. Brooks G.A. Intra- and extra-cellular shuttle. // Med.Sci. Sports Exerc. 2000.32(4). -P.790-799.
27. Tang, F., Lane S., Korsak A., Paton, JFR, Gourine, AV, Kasparov S., Teschemacher A.G. Lactate-mediated glia-neuronal signaling in the mammalian brain // Nature Communications. 2014. V. 5. - P. 3284.
28. Aldeam Facey, Rachael Irving, Lowell Dilworth. Overview of Lactate Metabolism and the Implications for Athletes // A.J. of Sport Science and Medicine. 2013.1(3). - P. 42-46.
29. Tunahan Cakir, Selma Alsancak, Hale Saybasili, Ata Akin, Kutlu Ulgen Reconstruction and flux analysis of coupling between metabolic pathways of astrocytes and neurons: application to cerebral hypoxia. // Theoretical Biology and Medical Modelling 2007. 4 (1). -P.4- 48.
30. Моргун А.В. Основные функции гематоэнцефалического барьера // Сибирский медицинский вестник. 2012. -№2. - C. 5-8.
31. Abbott N.J., Ronnback L., Hansson E. Astrocyte-endothelial interactions at the blood-barrier // Nat. Rev. Neurosci. 2006. -№7. -P 41-53.
32. Hertz L., Peng L., Dienel GA. Energy metabolism in astrocytes: high rate of oxidative metabolism and spatiotemporal dependence on glycolysis/glycogenolysis // J.Cereb.Blood. Metob.2007. -V.27. -P.219-249.
33. Takanoko T., Tian G.F., Peng W., et al. Astrocyte-mediated control of cerebral blood flow // Nat. Neurosci. 2006. -V.9. - №2. -P.260-267.
34. Szczesna-Kaczmarek L-Lactate oxidation by skeletal muscle mitochondria // Int. J. Biochem. 1990. -V.22. -P. 617-620.
35. MacDonald J.M., Longacre J.M., Stocer W.S., Brown J.L., Hasan M.N., Kendrick M.A. Acetoacetate and [beta]-hydroxybutyrate in combination with other metabolites release insulin from INS-1 cells and provide clues about pathways in insulin secretion // Am.J.Physiol.Cell Physiol.2008.294. -P.442-450.
36. Trabold O., Wagner S., Wicke C., Scheuenstuhl H., Hussain Z.M., Rosen N., Seremetiev A., Becker D.H., Hant T.K. Lactate and oxygen constitute a fundamental regulatory mechanism in wound healing // Wound Repair Regen. 2003. 11. -P.504-509.
37. Нарыжный С. Н. Ядерный антиген пролиферирующих клеток (PCNA): координатор клеточных функций в норме и патологии. Гадчина. 2010. -226 с.
38. Исаев А.П., Рыбаков В.В., Эрлих В.В.., и др. Стратегии формирования адаптационных реакций у спортсменов. Основы теории адаптации и закономерности ее формирования в спорте высоких и высших достижений // Вестник ЮУрГУ. 2012. -№ 21. - C.46-56.
39. Мирсон, Ф.З., Пшениникова М.Г. Адаптация к стрессовым ситуациям и физическим нагрузкам. – М.: Медицина. 1988. –256 с.
40. Хочачка П. Биохимическая адаптация. – М.: Мир, 1988. – 567 с.

41. Glaister M. Multiple sprint work: physiological responses, mechanisms of fatigue and the influence of aerobic fitness // Sport Medicine. 2005. 35(9). -P. 757-777.
42. Озолинь П.П. Адаптация сосудистой системы к спортивным нагрузкам. Рига: «ЗИНАТНЕ», 1984. -134 с.
- 43.Хаютин В.М., Мещерский Е.Л., Веселова Е.С. Рабочая гиперемия скелетных мышц // Вестн. АМН СССР. 1980. -№1. -С. 54-60.
44. Honing C.R. Odoroff Ch.L., Frierson J.L. Capillary recruitment in exercise: rate, extent, uniformity and relation to blood flow // Amer. J. Pharmacol., 1980. -V.238. -№1.-P.31-42.
45. Hardarson T., Skarphedinsson J.O, Sviensson T. Importance of lactate anion in control of breathing // J. Appl. Physiol. 1998. -V.84. -P. 411-416.
46. Gargalioni L.H., Bicego K.C., Steiner A.A., Branco L.G. Lactate as a modulator of hypoxia-induced hyperventilation // Repir. Physiol. Neurobiol. 2003.-V.138. -P.37-44.
47. Bacer J.S., McCormick M.C., Robergs R.A. Interacation among Skeletal Metabolic Energy Systems during Exercise // J. of Nutrion and Metabolism. 2010.: Article ID 9055612. -13 P.
48. Габрысъ Т. Анаэробная работоспособность спортсменов: лимитирующие факторы, тесты и критерии, средства и методы тренировки: автореф. дис.док. пед. наук. – М. 2000. – 21с.
49. Ломазова Е.В. Определение специальной работоспособности высококвалифицированных пловцов: автореф. дис. канд. мед. наук. – СПб. 2005. - 24с.

Түйіндеме

Р.А.Бекембетова, С.Т.Маженов - ҚазСТА спорт F3И Алматы қ., Қазақстан

Лактат-тотықтырылыш кешені және оның қызметтік мәні

Мақалада лактаттың түзілуі және оның тасымалдаушы ақуыздың көмегімен митохондрияға сонымен бірге барлық ағзага таралуы бойынша талдаулар әдебиет дереккөздерінде көрсетілген. Ағзадағы лактат қызметтің белсенді зерттеуде жана мәліметтер беруде, яғни оның рөлі тек энергетикалық алмасу ретіндегі көрініспен шектелмей, сонымен қатар, реттеуші қарым-қатынаста болуына мүмкіндік жасайды. Лактат ынталандыруда жауапты, күйзеліс жағдайда ағзаның бейімделуге, психоэмоциялық күйге, негізгі гормонның бірі норадреналиннің үлкен мөлшерде өндіру мақсатында жүйке жасушалары үшін дабыл болып табылады. Лактат-дәнекер-ұлпалық жүйенің құрам бөліктегі болып табылатын эластинің, коллагеннің осуін белсендіреді, жараның жазылуын тездедеді. Көптеген ғалымдардың пікірі бойынша, лактаттың негізгі механизмі энергетикалық жолға емес сонымен қатар барлық зат алмасуға да қатысады.

Түйін сөздер: лактат, митохондриялар, тасымалдаушы ақуыздар, астроциттер, дene күші жүктемесі.

Summary

R.A.Bekembetova, S.T.Mazhenov - Sport research institute of the KazAST, Almaty city, Kazakhstan
Lactate oxidizing complex and its functional significance (Review)

In the article presented analysis of literary sources of functional significance of the formation of lactate and its subsequent distribution using transport proteins to the mitochondria and to all body. Intensive study of lactate in the body functions provide new information that expanded conception of its role not only in the energy metabolism, but also in the regulation of enzyme activity, the recover and growth of cell structures. It suggests that lactate is a signal for nerve cells to produce more of noradrenaline, one of the main hormones responsible for the body's adaption process to stress conditions, psych emotional state and motivation. During physical activity, glucose transport through astrocytes increases, where glucose converts into lactate. Lactate accelerates wound healing, fctivaters the growth of collagen, alastin, which are the components of the connective tissue system. According to the scientist's opinion, lactate is the major mechanism of coordination not only ways of energy, but also in general metabolism.

Keywords: lactate, mitochondrial, transport proteins, astrocytes, physical load.

УДК 796;797;798

ФОРМИРОВАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ СТУДЕНТОВ-ЮРИСТОВ

А.М.Каштабаев – старший преподаватель Кыргызской государственной юридической академии
А.А.Ташбеков – старший преподаватель Кыргызской государственной юридической академии

Данная статья посвящена вопросам формировании профессионально-прикладной физической культуры студентов-юристов.

Вопросом воспитания психофизических качеств и свойств личности в теоритическом разделе программы по физической культуре для ВУЗов отводится тема по профессионально-прикладной физической подготовке, в

которой приводится раздел по оценке уровня двигательных умений и навыков и методике развития профессионально значимых психофизических качеств.

Выделены особые задачи по формированию профессиональных качеств.

В практическом разделе – особое внимание уделяется воспитанию жизненно-необходимых физических качеств, указываются более эффективные средства и методы их воспитания.

Также рассматриваются вопросы: физическая культура в системе профессионального юридического образования; особенности профессиографии и структуры профессионально-прикладной физической культуры студентов юриспруденции; педагогические своеобразия специально профицированное физкультурное образование.

Ключевые слова: студент-юрист, профессионально-прикладная физическая культура, педагогический эксперимент, профилированный физкультурное образование, двигательные умения и навыки, юрист, юридическое образование, респонденты, физическое воспитание, модель юриста, физические качества, состояние здоровья, физическая подготовленность.

Оперативно-служебная (профессиональная) деятельность сотрудника юриспруденции и процессы подготовки к ней на сегодня является предметом изысканий ряда учебно-научных дисциплин: физиологии, социологии, философии, психологии и педагогики физической культуры, что в значительной степени связано с создавшимися и возникшими политическими, экономическими и идеологическими переменами в современном обществе, предъявляющими довольно высокую потребность в социуме в высококвалифицированных специалистах.

Вместе с этим профессиональное образование будущего сотрудника юриспруденции необходимо рассматривать как самостоятельную часть и структуру современной системы образования [1,2,3,4 и др.]. Оно является отражением происходящих социокультурных преобразований социума, предполагающие внесение корректипов в содержание и сущность образовательного процесса в связи с ориентацией на нужды общества и личности [5].

В этой связи, основными характеристиками сегодняшнего сотрудника юриспруденции следует считать достаточно высокий степень образовательной и профессиональной подготовленности, систематичность самообразования, умения самостоятельно принимать профессиональные решения, желание к переучиванию, способность работать с коллективом, общительность, проявлению обостренных чувств к умственному и физическому совершенствованию.

Рассматривая профессиональное юридическое образование с личностным фактором, способствующим сыграть крайне важную роль в выполнении духовных и материальных ценностей социума, необходимо подчеркнуть фактор «человеческий» довольно многогранен: проявляется путем единства и сочетаемости духовно-душевно-телесных кондиций, политических, социальных, педагогических, психологических качеств и умения общения; осознание индивидуальной и социальной престижности профессиональной подготовленности; прикладно-индивидуальные способности и двигательные умения, навыки; здоровье и оптимальное морфофункциональное состояние. Предопределяющим условием эффективности формирования вышеуказанных индивидуальных состояний считается взаимосвязанность профессиональной и физической подготовленности, проявляющее в совокупности качество образования, воспитания и развития личности [6].

С учетом соответствующих требований к будущим сотрудникам юриспруденции в системе юридического образования следует отметить, что решение изучаемых проблем и задач предусматривает реализацию многообразий педагогического воздействия; многостороннее и эффективное преобразование социально-биологической сторон личности сотрудника юриспруденции, его социально-физических, сущностных сил и их возможностей.

Результаты ранее осуществленных исследований по педагогике физической культуре (ФК) показывают о взаимосвязи и взаимообусловленности процессов физической и профессиональной подготовки в становлении специалиста, такое интегральное преобразование непосредственно связано с ФК личности, целенаправленное использование ценностей, обеспечивающее необходимое соотношение физического и социального статуса личности, предъявляемым требованиям социума образования по избранной специальности и предстоящей профессиональной деятельности и самое главное, требованиям самой личности [2,3].

На сегодня ФК обществом воспринимают как часть социальной культуры и культуры человека, позитивно преобразовательная деятельность по выработке системы потребностей и развитию способностей человека. Приоритетными задачами ФК в данной сфере, овладение таковыми личностью в соответствующих условиях, и их дальнейшая «переноска» в общество для осуществления общей цели, путем удовлетворения личностных потребностей.

Этим обуславливается необходимость изучения теории и практики использования функционального потенциала ФК в процессе высшего юридического профессионального образования, в том числе в профессионально-прикладной физической культуре (ППФК), ее ценностей в подготовке сотрудников юриспруденции.

В теорию и практику физической подготовки в органах юриспруденции и юридических вузов являются специально разработанные программы. В программах целью физической подготовки определяется «владение необходимыми умениями и навыками для успешных действий сотрудников в оперативно-служебной деятельности». Задачами тренировки сотрудников указаны в передвижении различными способами, в различных условиях, преодоление препятствий, водные переправы, навыками единоборств и стрельбы, воспитание специальной психологической устойчивостью и др.

В тоже время, М.Т.Сейтказиев [6] отмечает, что содержание программы полностью не учитывает специфику деятельности сотрудника юриспруденции, испытывает трудности по методике развития необходимых прикладных физических качеств, двигательных умений и навыков.

Направленность педагогических воздействий (ПВ) ценностями ФК в становлении важнейших характеристик личности юриста-профессионала и его ППФК связана с разработанностью ее структуры.

В действующей программе по дисциплине «Физическая культура», одной из приоритетных задач указано «... обеспечение достаточного уровня профессиональной готовности будущих специалистов, включающей физической подготовленности, тренированности, разработанности, развитие профессионально значимых физических и психомоторных способностей».

Вопросам воспитания психофизических качеств и свойств личности в теоретическом разделе указанной программы отводится отдельная тема, лекции по ППФП, в которой приводится раздел по оценке уровня двигательных умений и навыков и методике развития профессионально значимых психофизических качеств.

В разделе ППФП выделены особые задачи по формированию профессиональных качеств.

В практическом разделе – особое внимание уделяется воспитанию жизненно-необходимых физических качеств: выносливости, силы, быстроты, ловкости, гибкости, указаны средства и методы их воспитания, указаны зачетные требования.

Формирование профессиональных качеств является одним из составляющих профессиональной подготовки. В этой связи необходимо обозначить, классифицировать и разработать цели, задачи, средства, методы, условия формирования профессионально необходимых качеств юриста; определить роль и значение более целенаправленного образовательно-воспитательного процесса по ППФК студента-юриста.

В разработанной С.С.Алексеевым [1] модели юриста, основной акцент делается на задачах правовой подготовки студентов. Физическое и морально-волевые качества в указанной модели не учитывается.

В модели, предложенной П.С.Дагелом, Н.И.Овчинниковым, Н.М.Резниковым [6], на физическое воспитание отводится всего лишь 0,4% учебного времени, то явно недостаточно.

На основе теоретического анализа и обобщения профессиограмм юристов, составленных М.Т.Сейтказиевым [6] выделены профессионально важные качества юриста: волевые (целеустремленность, настойчивость, смелость, решительность, инициативность); нравственные (гуманность, принципиальность, справедливость, честность); коммуникативные (общительность, чуткость); профессиональные (воображение, наблюдательность, концентрация внимания, оперативная память, рефлексия); физические (быстрота, выносливость, гибкость, ловкость, сила).

Наибольшее внимание проблемам формирования профессиональных качеств уделяется в разделе ППФП студентов.

В.И.Бородаенко [2] указывает на примерное содержание ППФП курсантов юридического направления.

ЧСС сотрудников юриспруденции в среднем составляет 70-72 уд / мин, а у остальных лиц 90-92 уд /мин. Это указывает на неполное восстановление ЧСС к началу предстоящего рабочего дня. Утомляемость при нервно-психических нагрузках, приспособляемость организма к гипокинезии, гиподинамии, к разным температурным режимам окружающей среды составляют 8,33-9,33 баллов, реакции на гипоксию – 7,33 балла.

Своеобразие оперативно-служебных движений (95,3%), при повышенных требованиях к их оперативности (81,7%), 84,1% времени занимает контроль за деятельности подчиненных, 84,9% - для реализации многообразия воспитательных воздействий, требующееся проявление комплекса психофизиологических свойств и качеств: внимание (93,6%), его распределения и переключения (57,1% и

45,8%), мышления (86,4%), памяти (100%), эмоциональной устойчивости (64,3%), воли (35,9%), интеллектуальная и психоэмоциональная деятельность сотрудника (84,5%).

При длительных умственных нагрузках увеличивается время простой и сложной сенсомоторной реакции, что приводит к возникновению нервных стрессов [3]. Психически напряженный труд способствует повышению артериального давления [2], негативно оказывается на общее состояние здоровья [5]. Причиной нервно-мышечных нагрузок являются и психические заболевания [6].

Неудобная служебное положение тела (поза) приводит к нарушению ритмичности дыхания, негативно оказываются на умственную и физическую работоспособность и всей жизнедеятельности. Продолжительная рабочая поза сидя провоцирует гипертоническую и язвенную болезни, невралгию поясничного и шейного отделов позвоночного столба [2].

63,8% сотрудникам приходится ходить 3-5 и более км, перемещаться на длительное расстояние (51,2%). Профессиональная деятельность сотрудника сопряжена с удержанием равновесия (44,8%), задержкой дыхания (37,8%) и др.

73,4% респонденты подчеркивают определенную ограниченность движений и действий, сопряженную с достаточно точными мышечными и психоэмоциональным напряжением, что негативно оказывается на функциях ЦНС, сердечно-сосудистой и нервно-мышечной систем [4].

С учетом своеобразии оперативно-служебной деятельности следует подчеркнуть, что по нашим данным, 84,2% сотрудников юриспруденции убеждены в необходимости внедрения в практику подготовки студентов-юристов ценностей ФК (78,9%). При этом, ценности ФК должны иметь социально-профилированный характер (81,6%). Подчеркивая слабое качество собственной профессионально-методической подготовленности (ПМП) в ФК (64,9%), респонденты считают, что для повышения профессиональной подготовленности студентов-юристов необходимо увеличивать объем ФК в системе образования (86,5%), предусмотреть ее более профицированной в формировании профессионально-значимых двигательных умений и навыков и индивидуальных способностей, и дальнейшего профессионального совершенствования и самосовершенствования (74,1% и 83,1%). При этом особое внимание следует обратить внимание на теории ФК, а также специально направленного физкультурного образования (66,4%).

85,3% опрошенных заведующих кафедр ФиС считают, что для повышения качества образовательного процесса в вузе необходимо целенаправленное физкультурное образование, 78,3% не может считаться оптимальным в силу отсутствия специальной ориентированности ценностей ФК на становление личности студента-юриста и культурологических ее характеристик. С целью повышения эффективности образовательного процесса студентов-юристов, респонденты считают о необходимости шире прибегать к более специализированным учебным (73,2%), самостоятельным (61,2%), внеурочным формам занятия в режиме дня (61,0%), повысить теоретическую подготовленность (52,6;). При этом умело применять комплекс ценностей ФК специально-профилированной направленности (94,1%), особенно в психофизиологии и психогигиене (71,6%).

Сотрудникам юриспруденции приходится осуществлять свои деятельности в: помещении или на открытом воздухе (92,6%), испытывать воздействия низких (74,5%) и высоких (56,8%) температур, ветра (37,6%), работать на сквозняках (47,1%), при наличии шума (82,6%), загрязненности воздуха (61,0%), значительной влажности или сухости воздуха (37,6%).

Аналогичные информации относительно санитарно-гигиенических условий деятельности сотрудников юриспруденции.

Установлено, что 64%-84% респонденты в качестве профессионально-необходимых качеств отмечают: статистическую выносливость мышц верхних и нижних конечностей, умение дифференцировать динамические и пространственные характеристики движений, глазомер, память, собственную двигательную подготовленность, закаленность организма, интеллектуальную работоспособность.

От 58,0% до 92,5% респонденты также – относят: общительность, дисциплинированность, толерантность, выдержанку, самообладание, отзывчивость, готовность к самопожертвованию, усидчивость, аккуратность, активность, добросовестность, честность и правдивость.

Показателем состояния индивидуальной ФК личности сотрудника юриспруденции: физического и психического составляющих является данные самооценки их физической работоспособности. В начале рабочего дня 43,4% респондентов чувствует себя вполне восстановившимися, 37,1% - не до конца восстановившимися, чувствуют недостаточно отдохнувшими – 18,6%. Усталость, наступающее в период работы – 37,8%, в снижении обостренных чувств к работе – 64,2%, ухудшении настроения – 53,4%, повышении раздражительности – 69,5%, в повышении сонливости – 35,2%, в головной боли –

38,4%, головокружении – 24,3%. К концу рабочего дня сильно устают – 46,8%, чувствуют утомленность к концу рабочей недели – 58,9%, к концу года – 82,3% респондентов.

84,3% респонденты связывают свою утомляемость с слабой физической и психофизической (функциональной) подготовленностью к выполнению прямых оперативно-служебных обязанностей.

Выясняющими и углубляющими профессиограмму является данные факторного анализа оперативно-служебной подготовленности сотрудника юриспруденции.

В факторной структуре оперативно-служебных двигательных умений и навыков выделено пять более значимых факторов, удельный вес которых в общей дисперсии выборки составил 90,7%: 1-ое место занимает фактор ценностных ориентации и отношений сотрудника – 24,6%; 2-ое место – фактор психофизиологической подготовленности -23,0%; 3-ое место – фактор физической подготовленности – 17,6%; 4-ое место – фактор специальной двигательной подготовленности – 13,2%; 5-ое место – фактор физкультурно-методической подготовленности (ФМП)- 12,3%.

Результаты профессиографических изысканий показывают о том, что своеобразия современных видов оперативно-служебной деятельности сотрудников юриспруденции, студентов-юристов объясняется повышенными требованиями к: характеру и условиям работы; психофизиологической; служебно-индивидуальной; эмоциональной сферам человека; специальной двигательной; физкультурно-методической и физической подготовленности, что, необходимо признать приоритетными направлениями в использовании специально профицированных ценностей ФК в подготовке личности сотрудника юриспруденции.

В общей системе ППФК значимым составляющим является специально профицированное физкультурное образование (ПФО), в процессе которого осуществляется: образование, воспитание и развитие человека, становление ее ППФК.

Совокупность принципов ППФК сотрудников юриспруденции следует подразделить на группы: общесоциальных, общеметодических и специфических [1,2].

Решающее значение для осуществления специально-направленного ПФО и его целей имеют общесоциальные принципы с оздоровительной ориентированности, связи с оперативно-служебной практикой и всесторонности [4], отражающее общие закономерности становления социума, его нужды.

Общесоциальные принципы воплощаются в общеметодических и специфических принципов.

К общеметодическим принципам специально направленного ПФО относятся принципы: сознательности и активности, наглядности, доступности и индивидуализации, систематичности.

Выражением специфических своеобразий спортивной подготовки является специфические принципы: ориентированности к высшим спортивным достижениям, более углубленной спортивной специализации по избранному виду спорта, единства общей и специальной физической подготовки, разнообразности и цикличности физических нагрузок и их вариативности, единства и взаимосвязи структур соревновательной и спортивной подготовленности [7].

Средства специально ПФО студентов-юристов следует представить физические упражнения (общеподготовительными, общеприкладными, специально-прикладными), естественными силами природы и гигиеническими факторами, а также дополнительными и вспомогательными (теоретическая подготовка, восстановительные мероприятия, нетрадиционные виды ФСД).

Гигиенические средства в специально ПФО применяются как условий полноценных занятий ФУ: режим дня, питания и отдыха; личную и социальную гигиену; оптимальную физическую нагрузку в ходе УТЗ. Также, гигиеническая ценность устанавливается по чистоте окружающей среды, воздуха и освещенности, гигиены одежды, бытовой обеспеченности и т.д. [5].

Применение вспомогательных и дополнительных средств специально ПФО за счет теоретической подготовки, внедрения мероприятий по восстановлений и нетрадиционных видов ФСД.

Применение в практике специально ПФО системы средств восстановления (педагогические, психологические и медико-биологические) вызвано достаточно высокими психофизическими нагрузками образовательной, оперативно-служебной деятельности, а также необходимостью коррекции и мобилизации психического и функционального состояния сотрудников и студентов.

В специально ПФО особое внимание следует уделять внедрению нетрадиционных видов ФСД, обеспечивающее выработки потребности в физическом совершенствовании, на основе проявления обостренных чувств и привлекательности, системы знаний ценностей иных культур, связанных с ФК, системы двигательных возможностей и составляющих базовой культуры личности студента-юриста. К нетрадиционных видов ФСД, реальных в практике специально ПФО, необходимо отнести: легкая атлетика, спортивные игры, курош, игра в тогуз-коргоол, ордо и некоторые другие.

Методы наглядного воздействия применяются в практике: зрительной, звуковой и двигательной наглядностью.

Немаловажное значение в специально ПФО занимают методы идеомоторного и психорегулирующего упражнения.

Группа специфических методов ФК адаптирована нами под специально ПФО и представлена игровым и соревновательным методами, группой методов строго регламентированного упражнения, отличающихся достаточно высоким уровнем общей и служебной культуры, полноценно подготовленных к использованию, преобразованию и трансляции в общество культурных ценностей в ходе повседневной и профессиональной жизнедеятельности. При этом одной из главных характеристик личности сотрудника юриспруденции является его ППФК, показывающая сформированность специфической системы телесно-душевно-духовных начал личности студента-юриста, служебно необходимых индивидуальных и двигательных умений, и навыков, и потребностей, готовность в этой связи к высокоэффективной служебно-профессиональной деятельности.

Итак, важными критериальными характеристиками ППФК личности будущего сотрудника юриспруденции являются: - ценностная ориентированность на общесоциальные и физкультурные ценности в связи с общесоциальной и профессиональной жизнедеятельностью; - сформированность служебно необходимых индивидуальных свойств и качеств, подтверждающих отношение личности студента-юриста к ФК, труду, людям, себе, Родине; - подготовленность к переносу профицированных ценностей ФК в процессе исполнения функциональных обязанностей сотрудника юриспруденции; - сформированность системы служебно-прикладных двигательных умений и навыков, двигательных и психомоторных качеств, имеющих профессиональную ценность.

1. Алексеев, А.В. Себя преодолеть / А.В.Алексеев. – М.: Физкультура и спорт, 1985. – 192 с.
2. Бородаенко, В.Н. Формирование нравственной культуры личности курсантов юридических вузов в процессе занятий по физической подготовке: автореф. дис. ...канд. пед. наук: 13.00.04 / В.Н.Бородаенко. – М., 2004. – 24 с.
3. Керезбеков, К.К. Качество физкультурного образования по дисциплине «Физическая культура» в юридическом вузе / К.К.Керезбеков // Вестник Кыргызской государственной юридической академии. – Бишкек, 2014. – №3. – С. 42-44.
4. Кулымов, С.В. Формирование профессионально-прикладной физической культуры курсантов военных вузов: автореф. дис. ...канд. пед. наук: 13.00.04 / С.В.Кулымов. – Челябинск, 2002. – 24 с.
5. Кыдыралиев, А.Т. Формирование нравственной культуры студента-юриста (на примере занятий физической культуры): дис. ...канд. пед. наук: 13.00.01 / А.Т.Кыдыралиев. – Бишкек, 2011. – 148 с.
6. Сейтказиев, М.Т. Педагогические условия формирования профессиональных качеств у студента-юриста на занятиях физической культурой: дис. ...канд. пед. наук: 13.00.04 / М.Т.Сейтказиев. – Бишкек, 2013.– 157 с.
7. Теория и методика физической культуры: учебное пособие: под редакцией А.И. Шарабакина, К.У. Мамбеталиева.- Бишкек: Шам, 1997.- 227 с.

Түйіндеме

А.М.Каштабаев – Қыргыз мемлекеттік заң академиясының ага оқытушысы

А.А.Ташбеков – Қыргыз мемлекеттік заң академиясының ага оқытушысы

Заңгер-студенттің қәсіби-қолданбалы дene мәдениетін қалыптастырудың педагогикалық болжамы

Берілген мақала бірқатар мәселелерді қарастыруға арналған, атап айтқанда: заң саласы бойынша болашақ қызметкерінің дene мәдениетін қалыптастырудың қызметті мұмкінгіне теориялық-педагогикалық негіздеме беру; дene мәдениетінің салалы құндылығы мүмкіндігі мен қажеттігін зерттеу; заңгер-студенттердің қәсіби-қолданбалы мәдениетін қалыптастырудың арнайы салаланыдырылған арнайы дene мәдениетін қалыптастырудың арнайы қәсібілі білімі үдерісін педагогикалық қамтамасыз ету үдерісіне негіздеме беру; қәсіби- және спортографиялық ізденістерге бағдарланған педагогикалық эксперименттің бағдарламасын құру; студенттердің арнайы салалы дene білімі үлгісін құру; қалыптастырудың педагогикалық эксперименттің жүргізуге (мазмұны, ұйымдастырылуы, әдістері, бағдарламасы, базасы) даярлық.

Түйін сөздер: заңгер-студент, қәсіби-қолданбалы дene мәдениеті, болжам, оку үдерісі, салалы денелік білім, қызметтік міндеттер, қимыл біліктіліктері мен дағдылары, дene даярлығы, қимыл белсенділігі, педагогикалық эксперимент, дene шынықтыру-спортық қызмет, білім беру үдерісі.

Summary

A.M.Kashtabaev – senior teacher, Kyrgyz State Academy of Law

A.A.Tashbekov – senior teacher, Kyrgyz State Academy of Law

Formation of professionally applied physical training of law students

This article considers issues of physical education in legal education; originality of “professiografia” and structure of professionally applied physical training lawyers; pedagogical originality of specially profiled physical education.

Keywords: law student, professionally applied physical training, pedagogical experiment, profiled physical education, locomotory abilities and skills, lawyer, legal education, respondents.

УДК 378:796.071.4

ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ДИАГНОСТИКА В ОРГАНИЗАЦИИ ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ СТУДЕНТА-ЮРИСТА

А.М.Каштабаев – старший преподаватель Кыргызской государственной юридической академии
А.А.Ташбеков – старший преподаватель Кыргызской государственной юридической академии

Данная статья посвящена: теоретико-педагогическому обоснованию функционального потенциала физической культуры в формировании будущего сотрудника юриспруденции; изучению возможности и необходимости профилирования ценностей физической культуры; обоснования педагогического обеспечения процесса специально профилированного физкультурного образования в формировании профессионально-прикладной физической культуры студентов-юристов; составлении программы констатирующего педагогического эксперимента, ориентированного на профессии и спортивные изыскания; осуществлении опыта – экспериментальной, структурно-функциональной, модели специально профилированного физкультурного образования студентов; подготовки к проведению формирующего педагогического эксперимента (содержание, организация, методы, программа, база).

Ключевые слова: студент-юрист, профессионально-прикладная физическая культура, диагностика, учебный процесс, профилированное физическое образование, служебные обязанности, двигательные умения и навыки, физическая подготовленность, двигательная активность, педагогический эксперимент, физкультурно-спортивная деятельность, образовательный процесс.

Диагностика сформированности профессионально-прикладной физической культуры (ППФК) личности студентов-юристов осуществлялась с использованием следующих методов: теоретического анализа и обобщения современной теории и практики учебных заведений; социометрические – профессиографического и спортивного исследования, позволяющие установление комплекса служебно необходимых двигательных и индивидуальных способностей; оптимальной структуры профессионально-прикладной физической культуры (ППФК) и прикладных видов физкультурно-спортивной деятельности (ФСД); педагогической психодиагностики и тестирования, способствующие определить и оценить сформированность комплекса индивидуальных профессионально-прикладных физических качеств и психомоторных свойств; служебно-профессиональную, физкультурно-методическую и теоретическую подготовленность; педагогический эксперимент (ПЭ) (констатирующий и формирующий); математической статистики.

Все это подчинялось своеобразию выработанной нами исследовательской гипотезы и путей ее реализации в условиях специально организованного эксперимента.

В констатирующем ПЭ в условиях образовательного процесса и профессиональной деятельности, участвовали: сотрудники юриспруденции, имеющие служебно-профессиональный стаж более 10 лет, возраст – 35-45-лет (n - 62); спортивные педагоги, работающие в ВУЗах, стаж работы – более 10 лет, возраст – 33-48-лет (n - 40); студенты четырех учебных групп (две экспериментальные группы (ЭГ, n - 60); две контрольные группы (КГ, n - 64), зачисленные в ВУЗ на первый курс, (возраст – 17-18-лет).

В заключительном, опытного, 2015-2016-учебного года этапа исследования было: проведено формирующий ПЭ в естественных условиях специально профессионального физкультурного образовательного (ПФО) процесса в юридическом вузе; реализация результатов исследования в практику деятельности сотрудников юриспруденции; оформление необходимых видов экспериментальной деятельности и исследовательской работы.

В течение всего опытного периода в КГ образовательный процесс по учебно-научной дисциплине «Физическая культура» осуществлялся в соответствии с содержанием ныне действующей учебной программы для ВУЗов КР.

Процесс специально ПФО студентов ЭГ осуществлялся в строгом соответствии с основными положениями разработанной структурно-функциональной модели и ее программно-содержательным обеспечением.

Сопоставительный анализ и оценка состояния ППФК личности студента-юриста в период формирующего ПЭ осуществлялись по идентичной для всех исследуемых групп образовательной

программе, включающая установление и оценку показателей, характеризующих основные составляющие образовательного, аксиологического и психофизиологического компонентов.

Мониторинг показателей двигательных умений и навыков и индивидуальных потребностей, характеризующих ППФК студентов-юристов, проводился в период зимних и летних зачетно-экзаменационных сессий.

Структурно-функциональная характеристика системы строилась на основе выделения в ней структурных составляющих и установления их роли друг друга, и усматривающее рассмотрение профессионального и исторического аспектов в структуре специально ПФО и формировании функций.

Большое значение в создании модели формирования ППФК имеют исходные положения физкультурного образования и воспитания, являющие необходимость целенаправленности данного педагогического процесса на становление в личности комплексе: телесных начал, потенций, социокультурных составляющих личности; приобщение ко всем ценностям ФК с целью: формирования общей и служебно-профессиональной культуры индивида; специфических составляющих ФК личности; его осмысленной включенности в процесс овладения ФК и ее ценностями.

Значимая структурно-функциональная модель специально ПФО имеет основную целенаправленность – формирование индивидуальности сотрудника юриспруденции и его ППФК.

Главными системообразующими основами модельного процесса специально ПФО в формировании ППФК являются: специальная и индивидуальная потребность в становлении сотрудника юриспруденции, подготовленного к использованию, преобразованию и переноса ценностей культуры в общество и более конкретно в юридической сфере общества; функциональный потенциал ФК, эффективное применение которого способствует соответственно преобразования телесно-душевно- духовных потенций личности – будущего сотрудника-профессионала в связи с систематической, четкой служебно-образовательной и профессиональной деятельностью; специально ПФО как составляющий структуры ППФК, полноценный процесс переноса профицированных ценностей ФК в образовательно-воспитательном процессе и развития личности студентов-юристов; ФСД и ее педагогическое обеспечение, базированное на общей и специально-прикладной направленности принципов, средств, методов и организационных форм специально ПФО в формировании служебно необходимых двигательных умений и навыков и индивидуальных способностей; ППФК человека как составляющий личности сотрудника-профессионала и итоговый результат осуществления специально ПФО, удостоверяющая состояние сформированности психофизического, образовательного и аксиологического составляющих.

Ведущими педагогическими требованиями к распределению и внедрении программно-содержательного обеспечения специально ПФО в ЭГ является: строгое соблюдение объема, форм педагогического контроля и его места в структуре образовательного процесса, предусмотренных учебным планом образовательной программы юридического ВУЗа и типовой программой по учебно-научной дисциплине: «Физическая культура»; «ударное» распределение разделов программы: преодоление препятствий, ускоренное передвижение, кроссовая подготовка и плавание в общей структуре хода специально ПФО, внедряемых в форме спортивных сборов на базе спортивно-оздоровительного комплекса КГЮА «Дельфин». Это позволило первоначальное создание общей базы двигательной подготовленности и в последующем ее поддержании на всех курсах обучения, сопряженность с видами ФСД, позволяющими воспитание более избранных служебно-необходимых двигательных умений и навыков, и индивидуальных способностей; увеличение объема теоретической подготовки до 36 часов (лекции, семинары), позволяющей эффективное формирование системы мотивов и потребностей, знаний и умений ценностных ориентаций индивида в ФК и специально ПФО, ППФК, теоретико-методических своеобразий ее применения в системе повседневной и служебно-профессиональной деятельности и психогигиены; более эффективное совмещение овладение содержанием разделов единоборств (куреше) и гимнастики с основами акробатики, что позволяло успешному формированию двигательных умений и навыков единоборств на основе более качественной двигательной подготовленности от занятий гимнастикой и акробатикой.

Введение в образовательный процесс разделов: психологической подготовки, куреша, тогуз коргоола, ордо, гимнастики с основами акробатики, в целом обеспечивающее обостренных чувств студентов к ФСД, улучшении мотивации и на этой основе формирование потребностей, более эффективное и целенаправленное становление служебно-необходимых психомоторных способностей, подготовленность к психогигиенической саморегуляции и более эффективному восстановлению; реализация системы контролируемых занятий самостоятельно на старших курсах,

позволило поддержанию достигнутых двигательно-индивидуальных кондиций в ФК, ППФК; использование в процессе специально ПФО психорегулирующих занятий и психогигиенической саморегуляцией, и обеспечение в структуре учебно-тренировочных занятий (УТЗ) сопряженности двигательной деятельностью (ДД) и физических упражнений (ФУ) с элементами психорегуляции и психогигиены в плане восстановления и активного отдыха; повышение целенаправленности педагогических воздействий на служебно необходимые двигательные качества и свойства перед служебными стажировками и практиками в связи с их служебно-профессиональной спецификой; приоритетное применение (наряду с методами строгой регламентации) игрового и соревновательного методов, способствующих включенность в ФСД, значительно эффективное (в целях выигрыша проявление и, как следствие, воспитание служебно необходимых двигательных и индивидуальных способностей); направленность специально ПФО на удовлетворение системы необходимых потребностей студентов-юристов с учетом их способностей. Повышение в этой связи роли прикладных ФУ, позволяющих оперативное воспитание и коррекцию служебно-необходимых качеств, отличающихся слабым уровнем развития; применение и достаточное внедрение системы комплексного педагогического контроля, предусматривающего установление и оценку теоретической, физической, специально-двигательной и физкультурно-методической подготовленности (ФМП); создание в структуре каждого УТЗ педагогических условий с целью осуществления взаимообучения, проявления системы знаний и практических умений в ФСД; внедрение и реализация системы дополнительных УТЗ упрочнения и поддержания общей базы двигательной и служебно-двигательной подготовленности в процессе занятий и практики.

Теоретическая подготовка ориентировано на осознание роли и личностного значения служебно-ориентированной ФСД в становлении служебного мастерства. Данный раздел содержит сведения по: основам ЗОЖ, теории и методики специально ПФО; знания основ ППФК, психогигиенической саморегуляции.

Практический материал охватывал в себя: преодоление препятствий; единоборства (куреш), ускоренное передвижение, кроссовая подготовка, плавание, спортивные игры, атлетическая гимнастика, гимнастика с основами акробатики, ордо, тогуз коргоол.

Изложенный в данной главе материал дает достаточные основание для заключения о том, что используемые методы получения и обработки собственного фактического материала надежно согласуется с поставленными задачами исследования, обеспечивают полное их соответствие изучаемым вопросам ППФК студентов и сотрудников юриспруденции.

1. Анаркулов, Б.Х. Профессионально-прикладная физическая подготовка лиц, занимающихся безопасной жизнедеятельности человека: дис. канд. пед. наук: 13.00.04 / Б.Х.Анаркулов. – Алматы, 2007. – 108 с.
2. Керезбеков, К.К. Качество физкультурного образования по дисциплине «Физическая культура» в юридическом вузе / К.К.Керезбеков // Вестник Кыргызской государственной юридической академии при Правительстве Кыргызской Республики. – Бишкек, 2014. -№3. – С. 42-44.
3. Кулымов, С.В. Формирование профессионально-прикладной физической культуры курсантов военных вузов: автореф. дис. ...канд. пед. наук: 13.00.04 / С.В.Кулымов. – Челябинск, 2002. – 24 с.
4. Кыдыралиев, А.Т. Формирование нравственной культуры студента-юриста (на примере занятий физической культуры): дис. ...канд. пед. наук: 13.00.01 / А.Т.Кыдыралиев. – Бишкек, 2011. – 148 с.
5. Матвеев, Л.П. Прикладность физической культуры: понятийные основы и их конкретизация в современных условиях / Л.П.Матвеев // Теория и практика физической культуры. – М., 1996. - №7. – С. 42-47.
6. Мамытов, А.М. Теория спорта: учебное пособие / А.М.Мамытов. – Бишкек: Технология, 2002. – 210 с.

Түйіндеме

А.М.Каштабаев – Қыргыз мемлекеттік заң академиясының ага оқытушысы

А.А.Ташбеков – Қыргыз мемлекеттік заң академиясының ага оқытушысы

Заңгер-студенттің кәсіби-қолданбалы дene мәдениетін қалыптастырудың педагогикалық болжамы

Берілген макала бірқатар мәселелерді қарастыруға арналған, атап айтканда: заң саласы бойынша болашак қызметкерінің дene мәдениетін қалыптастырудың қызметті мұмкінгіне теориялық-педагогикалық негіздеме беру; дene мәдениетінің салалы құндылығы мүмкіндігі мен қажеттігін зерттеу; заңгер-студенттердің кәсіби-қолданбалы мәдениетін қалыптастырудағы арнайы салаланыдырылған арнайы дene мәдениетін қалыптастырудағы арнайы кәсіблі білімі үдерісін педагогикалық қамтамасыз ету үдерісіне негіздеме беру; кәсіби- және спортографиялық ізденистерге бағдарланған педагогикалық эксперименттің бағдарламасын құру, студенттердің арнайы салалы дene білімі үлгісін құру; қалыптастырылған педагогикалық экспериментті жүргізуге (мазмұны, үйімдастырылуы, әдістері, бағдарламасы, базасы) даярлық.

Түйін сөздер: заңгер-студент, кәсіби-қолданбалы дene мәдениеті, болжам, оку үдерісі, салалы дeneлік білім, қызметтік міндеттер, кимыл біліктіліктері мен дағдылары, дene даярлығы, қимыл белсенділігі, педагогикалық эксперимент, дene шынықтыру-спорттық қызмет, білім беру үдерісі.

Summary

A.M.Kashtabaev – senior teacher, Kyrgyz State Academy of Law

A.A.Tashbekov – senior teacher, Kyrgyz State Academy of Law

Pedagogical diagnostics in organization of professionally applied physical training of law student

This article is dedicated to: theoretical and pedagogical justification of the functional potential of physical culture in shaping the future of employee law; studying the possibility and necessity of shaping the values of physical culture; substantiation of pedagogical maintenance process specially profiled sports education in the formation of professional-applied physical training of law students; compiling program ascertaining pedagogical experiment based on profession and sportograficheskie surveys; implementation experience - experimental, structural-functional model of a specially profiled sports education students; preparations for forming pedagogical experiment (content, organization, methods, software, database).

Keywords: student - lawyer, professionally - applied physical training , diagnostics, educational process, shaped physical education, duties, motor skills, physical fitness, physical activity, pedagogical experiment, athletic - sports activities, educational process.

УДК 796.015

ФИЗИОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ОБУЧЕНИЯ СЛИТНЫМ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКИМ ДЕЙСТВИЯМ В КЫРГЫЗСКОЙ НАЦИОНАЛЬНОЙ СПОРТИВНОЙ БОРЬБЕ «КУРЕШ»

Р.Карабаев – старший преподаватель Ошского государственного университета, Кыргызской Республики

В данной статье рассматриваются физиологические и педагогические основы обучения слитным технико-тактическим действиям в Кыргызской национальной спортивной борьбе куреш.

Отмечается, что восприятие и познания пространственных отношений возможно на основе взаимодействия мышечного чувства с другими органами чувств человека, где приоритет отдается именно мышечному чувству борца-курешиста.

Ключевые слова: борьба куреш, технико-тактическая подготовка, двигательная активность, мышечное чувство, физиологические механизмы, слитность техно-тактических действий, умственная и физическая работа, первоначальное положение.

Физиологические знания являются крайне необходимым в формировании техники и тактики спортивной борьбы, в том числе и в Кыргызской национальной спортивной борьбе куреш. Изучены они достаточно хорошо, но в аспекте формирования эффективных технико-тактических действий явно недостаточно [1].

Известно, что восприятие и познание пространственных отношений возможно только на основе взаимодействия мышечного чувства с другими органами чувств человека, при котором приоритет отдается мышечному чувству. Все бесконечное разнообразие внешних проявлений деятельности мозга сводится окончательно к одному лишь явлению - мышечному движению. Для развития мышечного чувства необходима соответствующая двигательная активность, поскольку вместе с двигательными действиями тренируются и сопровождающие их чувства [2].

Оптимальность технико-тактических действий более всего следует развивать с самых первых сделанных шагов в спорте. Именно в это время закладывается основа двигательного состава умений и навыков, подбираются более подходящие качества сенсорных коррекций. Проявление сознательного внимания еще может вмешиваться в те конкретности движения, которые потом ускользнут от него в область автоматизмов [3].

И.П. Павловым разработан метод условных рефлексов, позволивший доказать отражательную способность мозга человека и установить его аналитическую и синтетическую деятельность.

И.М. Сеченов раскрыл истинную природу произвольных действий и их физиологические механизмы, исходя при этом из объективных закономерностей высшей нервной деятельности. Он доказал условно-рефлекторную природу произвольных действий и их детерминированность условиями внешней среды. Согласно рефлекторной теории И.М. Сеченова в организме человека не происходит ни одного нервного проявления без причины - принцип причинности. Второй принцип - принцип структурности - свидетельствует о приуроченности функции к ее материальной основе. Третий принцип - принцип

единства анализа и синтеза - говорит о свойстве нервной системы разлагать сложные воздействия внешней среды на части и соединять эти части в целое [8].

Опираясь на учение И.М. Сеченова и И.П. Павлова, следует утверждать о правильности нашей концепции обучения эффективной (слитной) технике спортивной борьбы на первоначальных этапах, в виду того, что раздельное обучение технико-тактическим действиям в спортивной борьбе формирует определенный стереотип мышления.

Изучаемое двигательное действие следует не один раз выполнять на самом деле, чтобы испытать все те ощущения, которые в последствии лягут в основу его сенсорных коррекций. Необходимо набраться опыта по всему разнообразию самой задачи и ее внешней обстановки и, прежде всего, по всему многообразию тех впечатлений, с помощью которых совершаются сенсорные коррекции данного двигательного действия. Это необходимо для того, чтобы не растеряться в дальнейшем ни от какого, хотя и незначительного, но неожиданного, изменения самой задачи или обстановки и суметь сразу приспособиться к ним.

Очевидно, разработка и предъявление разнообразных конфликтных ситуационных взаимоположений борцов позволит развить у спортсменов инициативность выполняемых движений, способности к экспромтам. На основе богатого опыта ведения поединка в различных конфликтных ситуациях борьбы развиваются антиципации, предвидения.

Ярко проявляется вся ценность антиципации во всякого рода поединка.

Формирование технико-тактического действия - это умственная и физическая работа по созданию системного понимания и выполнения соответствующих элементов с предвидением конечного результата. В чувствительных системах мозга человека откладывается и скапливается необходимая информация.

Взаимосвязь отдельных элементов управления процессами жизнедеятельности в целостном организме, как в условиях физиологического покоя, так и при активной мышечной деятельности раскрыта П.К. Анохиным [1]. Развивая учение И.П. Павлова о "функциональной системности", П.К. Анохин разработал теорию "функциональной системы", крайне важным положением которой является обоснование опережающих реакций на действия стимула. Им разработаны основные принципы организации функциональной системы: афферентный синтез, акцептор действия, формирование действия, обратная афферентация его результатов, изучение физиологических процессов, происходящих в организме человека при активной двигательной деятельности. Проприорецептивная деятельность принимает непосредственное участие в построении выполняемого двигательного акта. Следует отметить что и другие ученые-физиологи в условиях лаборатории провели исследования по выявлению функциональных возможностей организма человека и улучшения методики подготовки к спортивной, трудовой и оборонной деятельности.

Кыргызская национальная спортивная борьба куреш вполне может оказывать на состояние организма временное, скоропреходящее влияние, а также длительное последействие, выражющееся в нарастании и падении работоспособности и тренированности.

Исследования изменения суммарной электрической активности коры головного мозга спортсменов при воображаемой работе показали, что при мысленном воспроизведении различных бросков мяча квалифицированными баскетболистами наблюдаются четкие, а вместе с тем неодинаковые электрографические изменения, а у спортсменов-новичков - отсутствие каких-либо изменений в ЭЭГ при выполнении такого же задания. По-видимому, обучение тому или иному навыку происходит по механизму функциональной системы П.К. Анохина [1].

Неграмотная переделка изучаемых движений, обусловленная генетически предопределенной асимметрией, отрицательно сказывается на росте технико-тактического мастерства.

П.Ф. Лесгафт считал, что перед тем как выполнить какое-либо сложное движение, спортсмен должен его хорошо представить, с пониманием внутренних связей между частями действия и выполнять его правильно, что поможет в дальнейшем [5].

Обучение новым двигательным действиям предусматривает соответствующий уровень моррофункциональной зрелости опорно-двигательного аппарата и развития физических качеств. Создание прочного моррофункционального фундамента для обучения новым двигательным действиям следует рассматривать как наиболее рациональный путь обучения, в котором педагогическое правило "от легкого к трудному" зачастую теряет смысл. Но во всех случаях сохраняет силу правило достижения конечной цели более рациональным, экономичным для целостного организма путем.

При обучении сложным двигательным действиям допускается расчленение изучаемых упражнений на логически завершенные элементы. Однако и для детей целостный метод обучения, при котором сохраняется внутреннее единство всех элементов сложного технико-тактического действия, является предпочтительным. Первоначально оно может выполняться в облегченных условиях.

Спортивная борьба, в том числе и борьба куреш относится к ситуационным видам спорта и при обучении необходимо учитывать следующие аспекты:

1. Двигательные действия носят скоростно-силовой характер, а по структуре - преимущественно ациклический.
2. В борьбе куреш необходима постоянная оценка внешней ситуации, творческая деятельность мозга, выраженные процессы экстраполяции.
3. Мощность выполняемой работы является переменной, с большой долей максимальной и субмаксимальной мощности.
4. Соревновательные поединки требуют от борцов более оптимального соотношения аэробной и анаэробной производительности. При этом надо учитывать весовые категории и индивидуальные особенности.
5. Борьба куреш предъявляет значительные требования к нервной системе, двигательному аппарату и сенсорным системам.

Полагаем, что обучение технике и тактике спортивной борьбы куреш необходимо на основе всей совокупности физиологических механизмов. Учет физиологических механизмов может помочь выбрать правильное направление анализа и синтеза в работе тренера-преподавателя. Построение навыка - это смысловое цепное действие, где не следует пропускать, перепутывать отдельных звеньев. Сам навык совсем не однороден: он содержит в себе ведущий уровень и его фонны, ведущие и вспомогательные звенья, разнообразные автоматизмы коррекции.

В спортивной борьбе куреш помимо частных технико-тактических действий имеется широкий спектр ситуаций, в которых спортсменам необходимо ориентироваться и принимать более правильные решения с биомеханической точки зрения [1].

С позиции биомеханики и кибернетики любому произвольному движению предшествует формирование в мозгу "модели потребного будущего" (по А.Н. Бернштейну) или "акцептора действия*" (по П.К. Анохину). Поэтому необходимо вначале правильно оценить первоначальную ситуацию, поставить задачи по направлению выполняемого движения и определить способ двигательного действия. После этого на сенсорных уровнях формируется биодинамическая структура, позволяющая реально осуществлять задуманный план [2,4].

Чтобы охватить множественные в борьбе куреш взаимоположения и ситуации, необходимо проанализировать их по наиболее характерным биомеханическим признакам и распределить по значимости.

Борьба куреш - один из видов спортивной борьбы, относящихся к ситуационным, которое имеет определенный набор двигательных действий, связанных с переведением тела (или части тела) сопротивляющегося соперника из какого-либо положения в заданное конечное положение. Осуществляется это может различными способами, согласно с правилами соревнований. Правила соревнований часто меняются, но общие принципы борьбы (задачи, способы решений на общем уровне) постоянны - есть соперник, его следует перевести из вертикального в горизонтальное положение; для этого имеются способы, которые могут решить данную задачу полностью или частично.

Для синтеза технико-тактических действий, имеющихся в спортивной борьбе куреш, необходим пересмотр некоторых стереотипных положений, которые доминируют в настоящее время в начальном этапе обучения технико-тактическим действиям.

Необходимо рассматривать борцов курешистов в неразрывной связи, учитывая их первоначальные позы и взаимный захват, без которого невозможно приложить усилия к сопернику. Эти факторы обуславливают биокинематическую цепь, от особенностей которой зависят возможные кинематические и, соответственно, динамические параметры выполняемых движений, необходимых для достижения поставленной цели.

По выполняемым задачам технико-тактические действия в борьбе куреш разграничиваются на три подраздела.

1. Первоначальные технико-тактические действия, связанные с приобретением, сохранением или изменением собственного исходного положения относительно соперника: позы, образуемые взаиморасположением обоих курешистов - основой исходных положений перед проведением целенаправленно атакующего, защитного, контратакующего действия; захваты, образующие биокинематическую связь, обеспечивающую передачу необходимого скоростного силового воздействия на противника; передвижения с целью изменения исходного положения.

2. Основные технико-тактические действия, которые связанные с перемещением тела соперника из исходного положения в заданное и воздействием на часть его тела, приводящим к победе.

3. Вспомогательные технико-тактические действия, вызванные защитой от атакующих действий соперника, подготовительными действиями, создающими более выгодные динамические ситуации.

1. Анаркулов, Х.Ф. Исследование технической подготовленности курешистов в соревновательных схватках /Х.Ф.Анаркулов //Вопросы развития кыргызской физической культуры. – Бишкек, 2005. – С.29-34.
2. Анохин, П.К. Очерки по физиологии функциональных систем / П.К.Анохин. – М.: Медицина. -1975. -25 с.
3. Агушкин, Ф.К. О биомеханической сущности спортивной техники/ Ф.К.Агушкин /: материалы 1-ой Всесоюзной конференции по биомеханике спорта. –М.: ВНИИФК. -1974. –С.3-4.
4. Бернштейн Н.А. Новые линии развития в физиологии и их отношение к кибернетике / Н.А.Бернштейн // Вопросы философии. – М. -1962. –С.77-78.
5. Келлер В.С. Теоретико-методические основы подготовки спортсменов / В.С.Келлер , В.Н. Платонов / – Львов: ЛГИФК. -1993. -270с.
6. Лесгафт, П.Ф. Психология нравственного и физического воспитания / П.Ф.Лесгафт. –М.: Физкультура и спорт. -1998. -15с.
7. Павлов, А.Е. Особенности методики обучения основным техническим приемам борьбы спортсменов 12-16 лет: автореф. дис. ...канд. пед. наук: 13.00.04. /А.Е.Павлов.–М. -1998. -412с.
8. Сеченов, И.М. К вопросу о влиянии раздражения чувствующих нервов на мышечную работу: Избранные труды / И.М.Сеченов. – М., 1935. -152 с.

Түйіндеме

Р.Карабаев - Ош мемлекеттік университетінің аға оқытушысы, Қыргыз Республикасы

Қыргыз ұлттық спорт күресіндегі бірлестікті техникалық-тактикалық амалдардың педагогикалық негіздерін үйретудің физиологиялық-педагогикалық негіздері

Берілген мақалада курешті Қыргыз ұлттық күресінің бірлестікті техникалық-тактикалық амалдарына үйретудің физиологиялық және педагогикалық негіздері қарастырылады. Қеңістікті қарым-қатынастарды сезіну мен тану бұлшықет сезімталдығының адамның басқа сезім мүшелерімен өзара байланысы негізінде мүмкін екендігі анықталады.

Түйін сөздер: куреш куресі, техникалық-тактикалық даярлық, қымыл белсенділігін, бұлшықет сезімталдығы, физиологиялық механизм, техникалық-тактикалық амалдар бірлестігі, ақыл-ой және дene еңбегі.

Summary

R. Karabaev - senior teacher of the Osh State University, the Kyrgyz Republic.

The physiological and pedagogical principles of the teaching of the conjoint technical and tactical actions of the Kyrgyz national wrestling “Kuresh”

This article is about the physiological and pedagogical principles of learning conjoint technical and tactical actions by Kyrgyz national wrestling “Kuresh”. It is noted that the perception and cognition of spatial relations is possible on the basis of the interaction of muscular feelings with other human senses.

Keywords: wrestling “Kuresh”, technical and tactical training, physical activity, muscular sense, physiological mechanisms, conjoint of technical and tactical actions, mental and physical work, the original position.

УДК 796.015:796

МЕТОДЫ ОБУЧЕНИЯ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКИМ ДЕЙСТВИЯМ В КЫРГЫЗСКОЙ НАЦИОНАЛЬНОЙ БОРЬБЕ “КУРЕШ”

Р.Карабаев – старший преподаватель Ошского государственного университета

В данной статье рассматриваются специфические и неспецифические методы обучения технико-тактическим действиям в Кыргызской национальной спортивной борьбе куреш: при освоении теоретических и практических разделов, предусмотренных программой отмечается необходимость применения общепедагогических (словесных и наглядных) и практических (строго регламентированного упражнения, игровых и соревновательных) методов в различных сочетаниях.

Ключевые слова: борьба куреш, методы обучения, техника и тактика борьбы куреш, разностороннее развитие учащейся молодежи, учебно-тренировочный процесс, моделирование.

После приобретения Независимости в республике значительно активизировалось историческое сознание народа. Народ стал проявлять обостренное чувство к своим исконно-традиционным средствам всестороннего развития молодежи и защите Родины.

К более эффективным средствам разностороннего воспитания учащейся молодежи является Кыргызская национальная спортивная борьба “Куреш”.

В связи с этим одним из архиважных проблем в многогранной деятельности тренера-преподавателя становится “Как учить” технико-тактическим действиям в спортивной борьбе, в том числе Кыргызской национальной спортивной борьбе “куреш” выводит нас на одну из важнейших проблем теории и практики спортивной тренировки, категорию методов обучения.

Для успешного решения задач обучению техническим действиям в борьбе куреш стали использовать ряд методов, как специфических, так и не специфических (общепедагогических, применяемых во всех случаях обучения и воспитания).

П.Ф. Лесгафт [1] подчеркивал, что со всеми требуемыми действиями необходимо знакомить занимающихся непременно по слову, а не по показанному. Воспринимать объект зрения легче, воспринимать его по описанию, слухом - труднее; первое требует менее сознательной работы, второе — большого внимания, напряжения и составления представления.

Методы словесного воздействия и их эффективность во многом зависят от того, насколько подготовлен спортивный педагог. П.Ф. Лесгафт выделял два главных метода: практический и теоретический, или систематический.

Практический метод обучения физическим упражнениям основан, главным образом, на развитии путем наблюдения, переосмысливания над наблюдаемым и получением в работе. Развитие, как интеллектуальных, так и физическое, состоит, главным образом, в разъединении отдельных представлений и действий и двигательных в сравнении их между собой. При проявлении стремлении производить эти разъединения своими силами следует знакомиться со всеми отдельными моментами всего двигательного акта. Из этих же отдельных моментов необходимо состоять и воспроизведение разъединенного. Сопоставлениями же подтверждаются общие образы и истины; при неполном воспроизведении сделанные выводы могут оказаться далеко или нелогичными, в связи с этим логичность сделанных выводов возможна только при достаточном полученных фактов, находящихся в определенной взаимосвязи между собой.

Систематический метод при разъединении изучаемых двигательных действий, движений на элементарных двигательных действий их формы приучает соединять простейшие формы в более сложные, повышая постепенно их силу и скорость. Теоретический способ должен приучить занимающегося ученика к воспроизведению как умственной, так и физической деятельности с более тратой прилагаемых сил и в короткий промежуток времени. Данный метод основывается на наблюдениях и опыте всех предыдущих поколений спортивных педагогов и самих занимающихся.

В методах физического воспитания воплощаются более рациональные подходы к успешному освоению двигательных действий и соответствующие формы их общей регламентации (организации и регулирования).

В целом возможны два противоположных подхода к освоению двигательных действий: с первоначальным расчленением их на составные элементы и без расчленения (то есть сразу в целостном виде). Оба этих вида целесообразны с учетом педагогических и биомеханических своеобразий изучаемых действий (их сложности или простоты), уровня предварительной интеллектуальный, психологической, технико-тактической и других подготовленности самих занимающихся и других условий.

Ряд специалисты отмечают необходимость применения общепедагогических (словесных и наглядных) и практических (строгого регламентированного упражнения, игровых и соревновательных) методов в различных сочетаниях. Каждый метод следует использовать не стандартно, систематически приспособливать к более конкретным предъявляемым требованиям, непосредственно обусловленным особенностями практики спорта. Тенденция к значительному повышению интенсивности учебно-тренировочного процесса вынудила спортивных педагогов использовать нетрадиционные методы обучения технике двигательным действиям.

Так, В.В. Пыжовым, В.С. Портак [2] предприняты небезинтересные попытки проведения борца по оптимальной пространственной структуре приема ("обучающее лидирование"). Основные положения "обучающего лидирования" в определенной степени перекликаются с идеями И.П. Ратова [3] о облегчающем проведении на структуре приема.

Предусматривается оптимизировать двигательную установку на проведение двигательных действий, внесения изменения выполнения двигательных ориентиров. Для оптимизации обучения техническим действиям, в стойке применяются «наклонные платформы».

Также по использованию нетрадиционных методических форм, имеются предложения по применению корректировки выполняемых двигательных действий борцов, с помощью

электростимуляторов. Конструкции тренажеров постоянно совершенствуют в целях развития технико-тактического мышления, используются кинотренажеры. Для более оптимального обучения изготовлен «анатомоморфный манекен», снабженный программирующим контролльным устройством, позволяющим совершенствовать технико-тактические действия борца-курешиста.

Практическими методами обучения технико-тактическим действиям является целостный и расчлененный (по частям), а также созданный на их стыке расчлененно-конструктивный (комбинированный) метод. Методом целостного упражнения производится обучение достаточно простым техническим действиям, расчлененным методом - более сложным в координационном отношении двигательным действиям. Расчлененно-конструктивный метод предусматривает комбинированное применение указанных методов. По мнению О.П.Юшкова [4], наиболее эффективным является метод целостного изучения физического упражнения, так как он позволяет формировать необходимые двигательные навыки с использованием множественных педагогических приемов:

- последовательным переходом от упрощенных форм целостного;
- технического действия к конечному;
- применением ориентиров и ограничителей;
- созданием облегченных внешних условий;
- упрощением;
- фиксацией;
- оказанием дополнительной помощи с использованием вспомогательных технических средств;
- последовательным переключением внимания на отдельные фазы движения;
- повторяющимися и постоянными условиями;
- варьированием условий;
- игровым методом.

Также выделяют метод разучивания с помощью подводящих физических упражнений, суть его состоит в выполнении двигательного действия, последовательность которых приводит к более оптимальной реализации самого разучиваемого технического движения, что значительно улучшает скорость его усвоения. Достоинством этого метода является не только увеличение темпов разучивания (за счет использования явления положительного переноса двигательного навыка), но и значительное уменьшение число травм занимающихся.

Полагаем, что нерациональное использование комбинированного и, особенно, расчлененного метода может привести к формированию неслитного, дискретного двигательного навыка.

При изучении способности занимающихся к освоению сложнокоординационных технических движений на примере кыргызской национальной спортивной борьбы куреша мы пришли к выводу: темп освоения их и его сохраняемость различны. В зависимости от качества и темпов освоения обучения можно выделить занимающихся по следующим показателям:

- быстро осваивающих новый материал, однако, их навыки остаются неустойчивыми;
- медленно осваивающих новый материал, к тому же их навыки остаются неустойчивыми;
- быстро осваивающих новый материал, при этом их навыки отличаются достаточно высокой сохраняемостью.

В учебно-тренировочном процессе обучения вышеуказанные закономерности необходимо не упускать из вида.

Для обучения и совершенствования техники и тактики в единоборстве В.С. Келлером [5] предложено использовать следующие группы методов тренировки:

- без противника (на первых этапах обучения);
- с условным противником (вспомогательными приспособлениями - манекенами и т.д.);
- с партнером (оказывающим помощь и создающим выгодные ситуации);
- с противником (противодействующим напарником).

Для обучения и совершенствования техники и тактики спортивной борьбы применяются самые разнообразные контрольно-тренажерные устройства, манекены, мешки и т.д., но при всей их пользе (которая состоит в возможности акцентировано совершенствовать необходимый двигательный навык в искусственной среде) необходимо помнить о том, что злоупотреблять их использованием не следует, так как никакой, даже самый «совершенный аппарат» не сможет заменить партнера - живого человека.

Важным фактором повышения качества обучения технике и тактике спортивной борьбы-куреша является применение специализированных подвижных игр.

До недавнего времени считалось, что на начальном этапе достаточно обучать техническим действиям и затем постепенно выполнять их в соревновательных условиях, т.е. включать их в соревновательную деятельность. В тоже время тренеры-преподаватели упускали из виду необходимость формирования навыков ведения непосредственного поединка, а также навыков выполнения технико-тактических действий в условиях непосредственного соперничества (при постоянно меняющихся ситуациях и присутствии сбивающих факторов).

Вышесказанное послужило основой для разработки ситуационных заданий. Основным противоречием, которое побудило нас выполнить исследовательскую работу, явилось несоответствие между необходимостью овладения борцами - курешистами основами ведения поединка и неэффективностью решения данной проблемы на базе строго регламентированных методов обучения, в достаточной мере не учитывающих стремления занимающихся к соревновательным формам проявления двигательной деятельности, к творческому освоению технико-тактического мастерства.

На сегодня разработана методика программируемого обучения, подразумевающая разделение материала на отдельные части, реализацию в каждой из них конкретных задач и использование методов контроля за его успешным освоением.

В настоящее время одним из основных методов совершенствования технико-тактического мастерства борцов-курешистов является метод моделирования.

Педагогических способов моделирования противоборства весьма много. Наиболее распространенными из них являются:

-формальное (ситуативное) моделирование технико-тактических действий (или их отдельных элементов);

-игровое противоборство по определенным правилам;

-функциональное моделирование эпизодов и ситуаций соревновательного противоборства.

Предметом анализа в этом случае могут являться:

-эффективные технико-тактические действия, составляющие арсенал ведущих борцов - курешистов;

-тактика ведения поединка;

-особенности современной практики судейства на ответственных международных соревнованиях по борьбе куреш.

Моделирование различных ситуаций поединка, включая субъективные факторы судейства, позволяет, во-первых, разнообразить навыки и умения борца на основе закономерностей процесса овладения основами противоборства как видом двигательной деятельности и, во-вторых вырабатывать индивидуальный стиль и тактику ведения поединка, формировать и совершенствовать коронную технику на основе вновь осваиваемых и постоянно обновляемых способов тактической подготовки и использования благоприятных динамических ситуаций. Такой подход в обучении обеспечивает органическую взаимосвязь между начальным обучением и спортивным мастерством.

Для моделирования соревновательной деятельности борцов применяются также различные инструментальные методы с использованием тренажеров, обеспечивающих обратную связь.

Вопросы коррекции технических действий представляют большой интерес для практики спортивной борьбы. Между тем, сама проблема переучивания отдельных элементов, сложных по координации движений (особенно у спортсменов высокой квалификации), довольно серьезна и трудна. Поэтому лучше исправлять ошибки, не допуская их закрепления. При выборе методов устранения ошибок необходимо учитывать их вид, причину возникновения и индивидуальные особенности курешиста.

1. Анаркулов, Х.Ф. Мектепте куреш боянча сабак откоруунун ықмалары: Окуу куралы /Х.Ф. Анаркулов //Мектепте дene тарбияны оркундоттуу – Фрунзе: Мектеп, 1989. – 36 б.

2. Келлер, В.С. Теоретико-методические основы подготовки спортсменов //В.С.Келлер, В.Н.Платонов. – Львов: ЛГИФК. – 1993.-270 с.

3. Лесгафт, П.Ф. Психология нравственного и физического воспитания/П.Ф.Лесгафт. –М: Физкультура и спорт. 1999.- 405 с.

4. Пыжсов, В.В. Использование приемов непосредственного воздействия при обучении технике приемов./В.С.Пыжсов, В.С.Порох // Спортивная борьба: Ежегодник, -М: Физкультура и спорт. 1981.- с. 27-29.

5. Ратов, И. П. Перспективы преобразования системы подготовки спортсменов на основе использования технических средств и тренажеров ./ И.П.Ратов // Теория и практика физической культуры.- М.-1976.-№10, - С.60-65.

6. Юшков, О. П. Методы обучения технике / О.П.Юшков // Спортивная борьба : Ежегодник. - -: Физкультура и спорт. -1982.- с. 19-23
7. Шахмурадов, Ю.А. Научно- методические основы многолетней технико-тактической подготовки борцов. автореф.дис...докт.пед.наук. 13.00.04 / Ю.А.Шахмурадов. -М.,1999.-44 с.

Түйіндеме

R.Карабаев - Ош мемлекеттік университетінің ага оқытушысы

Қырғыз ұлттық күресінің техника-тактикалық әрекетін оқыту әдістемесі

Берілген мақалада курешті Қырғыз ұлттық күресінің техникалық-тактикалық амалдарын спецификалық және спецификалық емес оқу әдістемесінің теориясы мен тәжірибелік (қатаң шектелген жаттығулар, ойындық және жарыстық) әдістердің үйлестіру қолдану қажеттілігі көрсетілген.

Жалпы педагогикалық (ауызша және көрнекілік) және әр түрлі тәжірибелік (қатаң шектелген жаттығулар, ойындық және жарыстық) әдістердің үйлестіру қолдану қажеттілігі көрсетілген

Қозғалыс білгілігі мен дағдыларын бірнеше педагогикалық тәсілін қолданылып қарастырылған. Бұлар: техникалық әдістің түрлайлық тұтас жеңіл түрінен соңына ауысу; нысанан және шегін пайдалану; жеңілдетілген жағдай жасау; жеңілдету, фиксация; қосымша көмек көрсету; дәйектілік ауысу, қайталу, жағдайды түзету, ойындық әдіс және т.б.

Түйін сөздер: куреш күресі, оқыту әдістемесі, куреш күресінің техника және тактикасы, жасөспірім оқушылардың жан-жақты дайындығы, оқу-жаттықтыру үрдісі, ұлғлендіру.

Summary

R.Karabaev - senior teacher of the Osh State University, the Kyrgyz Republic

Methods of teaching of the technical and tactical actions of the Kyrgyz national wrestling "Kuresh"

This article is about the specific and non-specific methods of teaching of technical and tactical actions of the Kyrgyz national wrestling "Kuresh": practical and theoretical methods. It should be noted the necessity of the use of general pedagogical (verbal and visual) and practical (strictly regulated exercise, game and competitive) methods in various combinations.

Keywords: wrestling "Kuresh", teaching methods, techniques and tactics of wrestling "Kuresh", diversifying of students, training process and modeling.

УДК 178.04

ИССЛЕДОВАНИЕ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ВОЗДЕЙСТВИЙ НА УРОВЕНЬ И ДИНАМИКИ ГОТОВНОСТИ СТУДЕНТОВ СПЕЦИАЛЬНОСТИ «ПЕДАГОГ МЕТОДИКИ НАЧАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ» К ФИЗКУЛЬТУРНО - СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

**Ж.А.Кашматова - преподаватель Кызыл-Кыйского гуманитарно-педагогического института
Баткенского государственного университета**

В данной статье путем экспериментального обоснования рассматриваются вопросы связанные с выявлением эффективности специальных педагогических воздействий на уровень и динамики готовности студентов специальности: " Педагог методики начального образования " к предстоящей физкультурно-оздоровительной деятельности с учащимися начальных классов.

На основе исследования установлены показатели относительной силы мотивов выбора студентов профессии педагога начальных классов.

Ключевые слова: физическая культура, физкультурно-спортивная деятельность, педагог начальных классов, учащихся начальных классов, общеобразовательная школа, мотивы, двигательная активность.

Происходящее в Кыргызской Республике политические, экономические и идеологические преобразования обуславливает пересмотр подготавки будущих педагогов общеобразовательных учреждений. В этом плане не является исключением подготоаки будущих педагогов по специальности: "Теория и методика начального образования".

В связи этим нами предприняты попытки обосновать специальных педагогических воздействий на готовность и динамики студентов-педагогов.

Целью опытно-экспериментального исследования заключалась в изучении уровня и динамики развития готовности студентов-педагогов к физкультурно-спортивному воспитанию.

Для достижения нами были осуществлены:

- тестирование уровня динамики усвоения знаний по образовательному предмету " Физическая культура ";

- анкетный опрос закрытого типа: " Отношение к физкультурно-спортивной деятельности ".

- тестирование уровня развития физических качеств.

В исследовании приняли участие студенты Кызыл-Кыйского гуманитарно-педагогического института, Баткенского государственного университета.

В первом эксперименте приняли участие 60 студентов первого, 55 студентов второго, 30 студентов третьего и 30 студентов четвертого курсов обучающихся по специальности: “ Педагог теории и методики начальных классов ”. Измерение и оценка качества усвоения педагогических знаний осуществлялась с помощью системой тестовых заданий, предложенных Е.Н.Аксентьевым [1]. Содержание тестовых заданий отражало образовательный материал по предмету “ Физическая культура для учащихся начальных классов общеобразовательных школ Кыргызской Республики ”[3]. Студентам-педагогам предлагалось выбрать один из четырех вариантов ответа на вопрос, который, по их мнению, является правильным. На выполнение теста отводилось 60 минут. Результаты тестирования приведены в таблице 1.

Таблица 1. Показатели знаний студентов по предмету «Физическая культура», баллы ($M \pm m$)

Курс обучения	Количество испытуемых	Показатели качества усвоения знаний
Первый	50	$15,54 \pm 3,88$
Второй	55	$18,16 \pm 3,73$
Третий	40	$16,85 \pm 3,66$
Четвертый	40	$17,94 \pm 4,84$

Установлено, что уровень знаний студентов по физической культуре (ФК) существенно повышается только за первый год обучения в вузе ($P < 0.05$). В последующие три года он остается практически неизменным. Это свидетельствует о том, что традиционные подходы к формированию ФК личности не оказывают существенного влияния на формирование знаний как одного из его структурных частей.

Обращает внимание относительно низкий (неудовлетворительный) уровень знаний по ФК, характерный в целом для всей выборки испытуемых (от 15 до 18 баллов). Другими словами, студенты в среднем смогли ответить только на один из трех предлагаемых нами вопросов.

Низкий уровень теоритической осведомленности студентов о ФК выступает существенным препятствием при решении задач развития остальных структурных частей ФК личности студентов: формирование потребности в занятиях физическими упражнениями (ФУ), умений планировать, осуществлять, контролировать и корректировать самостоятельную физкультурно-спортивную деятельность (ФСД) в целях укрепления здоровья и физического совершенствования.

При проведении анкетного опроса с применением анкетного опросника закрытого типа “Отношение к ФСД” испытуемым предлагалось выбрать один из четырех предлагаемых вариантов ответа, который более полно соответствовал особенностям их отношений и реального поведения.

Известно, что в качестве мотивов, побуждающих человека к ФСД, могут выступать стремление укрепить и сохранить здоровье, повысить уровень своей физической подготовленности (ФП).

Нами установлено, что большинство студентов первого курса оценивают состояние своего здоровья как хорошее (78,3%). Самооценка здоровья за 4 года обучения существенно не изменяется: 75% студентов 4 курса также хорошо оценивают уровень своего здоровья. Значительная часть первокурсников дает отличную и хорошую оценку уровня своей ФП (68,3%). За 4 года наблюдается значительное повышение этого показателя – до 79%, одновременно уменьшается доля студентов, которые оценивают его удовлетворительно (от 30% на первом курсе до 21% - через 4 года обучения).

Следовательно, большая часть из них удовлетворена своим физическим здоровьем и ФП. Исходя из этого, можно предположить, что стремление укрепить и сохранить здоровье, повысить уровень своей ФП занимает в структуре мотивационного компонента готовности этих студентов к самостоятельной ФСД далеко не ведущее место.

На ряду с этим они хорошо знают и понимают значимость ФК для укрепления и сохранения здоровья: 85% первого курса и 87,5% студентов четвертого курса считают, что здоровье человека больше чем на половину зависит от систематических занятий ФУ.

Результаты анкетирования показывают, что для студенческой молодежи более характерным является стремление заниматься ФУ, исходя из соревновательных мотивов. Установлено, что большая часть студентов первого курса относятся к спорту как к самой важной части своей жизни (5%) и как к лучшему способу организации досуга, свободного времени (41,7%). К четвертому курсу доля студентов с подобным отношением к спорту увеличивается соответственно до 20,8% и 50%.

Одновременно уменьшается количество студентов, которые занимаются спортом изредка, по настроению: от 53,3% на первом до 29,2% на четвертом курсах. Таким образом, можно предположить, что в период обучения в вузе наблюдается развитие соревновательных мотивов.

Обращает внимание, что 40% первокурсников и 25% четвертого курса занимались ФУ в школьные годы более трех лет, стаж занятий от одного года до трех лет имеют 28,3% студентов первого и 33,3% студентов четвертого курсов. Другими словами, более половины студентов имеют достаточно большой опыт ФСД. Однако в подавляющем большинстве случаев они занимались ФУ или конкретными видами спорта не самостоятельно, а под руководством педагогов физической культуры.

Поступив в вуз, продолжают заниматься ФУ более трех раз в неделю 53,35% студентов первого и 58,3% студентов четвертого курсов. Остальные студенты занимаются ФУ изредка, 1-2 раза в неделю (38,3% первокурсников и 29,2% студентов 4 курса), или вовсе не занимаются (8,35% и 12,5% соответственно).

При этом практически все испытуемые понимают личную необходимость заниматься ФУ. Наряду с этим, каждый четвертый из студентов первого курса отмечает отсутствие желания уделять этому свободное время (23,3%), к четвертому курсу доля этих студентов существенно сокращается до 4,2%. В качестве причины, мешающей удовлетворить желание в занятиях физическими упражнениями, половина испытуемых первого (51,7%) и четвертого (50%) курсов указывают на отсутствие свободного времени. 45,8% студентов четвертого курса считают, что удовлетворить желание в занятиях ФУ им мешает отсутствие приемлемых условий. Студенты первого курса более терпимо относятся к этому фактору: только 23,3% оценивают эту причину в качестве основной.

Таким образом, в целом за годы обучения в вузе наблюдается усиление стремления студентов к ФСД. Между тем, понимание личной субъективной значимости занятий ФУ, возникновение и усиление желания посвятить этому свободное время не приводит к осозаемым практическим результатам: доля студентов, самостоятельно, по собственной инициативе, занимающихся ФСД, существенно не изменяется.

На ряду с этим подавляющее большинство студентов, как первого, так и четвертого курсов, проявляют обостренные чувства к спорту как к зрелицу. Половина из них стремится постоянно быть в курсе спортивных событий, происходящих в Республике и за ее пределами, вторая половина предпочитает наблюдать только за ходом крупнейших международных соревнований. И только незначительная часть студентов – от 7,3% на первом до 12,6% на четвертом курсах отличается равнодушным отношением к спорту. Поскольку объем выборки “студентов-болельщиков” гораздо больше, чем количество студентов, занимающихся спортом, то можно сделать вывод о существовании достаточно большой доли студентов-педагогов, чей интерес к спорту проявляется только на уровне восприятия и эмоционального переживания хода и результатов соревновательной деятельности с участием более известных спортсменов.

Значительная часть студентов как первого (73,3%), так и четвертого (75%) курсов только изредка проявляют обостренные чувства к вопросам, относящимся к правильной организации занятий ФУ.

Половина студентов первого курса не имеют никакого опыта проведения занятий ФУ с группой людей, 31,7% только изредка проводили такие занятия (менее 5 раз). Для студентов четвертого курса эти показатели составляют соответственно 41,6%.

Недостаточность знаний и практического опыта в организации и проведении занятий ФУ подавляющее большинство студентов приводят к тому, что они не являются для окружающих людей авторитетами в сфере методики физического воспитания: к ним редко или вообще не обращаются совсем за консультацией по вопросам организации ФСД.

Студентам предлагалось ответить на вопрос “Для чего Вы занимаетесь (или занимались бы) ФУ в первую очередь? Проранжируйте возможные причины, начиная с самой главной”.

Испытуемые должны были просмотреть список из 6 мотивов и расположить их в порядке снижения субъективной значимости. Мотив, поставленный студентам на первое место, оценивался в 6 баллов, на второе-пять, на третье-четыре, на четвертое-три, на пятое-два, на шестое-один балл. Внутри каждой выборки испытуемых-студентов первого и четвертого курсов рассчитывали суммы баллов отдельно по каждому из шести мотивов и общая сумма баллов по всем мотивам вместе взятым. Чем чаще выделялся студентами тот или иной мотив, и чем чаще он ставился на первые места как наиболее значимый, тем большей была сумма баллов по данному мотиву. Далее определялось процентное отношение данной суммы к общей сумме баллов. Этот показатель условно принимался нами за показатель относительной побудительной силы того или иного мотива для испытуемых данной выборки (таблица 2).

Таблица 2.- Распределение силы мотивов студентов к физкультурно-спортивной деятельности, %

№	Мотивы ФСД	1-курс, n=50	4-курс, n=30
1	Чтобы добиться успеха в спорте, быть первым	11,0	11,0
2	Удовольствие от соревновательной борьбы	11,1	9,2
3	Чтобы заполнить свободное время, пообщаться с друзьями	17,4	19,3
4	Чтобы испытать удовольствие от движения	18,0	17,3
5	Чтобы быть физически здоровым	20,7	22,0
6	Чтобы стать физически развитым, ФП, улучшить телосложение	21,8	21,2

Более часто упоминаются испытуемые обеих групп в качестве причины включения в ФСД мотивы улучшения показателей физического развития, ФП, укрепления и сохранения здоровья. На второй позиции находятся мотивы, в основе которых лежит стремление к удовлетворению физиологической потребности в двигательной активности и коммуникативной потребности в принадлежности в группе. Соревновательные мотивы и мотивы достижения успеха занимают мотивационно структуре студентов только третье место.

1. Аксентьев, Е.Н. *Формирование готовности студентов педагогических вузов к физкультурно-спортивной деятельности: автореф. дис... канд.пед.наук: 13.00.04/ Е.Н.Аксентьев.* - Чебоксары, 2004.- 22 с.
2. Теория и методика физической культуры: учебное пособие для ИФК: под редакцией А.И.Шарабакина, К.У.Мамбеталиева.- Бишкек: Шам, 1997- 327 с.
3. Физическая культура: комплексная программа для общеобразовательных школ Кыргызской Республики. - Бишкек: МОН КР, 1997.- 22 с.
4. Шарабакин, Н.И. Школьная физическая культура: учебное пособие / Н.И.Шарабакин, Н.С.Бервинова.- Бишкек: Технология, 2003.- 197 с.
5. Шульгатий, Л.П. Методы активного обучения: классификация, характеристика и основы применения / Л.П.Шульгатий, В.А.Баландин, Ю.К.Чернышенко.- Краснодар: КГАФК, 1991.- 143 с.
6. Эндрюс, Д.К. Роль образования в пропаганде здорового образа жизни в двадцать первом столетии / Д.К.Эндрюс // Теория и методика физической культуры.- М., 1993.- N.I.- C.46-48.

Түйіндеме

Ж.А.Кашматова – Баткен мемлекеттік университетінің Қызыл-Қый гуманитарлық-педагогикалық институтының оқытушысы

«Бастауыш білім беру теориясы мен әдістемесінің педагогигы мамандығы студенттерінің дene шынықтыру-спорттық қызметке даярлығының деңгейі мен динамикасына педагогикалық әсерлерді зерттеу

Қыргыз Республикасында болып жатқан саяси, экономикалық және идеологиялық өзгерістер жалпыға білім беру үйімдарының болашақ педагогтарын даярлауды қайта қарастыруды талап етеді. Бұл жоспарда «Бастапқы білім беру теориясы мен әдістемесі» мамандығы бойынша болашақ педагогтарды даярлау болуы қарастырылады. Осылан байланысты біз студент-педагогтардың даярлығы мен динамикасына арнағы педагогикалық әсерлерге негіздеме беруге тырыстық.

Түйін сөздер: дene шынықтыру, дene шынықтырулы-спорттық қызмет, бастауыш сынып оқытушысы, жалпыға білім беру мектептебі, уәждемелер, қымыл белсенділігі.

Summary

Zh.A.Kashmatova - teacher of Kyzyl - Kyyskogo Humanitarian Pedagogical Institute of Batken State University

The research of the effectiveness of the pedagogical impact on the level and evolution of students, studying

“Theory and methodology of primary education” in physical and sport activity

What is happening in the Kyrgyz Republic political, economic and ideological transformation leads to the revision of training future teachers of educational institutions. In this respect, it is no exception preparationfuture teachers with a degree in " Theory and methods of primary education".

In this regard, we have attempted to justify the special pedagogical influences on the willingness and the dynamics of student teachers.

The aim of an experimental study was to investigate the level and dynamics of development of readiness of students - teachers to sports and sports education.

This article discusses the issues associated with the identification of the effectiveness of special pedagogical influence on the level and dynamics of readiness of students of a specialty " Teacher of theory and methodology of primary education " for sports and recreational activities with primary school pupils.

On the basis of the study established indicators of the relative strength of motives select students profession of primary school teacher.

Keywords: physical education, sports and sportvinaya activities, teacher of primary school, primary school pupils, secondary school, motivation, motor activity.

УДК 796.011.014

ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ КЫРГЫЗСКИХ НАРОДНЫХ СРЕДСТВ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И ПОДГОТОВКА УЧАЩИХСЯ К СДАЧЕ НОРМАТИВОВ РЕСПУБЛИКАНСКОГО ФИЗКУЛЬТУРНОГО КОМПЛЕКСА «ДЕН СООЛУК»

А.Ж.Жакипов - соискатель Жалал-Абадского государственного университета, Кыргызская Республика

Ю.Р.Тиленчиев - преподаватель Жалал-Абадского государственного университета, Кыргызская Республика

В данной статье рассматриваются: место и значение физкультурного комплекса «Ден Соолук» в физическом воспитании школьников; результаты использования Кыргызских народных подвижных игр и физических упражнений в улучшении физического развития испытуемых, физической подготовленности учащихся, общеобразовательной подготовки и состояния здоровья учащихся, интеграция, национальная политика, общественность.

В рассматриваемом плане следует отметить и такое обстоятельство, как широкое распространение ряда видов физических упражнений, представляющих этнопедагогическое физкультурное богатство народов республики, нашедших достойное место в республиканском физкультурном комплексе «Ден Соолук» (здравые) т.е. комплекс ГТО.

Ключевые слова: Кыргызская Республика, Правительство, педагогическая наука, культура, комплекс ГТО, климатические, демографические условия, подрастающее поколение, сельская школа, систематизация, экспериментальные и контрольные классы, народные подвижные игры, физические упражнения, физическое воспитание, физическая культура, уроки физической культуры, учащиеся общеобразовательных школ, комплекс «Ден Соолук», школьники, физическое развитие, физическая подготовленность, здоровья учащихся.

Кыргызская Республика находится на состояние своего дальнейшего развития, когда правительством и всей общественностью прилагаются большие усилия интеграции в международное политическое, экономическое и идеологическое пространство.

Все это осуществляется в органическом единстве с обновлением национальной политики, направленной на формирование и совершенствование уровня многосторонней культуры Кыргызстана, охватывающей собой и такую ее часть, как физическая культура.

Как известно, педагогическая наука и практика физической культуры давно стала на путь широкого применения в образовательном и воспитательном процессе богатого наследия народных подвижных игр и физических упражнений. Однако достаточно полноценного научного обоснования она до сих пор не получила. Чаще всего слабо развиваются, в частности плане бессистемный характер, фрагментальный, в том или ином научные исследования, посвященные использованию народных игр и физических упражнений в целях содействия подготовки к выполнению нормативных требований республиканского физкультурного комплекса «Ден Соолук».

Успешному решению задач физического воспитания подрастающего поколения в республике и подготовки его к выполнению требований комплекса «Ден Соолук» может способствовать разработки и внедрения в практику образовательных программ по физической культуре для разных звеньев систем формирования подрастающего поколения, предусматривающая использования народных подвижных игр и физических упражнений как обязательных занятиях. Разумеется, что такая работа в этом должны учитывать этнопедагогическое, географическое, климатические и демографические своеобразования ее проведения.

Целью исследования явились: повысить уровень физической подготовленности учащихся 4-6 классов сельской школы успешной сдачи ими норм комплекса «Ден Соолук» на сонове целеустремленного физического воспитания, предусматривающего широкое применение в уроках физической культуры Кыргызских народных подвижных игр и физических упражнений.

Педагогический эксперимент (ПЭ) проводился в 4-6 классах, он проходил в СШ. им Ю. Гагарина Базар-Курганского района Жалал-Абадской области и А.Навой Араванского района Ошской области КР.

В ПЭ в каждой школе участвовало по 4 экспериментальных и контрольных класса каждой параллели. В экспериментальных классах (ЭК) участвовало 52 мальчика и 66 девочек, такое же количество их было в контрольных классах (КК). Персональный состав школьников

экспериментальных и КК не изменяется в системе в течение трех учебных лет (2012-2013; 2013-2014; 2014-2015; учебных годов)

Существенных различий в физическом развитии, физической подготовленности и успеваемости учащихся экспериментальных и КК не были, уроки велись педагогами в полном соответствии с требованиями действующей программы.

Испытания по тестам физической подготовленности (ФП), атпропометрическим показателям проводились в начале и в конце каждого учебных годов. Общая успеваемость школьников учитывалась по четвергам и по итогам учебного года.

В результате бесед с сельскими жителями и просмотра бытующих народных подвижных игр и физических упражнений были выявлены наиболее традиционные, популярные среди них, пригодные для практического использования в уроках физической культуры (ФК) проводимых с учащимися 4–6 классов, обеспечивающее успешную сдачу норм республиканского комплекса «Ден Соолук». Об этом свидетельствует уровень ФП приобретенный ими в ходе специально организованного эксперимента.

Представляет интерес тот факт, что значительная часть Кыргызских народных подвижных игр физических упражнений полностью адекватны данным средствам педагогического воздействия, получившим распространение в других республиках Центральной Азии, а также в Российской Федерации, Китае, Афганистане, Турции. На наш взгляд, это закономерно и объясняется взаимопроникновением и взаимовлиянием культур различных народов, как в далеком прошлом, так и в последующее время, особенно после приобретения данными странами Независимости.

Принятая нами систематизация народных подвижных игр и физических упражнений осуществлена по трем признакам:

а) влиянию на развитие основных физических качеств; б) формированию двигательных навыков и умений; в) соответствуанию основным видам движений, определяющих практическую часть школьной программы физической культуры (ФК).

Указанные средства в экспериментальной программе были распределены с учетом необходимости их применения в занятиях гимнастикой, легкой атлетикой, баскетболом и плаванию. Такой подход к их распределению в системе уроков оказался интересным и перспективным. В дальнейшем он был использован составителями школьной программы по ФК.

В условиях нашего ПЭ общий показатель временных затрат на использование народных подвижных игр и физических упражнений составляет в среднем 33% длительности уроков, что превышает требования существующей государственной программы на 10%. Естественно, что такое увеличение не является самоцелью, оно учитывает так же уровень материально-технического обеспечения школ, наличие высококвалифицированных специалистов среди педагогов ФК и некоторые другие факторы (уровень управления, обеспечение методической литературой и т.п.).

Принятые на вооружение народные подвижные игры и упражнения сказали свое весомое слово в ходе ПЭ. Вместе с тем приобретенный в данном процессе опыт заставил внести некоторые уточнения и корректизы в содержание, организацию и правила практического применения, особенно в плане вовлечения в работу большего количества учащихся, управления интенсивностью производимых движений, применения способов и приемов текущего контроля за ходом педагогического процесса.

В ходе нашего экспериментального исследования нашли свое применение 50 народных подвижных игр и физических упражнений. Каждая из них использовалась в уроке от 3 до 6 раз. Профессиональный анализ хода эксперимента показал, что названное общее их число может быть сокращено до 40-45. Но такой подход к делу предполагает широкое использование системы соответствующих методических требований, раскрывающих направленность усилий занимающихся на мобилизацию ряда свойств и качеств личности.

Проведенный трехлетний ПЭ позволил прийти к выводу не только целесообразности, но и необходимости широкого внедрения обсуждаемых средств физического воспитания (ФВ) в работе со школьниками 4 –6 класса в плане их подготовки к выполнению норм республиканского физкультурного комплекса «Ден Соолук».

Учащиеся 4-6 классов общеобразовательной школы, особенно девочки, вступают в этот возрасте в период бурного физического созревания, что налагает соответствующий отпечаток на их морфологические и функциональные изменения. Естественно, что данный факт видоизменяет их возможности, особенно силовых показателях. Вместе с тем, ряд других сторон физического развития (ФР) изменяется значительно медленнее.

Опираясь на указанные особенности ФР как объективного биологического процесса, мы в ходе своего экспериментального исследования стремились к тому, чтобы обеспечить улучшение

достаточного разнообразия как формальных, так функциональных сторон совершенствования занимающихся. В соответствии с целью и характером опытной работы для этого использовались народные подвижные игры и физические упражнения.

Как уже было сказано выше, ФР учащихся определялось нами по показателям роста, окружности грудной клетки на вдохе и выдохе, ЖЕЛ и кистевой динамометрии (таблица 1).

Рост. Исходные данные полученные в 1-ом году обучения, у мальчиков и девочек экспериментальных и КК ярко выраженных отличий не имеют. Далее, при обучении в 5-ом классе ростовые показатели мальчиков несколько отстают от показателей девочек. Вместе с тем они быстрее прогрессируют, особенно у девочек, занимающихся в экспериментальных группах.

Окружность грудной клетки на вдохе и выдохе (ОГК). Исходные показатели у мальчиков и девочек занимавшихся в экспериментальных и контрольных группах, практически равны. Далее, у девочек обучающихся в ЭГ VI класса, они заметно превышают показателей мальчиков. Несколько иная картина наблюдается в показателях ОГК на выдохе. При разнице в 2 см между ОГК мальчиков и девочек по исходным данным (4 класс) девочки ЭК к окончанию 6 класса несколько превышают показатели мальчиков из КГ, а девочки КК сравниваются с мальчиками указанного класса. Как видим, в этом отношении опять же сказываются особенности возрастного формирования девочек. Вместе с тем все учащиеся ЭК демонстрируют явное преимущество перед учащимися, занимающимися в КК.

Жизненная емкость легких (ЖЕЛ). Имеющаяся разница в исходных показателях мальчиков и девочек (20 см.куб.) в дальнейшем увеличивается и достигает между ними 250 см.куб.

В ЭК он достигает 300 см.куб. Рост этого показателя не особенно велик, но явно выше, чем в КК.

Кистевая динамометрия. Изменения этого показателя за трехлетний период обучения напоминает изменения ЖЕЛ, но они происходят на новом качественном уровне. Нельзя однако не отметить, что они в целом невысокого уровня имеют место на фоне развития дыхательного аппарата наших испытуемых.

Как видим, показатели ФР школьников, участвовавших в качестве испытуемых в нашем эксперименте, по своему интересны и примечательны. Они говорят, с одной стороны, об уровне их физических возможностей, с другой, о том, что данный уровень можно реально охватить за счет использования в занятиях ФК народных подвижных игр и физических упражнений.

Эффективность выполнения экспериментальной программы в работе с учащимися 4-6 классов общеобразовательной школы является особо важной и показательной, свидетельствующей о влиянии народных подвижных игр и упражнений в условиях естественного педагогического процесса.

Самое обобщенное отражение данной эффективности получает в показателях выполнения специально подобранных КК. Они таковы.

Приведенный фактический материал говорит о том, что плавание и кросс без учета времени, выполняются учащимися экспериментальных и КК без особых затруднений, в частности, теми из них, которые проживает в близи Базар-Коргонской водохранилище и располагающие естественными возможностями для занятий бегом. Тем более, что в условиях планомерных занятий по ФК, эти упражнения обязательно включились в их содержание.

Что касается норм по выбору, то они осваивались как в ходе обязательных уроков, так и при проведении внеклассных физкультурных и спортивных мероприятий. Последний, чаще всего предусматривали туристический поход, соревнования по баскетболу или волейболу и полосы препятствий без учета времени. Как известно, эти виды также не лимитируются содержанием республиканского комплекса «Ден Соолук».

Большие трудности обычно возникают при выполнении норм в таких видах, как бег на 30 и 60 м, прыжки в длину и высоту с разбега, метание теннисного мяча, подтягивание и лазание. Но в результате эксперимента, именно в них получены убедительные результаты. И это притом, что 1-ый год занятий (в 4 классе) не выявил запланированных показателей у мальчиков в беге на 60 м и у девочек и мальчиков в беге на 30 м. Аналогичная картина была обнаружена во многих других видах упражнений (таблица 2).

По нашему мнению, указанные итоги являются естественными, связанными с тем, что педагогов ФК, проводившие эксперимент, на этом этапе работы слабо освоили требования экспериментальной программы проведения занятий. Да и сами учащиеся пока еще не понимали смысл и своеобразие уроков обновленного, измененного типа.

Таблица 1 - Физическое развитие сельских школьников экспериментальных классов в сравнении со средними данными других исследований

ВИДЫ	ПОЛ	Данные собственного исследования		Средние стандарты по КР		По данным Н.Мамиева (РК)		Нормы комплекса «Ден Соолук»	
		4 класс	6 класс	4 класс	6 класс	4 класс	6 класс	10-11 лет	12-13 лет
Рост	Мал Дев	138,6	152,4	133,6	151,0	138,0	143,0	140,6	152,6
		137,0	150,2	140,1	153,0	139,0	145,0	142,9	155,1
ЖЕЛ	Мал	1544	2270	2097	2211	0	0	0	0
		1386	1958	1929	2253	0	0	0	0
ОГК на вдохе	Дев	65,4	74,6	0	0	0	0	0	0
		67,4	77,1	0	0	0	0	0	0
ОГК на выдохе	Мал	61,55	69,9	0	0	0	0	0	0
		60,0	70,1	0	0	0	0	0	0
ОГК	Дев	0	0	68,0	72,20	67,0	71,7	68,4	74,8
		0	0	66,1	73,0	67,7	73,8	69,2	76,1
Динамометрия правой кисти	Мал	22,52	30,8	20,7	27,0	0	0	19,3	23,8
		16,55	26,6	17,1	22,2	0	0	15,2	20,8

Таблица 2 - Физическое развитие сельских школьников ЭК в сравнении со средними данными других исследований

ВИДЫ	ПОЛ	Данные собственного исследования		Средние стандарты по КР		Нормы комплекса «Ден Соолук»	
		4 класс	6 класс	4 класс	6 класс	10-11 лет	12-13 лет
Бег 60 м (сек)	Мал Дев	10,3 11	9,7 10,0	10,4 11,0	9,98 10,1	0 0	10 10,2
Прыжки в длину (см)	Мал	305 281	364,5 336	301,9 267,9	334 312,7	310 260	340 300
Прыжки в высоту (см)	Дев	88,5 85,2	107,2 105,2	87,1 81,4	101,5 92,9	95 85	105 100
Метание мяча (теннис)(м)	Мал	29,9 22,4	38,5 28,8	27,6 19,8	33,3 24,4	30 20	35 23
Подтягивание (кол-во раз)	Дев	3,5	6,8	0	0	3	5
Лазание (см)	Мал	270	320	0	0	250	280

Другая картина обнаруживает по итогам выполнение предлагаемых программ в течение трех лет их освоения. Как и в других, ранее раскрытых отношениях, явное преимущество здесь принадлежит ЭК. Доказательством тому служит конкретные результаты. Так, в беге на 60 м 66% девочек и 72% мальчиков ЭГ, из года в год повышали свои результаты, к окончанию 6 класса успешно сдают нормы комплекса «Ден Соолук». В КК данный показатель равен 28,2% у девочек и 31,4% у мальчиков. Примечательно и то, что он у первых из них превысил средний результат мальчиков КК.

Отмечая значительный общий рост результатов в прыжках в высоту с разбега у мальчиков и девочек ЭГ, нельзя не заметить, что второе значительно опережают первых, занимавшихся в КК. Более того, их показатели всего на 2 см отстают от показателей мальчиков из КК.

В прыжках в длину с разбега и метании теннисного мяча так же выявляется четкая разница в пользу ЭК. Однако в этих упражнениях мальчики демонстрируют значительные преимущества. Что касается КГ, то показатели их существенно скромнее.

Улучшение силовой подготовленности учащихся привело к тому, что в течение трех лет обучения мальчики ЭК улучшают показатели подтягивания на перекладине более чем в три раза. Девочки демонстрируют более высокий результат в лазание по канату.

Возросшие показатели ФП школьников обеспечивают существенное улучшение обобщенных результатов сдачи ими норм комплекса «Ден Соолук». И опять же эти результаты говорят о достоверно значимом преимуществе содержания и методики работы в соответствии с требованиями ЭК ФВ. Уместно напомнить: такая работа обеспечила сдачу всех норм комплекса «Ден Соолук» 62,2% девочек и 68% мальчиков (в КК, соответственно, 34,4% и 38,4%).

Несмотря на реальную значимость этих данных, надо отметить их не достаточность в современных условиях. Комплекс «Ден Соолук», отражая государственные требования к уровню ФП учащихся общеобразовательной школы, ориентирует на его обязательное выполнение всеми школьниками, отнесенными к основной медицинской группе учащихся. Пока этого не получается, что связано, как нам представляется, и с недостаточной популяризацией этого комплекса, и все еще невысокой подготовленностью к такой работе специалистов ФК, в том числе школьных педагогов.

Улучшение показателей ФР и ФП учащихся, возросшие их возможности в сдаче норм комплекса «Ден Соолук», являясь принципиально важными, не полностью отражают общеобразовательные и воспитательные функции занятий по ФК. Как известно, современное воспитание вообще и ФВ в частности в конечном счете должны обеспечивать формирование всесторонней и гармонической развитой личности. Это предполагает необходимость сочетать физическое совершенствование с освоением занимающимися соответствующих сторон духовного богатства и моральной чистоты.

В условиях нашего экспериментального исследования данное требование учитывалось путем изучения показателей влияния специально организованных физкультурных занятий на уровень общеобразовательной подготовки учащихся. Полученные при этом материалы подтверждают связь между ними достаточно убедительно. Более того, они в той или иной мере отражают и воспитательную роль ФК, свидетельствуют о формировании сознательного отношения к ней со стороны учащихся.

И все это сочетается с неуклонным улучшением состояния здоровья школьников, уменьшением количества пропущенных ими общеобразовательных уроков.

Следовательно, экспериментальная программа по ФК фактически обеспечивала возрастающий вклад в дело реализации целей и задач как ФВ, так всестороннего воспитания в целом.

Итак изложенный нами материал свидетельствует о многосторонней педагогической значимости народных подвижных игр и физических упражнений в общей системе уроков ФК. Они весьма эффективно влияют ФП, отношение к обучению в школе в целом и состояние здоровья учащихся. Важно и то, что повышение всего разнообразия соответствующих показателей наблюдается в течении ряда лет, из года в год по нарастающей. Все это создает самые благоприятные условия для освоения учебной программы по ФК и сдачи норм комплекса «Ден Соолук».

В обсуждаемом плане играет свою роль повышение общей и моторной плотности уроков, ориентация учащихся на использование указанных средств ФВ в других формах занятий ФК, в том числе самодеятельных. Немаловажным является и то, что названные средства отличаются значительной эмоциональностью, получают хорошую морально-психологическую поддержку со стороны старших по возрасту людей.

Сами предложенные народные подвижные игры и физические упражнения ценные и тем, что они чаще всего вовлекают в одновременные действия всех или большинство учащихся, что имеет не только образовательное, но и воспитательное значение. При этом и то и другие из них связано с

комплексным проявлением многих свойства и качества личности, в плане подготовки к сдаче республиканского комплекса «Ден Соолук» особо ценным практически необходимо.

1. Анаркулов, Х.Ф. Исследование влияния специальных педагогических воздействий на основе нормативов комплекса ГТО с учащимися 4-8 классов кыргызской общеобразовательной школы: материалы республиканской научной конференции / Х.Ф. Анаркулов. – Фрунзе, 1980.-С.72-73 с.
2. Анаркулов, Х.Ф. Кыргызские народные подвижные игры физические упражнения и современность: учебное пособие / Х.Ф. Анаркулов. – Бишкек, КГИФК – 2002.-237 с.
3. Арыкова, Ч.Н. Влияние кыргызских народных подвижных игр на физическое развитие и физическую подготовленность школьников в 10-12 лет / Ч.Н. Арыкова // Современное состояние и перспективы развития национальной физической культуры: материалы научной конференции. – Бишкек, 2005.-с.26-32.
4. Мамиев, Н.Г. Казахские народные подвижные игры и физической культуры / Н.Б. Мамиев // Эл агартуу. - Бишкек, 2008.-№5-6. – С. 68-71.
5. Шарабакин, Н.И. Школьная физическая культура: учебное пособие / Н.И. Шарабакин, Н.С. Бервинова. - Бишкек: Технология, 2003. - 197 с.
6. Шылманов, П.Ш. Подвижные игры в решении задачи учащихся сельских школ по комплексу ГТО / П.Ш. Шылманов , труды ВНИИФК-М;

Түйіндеме

**А.Ш Жакипов – Жалал-Абад мемлекеттік университетінің ізденушісі, Қыргыз Республикасы
Ю.Р.Тиленчіев – Жалал-Абад мемлекеттік университетінің оқытушысы, Қыргыз Республикасы**
Ден шынықтыру сабагында Қыргыз ұлттық дене шынықтыру амалдарын қолданудың педагогикалық негіздері және оқушыларды «Ден-соолук» респубикалық кешенінің нормаларын тапсыруға дайындау

Берілген мақалада мектеп оқушыларының дene жаттығуларынан түрлерінде «Ден-соолук» дene шынықтыру комплексінің маңызы мен орны; бақылаушылардың Қыргыздың ұлттық қозғалыс ойындарының және дene жаттығуларының дene дамуның жоғары көрсеткіштері қолданылғандығы, оқушылардың дene дайындығы, жалпы білім беру дайындығы және оқушылардың денсаулық көрсеткіштері, бірігу, ұлттық саясат, қоғам мәселелері қарастырылған.

Жоспардағы қарастырылғын жағдайлар дene жаттығуларының кең түрлерінің тарауына, республиканың ұлттық этно-педагогикалық дene мәдениеті байлықтарының, «Ден-соолук» респубикалық дene мәдениеті комплексінің жоғары деңгейде өз орын айта керек.

Түйін сөздер: Қыргыз Республикасы, Үкімет, Педагогикалық ғылым, Мәдениет, ГТО комплексі, ауа-райы, демографиялық жағдай, жасөспірім ұрпак, ауылдық мектеп, жүйелендіру, тәжірибелік және бақылау кластары, ұлттық қозғалыс ойындары, денешынықтыру жаттығулары, дene тәрбиелеу, дene мәдениеті, дene шынықтыру сабагы, жалпы білім беру мектебінің оқушысы, «Ден-соолук» компелксі, мектеп оқушылары, дene дамуы, дene дайындығы, оқушылардың денсаулығы.

Summary

**A.J.Jakipov – Jalal-Abad state University candidate, Kyrgyz Republic
U.R.Tilenchiev – teacher of Jalal-Abad state University, Kyrgyz Republic**

The pedagogical basics of using of Kyrgyz national physical culture on the physical culture lessons and students training for republican “Den Sooluk” test

This article discusses: the place and importance of sports complex "Den Sooluk" in physical training of students; Use of Kyrgyz national outdoor games and physical exercises to improve the physical development of the subjects, physical fitness of students, comprehensive training, and state of health of pupils, integration, national policy, public opinion.

In this regard it should be noted , and such a circumstance, a widespread number of types of physical exercises, representing ethno -pedagogical wealth of physical culture of the peoples of the Republic, which found its rightful place in the national physical culture complex "Den Sooluk" (Health) ie TRP complex.

Keywords : Kyrgyz Republic, the Government, education science, culture, the TRP complex, climatic, demographic conditions, the younger generation, rural school, classification, experimental and control classes, the popular outdoor game, physical exercise, physical education. Physical Education, Physical Education lessons, pupils of secondary schools, the complex "den Sooluk" schoolchildren, physical development, physical fitness, health of students.

УДК 37.037.1

ИССЛЕДОВАНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ НАРОДНЫХ СРЕДСТВ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В СИСТЕМЕ ПОДГОТОВКИ И К СДАЧЕ НОРМ КОМПЛЕКСА «ДЕН-СООЛУК» (ГТО)

А.Ж.Жакипов – соискатель Жалал-Абадского государственного университета, Кыргызская Республика

Ю.Р.Тиленчиев – преподаватель Жалал-Абадского государственного университета

В данной статье рассматривается проблемы повышения уровня физической подготовленности учащихся общеобразовательных школ для успешной подготовки и сдачи нормативных требований комплекса «Ден-соолук» (Здоровье) на основе целеустремленного физического воспитания, предусматривающего широкое применение в уроках физической культуры Кыргызских народных подвижных игр и физических упражнений.

На основе осуществления специально организованного педагогического эксперимента выявлены своеобразия данной работы в сельской школе с учетом устоявшихся традиций, простотой и доступностью средств физического воспитания.

В результате длительной работы: сгруппированы указанные средства по их влиянию на развитие двигательных умений и навыков, систематизированы, определены перечень игр, распределены отборные игры по классам.

Ключевые слова: общеобразовательная школа, учащихся, урок физической культуры, народные игры, физические упражнения, комплекс «Ден Соолук» (Здоровье) физическое развитие, физическая подготовленность.

Физическое воспитание подрастающего поколения всегда была важной из приоритетных задач государства и общественности. Постоянная забота о всестороннем физическом воспитании учащихся общеобразовательных школ нашла свое отражение в целом ряде последовательных решений и постановлений, направленных на повышение эффективности: образовательного, воспитательного и оздоровительного процессов, укреплений материально-технической базы совершенствование системы квалификационного роста педагогов.

В этой связи заслуживает особого внимания республиканский физкультурный комплекс «Ден Соолук», определяющие специально научные и методические основы физического воспитания подрастающего поколения в современных условиях.

Что касается научно-методической литературы о роли подвижных игр и физических упражнений [1,6] в развитии школьников, несмотря на обилие убедительных материалов, они не полностью раскрывают систему специальных закономерностей их использования в работе с конкретным контингентом занимающихся, особенно с учащимися 4-6 классов общеобразовательной школы.

Также можно сказать об имеющихся сведениях по вопросам использования Кыргызских народных подвижных игр и физических упражнений как об эффективных средствах воспитания учащихся школы (2). Значимость их определила , важнейшие стороны образовательного процесса и тем не менее показатели эффективного применения требует уточнения и конкретизации. Методические особенности такой работы нуждаются в дальнейшем развитии и обосновании.

Педагогический эксперимент (ПЭ) заключался в многолетнем проведении специально организованных занятий о проверке их в 4-6 классов сельской школы в соответствии содержанием комплекса "Ден Соолук". Своеобразие данной работы в сельской школе предопределяются рядом обстоятельств.

1. Исконными традициями использования народных средств физического воспитания детей в Кыргызстане.

2. Простотой использования и доступностью народных подвижных игр и физических упражнений в условиях сельской общеобразовательной школы при нехватке и отсутствии специально оборудованных спортивных залов площадок инвентаря и снаряжения.

3. Достаточно хорошим пониманием данных игр и упражнений преобладающим числом педагогов физической культуры.

Перечисленные факторы легли в основу решений ряда научно-методических вопросов.

1. Сгруппировать народные подвижные игры и физические упражнения по признаку их преимущественного влияния на развитие двигательных умений и навыков.

2. Систематизировать названные средства физического воспитания по их влиянию на развитие важнейших физических качеств (быстрота, сила, выносливость, ловкость, гибкость).

3. Определить перечень игр и упражнений, предусмотренных для широкого применения в разных разделах школьной программы ПО физической культуре с конкретным учетом: климатических, географических демографических и других условий работы общеобразовательных школ республики.

4. Распределить игры и физические упражнения по классам в соответствии с образовательным материалом программы. При систематизации отобранных игр и упражнений был использован опыт работы ряда ученых и специалистов: [3,4,5 и др.]. При этом нами учитывалось и то обстоятельство, что указанные средства воздействия в практическом их применении должно иметь те или иные особенности. Например при занятии по гимнастике учеников можно разделить на две учебные подгруппы : а) преимущественной направленностью на общее физическое развитие; б) направленностью специальную двигательную подготовку гимнастов.

Такой подход имел особое образовательное значение при распределении игр и упражнений по разделам программы.

В экспериментальной программе игры и физические упражнения планировались для экспериментальных классов (ЭК) в объеме 18 часов на каждый из трех лет занятий. Это нашло свое место в сетке часов (Таблица 1.). В контрольных классах (КК) они применялись в объеме 4-6 часов, так как это и принято в государственной программе.

Народные подвижные игры и физические упражнения в ЭК включалась в каждый из разделов программы. Такое направление в их использованииозвучно содержанию действующей типовой программы, которая предусматривает включение в каждый урок гимнастики, легкой атлетики, лыжной подготовки, спортивных игр и туризма 8-10 игровых минут.

Что касается направленности таких заданий, то она изменялась в зависимости от этапа занятий. В начале преобладали простые игровые двигательные действия, затем сложные.

Игры и упражнения на развитие силовых качеств подбирались с таким расчетом, что бы они обеспечивали относительно кратковременные напряжение мышц. В целях воспитания выносливости соответствующие задания выполнялись более длительное время. Формирование двигательных навыков и умений предопределялось техническими и особенностями производимых движений.

Для органической связи подвижных игр и упражнений с практическими разделами экспериментальной программы учитывали их биомеханическое своеобразие. В гимнастику включали, например, задания с элементами равновесия, лазании, опорных прыжков, легкую атлетику – с бегом, прыжками, метаниями, плавания – с элементами, позволяющими привыкнуть к водной среде и т.п.

Таблица 1. – Распределение учебных часов по разделам программы «физической культуры» в 4-6 экспериментальных и контрольных классах.

Разделы программы	К о л и ч е с т в о ч а с о в								
	По школьной программе			В КК			В ЭК		
	IV	V	VI	IV	V	VI	IV	V	VI
Гимнастика	14	14	14	14	14	14	10	10	10
Легкая атлетика	12	14	14	18	18	18	14	16	16
Лыжная подготовка	12	12	12	-	-	-	-	-	-
Подвижные игры (включались в уроки по другим разделам)	6	4	4	6	4	4	18	16	16
Баскетбол	-	14	14	16	18	18	12	12	12
Плавание	26	-	-	16	16	16	16	16	16
Количество часов по выбору	-	12	12	-	-	-	-	-	-
Всего часов:	70	70	70	70	70	70	70	70	70

Весь раздел подвижных игр был изменен путем замены традиционных их видов на Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения.

Подразделяя игры и физические упражнения по признаку индивидуальных и коллективных действий, мы отдавали предпочтение тем из них, которые обеспечивали выполнение заданий фронтальным методом с активным участием всех играющих.

Кроме того, в ходе предварительного анализа игрового материала было установлено, что значительная часть его сравнительно одинаковую двигательную направленность, т.е. способствуют развитию и дальнейшему совершенствованию одних и тех же свойств и качеств занимающихся. Это заставило нас шире использовать такие задания, которые отличаются наибольшей популярностью и эффективно влияющих на комплексное решение поставленных образовательных, воспитательных и оздоровительных задач. Одновременно мы старались сохранить, и необходимое разнообразие подобных заданий, т.к. для учащихся школьного возраста очень важен непосредственный интерес с самой деятельности.

Все это позволило целенаправленно использовать народные подвижные игры и упражнения в системе уроков физической культуры и добиваться с их помощью не без интересных показателей подготовленности занимающихся. Примечательно и то, что часть Кыргызских народных подвижных игр и физических упражнений оказались по своим действиям и назначению, содержанию и правилам сходными с подобными средствами физического воспитания, применяемыми в других республиках, особенно с узбеками, казахами. Их преподнесение здесь на кыргызском языке в конкретных условиях среды было целесообразным в плане общевоспитательного воздействия на занимающихся, расширения их представлений о культурном наследии Кыргызской Республики.

В итоге эксперимента сравнивалась эффективность уроков, проводимых по экспериментальной программе (с широким использованием народных подвижных игр и физических упражнений) и по общепринятой государственной программе. Соответственно группы назывались экспериментальными и контрольными.

Проводились по видам заданий, которые предусмотрены комплексом «Ден Соолук» для данных возрастных групп, они включали в себя: бег на 30 и 60 м.; прыжки в длину с разбега; прыжки в высоту с разбега; метание теннисного мяча на дальность; кросс (бег); лазание по канату (девочки); подтягивание на перекладине (мальчики); плавание; туристический поход.

Испытания проводились главным образом на открытых площадках в полном соответствии с правилами проведения соревнований по данным видам физических упражнений и специальными требованиями сдачи норм комплекса «Ден Соолук».

Исследования проводились в три этапа. (в 2009-2015 учебных годах)

Он проходил в общеобразовательных школах им.Ю.Гагарина Базар-Коргонского, А.Навои Араванского районов.

В педагогическом эксперименте в каждой школе участвовало по 4 экспериментальных и КК каждой параллели.

Наполняемость классов составляла от 25 до 35 человек. Всего в ЭК участвовало 52 мальчика и 66 девочек, такое же количество их было в КК. Персональный состав школьников экспериментальных и КК не изменялся в течение 3-х лет.

Существенных различий в физическом развитии и успеваемости учащихся экспериментальных и КК в начале эксперимента не наблюдалось. Занятия в первых из них проводили опытные преподаватели под нашим наблюдением и по нашим разработкам. В КК уроки велись педагогами в полном соответствии с требованиями действующей программы.

Испытания по тестам физической подготовленности, антропометрическим показателям проводились в начале и в конце первого, второго и третьего учебных годов. Общая успеваемость школьников учитывалась по четвертям и по итогам учебного года.

В педагогическом эксперименте на протяжении 3-х лет в 4-6 классах проверялась эффективность специально разработанной программы физической подготовки учащихся, которая по сравнению с типовой, отличалась скорректированностью в соответствии с местными условиями. Распределение часов по разделам программы в экспериментальных классах представлены в таблице 1.

В экспериментальных классах был сделан акцент на широкое использование Кыргызских народных подвижных игр физических упражнений в занятиях гимнастикой, легкой атлетикой, баскетболом и плаванием.

Как известно, действующая типовая программа представляет право избирать из раздела по выбору плавание, ручной мяч, волейбол и коньки. Предусмотренная этой программой лыжная подготовка во многих районах республики не может быть осуществлена из-за природно-климатических условий. Отводимые на нее учебное время может использоваться для освоения других видов упражнений, в

том числе подвижных игр. Это расширяет возможности широкого внедрения кыргызских народных подвижных игр и физических упражнений в разные виды уроков физической культуры.

В ныне действующей программе по физической культуре дается установка на использование подвижных игр в течение 8-10 минут каждого урока. В экспериментальной программе данные средства занимают 14-16 минут.

В ЭК народные игры и упражнения проводились при их распределении по четвертям каждого года и по разделам программы каждого класса. Это нашло отражение в таблице 1. Такой принцип их распределения, впервые принятый в наших исследованиях, позднее был использован специалистами, то есть комиссией Министерством образования и науки Кыргызской Республики, вносящие дополнение в действующую программу в 2006 году.

Игра включались в содержание урока уже при составлении его конспекта. Примеры такого планирования представлены в конспектах уроков по легкой атлетике, гимнастике, баскетболу и плаванию.

Для выявления показателей влияния экспериментальной методики проведения занятий на общую и моторную плотность уроков нами в начале и в конце каждого учебного года был проведен хронометраж 10-и уроков в экспериментальных и 10-и в КК. Хронометраж проводился по общепринятой методике. Его результаты представлены в таблице 2.

Таблица 2 – Данные хронометража уроков физической культуры в экспериментальных и контрольных классах (в %)

Затраты времени	ЭК				КК 4			
	В начале уч. года		В конце уч. года		В начале уч. года		В конце уч. года	
	4	4	4	4	4	4	4	4
Выполнение упражнений	44,5	68,8	57,7	82,2	42,3	47,8	48,9	54,5
Построение, рапорт	15,5	11,2	11,2	6,7	17,7	17,3	15,5	15,2
Объяснение, показ	28,8	13,3	22,3	6,8	26,8	21,7	24,4	19,5
Простой	11,2	6,3	8,8	4,4	13,2	13,2	11,2	10,8

Как видно из таблицы 2 моторная плотность занятий возрастает из года в год. Но в экспериментальных классах она значительно выше, чем в контрольных. Если в начале опытной работы это плотность не имела в них существенных отличий, то к окончанию (в 6 классе) оно возрастает в ЭК до 82,2%, в контрольных – до 54,5. Нельзя не отметить и то, что указанная плотность в КГ превышает средние данные по многим школам Ошской, Джалаал-Абадской и Баткенской областях КР (в городских школах 43,4%, в сельских 28,0%).

Изменяются показатели и общей плотности занятий. В частности, время, которые затрачивается на методы передачи знаний, сокращается в обоих видах классов, уменьшается и время простое.

Итак приведенные показатели создавали объективные условия для более успешной сдачи норм республиканского физкультурного комплекса «Ден Соолук».

Нельзя не отметить и то обстоятельство, что систематически используемая «технология» проведения уроков физической культуры оказывала определенное влияние на содержание и методику проведения вне физкультурно-спортивных учебных занятий и мероприятий.

В условиях сельских общеобразовательных школ Юга республики это проявлялось, в частности, в проведении туристических походов, соревнования по баскетболу и волейболу, преодолений полосы препятствий.

1. Адамбеков, К.И. Педагогические основы физического воспитания школьников: автореферат дис.док. пед наук 13,00,01 /К.И. Адамбекова/ Алматы, 1995. - 48 с)
2. Анаркулов, Х.Ф. Пути повышения физического воспитания школьников на основе использования подвижных игр и учета географо –климатических факторов (на примере Киргизской ССР): автореф. дис. ... канд. пед. наук 13,00,01 /Х.Ф. Анаркулов. – Фрунзе, 1980.- 22 с.
3. Анаркулов, Х.Ф. Киргизские народные подвижные игры физические упражнения и современность: учебное пособие/ Анаркулов Х.Ф. – Бишкек: КГИФК, 2003.- 235 с.
4. Мойдунов, Т. Педагогические основы использования Кыргызских народных подвижных игр и физических упражнений в профессионально-прикладной подготовке студентов-лесоводов / Т. Мойдунов // Проблемы физической культуры, образования и науки: сборы научных статей.- Бишкек, 1999.-С.145-148.

Абай атындағы ҚазҰПУ-нің ХАБАРШЫСЫ, «Бастауыш мектеп және дene мәдениеті» сериясы, №3(50), 2016 ж.

5. Узакбаев, И.С. Крыгзские народные танцы как средство физического воспитания учащихся общеобразовательной школы: автореф. дис. ... канд. наук:130004 /И.С. Узакбаев И.С. –Ташкент, 2004-22 с.
6. Шарабакин, Н.И Школьная физическая культура учебное пособие / Н.И.Шарабакин, Н.С. Бервинова. – Бишкек, 2000.-197 с.

Түйіндеме

А.Ж.Жакипов – соискатель Жалал-Абад мемлекеттік университетінің ізденушісі, Қыргыз Республикасы
Ю.Д.Тиленчиев – Жалал-Абад мемлекеттік университетінің оқытушысы
«Денсаулық» (ГТО) кешені нормаларына даярлық жүйесінде дene тәрбиесінің ұлттық құралдарын колдану тиімділігін зерттеу

Берілген мақалада жалпыға білім беру мектептерінде «Денсаулық» кешенінің нормативті талаптарын мақсатты бағытты дene тәрбиесі негізінде сәтті орындауга арналған, дene шынықтыру сабактарында Қыргыз ұлттық қозғалыс ойындары мен дene жаттыгуларын кеңінен колдануды қарастыратын мәселелер қарастырылады.

Арнайы ұйымдастырылған педагогикалық эксперимент негізінде берілген жұмыстың ауылдық мектептерде қалыптастан дастүрлердің, дene тәрбиесі құралдарының қол жетімділігі өзіндік қасиеттері айқындалады.

Ұзақ мерзімді жұмыс нәтижесінде: көрсетілген құралдардың қымыл біліктіліктері мен дағдылар дамуына әсері бойынша топтастырылған, ойындар тізімі жүйелендіріліп, анықталған, іріктелген ойындар түрлерге бөлінген.

Түйін сөздер: жалпыға білім беру мектебі, дene шынықтыру сабагы, окушылар, ұлттық ойындар, дene жаттыгулары, «Денсаулық» кешені, дene дамуы, дene даырлығы.

Summary

A.Zh.Zhakipov - Competitor Jalal - Abad State University , Kyrgyz Republic

Y.D.Tilenchiev - Lecturer Jalal - Abad State University

Study effective use of traditional means of physical training in system of preparation and surrender normal complex "Den-Sooluk" (TRP)

This article examines the problem of increasing the level of physical fitness of students of secondary schools for successful preparation and delivery of the regulatory requirements of the complex "den Sooluk" (Health) on the basis of purposeful physical education, providing for wide use in physical training lessons of Kyrgyz national outdoor games and physical exercises.

On the basis of the specially organized pedagogical experiment revealed originality of this work in a rural school based on established traditions, simplicity and availability of physical education.

As a result of long work: these funds are grouped according to their effect on the development of motor skills, systematically, the list of games, choice the game divided into classes

Keywords: Secondary school students, physical education class, folk games, exercise, complex" Den Sooluk" (Health) physical development, physical fitness.

УДК 378.1

МНОГОУРОВНЕВАЯ СИСТЕМА ПОДГОТОВКИ СПЕЦИАЛИСТОВ В КЫРГЫЗСТАНЕ

Ж.Ж.Исакова - преподаватель Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта

В данной статье автор рассматривает основные образовательные программы подготовки бакалавров и магистров соответственно, а также включаемые в настоящее время в планируемую систему многоуровневой подготовки в качестве третьей ступени аспирантуру и докторантуре, которые пока относятся к послевузовскому образованию, что позволит успешно решать проблему обеспечения соответствующими кадрами всех отраслей народного хозяйства.

Ключевые слова: диверсификация, многоуровневая система, подготовка специалистов, современный вуз, образовательная программа, Болонский процесс, бакалавр, магистр, аспирантура, докторантуре, профессиональное образование, высшее образование, система подготовки, методическое обеспечение, качество обучения, научно-педагогические кадры.

Складывающаяся в Кыргызстане на протяжении последних лет система высшего профессионального образования в соответствии с Законом КР "О высшем и послевузовском профессиональном образовании" представляет двухкомпонентную структуру. Один из ее

компонентов - образовательная программа в системе подготовки дипломированных специалистов по широкому спектру специальностей и специализаций. Она складывалась в Кыргызстане длительное время и обеспечивала обучение работников, ориентированных, как правило, на выполнение определенных профессиональных функций. Именно этой системой высшего образования, основой которого были преимущественно пятилетние программы подготовки специалистов, достаточно успешно решалась проблема обеспечения кадрами всех отраслей народного хозяйства. При необходимости для наукоемких специальностей сроки подготовки увеличивались до шести лет, и сегодня эта программа превалирует в системе высшего профессионального образования.

Другой компонент, которому предстоит активно развиваться в условиях реализации отечественной системы подготовки специалистов с учетом положений Болонского процесса - четырех- и шестилетние основные образовательные программы подготовки бакалавров и магистров соответственно, а также включаемые в настоящее время в планируемую систему многоуровневой подготовки в качестве третьей ступени аспирантура и докторантур, которые пока относятся к послевузовскому образованию.

Целевая функция шестилетней образовательной программы магистратуры - формирование корпуса научных и научно-педагогических кадров. Такая двухступенчатая структура предполагает достаточно жесткий отбор студентов на двухлетнюю специализированную подготовку.

Существенно, что эта новая составляющая образовательной системы, включающая четырехлетний бакалавриат как часть шестилетней образовательной программы - подготовки магистров, ориентирована на фундаментальное междисциплинарное образование. При таком подходе появляется возможность поднять на новый уровень качество обучения.

Применительно к современным условиям и тенденциям развития образования представляется необходимой разработка содержания и нормативного, методического обеспечения подготовки бакалавров, специалистов, магистров. Данные процессы должны найти отражение в совокупности программ, структуре и содержании образовательных стандартов третьего поколения, степени сопряжения этапа магистратуры с бакалавриатом и аспирантурой, в темпах включения вузов в Болонский процесс.

Развитие многоуровневой системы образования не должно обязательно идти по общей для всех вузов схеме. Необходима свобода выбора, которая должна проявляться и посредством развития индивидуальных стилей образовательной деятельности как для всех студентов вузов, так и для обучающихся в магистратуре и аспирантуре, то есть на втором и третьем уровнях подготовки. При этом главным ориентиром должно быть повышение качества образования путем обновления его содержания, диверсификации образовательных планов, широкого развития современных образовательных технологий.

Анализ педагогической теории и вузовской практики позволяет предположить, что развитие индивидуальных стилей образовательной (профессиональной) деятельности обучающихся в процессе реализации целей многоуровневой системы подготовки в вузе наиболее полно происходит на втором уровне - в магистратуре. Данное положение, видимо следует объяснить тем обстоятельством, что на первом уровне - в бакалавриате - осуществляется общая подготовка обучающихся, предусматривающая в большей степени унификацию образовательной деятельности, а на третьем уровне подготовки - в аспирантуре - обучающиеся практически полностью работают по индивидуальному плану.

Рассмотрим особенности функционирования магистратуры как формы образования, направленной на развитие индивидуальных стилей.

В соответствии с Государственным образовательным стандартом высшего профессионального образования основная программа подготовки магистров предполагает срок обучения не менее шести лет по любому из направлений. Она состоит из четырехлетней программы обучения бакалавров по соответствующему направлению и не менее чем двухлетней специализированной магистерской подготовки, ориентированной на научно-исследовательскую или научно-педагогическую деятельность.

В соответствии с Законом КР "О высшем и послевузовском профессиональном образовании" (2000) программа подготовки магистров может быть реализована непрерывно или по ступеням. При формировании магистратуры вряд ли целесообразно повсеместно ориентироваться на непрерывную, неструктурированную по ступеням шестилетнюю программу. Однако непрерывная шестилетняя программа в период становления магистратуры в вузах может являться отправной точкой ее развития с опорой на уже сложившуюся систему подготовки специалистов с удлиненными сроками обучения.

Главное в том, что новая двухступенчатая составляющая образовательной системы, включающая четырехлетний бакалавриат как часть подготовки магистров, должна быть ориентирована на повышение уровня профессиональной, научной и педагогической подготовленности специалистов.

Степень магистра с выдачей диплома государственного образца присуждается лицам, полностью выполнившим план подготовки и защитившим магистерскую диссертацию в аккредитованных вузах, имеющих соответствующую лицензию. Данная степень фиксирует образовательный уровень, направленность полученного образования на научно-исследовательскую и научно-педагогическую деятельность, наличие умений и навыков, необходимых начинающему научному работнику или преподавателю.

Выпускник магистратуры, освоивший шестилетнюю основную образовательную программу, должен быть широко эрудированным профессионалом с фундаментальной научной подготовкой, владеющим методологией научного и педагогического творчества, современными информационными технологиями, подготовленным к научной и педагогической работе.

Концепция и цели магистерской подготовки базируются на идее непрерывности и преемственности стадий образовательного процесса, взаимной проницаемости образовательных программ. В рамках шестилетней программы подготовки магистров четырехлетний курс бакалавриата содержит необходимый минимум фундаментальных и общепрофессиональных дисциплин, создает основу для продолжения обучения в магистратуре. Уровень бакалавриата предполагает изучение общих математических и естественнонаучных, гуманитарных и социально-экономических дисциплин, общепрофессиональных дисциплин, а также специальных учебно-научных дисциплин, формирующих начало специализации, умении и навыки выполнения научно-исследовательских работ, которые углубляются в магистратуре.

Основные цели подготовки магистров: развитие знаний и научного мышления у студентов, освоение и закрепление ими умений и навыков ведения научной и педагогической работы; подготовка научно-исследовательских и научно-педагогических кадров для вузов и иных областей профессиональной деятельности либо к дальнейшему обучению в аспирантуре.

Особо следует отметить, что государственные требования к уровню подготовки магистров обеспечивают большую возможность индивидуализации их образования, развития их личности, предоставляя вузам право определять около 80% содержания двухлетней программы специализированной подготовки. Однако анализ ряда образовательных программ, разработанных вузами, показывает, что их содержание смещается от первоначально принятой концепции магистратуры как формы подготовки научно-исследовательских и научно-педагогических кадров в направлении узкоспециализированной прикладной подготовки.

Такой поворот к профессионализации не является неожиданным, поскольку похожая ситуация складывается уже на этапе подготовки бакалавров, отражая не только возможность перехода разных вузов к новой структуре высшего образования, но и реальную потребность в высококвалифицированных специалистах практической направленности. Перед магистратурой встает как бы двуединая задача, каждая часть которой может быть решена схожими средствами: подготовка высококвалифицированных специалистов профессиональной направленности, а также научно-исследовательских и научно-педагогических кадров, что требует приобретения соответствующих научных знаний, методов и овладения системным подходом к решению профессионально-педагогических проблем.

В связи с этим возникает вопрос о согласованности подготовки дипломированных специалистов по специальностям и магистров по направлениям высшего профессионального образования. При его решении необходимо учитывать различие целей приложения умений работников названных выше квалификаций: специалисты готовятся к предстоящей деятельности в прикладных областях, магистры - в научно-исследовательской и научно-педагогической.

Дальнейшее профессиональное и личностное развитие начинающего магистра предполагает возможность его обучения в аспирантуре и подготовки им кандидатской диссертации. Поэтому магистратура должна строиться так, чтобы аспирантура из формы послевузовского образования превратилась в третью ступень многоступенчатой системы подготовки в высшей школе.

В публикациях, посвященных проблемам вступления Кыргызстана в Болонский процесс, достаточно часто можно встретить утверждения, что переход к новой структуре высшего профессионального образования (особенно если речь идет о четырехлетней образовательной программе) ведет к снижению качества подготовки выпускников вузов. Однако большинство дискуссий по вопросам введения и реализации бакалаврских образовательных программ связано с

жесткой привязкой понятия "бакалавр" к четырехлетнему сроку подготовки безотносительно целей и задач образования. Ученые проявляют обостренные чувства с одинаковой меркой подойти к рассмотрению существенно различающихся образовательных объектов. Это касается, прежде всего, разнообразия специальностей, подготовка по которым велась в течение пяти лет с определенным запасом времени. Здесь с большими или меньшими потерями можно трансформировать образование в связи с переходом на четырехлетний учебный план. В этом случае бакалавром называют специалиста, подготовленного по сокращенной программе, причем сокращение срока образования происходит преимущественно за счет образовательных и учебно-производственных практик, что действительно приводит к снижению качества подготовки выпускников по специальностям: технологической направленности, а также отдельных экономических, не относящихся к научноемким направлениям образования, по которым в достаточно длительное время вузы готовили специалистов по четырехлетним образовательным программам. В этих случаях происходит (простое) переименование таких специалистов в бакалавров, в которых фундаментальная составляющая образования существенно превышает по объему профессионально ориентированный составляющий. По этим специальностям отдельные вузы сумеют организовать образование бакалавров параллельно традиционной подготовке специалистов.

Вместе с тем ряд вузов, анализируя структуру сложившейся системы обучения с увеличенными 6-7-летними сроками, обнаруживают составляющую, близкую к бакалаврской подготовке.

Многоуровневость вузовского образования является его неотъемлемой частью и присутствует с той или иной степенью очевидности. Как правило, на младших курсах сосредоточены общебазовательные и общепрофессиональные дисциплины. Затем до окончания четвертого курса студенты, обучающиеся по смежным специальностям, совместно продолжают изучение общепрофессиональных дисциплин и начинают изучать специальные дисциплины, что и соответствует, в основном, структуре системы образования бакалавра. На заключительном этапе профессиональной подготовки перед выполнением дипломной работы студенты проходят курсы специализации и научно-производственную практику.

Важным аспектом данной проблемы является обеспечение преемственности в развитии индивидуальных стилей образовательной работы студентов на разных уровнях подготовки в вузе. Многоуровневая структура образовательной системы, включающая четырехлетний бакалавриат, должна быть ориентирована на повышение качества подготовки специалистов в разных сферах профессиональной деятельности. В связи с этим необходимо совершенствовать бакалаврские программы для диверсификации их целевого назначения, более полного определения образовательной "ниши", которую им предстоит заполнить в структуре высшего профессионального образования.

Таким образом, обучение в бакалавриате дает только общетеоретическую базу для дальнейшего освоения выпускником конкретной выбранной им профессии в процессе профессионально-педагогической деятельности, либо в процессе самообразования, либо через систему переподготовки и повышения квалификации.

Если же выпускник с дипломом бакалавра проявляет желание учиться дальше, то в зависимости от того, какого рода деятельность его больше привлекает - практическая или научно-педагогическая, он должен иметь возможность продолжить образование не только в магистратуре, но и в специалитете для получения диплома специалиста. В то же время дипломированный специалист, если он обнаружил в себе склонность к научно-исследовательской и педагогической деятельности, должен иметь возможность учиться в магистратуре.

Таким образом, предполагается, что многоуровневая система подготовки в вузе предоставит студенту возможности получить образование разного уровня и несколько государственных сертификатов, выбрать сроки и темпы образования, его содержание, формы и методы. Перечисленные возможности непосредственно связаны с развитием индивидуальных стилей образовательной (профессиональной) деятельности студентов в вузе, что, в свою очередь, является важным средством реализации целей многоуровневой системы подготовки в высшей школе, а также важным аспектом реализации идеи непрерывного образования. Данная система с учетом включения Кыргызстана в Болонский процесс представляется гибкой, дающей студенту возможность выбирать уровень и темп подготовки, дисциплины, вузы, факультеты, ориентироваться в процессе образования в спектре предлагаемых специальностей и направлений и выбрать то, которое в большей степени отвечает его обостренным чувствам, индивидуальным особенностям.

Абай атындағы ҚазҰПУ-нің ХАБАРШЫСЫ, «Бастауыш мектеп және дене мәдениеті» сериясы, №3(50), 2016 ж.

1. Государственный образовательный стандарт высшего профессионального образования (полное высшее образование, магистратура) Приказ МОиК № 15/4 от 20. 12. 2000 г.
2. Закон Республики Кыргызстан «Об образовании» // НАКР № 4. – Бишкек, 2000, -с. 3-13.
3. Зона европейского высшего образования. Совместная Декларация министров образования стран Европы. - Болонья, 18-19 июня 1999 г.
4. Мамытов, А.М. Высшее физкультурное образование в Кыргызстане: современное состояние и перспективы на будущее./ А.М.Мамытов – Бишкек: Технология, 1998. – 208 с.
5. Наралиев, А.М. Формирование научной квалификации будущих магистров в области ФКиС / А.М.Наралиев, М.К.Саралаев // «Проблемы интеграции специализированных вузов в международное образовательное пространство: материалы международного симпозиума.-Бишкек.- 2001.-С. 9-14.
6. На пути к европейскому пространству высшего образования: ответы на вызовы глобализованного мира. - Лондон, 18 мая 2007 г.
7. Теория и методика физической культуры: учебное пособие: под редакцией А.И.Шарабакина, К.У.Мамбеталиева.- Бишкек: Шам, 1997.- 227с.

Түйіндеме

Ж.Ж.Исакова – Қыргыз мемлекеттік дене шынықтыру және спорт академиясының оқытушысы Қыргызстандағы мамандарды дайындаудың көпденгейлі жүйесі

Бұл мақалада автор бакалавр және магистрлерге сойкес даярлықтың негізгі білім бағдарламасын қарастырады, сондай-ақ қазірге жоғары оку орнынан кейінгі білім алуға жататын үшінші деңгей ретіндегі аспирантура мен докторантуралың көпжылдық даярлығының жоспарланып отырған жүйесіне енгізілген.

Түйін сөздер: диверсификация, көпденгейлі жүйе, мамандарды дайындау, заманауи жоғары оқу орны (ЖОО), білім бағдарламасы, болондық жүйе, бакалавр, магистр, аспирантура, доктарантуралық, кәсіпкілік білім, жоғарғы білім, дайындық жүйесі, әдістемелік қамтамасыз ету, оқу сапасы, ғылыми педагогикалық мамандар.

Summary

Isakov Zh. - Teacher of the Kyrgyz State Academy of Physical Culture and Sports Mulyilevel sistem training in Kyrgyzstan

In this article the author examines the basic educational programs of bachelor's and master's degrees, respectively, as well as included in the currently planned multi-level training system as the third stage of postgraduate and doctoral studies, which is related to postgraduate education.

Keywords: diversification, multi-level system, training, modern institution, educational program, Bologna process, Bachelor's, Master's, postgraduate, doctoral, professional education, higher education, the system of training, methodological support, the quality of teaching, research and teaching staff.

УДК:796,011,3:736,3.

СПОРТТАҒЫ ПЕДАГОГИКАЛЫҚ ЖӘНЕ ИННОВАЦИЯЛЫҚ ТЕХНОЛОГИЯЛАРДЫ ҚОЛДАНУДЫҢ ТИМДІЛІГІ МЕН ЕРЕКШЕЛІГІ

Т.Т. Ережепов – магистр Абай атындағы ҚазҰПУ-нің ага оқытушысы

Мақалада технологияның анықтамасы, түрлөрі, мәні, маңыздылығы аталаپ, спортшылардың дайындықтарына, адам бойындағы қасиеттердің қалыптасуына тигізетін әсері анықталады. Жаңа технологиялар құралын жетілдіре білуге және спортшылардың дайындық негізінде тиімді қолдану оларды жанжақты дамыту мен тәрбиелеу шарттарын қалыптастыруға көмектеседі, сонымен катар спортта инновациялық технологияларды саналы түрде менгеріп, қолданғанда, спортшылардың дайындық мүмкіншіліктері қалыптасуындағы тигізетін әсерлері мен алатын орны қарастырылады.

Түйін сөздер: технология, педагогикалық технология, спорт, инновация.

«Технология» ұғымы «теhnе» - өнер, шеберлік, «logos» – ілім, білім, оқу, ғылым деген мағыналарды білдіретін, грек тілінен енген екі сөзден тұрады. Сондықтан, «технология» - терминін - өнер туралы ғылым немесе шеберлік туралы ғылым - деп аударуға болады.

АҚШ пен Батыс Еуропада XX – ғасырдың екінші жартысынан бастап жаттықтыру процесінің технологиясын жасау бағытындағы ізденістер белсененді түрде жүргізіле бастады. Осы уақытта оқыту үрдісіне техникалық құралдардың енүіне байланысты «білім берудің технологиясы» - терминің кеңінен қолданыла бастады. Кейінрек, түрлі техникалық құралдарды қолдану әдістері жөніндегі еңбектердің ықпалымен бұл терминдер «педагогикалық технология» - деп атала бастады. 60-шы

жылдардың ортасында технологиялық әдіс шет елдерде кеңінен қызу талқылана бастады. Мұнда негізгі екі бағыт көзге түсті. Біріншісі, бұрынғыша технологиялық әдісті, техникалық құралдарды қолданумен байланыстырылса, екіншісінің құрамында оқу процесінің өзін ұйымдастырудың технологиялық әдістер дами бастады да педагогикалық технология «оқытудың технологиясы» - деген термин пайда болды [1].

60-шы жылдардың аяғы, 70-ші жылдардың бас кезінде АҚШ, Англия, Франция, Италия, Жапония т.б. көптеген елдерде оқытудың технологиясын жасау, дамыту жұмыстарымен айналысатын мекемелер жұмыс жасай бастады. Дегенмен, оқыту процесі білім беру процесінің бір ғана бөлігі болып табылатында («оқытудың технологиясы» терминінің мағыналық аясы өте тар. Мұндай олқылық «тәрбиенің технологиясы», «дамыту технологиясы», «қалыптастыру технологиясы» - ұғымдарына да тән. Қазіргі кезеңде батыста білім беру саласындағы технологияны белгілеу үшін «білім беру технологиясы» - ұғымы пайдаланылып жүр. Осы ұғымның ғана мейлінше аясы кең, білім берудің түрлі салаларында (басқаруда, материалдық жабдықтауда, қаржыландыруды, біліктілікте арттыруды, кадрлар даярлауда, түрлі оқыту мекемелеріндегі оқыту процесінде және т.б.) қолданылатын кез келген технологияны қамти алады. Сондықтан, «білім беру технологиясы» - терминін бүкіл білім беру жүйесін технологияландыру заңдылықтарын зерттейтін ғылыми пәнге қатысты қолданған дұрыс болар еді. Бірақ, әзірше бұл термин көп жағдайда тек мектептерге оқыту процесі төңірегін сипаттауда ғана қолданылып жүр [2].

«Білім беру технологиясы» - ұғымын мұғалімдер мен оқушылардың білім берудің жоспарланған мақсаттарына бағытталып, арнағы ұйымдастырылған өзара қарым-қатынас процесі технологиясы ретінде қолданамыз. Білім берудің технологиясына — оқытудың техникалық құралдары, білім беруде қолданылатын ақпараттық технологиялар, қашықтан оқыту да жатады.

Сырттай қарағанда, технологияның әдістемесі мен оқыту үрдісіндегі әдістемелік және технологиялық әдіс-тәсілдер арасында қарата-қайшылық жоқ. Себебі, «оқытудың әдістемесі» - ұғымы «білім беру технологиясы» - ұғымынан әлдекайда кең. Дәлірек айтсақ, әдістеме «не үшін, неге және қалай оқыту керек?» - негізгі үш сұраққа жауап беруге тырысады. Ал, технология болса, мақсат белгілі болып, оған жетудің нақты іс-әрекетін, жолдарын анықтау кажет болған сәтте ғана іске кіріседі. Олай болса, технология әдістемелік процестің құрамына еніп, әдістемені жүзеге асыруға қызмет етеді деген қорытынды жасауға болиды [3].

Педагогикалық технологияларға барлық елдер ғалымдары қызығушылық танытуда. Шетел зерттеушілері педагогикалық технологияны психология, әлеуметтік философия, басқару және мақсат қою теориясы, техника, қарым-қатынас, аудиовизуалды білім беру және кибернетика элементтерінен тұратын пәнаралық конгломерат ретінде қарастырады.

Сонымен, педагогикалық технологияны — оқыту үрдісін түгелдей қолдану және бағалау, сол сияқты, білімді адамдар мен техника ресурстарын ескеру арқылы білімді игеру, және осы жолда тиімді түріне жету үшін оларды жоспарлаудың жүйелі әдісі ретінде қарастыруға болады.

Білім берудің технологиясы педагогикалық пән ретінде дидактикадан кейінгі орынды алады. Оқытудың технологиясын — қолданбалы дидактика десе де болады. Бір сөзben айтқанда, оқытудың технологиясы - оқыту іс - әрекетінің әдіс-тәсілдері мен құралдарын ұйымдастыру және қолдану теориясы.

Қазіргі білім беру саласындағы оқытудың озық технологияларын менгермейінше сауатты, жанжақты маман болу мүмкін емес. Жаңа технологияны менгеру тұлғаның интеллектуалдық, кәсіптік, адамгершілік, рухани, азаматтық және де басқа көптеген адами келбетінің қалыптасуына ігі әсерін тигізеді, өзін-өзі дамытып, оқу-тәрбие процесін тиімді ұйымдастырудына көмектеседі. Қазіргі педагогика жаңа қарастырылған пән ерекшелігіне қарай қолдана білу - оқыту мақсатына жетудің бірден - бір жолы. Осы жолда педагогикалық технология оқыту мақсатына жетудің тиімді, нақты жолдарын көрсетеді. Оқытудың жаңа технологиясы іс-әрекеттің жоспарланған нәтижесіне жетудің шартты тәсілі ретінде қарастырылған жаңа әдістердің жиынтығынан тұрады. Оның дәстүрлі оқыту технологиясынан ерекшелігі мынада:

- білім алушы тұлғаның интеллектуалды дамуы аз уақыт ішінде қабылдау дәрежесінің жоғары мөлшеріне жетуіне бағытталғандығы;

- білім алушы мен мұғалімнің белсенділігінің сәйкес болуы;

- мұғалім мен білім алушының өзара қарым - қатынасында жауапкершіліктің міндеттілігі.

Оқытудың дамыту функциясы білім алушы тұлғасын жетілдіруге бағытталған арнағы дайындалған кейбір оқыту технологиясында, әдістемелік жүйелері мен әдістерде жүзеге асырылады. Оларға бүгінгі өркендер келе жатқан жаңа сипаттағы жаңа технологияларды жатқызуға болады.

Олар: «Дамыта оқыту технологиясы», «Модульдік оқыту технологиясы», «Сын тұрғысынан ойлауды дамыту технологиясы» т.б. жатады [4].

Спортта әлемнің жетекші елдерінің көпшілігі жаттықтыру жүйесін, жаттықтырудың мақсатын, мазмұны мен технологияларын оның нәтижесіне қарап бағалайтын болды. Спорт жетістіктерінің қазіргі негізгі мақсаты оның әдістерін менгеріп, білік пен дағды, нәтижеге қол жеткізу ғана емес, солардың негізінде дербес, әлеуметтік және кәсіби меңгеруге – ақпаратты өзі іздел табу, талдау және ұтымды пайдалану, жылдам қарқынмен өзгеріп жатқан бүгінгі спорт әлемінде лайықты нәтижеге жету болып табылады.

ХХІ ғасырда әлемдегі қайта құрулар, экономиканы дамытудағы жаңа стратегиялық бағдарламар, қоғамның ашықтығы, оның жедел ақпараттануы мен қарқынды дамуы спортшыларға қойылатын талаптарды түбекейлі өзгертті.

Дүние жүзіндегі инновациялық процестердің барлығы кез - келген мемлекеттің экономикалық дамуының жоғары деңгейін қаматамасыз етүмен бірге, ғылыми-техникалық ілгерілуін де едәуір жылдамдатады. Өйткені, мемлекет дамуының негізі болып табылатын инновациялық саясат кез - келген бәсекеге қабілетті мемлекеттегі спорт дамуының бағытын анықтайды. Сондықтан да ғылыми - техникалық процесс бүкіл әлемде «инновациялық процесс» - ұғымымен тығыз байланыста болуды талап етеді. Спортта инновациялық процесс жаңа әдістің алынуын білдіреді де, ол идеяның пайда болуынан бастап, оның коммерциялық тұрғыда жүзеге асырылуына дейінгі ұзақ жолды қамти отырып, әр түрлі қарым - қатынастар (жетілдіру, қолдану, тұтыну) кешенін өз қарамағына алады.

Қазақстан Республикасының «Білім туралы» Заңының 8-бабында «Жалпы жан-жақты білім беру жүйесінің басты міндеті – оқытудың қай салада болмасын жаңа технологияларын енгізу, білім беріп жан-жақты ақпараттандыру, халықаралық коммуникациялық желілерге шығу, ұлттық және жалпы адамзаттық құндылықтар, ғылым мен практика, спорт жетістіктері негізінде жеке тұлғаны қалыптастыруға, дамытуға және кәсіби шындауға бағытталған білім алып жан-жақты жетілдіру үшін қажетті жағдайлар жасау» - деп атап көрсеткендей, қазіргі кезеңде біздің жағдайымызда әрбір жаттықтырушының алдына қойып отырған басты міндеттерінің бірі- ойын, жаттығулардың әдістәсілдерін үнемі жетілдіріп отыру және осыған байланысты жаңа педагогикалық технологияны менгеру [5].

Осы орайда, спортшылардың әр-түрлі дайындық кезеңінде спорттың таңдаған түрінің техникасына үйрету құралы ретінде педагогикалық технологияларды қолданудың мақсаты – қазіргі қоғам талабына сай алынған терең білім, білік, дағдылар мен құзырлықтардың негізінде еркін бағдарлай біletін, қойылған мақсатқа танымдық қызмет жасау арқылы жете алатын, өз бетінше дұрыс, тиімді шешімдер қабылдауға қабілетті спортшыларды дайындау болып табылады. Оны жүзеге асыру – спорт мектептерінде спортшылардың техникасын арттыруға септігін тигізетін жаттығу процесін ұйымдастырудың тәсілдерін, әдістері мен нысандарын іздеңдіруге өзекті сипат береді.

Қазақстандағы спорт мекемелерінің алдына қойып отырған мақсаты - инновациялық жаңа оқыту технологиясы арқылы спортшының мүкіндіктерін жан-жақты дамытудан бөлек елдің әлеуметтік-экономикалық жағдайын жақсарту бағытында жеке тұлғага жүйелі, нақты білім беру. Алайда, инновациялық педагогикалық технологияларды қажетті деңгейде қолдану және осы арқылы жеке тұлғаның білім деңгейін, шығармашылық қабілетін қоғамдық сұранысқа сай қалыптастыру барлық спорт мекемелердің дағдылы ісіне айналған жоқ. Әлі де болса көптеген спорт мектептері жаттығу процесін ұйымдастыруды мен жүргізуде жаттығудың дәстүрлі әдістері мен тәсілдерін пайдаланумен шектелуде. Педагогикалық технологияларды қолдану жаттығу процесін сапалы түрлендіруге, жаңашыл жобаларды енгізуге, оны тиімді басқаруға негіз болып, әрбір спорт мекемесінде өзіндік даму жолын табуға, әрбір жаттықтырушыға өзінің әдістемелік жүйесін құруға септігін тигізер еді. Сондықтан қазіргі кезеңде жаттықтырудың технологияларын спорт орындарының практикасына белсенді түрде ендіру – қоғам талабы [6].

Педагогикалық технологияларды теориялық және ғылыми-қолданбалы бағыт тұрғысынан зерттеу арқауы етіп, оларды оку үрдісін жетілдіру бағытында қолдану мәселелерімен К.Ж.Бұзаубақова, Қ.А.Сарбасова, М.М.Жанпейісова, Ш.Таубаева, болса жаттығу үрдісінде Л.А.Шкутина, В.П.Беспалько және т.б.ғалымдар айналысты.

«Технология» - ұғымы соңғы кездері ең көп қолданылатын ұғымдардың біріне айналды. Технология ұғымының оқытуудың технологиясы, педагогикалық технология, білім беру технологиясы, жаттықтыру технологиясы, тәрбие технологиясы, қарым-қатынас технологиясы, даму технологиясы, қалыптасу технологиясы, модульдік технология, топтық оқыту технологиясы сияқты психологиялық-педагогикалық ұғымдармен байланысы саналуан. Жоғарыда аталған

технологиялардың қай түрі болмасын, өзінің мәнін анықтап, сипаттама беруді қажет етеді. Қазіргі кезеңдегі ғылыми айналымда «технология» және технологиямен байланысты жеке ұғымдарға берілген анықтамалар барышылық. Алайда спортшыларды жаттықтыру жүйесінде дәл қазіргі кезеңде жүріп жатқан процестердің технологиясының мәнін ашып, түсіндіретін жалпы анықтама әлі де болса бір жүйеге келген жоқ

Тұрлі типтердің және деңгейдегі спорт мекемелерінен, жүйенің жұмыс істеуі және дамуын қамтамасыз ететін қаржы қорлары мен материалдық объектілерден, ғылыми орталықтардан тұратын күрделі құрылым болып табылады. Технологиялық тәсіл спорт жүйесінің кез-келген саласында (басқару, білім беру, қаржыландыру, мониторинг т.б.) қолданылуы мүмкін. Сондықтан, «педагогикалық технологияны спорт саласында қолдану» - деген сөз тіркесін бірыңғай түсіндіру мүмкін емес. Бұл ұғымды тек қана жаттықтыруши мен шәкірт арасындағы арнайы ұйымдастырылған процестерге ғана қатысты қолданады. Егер осы процесті жаттығу процесі деп атайды болсақ, онда оған технологияның осы саласы арналған жиынтығы жатады [7].

Қорыта айтқанда, технологиялардың қай түрін алсақ та, олардың тиімділігі тек қана мұғалімнің немесе жаттықтырушиның шеберлігімен және осы шеберлікті шындағы түскендігімен ғана шын күшіне ие бола алады. Сондықтан білім алушылар мен шүғылданушылардың ынтасын арттыруға арналған әдістемелік құралдардың жүйесі мен амалдары әр мұғалімнен оларды терен игеруін, іске асыруын және оған сай болатын іскерлікте талап етеді.

1. Қазақстан Республикасының «Білім туралы» Заңы. Астана, 2000.
2. Бесpal'ko B.P. Программированное обучение. Дидактические основы. – M., 1970(11).
3. Бұзаубақова К.Ж. Жаңа педагогикалық технология. Алматы, 2004, 21-бет(5).
4. Сарбасова Қ.А. Инновациялық технологиялар. Алматы, 2006.
5. М.М.Жаннейсова. Модульдік оқыту технологиясы оқушыны дамыту құралы ретінде. Алматы, 2002
6. Таубаева Ш.Т., Лактионова С.Н. Педагогическая инноватика как теория и практика нововведений в системе образования. Алматы, 2001.
7. Щуркова Н. Е. Педагогическая технология. M., 2002. С. 12.

Резюме

Т.Т.Ережепов – магистр, ст. преподаватель КазНПУ им. Абая

Эффективность и особенности применения педагогических и инновационных технологий в спорте

В данной статьедается роль, виды, значение технологии в повышении уровня знаний, в разносторонней подготовке спортсменов. Новые технологические средства в парвильном направленном использовании, который дает положительные результаты в развитии, воспитании и формировании спортсменов. А также рассматривается осознанное применение инновационных средств в воспитании физических качеств спортсменов.

Ключевые слова: технология, педагогическая технология, спорт, инновация.

Summary

T.T.Erezhepor - Master of Art. teacher Kazakh National Pedagogical University named after Abai

Performance and features of application of pedagogical and innovative technologies in sports

This article presents the role types, the value of technology in increasing the level of knowledge in the diverse training of athletes. New technological tools aimed at parvильно use, which gives positive results in the development of education and the formation of athletes. Also considered a conscious application of innovative tools in the education of physical qualities of sportsmen.

Keywords: technology, educational technology, sports, innovation.

УДК: 373.5.016: 796.29-053.6 (574)

ХАЛЫҚТЫҚ ПЕДАГОГИКАНЫҢ ҮРПАҚ ТӘРБИЕСІНДЕ АЛАТЫН ОРНЫ

Ш.Болатқызы - Абай атындағы Қазақ Ұлттық педагогикалық университетінің
ага оқытушысы

Макалада халықтық педагогиканың бала тәрбиесінде алатын орны және оның негізгі құралдары баяндалған. Автор халықтық педагогика құралдарының бірі және бірегей болып табалатын ұлттық ойындарға кеңінен тоқталып, халықтық тәрбие тәжірибесін жан-жақты талдаған. Қазақтың ұлттық ойындарының балалардың дene

дайындығын қалыптастырудагы рөлі қарастырылған. Ұлттық ойындар тек қана дене тәрбиесін дамытатын құрал болып қана қоймай, ол жас үрпактың ойын, санасын, мәдениетін де дамытады, тұлғаның қалыптасусы мен дамуында маңызды орын алады. Сонымен қатар олардың бір-біріне деген көзқарасын, ұлтаралық қатынастарды нығайтуда, дүниетанымын арттыруда маңызды орын атқаратындығы туралы айтылған.

Түйін сөздер: халық педагогикасы, халықтық педагогиканың құралдары, ұлттық ойындар, тәрбие, бала тәрбиесі, дене тәрбиесі, дене дайындығы, қалыптасу, даму, тұлға.

Қазақ халқының өзіне тән жылдар бойы қалыптасып атадан балаға жалғасып отыратын ұлттық дәстүрлері, әдет-ғұрпы, тәрбие мектебі бар. Халықтық педагогика қазақ халқының ұлттық тәжірибелері мен тағылымдарының мол қазынасы. Солардың ішінде ұлт ойындарының алатын орны ерекше. Балалардың ой-өрісін, дүниетанымын, жоғары адамгершілік, ізгілік тұлғасын қалыптастыруға көп көмегін тигізеді. Ойын арқылы баланың дене құрылсызы жетіліп, өзі жасаған қимылтына сенімі артады. Баланың бойында ойлау, тапқырлық, шыдамдылық, төзімділік, ептілік, үйымдастырушылық, белсенділік сияқты қасиеттері қалыптасады. Әр бала өз денесін жан-жақты жетілдіру үшін қимыл-қозғалыста болуы керек. Ол үшін әрбір тұлға бос уақытында дене шынықтырумен айналысу қажет екенін өмір көрсетіп отыр. Дене тәрбиесі арқылы қажетті қимыл-қозғалыс түрлерін жасау тәсілдерін үйреніп, оларды сабактан тыс уақытта өз беттерімен орындағы алатын дәрежеге жету үшін үнемі спорт жаттығуларымен таныс болуы керек. Мектеп оқушылары, соның ішіндегі бастауыш сыныптағы балалар дене шынықтыру пәні сабактарында қажетті қимыл-қозғалыс түрлерін, гимнастика, жеңіл атлетика, жалпы дамыту, акробатика, көркем гимнастика жаттығулары, сонымен қатар спорт жаттығуларының түрлері мен әдіс-тәсілдерін үйренеді. Мектеп қабырғасында жүріп дене шынықтыру сабағына ерекше көңіл бөлген дұрыс. Себебі дене шынықтыру жаттығулардың жай ғана үйреніп қою жеткіліксіз. Олардың пайдалы екенін түсініп, бос уақытта өздері қалаған спорт түрімен айналысуға бағыт-бағдар беріп отыратын пән мұғалімі және ата-ана болып табылады. Сондықтан мектеп қабырғасында жүрген оқушылар спорт түрімен жүйелі түрде айналысу қажет екенін түсіндіре отырып айту педагогтың алдына қойған басты мақсаты. Спортпен үзбей шүғылданған бала құшті де батыл, икемді де төзімді, сымбатты да сұлу болып өседі. Болашақта еліміздің намысын қорғап, әлемге атын шығарытын спортшы да мектеп балаларының арасынан шағады.

Ұлттық ойындар қазақ халқының мәдени мұраларының ішіндегі ең маңызды орынға ие түрі болып табылады. Қазақтың ұлттық ойындары ептілікті, ерлікті, өжеттілікті, батылдылықты, шапшандықты, тапқырлықты, табандылықты қажет етеді. Сондай-ақ ұлттық ойындар әділдік пен адамгершіліктің жоғары ұстанымдарына негізделген. Қазақтың көкпар, сайыс, күрес, теңге алу, қыз күйе сияқты ұлттық ойындары спорттық сипатпен бірге ұлken тәрбиелік маңызға да ие. Ұлттық ойындар елдің өмірімен тығыз байланысты, оның шарушылық, экономикалық, әлеуметтік тұрмысынан туған. Қазақ халқының өмірінде ойын араласпаған бірді-бір тұрмыс шарушылық саласы жоқ десе де болады. Ойында үйренудің, күнделікті тұрмысқа пайдаланудың заманымызға сай үрпак тәрбиелеуге пайдаласы орасан зор. Ойын тынысы кең, алысқа мензейтін, ойдан-ойға жетелейтін, адамға қиялды мен қанат бітіретін осындай ғажайып нәрсе, ақыл-ой жетекшісі, денсаулық кепілі, өмір тынысы.

Ойын баланың алдынан өмірдің есігін ашып, оның шығармашылық қабілетін оятып, бүкіл өміріне ұштаса береді. В.В. Сухомлинский: «Ойынсыз ақыл - ойдың қалыпты дамуы да жоқ және болуы мүмкін емес. Ойын дүниеге қарай ашылған ұлken жарық терезе іспетті, ол арқылы баланың рухани сезімі жасампаз өмірмен ұштасып, өзін қоршаған дүние туралы түсінік алады. Ойын дегеніміз - үшкін, білімге құмарлық пен еліктеудің маздап жанар оты», деп анықтама береді. Ұлттық ойындар халық педагогикасының бір саласы болып отыр. Ол мындаған жылдар бойы үрпактың керегіне жарап, оарды өмірге әзірлеу қажеттің өтеуде. Қазақтың ұлттық ойындары тек денені ғана емес, ойды жаттықтырушы да болып табылады. Халық өзін қоршаған дүниенің қыры мен сырын егжей-тегжейлі білуді баланың санасына ойын арқылы жастайынан сіңіре беруді көздеген. Ойын бала табиғатымен егіз, себебі бала ойынсыз өспейді де және дамымайды да. Ойын арқылы бала өмірге әзірленеді, дағдыланады. Мектеп табандырығын алғаш аттап отырган балалардың ұжымын үйымдастыруға, олардың дене шынығу сабағын сүйіп оқуына, қатысуына жету үшін ұлттық ойындарын тәрбие құралы деп қарауға болады. Мектеп оқушылары үшін сабактан тыс уақытта ойналатын ұлттық ойындарын іріктең оқушының жас ерекшелігіне байланысты ойнауды ұсынған дұрыс. Дене шынықтыру сабағында халық ойындарын пайдалану жасөспірімдердің тек дене тәрбиесіне ғана әсерін тигізіп қоймай, олардың жан-жақты дамуына, сана-сезімінің өсіп, жетілуіне оку үлгіріміне де айттарлықтай әсер тигізеді. Денсаулық сақтау, білім беру, тәрбиелеу сабактан тыс уақытта да ұлттық

оыйндар ойнату барысында да іске асырылады. Сабактан тыс уақытта ойнатылатын ойын түрлері оқушылардың қимыл-қозғалысқа деген икемділігін арттырып, шығармашылық қабілетін кеңейтеді. Қазақтың ұлттық ойындарын сабакта үзбей өткізу балалардың қозғалыс белсенділігін арттырады, денсаулығын нығайтып, денесінің шыныгу деңгейін көтереді. Бұл ақыл-ойдың, мидың қабылдау процесіне де әсер етеді.

Қазақтың ұлттық ойындары – адамның дene, ақыл-ой, адамгершілік қасиеттерінің шындалып өсуіне жан-жакты әсер ететін әмбебап құрал. Ол өзін-өзі тәрбиелеп, өзіне өзі білім берудің бүгінгі біртұтас педагогикалық талаптарға сай келетін дидактикалық негіздегі педагогикалық-әлеуметтік ахуалды байыта түсетін оку-тәрбие құралы. Ұлт ойындарының бойында тұтас педагогикалық процестің негіздері бар. Тұтас педагогикалық үрдістің құрамына - оку, оқыту, білім беру, тәрбие, дамыта оқытып, дамыта тәрбиелу процестерінің табиғи бірлігі жатады. Ал ұлт ойындарының бойына ақыл-ой, адамгершілік, эстетикалық, еңбек, дene тәрбиесінің негіздері қалыптастырылған. Сондықтан ұлт ойындарының әлеуметтік-педагогикалық негіздерін сөз еткенде оның дидактикалық негіздері туралы сөз айтпай өтуге болмайды.

Көптеген тәжірибелер көрсеткендей қазақтың ұлттық ойындары балаларды тәрбиелеуде үлкен маңызға ие болып отыр. Ұлттық ойындардың балалардың ойлау қабілетін арттыруға, күш, тәзімділік, ептілік қабілеттерін жетілдіруге көп әсерін тигізеді. Бұдан басқа олардың бір-біріне деген көзқарасын, ұлтаралық қатынастарды нығайтуда үлкен роль аткарады. Қазақ ұлттық ойындарын зерттеу қорытындыларының көрсеткеніндегі, олар көптеген қимыл қозғалыстарды қамтиды: жүтіру, лақтыру, секіру, дәлдікке жаттығулар, тепе-тендікке, жылдамдық - күштілікке, тағы басқа, және де ойынға катысушылардың ағзасына әртүрлі әсерлер береді. Мысалы, “Ұшты-ұшты”, “Көрші- көрші”, “Сакина жинау”, “Соқыр теке”, “Қойыны қасқыр шапты”, “Атқума”, “Жаяу көкпар”, “Түйтүйе”, “Қасқыр мен ешкі”, “Күзетшілер”, “Аркан тарту” және т.б. ойындарды арқылы мұғалім балаларды қазақ халқының дәстүрімен әдет-ғұрпын жоғалтпай, оны әрі қарай дамытуға, өз ұлттына деген сүйіспеншілігін жастанынан баулып, оны құрметтеуге тәрбиелейді.

Сонымен қазақтың ұлттық ойындары өзінің негізінде, үлкен ар-намыстың, тәрбиелік, өжеттілік, ұжымшылдық, әлсіздерге көмектесу және өзінің топ мүшелерінің ажырамас бір бөлігі екендігін сезіну қасиеттерін қалыптастырады. Сондықтан қазіргі уақыттың педагогикасының маңызды мақсатының бірі, біздің қазіргі заман талабымызға сай тәрбиелік мәні бар, мындаған жылдар бойы жас үрпақтарды тәрбиелеуге қолданып келген қазақтың ұлттық ойындарын пайдалану болып табылады. Қазақтың ұлттық ойындары тек қана дene тәрбиесін дамытатын құрал болып қоймай, жас үрпақтың ой санасын, мәдениетін дамытады. Көбінде олар ұжымшылдық бағыттар мен бір-біріне қол ұшын беруге жас жеткіншектердің өздерінің қатарластарының алдында, ұялу, қысылу, топтарда өздерін емін-еркін ұстауға көп көмегін тигізеді. Қазақтың ұлттық ойындары, халық педагогикасының құралдары ретінде, жас өспірімдерді тәрбиелеуде көптеген құрделі мәселелерді шешуге маңызы зор, сондықтан міндетті түрде негізі педагогикалық жұмыстарды пайдаланылған жөн. Ауыл балаларының дene тәрбиесі құралдарының ішінде ең белгілі болып кеткен қазақтың спорттық ойындары: қазақша қүрес, ат сайысы спорт түрлері, тоғызқұмалақ. Қазақтың ұлттық ойындары қебінесе жас балалар мен жасөспірімдердің арасында үлкен маңызға ие. Ал ауыл жастанынан арасында, жасөспірімдерге қарағанда, ондай үлкен деңгейде қызығушылық аз. Бұл қебінесе жас ерекшеліктерімен тығыз байланысты, себебі олардың спорттық сайыстарға деген қызығушылығы, ұлттық ойындар арқылы халықаралық ойын түрлерін шебер менгеруге деген көзқарастан туындаиды. Сондықтан бұл жерде қазақтың ұлттық ойындары үлкен қызығушылыққа ие болып отыр. Жоғарыда айтылғандай, қазақша қүрес, самбо мен дзюдо қүресінің негізін қалауда үлкен қызмет аткарады, ал ат спорт түрлері: көкпар, қызы қуу, бәйге, тенге алу және тағы басқалары көп деңгейде, халықаралық ат спорты сайыстарының айла-тәсілдерін жетік менгеруге негіз бола алады. Егер тоғызқұмалаққа келер болсақ бұл ойын көп деңгейде адамның ой санасының ойлау қаблетінің түйетінің дамуына және де шахмат және дойбы сияқты ойындардың құпиясын шебер білуге өз септігін тигізеді. Ұлттың негізгі ерекшелігі оны басқаларға ұлт ретінде танытатын тіл десек, бала сол тіл негізін ойын үстінде менгеріп, үйреніп, ілгері дамытады. Әдет-ғұрпып, салт-сана, дәстүр ұлтты өзінше қөркейтіп, басқалардан ерекшелеп көрсететін құбыльс десек, соның бәрі балаға жастанынан беріледі. Оны бала ойын үстінде қабылдан, ұжымдық өмірдің алғашқы сабағын алады. Адам бойында ділді қалыптастыратын да ұлттық ойындар. Әр халықтың ғасырлар түпкірінен келе жатқан, бүгінгі үрпақтарына мирас етіп қалдыраш түрінің бірі ұлттық ойындар арқылы үрпақтар жалғасып, атадан балаға, үрпақтан-үрпаққа жетіп, үнемі жаңарып, молығып жетіле береді. Ұлттық ойындар қазақ халқының мәдени мұраларының ішіндегі ең маңызды орынға ие түрі болып табылады. Ұлттық ойындар ұлтқа тән қасиеттерді ғана

тәрбиелеп қоймайды, ол оқушыларды өз ұлтына, өз халқына деген ілтипатқа, оның ғасырлар бойы жалғасып жатқан рухани, мәдени, тарихи, әдет-ғұрып, салт-санасын, дәстүрін қадірлеуге, оны мақтан тұтып, тілін, дінін, дәстүрін құрметтеуге үйренеді. Ұлттық ойынның негізінде жарыс жатыр, ал жарыстың негізгі шарты жену. Сондықтан ойын балалардың ерік-қайратын шындал, женіске жету үшін еңбектене білуге, ол үшін өзін-өзі менгере білуге, мұқияттылыққа, ізгілікке, құштарлыққа, өзін бақытты сезінуге, денсаулығының мықты, бақытты болуы үшін күреске үйретеді. Ойын бала денесінің дамуына және сауығуына жан-жақты ықпал жасайды. Ойын процесінде балалардың қозғалыши ширақтығы бүкіл ағзада жігерлі жағдай туғызады, алмасу процестерін қүштейтеді, өмірлік тонустарын арттырады.

1. Құрманбаева С.К. «Ұлттық ойындардың бүгіні мен келешегі». – Алматы, 2004.

2. Атабаев А.С. «Ұлттық ойындар - халық мұрасы». - Алматы, 2006.

3. Қазақ ұлттық ойындары. Құрастырган Б.Төтенай. – Алматы, 2013.

Резюме

Ш.Болатқызы – старший преподаватель КазНПУ им. Абая Роль народной педагогики в воспитании ребенка

В статье раскрывается актуальность народной педагогики в воспитании ребенка, определяются её основные средства. Проанализирован опыт народного воспитания. Также рассматривается роль казахских национальных игр в формировании физической подготовки детей. Игра является одним из важнейших средств физического воспитания детей. Она способствует физическому, умственному, нравственному и эстетическому развитию ребенка. С помощью подвижных игр обеспечивается всестороннее физическое развитие ребенка. А также статья рассматривает, о роли казахских национальных игр в воспитании детей.

Ключевые слова: национальная педагогика, средства народной педагогики, национальные игры, воспитание, воспитание ребенка, физическое воспитание, физическая подготовленность, формирование, развитие, личность.

Summary

Sh.Bolatkyzy - Senior Lecturer KazNPU im.Abai

The role of folk pedagogy in child care

The article reveals the relevance of folk pedagogy in the upbringing of the child, its fixed assets are determined. The experience of public education. Also examines the role of the Kazakh national games in the formation of physical training of children. The game is one of the most important means of physical education of children. It promotes physical, mental, moral and aesthetic development of the child. With ensured comprehensive physical development of children using mobile games. And the article considers the role of the Kazakh national games in the education of children.

Keywords: national pedagogy, the means of folk pedagogy, national games, education, child education, physical education, physical fitness, formation, development, personality.

УДК 796.853.23

ПЕДАГОГИКАЛЫҚ ШЕБЕРЛІКТІҢ МӘНІ МЕН МАҢЫЗЫ

Р.Б.Кадырбеков – Абай атындағы ҚазҰПУ магистр оқытушы

Р.О.Батымбетова – №17 Үлкен Шыған ората мектебінің мұгалімі

Бұл мақалада білім беру мекемелеріндегі оқушылармен жұмыс істеу барысында мұғалімнің педагогикалық шеберлігі көрсетілген. Бүкіл әлем бүл қунде тәлім-тәрбие қызметіне ең білгір, ең талантты, өте жауапкершіл педагог — мамандардың қажеттігін мойындаған отыр. Себебі адам тағдырында мектептік кезеңі аса маңызды. Балалардың өмірлік бастауында жетесіз педагог тұрса, одан келер шығынды өлшеп болмайды. Сондықтан да педагог білікті маман, өз ісінің шебері болуы керек. Яғни педагог шебер болу үшін: өзінің мүмкіндіктерін жана формация мұғалімі ретінде объективті бағалай алуы керек, көсіби мамандығына қажетті қабілеттерді менгеруі тиіс, жалпы мәдениетті, интеллектуалды іс-әрекетті, мінез-құлыш, қарым-қатынас мәдениетін менгеруі тиіс, етіп жатқан интеграциялық процестерге, әлемдік білім беру кеңістігі қарқынына бағытталған алуы тиіс.

Түйін сөздер: педагогика, мектеп, оқушылар, білім, дағды, шеберлік, мұғалім.

Педагигикалық шеберлік үнемі жетіліп отыруды қажет ететін балаларды оқыту мен тәрбиелу өнері. Ол өнерге балаларды сүйеттін және өз қалауымен жұмыс істейтін әр педагогтің қолы жетуі мүмкін. Педагог — өз ісінің шебері, жоғары мәдениетті, өз пәнін терең менгерген, ғылым мен өнердің тиісті салаларынан хабардар, жалпы, әсіресе балалар психологиясының мәселелеріне қанық, оқыту мен тәрбиенің әдістемесін жетік игерген маман.

Заман ағысына сай біліммен қаруланған ой-өрісі жоғары, зерделі, жан-жақты дамыған маман — уақыт талабы. Кеше ғана көк туын желбіретіп шаңырақ көтерген егемен елімізді өркениетке жетелейтін білім бастауында мектеп, ал сол мектепте жас үрпақ бойына білім негізінің мәңгілік іргетасын қалаушы- ұстаз тұрады. «Мұғалімдер- қогамның ең білімді, ең отанышыл, білгілеріңіз келсе, ең «сынампаз» бөлігі болып табылады», — деп Елбасы Н. Ә. Назарбаев бекер айтпаса керек. Сондықтан да бүтінгі таңда тәуелсіз елімізге білікті маман, өз ісінің шебері қажет. Шебер педагог білімді, тәжірибесі мол, жан-жақты бола отырып, оқушыларды жеке тұлға етіп қалыптастыру мақсатында білім мен тәрбиені ұштастыра алуы қажет. Әр оқушының дарындылығын айқындау, олардың дамуына қолайлы жағдайлар жасау, мектеп, жанғы, мұғалімнің ролін анықтау, студенттер мен мұғалімдер ұжымын қалыптастыру — педагогикалық шеберлікті жетілдіруге негізделеді деп есептейміз.

Педагогикалық шеберліктің тағы бір көрінісі – мұғалімнің шығармашылық іс-әрекеті, яғни оның тұлға ретінде жеке-даралығы және адамның индивид ретінде кейбір ерекшеліктерінің өзгеріске ұшырауы. Әрбір педагог мұғалім мамандығын таңдап алған соң, ол жауапкершілігін бірге ала жүруі керек. Ұстаз өз пәнін ғана емес, дүние сырын, қоғамдағы өзгерістерді, адам мінездерін, өнердің қуат әсерін білетін жан болуы қажет[1].

Білімнің іргетасы бастауыш сыныпта қаланатыны сөзсіз, сондыктан бастауыш сынып мұғалімі ақ параптай кіршікіз окушыға қалай тәлім, білім берсе, орта буын, жоғары буынға барған кезде окушылар сөзсіз білімді нақты игерे алады. Яғни бастауыш сынып мұғалімдеріне қойылатын талап өте жоғары, олай болса мұғалімнің келбетін сипаттап көрейік:



Біздің ойымызша мұғалімнің бойында осы қасиеттердің барлығы болса, мұғалім окушыларына толыкканды білім береді.

Тәүелсіз ел тірегі – білімді ұрпақ десек, жаңа дәуірдің күн тәртібінде тұрган келесі мәселе – білім беру, ғылымды дамыту, өркениет біткеннің өзегі, білім, ғылым, тәрбие екендігіне ешкімнің таласы жоқ. А.Байтұрсыновтың «Мектеп керектері» еңбегінде былай делінген: «...Мұғалім қандай болса, мектеп һәм осындай болмақшы. Яғни, мұғалім білімді болса, ол мектептен балалар көбірек білім алып шықпакшы. Солай болған соң, ен әуелі мектепке керегі – білімді, педагогика әдістемеден хабардар, жақсы оқыта білетін мұғалім».

Ұстаз қолында адам тағдыры, болашақ ел тағдыры тұрады, мұғалім өсіп, дамып келе жатқан үрпақпен жұмыс істейді. Сол жас бүгінгі күннің жаңалығынан сырт қалмай ізденісте болу үшін заман талабына лайық жаңа білім, жаңа тәрбие керек. Мұғалім сөзімен, ісімен, мәдениетімен, білікті біліммен, ұйымдастырушылық қабілетімен, балалармен тіл табысудағы қасиетімен асқақ, өз көсібін қадірлеген ұстазғана педагогік мәртебесін биік ұстай алады. Қазіргі қоғамда қажетті де осындай ұстаздар.

«Маған жақсы мұғалім бәрінен де қымбат, өйткені мұғалім мектептің журегі» - деп Үбырай Алтынсарин айтқандай: қазіргі мектеп алдындағы міндеттерді шешуде мұғалімнің кәсіптік мәдениеті

басты шарт екені аян. Бүгінгі таңда мұғалімнің ұстаздық тұлғасын қалыптастыру күштеймесе, кеміген жоқ. Білім берудің ұлттық моделіне көшкен қазіргі мектепке ойшыл зерттеуші, жаттандылықтан аулақ, практикалық қызметте педагогикалық үйлестіруді шебер менгерген психолог – педагогтік диагностика қоя білетін іскерлік мұғалім керек[2].

XXI ғасыр мұғаліміне қойылатын талаптар зор.

Мұғалім жеке көзқарасы бар, соны қорғай біletіn жігерлі тұлға, зерттеушілік, ойшылдық қасиеті бар маман, білімді де білікті, көп оқитын, білімін күнделікті ісіне шебер қолдана біletіn, өзінің оқушысын өз бетінше білім алуға үйрете алатын болу керек. Бұл - өмір талабы. Мұғалімде ұйымдастырушылық, құрылымдық, бейімділік, сараптамалық қабілеті болу шарт. Ол сонымен қоса ұлттық құndылықтарды яғни этнопедагогика, этнопсихология негіздерін менгеру қажет, ғаламдасуға байланысты «Ғаламтор» жүйесін жетік менгерген, әлемдік білімге сай, мәдениеті жоғары жеке тұлға тәрбиелей алатын ұстаз болу қажет.

ҚР орта білім беру жүйесі дамуының мемлекеттік тұжырымдамасында «Кез-келген білім бағдарламасының табысты орындалуы мұғалімге байланысты. Оның кәсіби шеберлігі нысаналы бағдарламаны да, оку жоспарын да биік деңгейде жүзеге асыруға ықпал ете алады, ал кәсіби дәрменсіздігі істі құлдыратады...» дедінген. Жеке тұлғаны тәрбиелейтін адам – мұғалім, мұғалімге сенім білдірмесе, оку игі жеміс бере алмайды, сондықтан қоғамымыз мұғалімге үлкен сенім артып отыр.

Мұғалім – қоғам айнасы. Ертеңгі күнімізге аттамас бұрын ұстаздың кім екендігіне баға беріп көрелік. Бүгінгі мұғалім ана, бала бағбаны, қоғам қайраткері. Мұғалім оқытушы, мұғалім-ұстаз, мұғалім-окулық авторы, мұғалім-технolog, мұғалім-жаңалықты дәрілтеуші, таратушы.

Белгілі педагог К.Ушинский: «Мұғалім-өзінің білімін ұздіксіз көтеріп отырғандаған мұғалім. Оқуды, ізденуді тоқтатысымен оның мұғалімділігі де тоқтайтын» - деген . Сондықтан ұстаз-шәкірт-ұстаз болуы қажет. Белгілі ағартушы педагог ғалымдар: С.Қалиев, Ә.Нысанбаев, Ш.Т.Таубаева, Қ.Жарықбаев, Б.Барсай тағы басқа ғалымдардың еңбектеріне сүйене отырып, мұғалімнің мәдениеті мен шеберлігін, интеллектуалдығын бірнеше бөліктермен анықтауға болады.

- 1.Мұғалімнің сыртқы келбетінің мәдениеті
- 2.Мұғалімнің өзін-өзі басқару шеберлігі
- 3.Мұғалімнің кәсіби мәдениеті, әдебі, сөйлеу шеберлігі, шешендік қасиеті, дауыс ырғағы, сазы.
- 4.Ілтипаттылығы, сенімі , әділдігі, төзіммен сабыр сақтауы.

Ұстаздық қызметтік қыры мен сыры мол, сондықтан да ұстаздар өз ісінің әрбір қыр-сырын жетік менгеру, игеру жолында кәсіптік шеберлікті толық менгерсе ғана бүгінгі қоғамымызды байытатын, дамытатын, жаңартатын адам тәрбиелеуге мол мүмкіндік ашылатыны күмәнсіз.Мұғалімнің кәсіби білік дағдылары оның жеке кәсіби педагогикалық мәдениетін көрсететін өлшем. Олай болса жаңаша өмірге бет бұрып, жаңаша ой түзеген егемен еліміздің үрпағын білім нәрімен сузыннататын саналы тәрбие, сапалы білім беретін жеке тұлға, мәдениеті мен кәсіби шеберлігі шындалған мұғалім – ғасыр көшін бастаушы болап табылады. Мұғалім — бүгінгі оқушы — ертеңгі қоғамның, елдің тірегін өмірге дайындаушы. Мұғалім мамандығының құndылығы да осында деп түсінгеніміз дұрыс [2].

Білімді де білікті маман даярлаудың мақсаты — маманның бойында іргелі де жүйелі білім, кәсіби іскерлік пен дағды, шығармашылық белсенділік пен еркіндік, мәдени ойлай білу қабілеттерін қалыптастыру болса, білім ғасырындағы білім берудің жана жүйесі нені оқыту (білім мазмұны), қандай жүйеде оқыту (құрылымы), қалай оқыту (педагогикалық технология) мәселелерін шешуге бағытталуда.

Жалпы бала жаны жаңалыққа құмар, білмегенін білгісі келіп, белгісіз нәрсені ашуға тырысатын болғандықтан, бастауыш сыныптан бастап мектеп мұғалімдері олардың осы талпынысын дамытуға көніл бөлуі тиіс. Оқушылардың сүйіспеншілігін арттыру мақсатында сабак барысында тиімді әдістәсілдерді енгізіп, күнделікті өтіледін әрбір сабакты ұтымды ұйымдастыра білу - мұғалімнің басты міндеті екені белгілі. Мұндай жағдайда мұғалімнің шеберлігі, ұйымдастырушылық қабілеті үлкен рол атқарады деп түсіндіреді [3].

«Ұстаз тұмысынан өзіне айтылғаның бәрін жетік түсінген, көрген, естіген және анғарған нәрселерінің бәрін жадында сактайдын, олардың ешбірін ұмытпайтын, алғыр да зерек ақыл иесі, өте шешен, өнер-білімге құштар, аса қанағатшыл, жаны таза және әділ, жүртқа жақсылық жасап, үлгі көрсететін, қорқу мен жасқануды білмейтін батыл, ержүрек болуы керек» — деп, шығыстың ұлы ойшылы Әбу Насыр әл Фараби ұстаз болмысын айқындаған екен. Олай болса, жауапкершілігі шексіз, қадірі мол мамандық иесінің үрпаққа білім мен тәрбие берудегі алар орнын әр мұғалім бар болмысымен сезінгені абзal. Өйткені, бәсекеге қабілетті тұлға даярлауда білім сапасын көтерудің

негізгі тетігі — білімді ұстаз. Яғни мұғалімнің кәсіби шеберлігі жоғары болған жағдайда – білім сапасы да артады дегім келеді.

1. Мұғалімнің педагогикалық шеберлігі. //Білім әлемі. Алматы., 2004 ж. №6.
2. Ахметова Ш. Қазақ халқының бала тәрбиелеудегі дәстүрі. Алматы: Мектеп, 1966
3. Берикханов А.Е. Педагогикалық мамандықта кіріспе. Оқу құралы.- Алматы 2009.

Резюме

Р.Б. Кадырбеков – магистр преподаватель Каз НПУ им. Абая.

Р.О. Батымбетова – учительница средней школы №17 Большой Чиган

Сущность и значение педагогического мастерства

В данной статье рассматриваются педагогические навыки учителей в процессе работы со школьниками в образовательных учреждениях. Во всем мире признается потребность в специалистах: опытных, талантливых учителях, ответственных за важный период школьного образования. Недостаточно квалифицированны педагог, не даст качественно образовательного уровня выпускников. Для того что бы педагог был на высоком уровне, он должен отвечать новой объективной формации требований к учителям: соответствующих преподаваемой специальности, общий культуре, интеллектуальности, психологической устойчивости и культуре поведения, учитывая интеграционный процесс в мировом образовательном пространстве.

Ключевые слова: педагогика, навыки, учитель, мастерства, процесс.

Summary

R.B. Kadyrbekov – Master Teacher Kazakh National Pedagogical University named Abai.

R.O. Batymbetova – Teacher №17 school Bolshoy Shygan

The essence and significance of pedagogical skills

This article discusses the pedagogical skills of teachers in the process of working with students in educational учреждениях. Vo the world recognized the need for specialists: the experienced and talented teachers, responsible for any significant period of schooling. Insufficient kvalifitstrovanny teacher, does not give qualitative education level graduates. In order to be a teacher was at a high level, it must meet the new objective of the formation requirements for teachers: corresponds taught specialty, general culture, intellectual, psychological stability and culture of behavior, taking into account the integration process in the world educational space.

Key words: pedagogy, skills, teacher, excellence, process.

УДК 378.172

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В ВЫСШЕМ УЧЕБНОМ ЗАВЕДЕНИИ

Р.Б. Кадырбеков – ҚазНПУ им. Абая магистр преподаватель

Н.У. Шаяхметов – Университет КазГЮА магистр старший преподаватель.

Актуальность выбранной темы заключается в том, что физическая культура является неотъемлемой частью формирования здорового, физически совершенного и высоконравственного поколения. Она способствует реализации потребности человеческого организма в двигательной активности, повышению работоспособности и способствует укреплению здоровья. Физическая культура предоставляет неограниченные возможности для эстетического воспитания личности. Она воспитывает умение воспринимать и понимать прекрасное в движениях человеческого тела, в совершенстве его линий и форм.

Целью нашей работы явилось раскрытие понятия физической культуры в высшем учебном заведении, для чего необходима данная дисциплина и чем она отличается от занятий в школе. Также, почему не следует пропускать пары по физической культуре.

В данной работе мы раскрыли понятия «физическая культура» и «физическое воспитание».

Обращаем Ваше внимание, что при всем вышеперечисленном необходимо не забывать об одном небольшом, но важном: наш организм – это инструмент, который требует тонкой и профессиональной настройки, тщательного ухода и способен помочь его обладателю исполнить шедевральное произведение на любом поприще.

Ключевые слова: физический культура, воспитание, педагогика, упражнение.

Физическая культура– часть общечеловеческой культуры, направленная на разностороннее укрепление и совершенствование организма человека и улучшение его жизнедеятельности посредством применения широкого круга средств: гигиенических мероприятий, естественных сил природы, различных систем физических упражнений, спорта.

Физическое воспитание – педагогический процесс, направленный на формирование здорового, физически совершенного, социально активного, высоконравственного подрастающего поколения. Физическое воспитание решает задачи реализации потребности человеческого организма в двигательной активности, способствует укреплению здоровья, совершенствованию физических и психофизических качеств, повышению работоспособности, продлению творческого долголетия и жизни людей.

Целью физической культуры является реализовать возможности оптимального физического развития людей, всестороннего совершенствования свойственных каждому человеку физических качеств и связанных с ними способностей в единстве с воспитанием духовных и нравственных качеств, характеризующих общественно активную личность: обеспечить на этой основе подготовленность каждого члена общества к плодотворной трудовой и другим общественно важным видам деятельность. Целью физического воспитания студентов является формирование физической культуры личности.

Физическая культура как учебная дисциплина в высшем учебном заведении. Физическая культура в высшем учебном заведении является неотъемлемой частью формирования общей и профессиональной культуры личности современного специалиста, системы гуманистического воспитания студентов. Как учебная дисциплина, обязательная для всех специальностей, она является одним из средств формирования всесторонне развитой личности, оптимизации физического и психофизиологического состояния студентов в процессе профессиональной подготовки.

В основе учебно-воспитательного процесса в высшей учебной школе лежит комплексный, системный характер образования, воспитания и профессиональной подготовке специалистов, в которых органически сливаются формирование мировоззрения, общественно-политическое, трудовое, нравственное, физическое, эстетическое и другие виды воспитания. Причем, воспитание остается объективной реальностью, важнейшей частью человеческой культуры, истории, цивилизации.

Физическая культура как учебный предмет имеет сложное строение, она включает в себя: воздействие на физиологические системы организма занимающихся, совершенствование физических и морально-волевых качеств и психологической устойчивости, на нервно-эмоциональную умственную сферу студентов. Является процессом планомерного, систематического воздействия на студентов под ответственным наблюдением и руководством преподавателей, которые призваны дать будущим специалистам знания и сформировать у них глубокое понимание социального значения физической культуры и спорта в условиях производственной деятельности и на основе сформировать физическую культуру личности.

Большие воспитательные и образовательные возможности физического воспитания не реализуются сами по себе, если соответствующим образом не организован процесс преподавания.

Физическая культура как учебная дисциплина в высшем учебном заведении по содержанию, организации и проведению занятий существенно отличается от уроков по физкультуре в средней школе.

В законе говорится: «Образовательное учреждение создает условия, гарантирующие охрану и укрепление здоровья обучающихся».

Для реализации этого направления во всех высших учебных заведениях, по всем специальностям в образовательно-профессиональные программы включен цикл из десяти учебных гуманитарных и социально-экономических дисциплин (философия, история, иностранный язык, физическая культура и другие). В перечне дисциплин гуманитарного цикла учебной дисциплине «Физическая культура» уделяется особое внимание, в учебном плане на нее выделяется самое большое количество учебных часов. Кроме того выделяются дополнительные часы на так называемые элективные курсы, для занятий по выбору студентов в спортивных секциях во внеучебное время.

Одной из важных социальных функций физического воспитания в процессе обучения студентов является функция, связанная с обеспечением их учебно-трудовой активности и высокой профессиональной работоспособности после окончания высшего учебного заведения. Именно на это и направлена учебная программа, которая явила прогрессивным шагом в формировании всесторонне и гармонично развитой личности выпускника высшего учебного заведения с высокой степенью готовности к социально-профессиональной деятельности.

Результатом обучения должно быть создание устойчивой мотивации и потребности к здоровому и продуктивному стилю жизни, физическому самосовершенствованию, достижению максимального уровня физической подготовленности.

Отличительными особенностями учебной программы являются ее широкая общеобразовательная направленность, наличие методико-практических занятий и итоговой аттестации. Профессиональная направленность образовательно-воспитательного процесса по физической культуре включается во все разделы программы, выполняя связующую, координирующую и активизирующую роль.

Необходимость дальнейшего развития физической культуры и спорта среди студентов обусловлена запросами и правами личности молодых людей, возрастными и индивидуальными особенностями их развития, постоянно изменяющимися условиями жизнедеятельности, «социальным заказом» общества на подготовку высококвалифицированных специалистов. Этот заказ предполагает обязательное наличие у будущих специалистов общей и профессиональной культуры, физического и психического здоровья, высокой работоспособности, способности осваивать и обогащать культурный потенциал общества. Хорошее психофизическое развитие личности повышает биологические возможности жизнедеятельности, позволяет успешно противостоять ухудшающимся экологическим условиям, переносить высокие психические и физические нагрузки, эффективно функционировать в обычных и экстремальных условиях.

Однако надо всегда помнить, что физическая культура в своем арсенале содержит острые средства, которые при их неправильном использовании могут воспитать у студентов отрицательные духовные качества, поэтому каждый преподаватель на учебных занятиях тщательно контролирует этот процесс.

Помимо чисто воспитательных мероприятий, одним из важных факторов в этом направлении является создание у студентов устойчивой мотивации по выполнению требований профессионально-прикладной физической подготовки. С этой целью в рабочем учебном цикле кафедр физического воспитания должно предусматриваться обязательное медицинское обследование, в состав которого по мере прохождения материала подключается углубленное функциональное обследование психомоторики и характерологических качеств личности.

Быть или не быть, ходить или не ходить? Этот вопрос в отношении занятий физической культурой регулярно возникает у студента. Диллемма возникает аккурат в начале каждого семестра и обостряется прямо пропорционально с приближением к зачетной неделе. Каждый студент сам для себя находит причины, побуждающие его к двигательной активности. Мы же возьмём на себя смелость и предложим несколько поводов для мотивирования наиболее сомневающихся и нерешительных. Существует несколько важных поводов для того, чтобы студент ходил на занятия по физической культуре в вузе:

Повод №1: физическая культура – часть общей культуры человека. Те, кто считают себя культурными людьми, должны иметь необходимый уровень развития физических качеств, знаний, умений и навыков.

Повод №2: у человека умственного труда, занимающегося физкультурой и спортом, мощный поток импульсов, идущих от мышц, усиливает творческую доминанту, т.е. те участки коры головного мозга, которые связаны с интеллектуальной деятельностью.

Повод №3: регулярное посещение занятий физической культурой гарантирует получение зачета или автомата по данной дисциплине.

Повод №4 (для умных): благотворное влияние физических упражнений объясняется также и тем, что продукты мышечного обмена являются стимуляторами сердечной и мозговой деятельности.

Повод №5 (для рациональных): при регулярных занятиях физической культурой и спортом накапливаются многолетние запасы волевых качеств, устойчивости к стрессам, умственной работоспособности. Все это неизбежно приводит к повышению эффективности обучения в вузе.

Повод №6 (для ленивых и «очень занятых»): пренебрежение двигательной активностью приводит к накоплению факторов риска, а это неизбежно рано или поздно проявится в заболеваниях, снижении умственной и физической выносливости, затруднениях в учебе.

Обращаем Ваше внимание, что при всем вышеперечисленном необходимо не забывать об одном небольшом, но важном: наш организм – это инструмент, который требует тонкой и профессиональной настройки, тщательного ухода и способен помочь его обладателю исполнить шедевральное произведение на любом поприще.

Заключение: Физическая культура является единственным средством организации досуга населения.

Ни одна социальная сфера организации досуга не привлекает такого огромного количества людей (миллиарды людей смотрят Олимпийские игры по телевидению). В данном случае можно говорить о феномене спорта и физкультуры.

Также они в силу своей гуманистической сущности, обладая способностью сближать народы, содействовать развитию контактов, сотрудничества, взаимопонимания между народами, играют все более заметную роль в жизни всего международного сообщества.

Физическая культура предоставляет неограниченные возможности для эстетического воспитания личности. Она воспитывает умение воспринимать и понимать прекрасное в движениях человеческого тела, в совершенстве его линий и форм.

Не менее важно и то, что физкультура и спорт воспитывают у студентов естественную потребность в организации здорового образа жизни – одного из параметров целостного гармоничного бытия человека.

Отличительной особенностью процесса физического и духовного развития человека является обязательное присутствие элементов самовоспитания. В основе самовоспитания методами физической культуры лежит внутренняя потребность в самосовершенствовании, в развитии своих физических способностей, совершенствования форм тела, борьбе против собственных отрицательных сторон характера и других недостатков.

1.Матвеев «Теория и практика физической культуры».

2.Коваленко «Физическая культура».

3.Степыко«Физкультура в вузе»

4.Плехов В.Н., «Возьми в спутники силу», 1988.

5.Матвеев Л.П., «Общая теория спорта, учебная книга для завершающих уровней высшего физкультурного образования», 1997.

Түйін

Р.Б. Кадырбеков – ҚазНПУ им. Абая магистр оқытушысы

Н.У. Шаяхметов – ҚазГЮУ Университетінің магистр аға оқытушысы.

Жоғары оқу орнындағы дене шынықтырудың ерекшеліктері

Біз таңдаған мақалада тақырыптың езектілігі дене тәрбиесі, үрпактың моральдық ажырамас белігі болып табылады. Ол тірек-қозгалыс қызметтің адам денесінің қажеттіліктеріне ықпал етеді, тиімділігін арттыру және мықты деңсаулық ықпал етеді, жеке тұлғаның рухани және адамгершілік мәдениет құндылықтарына қатыстыру, етken кезеңдердегі тарихи деректерді байыту, қоғамның бүгінгі қундегі ахуалын және ондағы дене тәрбиесінің орнын талапқа сай бағалауға көмектесу, ұлттық мақтаныш және отаншылдық сезімін тәрбиелеу, адал ымырасыз құреске үмтүлу болып табылады.

Түйін сөз: дене мәдениеті, тәрбие, педагогика, жаттығу, студенттер.

Summary

R.Kadyrbekov – Master Teacher Kazakh national Pedagogical University named after Abai.

N.Shayakhmetov – Master Teacher University KAZGUU

Physical culture in higher educational institutions

The aim of our study was to disclose the concept of physical training in higher education, which requires the discipline and how it differs from school. Also, why should not miss a pair of physical culture. In this study, we uncovered the concept of "physical culture" and "physical education". Please note that all of the above you must not forget about one small, but important: our body - is a tool that requires fine tuning and training, nursing care and is able to help its owner to execute the masterpiece work in any field.

Keyword: student physical education sports training.

ӘОЖ: 37.371.371.3

БАСТАУЫШ МЕКТЕПТЕ СЫНИ ОЙЛАУ ТҮРҒЫСЫНАН БІЛІМ БЕРУДІҢ ТИМДІЛІГІ

М.Б.Жаркымбекова - Қазақ Мемлекеттік Қызыдар Педагогикалық университеті 1 курс
магистранты

Ғылыми мақалада білім беру үрдісіндегі сынни түрғысанан ойлау әдісінің бастауыш сыныпта қолдану түрғысында ой қозғалады. Білім берудің сапасын жақсарту мақсатында, жаңашылдықты оқу үдерісіне кіріктіру мақсатында сын түрғысанан ойлау технологиясын сабактарда қолданудың пайдалы түстарына сөз қозғалады. Жаңашылдықты қолдану білім беру процесін дамытатындығы накты мысал арқылы көрсетіледі. Білім алушының шығармашылық қабілетіне, таланты мен дарынына барынша әсер ететін сынни түрғыда ойлау

қабілетін дамытуда мұғалімнің педагогты шеберлігі барынша ашылып, жан-жақты талқылау негізінде мысалдар келтірілген.

Түйін сөздер: жаңашылдық, білім беру, сынни ойлау технологиясы, болашақ, бастауыш, руханилылық, ізденіс, өзін-өзі дамыту, тұлға, тәрбие, жас ұрпак.

Сын тұрғысынан ойлау бағдарламасы оқушының еркін сөйлеуіне, пікір таластыруына, достарының ойын тыңдауга, мәселені шешу жолдарын іздей отырып, қыындықты шешуге бағытталған бағдарлама. Сыни ойлаудың дәстүрлі оқытудан айырмашылығы өзіндік ізденуге жетелеп, ой-болмысын дамытуға септігін тигізеді.

Білім беру жан-жақтылық пен терең ізденісті керек ететін үдеріс. Бұл дегеніміз ел ертеңіне дұрыс бағдар беріп, келешекте білімді қоғам дамуының маңызы. Бүгінгі жаһанданудағы жаңалықтар легі мен жаңашылдықтың жылдамдығы білім үдерісіне де өзгеріс пен ізденістің қажет екенін ұғындырады.

Бүкіл дүниежүзілік білім беру кеңістігіне кіру мақсатында қазіргі кезде елімізде білім үдерісіне жаңашыл өзгерістер ендірілуде. Бұл жаңашыл өзгерістер педагогика теориясымен оку-тәрбие жұмысында нақты өзгерістер мен қатар білім беру қызметіне жаңаша қарауды, шәкірттердің шығармашылық қабілетін дамытып, өзіндік ізденуге, іс-әрекетті жаңаша ұйымдастыруды талап етуде.

Елбасымыз Н.Назарбаевтың «Болашақта еңбек етіп өмір сүретіндер- бүгінгі мектеп оқушылары, мұғалім оларды қалай тәрбиелесе, Қазақстан сол деңгейде болады, яғни тәрбиенің түпкі мақсаты-қоғамның нарықтық қарым-қатынасқа көшу кезінде саяси-экономикалық және рухани дағдарыстарында жеңіп шыға алатын, ізгілігімен XXI ғасырды құруши, іскер, өмірге икемделген жан-жақты мәдениетті жеке тұлғаны тәрбиелеп қалыптастыру» [1] деген ой-тұжырымы мұғалім қауымына үлкен ізденіс пен терең ойшылдықпен білім беруге ат салысу қажет екенін ұғындыргандай.

Мектепте білім беру жауапты да, қасиетті жұмыс. Өйткені, мектеп арқылы жеке тұлға тәрбиеленіп, ертенге өзіне қажет мамандықты таңдап, ертенгі ел тізгінің ұстайтын азамат болып қалыптасады. Мектептің алғашқы баспалдағы бастауыш мектепте – оқушыны тұлға етіп қалыптастырудың бастапқы деңгейі дамиды.

Бастауыш тектеп мұғалімінің міндеті – баланың өзіне деген сенімін арттыру, өзін тұлға ретінде сезінетіндей мүмкіндік ашу, өзін тұлға ретінде сезінген бала әрқашан өмірде өз жолын таба алады. Бұл міндет бүгінгі бастауыш мұғалімдерінің құзіретінде қамтылған үдеріс. Бірақ заман талабына сай қажетті жаңартылған өзгерістер мен ізденістер қарастырылып, білім процесіне кіріктірілуде. Білім берудің мақсаты, мазмұны өзгерді. Соған сәйкес оқытудың жаңа технологиясы енгізілуде.

«Білім берудің негізгі мақсатына қатысты қазіргі қоғамда жаңа ұфым пайда болды. Мұғалім ең алдымен оқушыда өзін-өзі дамыту қабілетін қалыптастыруға ат салысу керек. Өйткені, бұл тұлғаны ұлттық және әлемдік мәдениетке үйлесуге апаратын сара жол. Бүкіл дүние жүзіндегі болып жатқан осындағы құндылықтардың өзгеруі жаңа ғасырға жас ұрпакты дайындау міндеттімен байланысты. Біздің қоғамға жаңа мағлұматтарды қабылдап қана қоймай, оны ойлана отырып, сынни талқылап, ой елегінен өткізе білетін оқушылар керек. Яғни, оқушылар мағлұматтар мен идеяларды өз беттерімен, тәуелсіз меңгеріп, осы алған мәліметтері пайдалы болатындей ойланулары керек. Олар жаңа идеяларды әр түрлі көзқараспен зерттеп, шынайылығы мен пайдасын талқылап, идеяның жалпы құндылығын анықтай алулары қажет» [2].

Білім берудің сапасын жақсарту мақсатында, жаңашылдықты оқу үдерісіне кіріктіру мақсатында сын тұрғысынан ойлау технологиясын өз сабактарымда қолданып жүрмін. Сын тұрғысынан ойлау технологиясының мені қызықтырғаны баланың өзі ізденіп дәлелдеуі.

Сын тұрғысынан ойлау бағдарламасы оқушының еркін сөйлеуіне, пікір таластыруына, достарының ойын тыңдауга, мәселені шешу жолдарын іздей отырып, қыындықты шешуге бағытталған бағдарлама. Сыни ойлаудың дәстүрлі оқытудан айырмашылығы өзіндік ізденуге жетелеп, ой-болмысын дамытуға септігін тигізеді.

«Дәстүрлі оқытуда ұстаз өзіне мәлім ақиқатты жария қылып, шәкірттерінен өзінің айтқанына ғана иланып, соларды қайталап беруді талап етеді. Мұндай ұстаздың пікірі де біржакты болады: ол басқа көзқарастарды тіпті де қарастырмайды, оның қолданатын әдістері мен тәсілдері жұпымы: өз ұстанымдарын шәкірттеріне сөз арқылы жеткізе білетіндігіне көміл сенеді, «Мен айтып берсем – оқушы түсінеді» деген қарапайым дидактикалық қагиданы ұстанады» [3. 20 б.] Ендеше, дәстүрлі оқытудан керегімізді алып, жаңаша оқыту, яғни сынни ойлау әдісі арқылы оқушының білім алушадағы көзқарасын өзіндік ізденуге жетелеу жолдарын дамыту қажеттілігі айқын.

Сын тұрғысынан ойлау дегеніміз-сабакта оқушылардың қызығушылығын арттыра отырып, өз ойынды еркін және зерттей талпындырып, тұжырым жасау. Сын тұрғысынан ойлау дегеніміз - ой қозғай отырып, оқушының өз ойымен өзгелердің ойына сынни қарап, естіген, білгенін талдан, салыстырып, реттеп, сұрыптап, жүйелеп, білмегенін өзі зерттеп, дәлелдеп, тұжырым жасауға бағыттау өз бетімен және бірлесіп шығармашылық жұмыс жасау. Оқушыларды шығармашылық жұмысқа баулып, олардың белсенділіктерін, қызығушылықтарын арттыра түсін шығармашылық қабілеттерін дамытуда әртүрлі әдіс-тәсілдерді қолдануға болады. Шығармашылық жұмыстар оқушыларды ойлауға жетелеп, қызығушылығын оятып, шығармашылық қабілетін арттыруға, белсенділікке ынталандырады.

Сын тұрғысынан ойлауды дамытудың мақсаты барлық жастағы оқушыларға кез келген тақырыпқа өзіндік ой-қосып, соны дамытуды ойлауға жетелеу.

Осы тұрғыда өз тәжірбиемде қолданып жүрген сынни ойлау тұрғысынан 3 сыныпқа арналған сабак жоспарын ұсынбақпыш.

Сілтемелер	Білім стандарты, пән бағдарламасы «казақ тілі» 3 сынып, Алматы «Атамұра» 2014жыл, « Қазіргі мектепте бастауыш сынып оқушыларының сынни ойлаудың дамыту» әдістемелік құрал Өскемен 2014жыл	
Сабак мақсаты:	Оқушылар баяндауыш ұғымын таныса отырып, атқаратын қызметін ұғынады. Топпен, жұппен, жеке жұмыс жасауға дағдыланады. Сыни тұрғыдан ойлай білуге, тапсырманы шығармашылықпен орындауга үйренеді.	
Оқыту нәтижелері	Берілген тапсырмаларды орындау барысында оқушылар жеке, топта, жұпта жұмыс жасайды. Бірін-бірі толықтыра отырып, тапсырмаларды сынни тұрғыдан қарап үйренеді.	
Сабактың түрі:	Сыни ойлау сабагы	
Модульдер	Оқыту мен окудағы жаңа тәсілдер, сынни тұрғыдан ойлауға бағыттау, оқушыларды жас ерекшеліктеріне сәйкес оқыту, оқытуды басқару және көшбасшылық ету.	
Әдіс- тәсілдер	«Кубизм» стратегиясы, «Миға шабуыл», «Семантикалық карта», жеке жұмыс, жұптық жұмыс, топтық жұмыс, ойын.	
Ресурстар	Қима қағаздағы тапсырмалар, смайліктер парағы, оқулық, түрлі түсті карындаштар	
Сабак кезеңдері	Мұғалім іс-әрекеті	Оқушылар іс-әрекеті
Қызығушылықты ояту	Сыныпты берілген смайліктер бойынша топқа бөледі. Оқушыларға әдемі тілекпен сабакты бастаға әрекет етеді. «Кім тапқыр» ойыны. «Бастауыш» сөзжұмбагын шешкізді. Балалардың алған білімін пысықтай түсуге жағдай жасайды, оқушылардың сабакқа қызығушылығын оятады. «Кубизм» стратегиясы 1-тапсырма. Бастауыш дегеніміз не? 2-тапсырма. Бастауыш қандай сұрапқа жауап береді? Мысал келтір. 3-тапсырма. Бастауыш сөйлемнің қай бөлігінде кездеседі? 4-тапсырма. Бастауышқа 10 мысал келтіріп көр.	Смайліктер бойынша топқа бөлініп, әрқайсысы бір-біріне тізбек бойынша шын жүректен тілек айтады. «Кім тапқыр» ойынына қатысу арқылы сөйлем мүшесі туралы алған білімдерін ортаға салады. Топтар тапсырманы таңдап, берілген сұрапқтарға жауап береді.
Мағынаны тану	Алдын-ала дайындалған слайд бойынша жұмбактың жолдары ұсынылады. Тіс кірлесе тазартады, Кімінің кірін азайтады. Бәтенқенді жаңартады . Бұның аты.....(щетка) «Миға шабуыл» Оқушыларға жұмбактың шешуін табуға тапсырма бере отырып, жаңа сабактың тақырыбына қарай қадам жасайды. Жұмбактан тазартады, азайтады, жаңартады деген сөздердің мағынасын ашуға жетелейді. Қандай мағына білдіреді? Қандай сұрапқа жауап береді?	Берілген жұмбактың шешуін табады. Жұмбактағы қарамен жазылған сөздерге ауызша талдау жасайды. Сөз мағынасын таба отырып, талдай алуға, сұрап қоя білуге, сабактың жаңа ұғымын өздері табуға дағдыланады. Баяндауыштың қызметін, сұрағын өздері анықтау барысында шығармашылықпен

	Осы тапсырмалар арқылы сабак тақырыбын окушылардың өздеріне қорытынды, анықтама жасауға жетелейді. Слайдта жасалынған тірек-сыйзамен жана сабак мазмұны тустанылады.	жұмыс жасау қабілеттері қалыптасады.															
Топтық жұмыс	Оқулықпен жұмыс. Оқулықтағы берілген жаттығуларды ретімен топтық жұмыс түрінде бөліп береді. 1-топқа – 36 жаттығу. Өлеңді оқып көшіріп жазып, баяндауышты тауып, астын сызады. 2-топқа-38 жаттығу. Өлеңнен бастауыштың қимылын білдіретін сөздерді қойып жазады. 3-топқа-40-жаттығу. Жаңылтпашты көшіріп жазып, бастауыш пен баяндауыштың астын сызып шыгады.	Окушылар оқулықпен жұмыс жасау арқылы сауатты әрі көркем жазуға дағыланады. берілген тапсырмаларды орындаң, сөздерді дұрыс талдай алуға үйренеді.															
Шығармашылық тапсырма	Әр топқа жеке жұмыс беріледі. Топтарға «Мен не істей аламын», «Мен нени үйренемін», «Мен кімді құрметтеймін » тақырыптарында 2-3 сөйлем жазу тапсырылады, қадағаланады.	Топ мүшелері тапсырманы жеке орындаі отырып, өз бетімен жұмыс істеуге, өзіне сиңи көзқараспен карауга дағыланады.															
Ой-толғаныс	«Семантикалық карта» таратылады. <table border="1"> <tr> <td>Сөздер</td> <td>бастауыш</td> <td>баяндауыш</td> </tr> <tr> <td>келеді</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Ата-жұрт</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>демал</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>кулайды</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	Сөздер	бастауыш	баяндауыш	келеді			Ата-жұрт			демал			кулайды			Әркім тапсырманы жеке орындал, жұбымен талқылайды.
Сөздер	бастауыш	баяндауыш															
келеді																	
Ата-жұрт																	
демал																	
кулайды																	
Кері байланыс	-Сабак қалай өтті? -Кандай тапсырма ерекше үнады? -кай топ сабакта жоғары нәтиже көрсетті деп білесіндер? -Сабакта әркім өзін қалай бағалайды? Топтарды жалпы бағалайды, нәтижесін жариялайды. Окушыларды сабак барысында жинаған смайлуктері бойынша бағалайды.	Өз-өздерін бағалайды, топтық жұмыстарға баға береді															
Үйге тапсырма	39- жаттығу. Құрамында баяндауышы бар мақалдар жаттап, дәптерге тустанылады.																

1. Н.Ә Назарбаев. Қазақстан-2030: Барлық қазақстандықтардың өсіп-өркендеуі, қауіпсіздігі және әл-ауқатының артуы: Ел Президентінің Қазақстан халқына жолдауы. –Алматы: Білім, 2001. - 96 б.

2. <http://www.vestnik-kafu.info/journal/13/> Саданова Ж.К., Саданова С.К. Оқу мен жазу арқылы сиңи түргышдан ойлауды дамыту» жобасының ерекшеліктері

3. А. Элімов Интербелсенді әдістердің жағдайы оқу орындарында қолдану. Оқу құралы . - Алматы 2009ж – 328 б.

Резюме

М.Б.Жаркымбекова - магистрант 1 курса Казахского Государственного Женского Педагогического Университета janka-1980@mail.ru тел. +77059922444

Использование технологии развития критического мышления в начальной школе

В современном мире в поиске интересных подходов в построении уроков большую роль играет применение технологии критического мышления, которое является актуальным для развития обучения и преподавания во всем мире. Казахстан, на данном этапе развития системы образования стремится заимствовать все самое лучшее из мирового опыта. Особенностью данной педагогической технологии является то, что учащийся в процессе обучения сам конструирует этот процесс, исходя из реальных и конкретных целей, сам отслеживает направления своего развития, сам определяет конечный результат. С другой стороны, использование данной стратегии ориентировано на развитие навыков вдумчивой работы с информацией.

Ключевые слова: новизна, образование, критическое мышление, будущее, начальная школа, поиск, саморазвитие, личность, воспитание, молодое поколение.

Summary

M.B.Jarkymbekova - master of 1 course Kazakh State Women's Teacher Training University janka-1980@mail.ru

Phone: +77059922444

Use of technology of development of critical thinking at elementary school

In the modern world in search of interesting approaches in creation of lessons the large role is played by application of technology of critical thinking which is actual for development of training and teaching around the world. Kazakhstan, at this stage of development of an education system seeks to borrow all the best of international experience. Feature of this pedagogical technology is that the pupil in the course of training itself designs this process, proceeding from real and specific goals, itself traces the directions of the development, itself defines the end result.

On the other hand, use of this strategy is focused on development of skills of thoughtful work with information.

Keywords: novelty, education, critical thinking, future, elementary school, search, self-development, personality, education, younger generation.

ӘОЖ 378.22

БОЛАШАҚ ПЕДАГОГТАРДЫҢ КӘСІБІ ҚҰЗІРЕТТІЛІГІН ҚАЛЫПТАСТЫРУ

И.Д.Ержігітова – ҚазМҚПУ «Педагогика и психология» факультетінің 1-курс магистранты

Мақалада болашақ педагог маманың кәсіптік құзіреттілігін қалыптастыру мәселелері қарастырылған. «Құзіреттілік» ұфынына түсініктеме келтірілген. Болашақ маманды білімді пассивті тұтынушыдан, мәселені қоя алатын, оны шешудің жолдарын талдай алатын, тиімді нәтиже таба алатын және оның дұрыстығын дәлелдей алатын белсенді шығармашыл тұлғаға айналдыру қажеттілігі айтылады. Мамандар даярлаудағы маңызды міндеттердің бірі – болашақ кәсіби қызыметтінде білімдерін табысты қолдану үшін білім алушыларда өзін-өзи білімін жетілдіру дағдыларын және өз бетімен білімге ие болу қабілеттіліктерін дамыту және тудыру болып табылады. Бұл тек қана болашақ педагог маман үшін ғана емес, барлық мамандар өкілдері үшін маңызды. Студенттің өзіндік жұмысы – болашақ маманың кәсіптік құзіреттілігін қалыптастыратын бірден бір құрал болып табылатындығы ұсынылады.

Түйін сөздер: кәсіптік құзіреттілік, құзіреттер, біліктілік, болашақ педагог маман, бәсекеге қабілеттілік, студенттің өзіндік жұмысы.

Қоғамның жоғары педагогикалық білімді мамандарға қоятын талаптары қазіргі таңда құрделене түсude. Жаңа қоғам мұғалімі – ол рухани адамгершілігі жоғары, азаматтық жауапкершілігі мол, белсенді, жасампаз, жан-жақты білімді, кәсіби құзіретті, өз теориялық білімін практикада әр түрлі педагогикалық технологиялармен жүзеге асыра алатын өз кәсібінің шебері бола білуі қажет.

Елбасы Н.Ә.Назарбаев «Қазақстан-2050» Стратегиясы қалыптасқан мемлекеттің жаңа саяси бағыты» атты Жолдауында «Білім және кәсіби машина – заманауи білім беру жүйесінің, кадр даярлау мен қайта даярлаудың негізгі бағдары. Бәсекеге қабілетті дамыған мемлекет болу үшін біз сауаттылығы жоғары елге айналуымыз керек. Барлық жеткіншек ұрпақтың функционалдық сауаттылығына да зор көніл бөлу қажет», - деп атап көрсетті [1].

Қазіргі таңда Елбасы жолдауында атап көрсетілгендей, білім берудің мазмұнын жетілдіре отырып, үздіксіз білім беру арқылы болашақ мамандарды кәсіби тұрғыдан жан-жақты жетілдіру мәселесі мемлекет тарапынан қолға алынып, болашақта атқарылатын істер жоспарына енгізіліп, күн тәртібіне қойылып отыр. Себебі, жоғары білікті кадрларды даярлау – Қазақстанның бәсекеге қабілеттілігінің жоғарылауының басты шарты болып табылады.

Бұл мақсатты жүзеге асыруда еліміздегі білім беру саласының бағыт-бағдарын айқындастын Білім беруді дамытудың 2011-2020 жылдарға арналған мемлекеттік бағдарламасы қабылданғаны бәрімізге белгілі. Бұл мемлекеттік бағдарламасының мақсаты «Экономиканың орнықты дамуы үшін сапалы білімнің қолжетімділігін қамтамасыз ету арқылы адами капиталды дамыту, білімнің бәсекеге қабілеттілігін арттыру» [2]. Бұдан біз бәсекеге қабілетті ел болудың негізгі талаптарының бірі білімді, өз ісінде құзіретті, бәсекеге қабілетті және білікті адам капиталына ие болу екендігіне көз жеткіземіз.

Білім беру жүйесіндегі жаңа білім парадигмасы білім, білік, дағды жиынтығын толық менгерген, қоғам өміріне белсене араласатын, шығармашылықпен ойлайтын, өзін-өзі көрсете алатын, өздігінен

ақпаратты іздең, талдайтын және оны дамытуға қабілетті, кәсіби құзыретті, функционалды сауатты жеке тұлғаны қалыптастыруға бағытталған.

Мемлекетіміздің тек саясат пен экономика емес, білім беру жүйесіне де үнемі назар аударуы еліміздің болашағы жайындағы кемел ойлардан туындалғаны түсінікті. Өйткені, ел байлығы тек мұнай мен газ емес, адам екені белгілі. Қай қоғамда болмасын шешуші фактор – адам және жеке тұлға (адам капиталы) болып қала бермек.

Еліміздегі әлеуметтік-экономикалық және саяси өзгерістер, Республиканың әлемдік деңгейде білім беру жүйесіне жетуде жасаған қадамдары осы кезге дейін педагогика теориясы мен практикасында бекітілген білім беру парадигмаларын, жүйелерін, әдістерін, формаларын жетілдіру талабын қойды. Білім берудегі жаңа басымдықтар – ізгіліктік педагогика, студенттердің тұлғалық әлеуетін анықтау және дамыту, әлеуметтік үдерістер мен тұлғааралық қарым-қатынастарды ұйымдастырудың ерекше формасы ретінде танылатын оқыту үдерісінің тиімділігін арттыру болып отыр.

Тәуелсіз мемлекетімізде өз кәсібін терең түсіне біletіn, білімі мен іскерлігін жан-жақты қолдана біletіn, өзгермелі әлеуметтік және экономикалық жағдайда өмір сүрге дайынғана емес, айналасындағы шынайы өмірге белсенді қатыса отырып, оны жақсартуға ықпал ете алатын, бәсекеге қабілетті жеке тұлғаны қалыптастыратын жаңа формация мамандарды даярлау қажеттігі туындауда.

Педагогикалық білім беру жүйесіндегі білім беру мен тәрбие жұмыстарының талапқа сайжетілдірілуі студенттердің болашақ кәсіби құzіретті маман болып қалыптасуына зор ықпал етеді.

Қазіргі таңда білікті маман даярлаушы жоғары оқу орындарының білім жүйесінде бәсекеге қабілетті маман қалыптастыру үшін, алдымен маманның кәсіби құzіреттілігін қалыптастыру керек деген әр түрлі пікірлер жиі айтылуда.

Демек, болашақ педагогтық құzіrетtі маман осы ақпараттық қоғамнан қалыспай, жедел ойлаушы, жедел шешім қабылдаушы, ерекше ұйымдастырушылық қабілетті, нақты бағыт-бағдар беруші болып шығыу – бұл қазіргі заманың талабы.

Құzіrетtіlіk қалыптастыру дегеніміздің өзі болашақ маманның педагогтық кәsіbіn – қазіргі студенттердің шығармашылық қабілеттерін дамыта отырып ойлаудың, интеллектуалдық белсенділіктең жоғары деңгейіне шығу, жаңаны түсіне білуге, білімнің жетіспеушілігін сезінуге үйрету арқылы ізденуге бағыттауды қалыптастырудығы күтілетін нәтижелер болып табылмақ.

Сонымен, құzіrетtіter деп – оқытудың және өздігінен білім алушын әлеуметтік қалыптастасын және адамның әлеуметтік ұтқырлығын анықтайтын, білім мен тәжірибеге, құndылықтар мен бейімділіктерге негізделген жалпы қабілеттерді айтады.

Атақты педагог-психолог, ғалымдардың пікірі бойынша еңбек нарығында бәсекеге қабілетті, кәsіbi оңтайлы маманның бойында төмендегідей құzіrетtіlіkтер қалыптасуы қажет:

- бағдарлы құzіrетtіlіk (азаматтық белсенділік, саяси жүйені түсіну, баға бере білу, елжандылық, т.б.);
- мәдениеттанымдылық құzіrетtіlіk (ұлттық ерекшеліктерді тани білу, өз халқының мәдениеті мен өзге ұлттар, әлем мәдениетін салыстыру, саралай білу қабілеті);
- оқу-таниямдық құzіrетtіlіk (өзінің білімділік қабілетін ұйымдастыра білу, жоспарлай білу, ізденушілік-зерттеушілік әрекет дағыларын игеру, талдау, қорытынды жасай білу);
- коммуникативтік құzіrетtіlіk (адамдармен өзара қарым-қатынас тәсілдерін білу, мемлекеттік тіл ретінде қазақ тілінде, халықаралық қатынаста шетел тілінде қатынас дағылары болуы);
- ақпараттық-технологиялық құzіrетtіlіk (ақпараттық технологиялармен, техникалық объектілер көмегімен бағдарлай білу, өз бетінше іздей білу, таңдай, талдай білу, өзгерте білуді жүзеге асыра білу қабілеті);
- әлеуметтік-еңбек құzіrетtіlіgі (әлеуметтік-қоғамдық жағдайларға талдау жасай білу, шешім қабылдай білу, түрлі өмірлік жағдайларда жеке басына және қоғам мұддесіне сәйкес ықпал ете білу қабілеті);

Тұлғалық өзін-өзі дамыту құzіrетtіlіgі (отбасылық еңбек, экономикалық және саяси қоғамдық қатынастар саласындағы белсенді білімі мен тәжірибесінің болу қабілеті) [3].

Сондай-ақ, құzіrетtіter – білімнің, іскерлікten және дағылардың әртүрлі элементтерін белгілі бір жағдайда адамның өз бетімен қолдану қабілеттіліктерін сипаттайтын және интеграцияланған ұғым болып табылады.

Құzіrетtіlіk – 1) білімі мен дағдысы арқылы мәселені өз бетінше шеше алуға мүмкіндігі бар жеке тұлға; 2) теориялық, таниямдық және тәжірибелік іскерлігін менгеру дәрежесін анықтайтын тұлғаның білімділік деңгейі [4].

Яғни, құзіреттілік дегеніміз – болашақ қызметті көсіби орындау үшін қажетті білімдерді, тәжірибелерді және іскерліктерді менгеру екен.

Жоғарыдағы ойларды тұжырымдай келе, болашақ педагогтың көсіби құзіреттілікті тиімді қалыптастыру үшін, ең алдымен студенттерді өз бетімен жұмыс жасауға, сонымен қатар, ақпараттың әртүрлі көздерінен білім алуға, жинактауға үйрету қажеттігін айтсақ болады. Маманның көсіби құзіреттілігін қалыптастырудың мақсаттарын табысты іске асыру үшін, оны білім алуға, іскерлікке үйрету біруақытта көсіби қызметке қажетті оқытылатын пәндердің мағынасын танытуы, сондай-ақ, дүние тануды, мотивациялық сфераны, творчестволық потенциалды және жеке бастың басқа да қасиеттерін дамытуды қамтамасыз етуі қажет.

Жоғары педагогикалық оқу орнында оқытылатын кез келген оқу пәні маманның болашақ көсіби қызметтің контекстінде оқытылуы қажет, ал, пәндердің мазмұны – маманның бейініне байланысты өзгертулуга қажет. Сондықтан да, сабактардың өтілуі кезінде қолданылатын, соның ішінде, студенттің оқытушымен өткізілетін өзіндік жұмысы кезіндегі материал болашақ мамандардың көсіби қажеттілігіне жауап беруі тиіс, көсібімен байланысқан практикалық маңыздылығы болуы қажет.

Педагогикалық жоғары білім берудің негізгі міндеті – өзін-өзі дамытуға, өзінің білімін жетілдіруге және инновациялық қызметке қабілетті (білім беру үрдісінде дәстүрлі әдіспен шектеліп қалмай, түрлі тиімді инновациялық технологияларды пайдалана алуы), маманнан шығармашыл тұлғасын қалыптастыру болып табылады. Бұл міндет оқытушыдан болашақ маманға білімді тек ғана дайын түрде беру жолымен ғана шешілмейді. Болашақ маманды білімді пассивті тұтынушыдан, мәселені қоя алатын, оны шешудің жолдарын талдай алатын, тиімді нәтиже таба алатын және оның дүрыстығын дәлелдей алатын белсенді шығармашыл тұлғаға айналдыру қажет.

Ал, оқытушының міндеті – болашақ жоғары білікті маман ретінде студенттің жақсы жақтарын көру және дамыту болып табылады. Білім технологиясын жүзеге асырудың шешуші факторы әрі кілті – жоғары педагогикалық білім ордасында дәріс беретін оқытушылардың біліктілік деңгейі болып табылады. Оқытушының педагогикалық құзіреттілігі деп – педагогикалық қызметті жүзеге асырудың теориялық және практикалық дайындықтың бірлігін айтады. Осының барлығы болашақ маманда көсіби құзіреттілікті қалыптастыруға мүмкіндік туғызады.

Қорытындылай келе, қоғам дамуының ең басты шарты – білімді, шығармашыл, құзіретті тұлға тәрбиелеу болып табылады. Халықаралық сапаға сай, бүтінгі білім кеңістігінің талаптарына жауап беретін, өз саласының өте білікті маманы болып шығатын көсіби деңгейі жоғары, күрделі өндірістік мәселелерді шеше алатын көсіби құзіретті маман дайындау – сапалы білім деңгейіне көтерілудің кепілі болып табылады. Білімді, интеллектуалды, құзіретті маман – еліміздің басты байлығы.

1. Қазақстан Республикасы Президенті Н.Ә. Назарбаевтың «Қазақстан-2050» Стратегиясы қалыптасқан мемлекеттің жаңа саяси бағыты» атты Қазақстан халқына Жолдауы. – Астана, 14 желтоқсан, 2012.

2. Қазақстан Республикасында білім беруді дамытудың 2011-2020 жылдарға арналған мемлекеттік бағдарламасы. – Астана, 2010.

3. Сенқибаева А.Т. Мұғалімнің көсіби құзырлылығын дамыту // Білім берудегі менеджмент, №4, 2009.

4. Педагогика: қазақша және орысша түсіндірме терминологиялық сөздік // Фыл. жетекши. жасасаған және жалпы ред. басқарған проф. Ш.К. Беркімбаева, проф. А.Қ. Құсайынов. – Алматы: ROND&A баспасы, 2007. - 248 б.

Резюме

И.Д.Ержигитова - магистрант 1 курса по специальности «Педагогика и психология»
Казахский государственный женский педагогический университет asem_30_87@mail.ru

Формирование профессиональной компетентности будущего педагога

В статье рассмотрены проблемы формирования профессиональной компетентности будущего педагога. Приведены определения понятия «компетентность». В статье предлагается о необходимости перевести студента из пассивного потребителя знаний в активного его творца, умеющего сформулировать проблему, проанализировать пути ее решения, найти оптимальный результат и доказать его правильность. Подготовка высококвалифицированных кадров является главным условием повышения конкурентоспособности Казахстана. Самостоятельная работа студента как средство формирования профессиональной компетенции будущего педагога.

Ключевые слова: профессиональная компетентность, компетенция, квалификация, будущий педагог, конкурентоспособность, самостоятельная работа студента.

Summary

I.D.Erzigitova - 1 undergraduate course in "Pedagogy and Psychology"

Kazakh State Women's Pedagogical University asem_30_87@mail.ru

Formation of professional competence of the future teachers

In the article problems of formation of professional competence of future teachers. Concept of the "competence" definitions are given. In article it is offered about need to transfer the student from the passive consumer of knowledge to his active creator, able to formulate a problem, to analyse ways of its decision, to find optimum result and to prove its correctness. Preparation of highly qualified personnel is the main condition of increase of competitiveness of Kazakhstan. Independent work of the student as means of formation of professional competence of future teachers.

Keywords: professional competence, competence, qualification, future teacher, competitiveness, independent work of the.

ӘОЖ 37.371.371.3

ЖАҢА АҚПАРATTЫҚ ТЕХНОЛОГИЯЛАР НЕГІЗІНДЕ СТУДЕНТТЕРДІҢ КРЕАТИВТІ ОЙЛАУ Дағдыларын қалыптастыру

М.Б. Жаркымбекова - Қазақ Мемлекеттік Қыздар Педагогикалық университеті I курс магистранты

Макалада жаңа ақпараттық технологияның негізінде болашақ мамандардың шығармашылық, кративті ойлау жүйесіне әсер ету жолдары сараланған. Жаңа ақпараттық әдістер мен технологиялардың негізгі күші арқылы, қолданатын жаңа бағыттар негізінде студенттердің жеке тұлға ретінде, қоғамда өз орнын таба алуына, білікті де, білімді маман ретінде, болашаққа зор сеніммен қарайтын индивид болуына зор ықпалын тигізетін бағыттар көрсетілген. Сонымен қатар, кративті ойлау жүйесіне барынша әсер ететін жаңа инновациялық технологияларға нақты мысалдар келтірлген.

Түйін сөздер: болашақ маман, кративті ойлау, жаңа бағыт, инновациялық әдіс, тұлға, қоғам, білім, ғылым.

Бұтінде Тәуелсіз еліміз жарқын болашаққа үміт арткан, дамыған елдердің қатарынан бой көрсетуге ұмтылған жас мемлекет. «Халық пен халықты, адам мен адамды тәңестіретін нәрсе – білім»-деп М.Әуезов айтпақшы, бәсекеге қабілетті, дамыған елдер қатарынан бой көрсетуге, куллі әлемге жсан-жасынан өзімізді мақтана көрсетуімізге тұмар болатын ол – білім. Сондықтан да, білім мәселесін алға қойып, сапалық жағынан жақсарту, ескілікті жаңашаландырып, құндылығын одан әрі көтеру, ел тізгінін ұстар, жас үрпаққа білімді де, білікті әлемдік тәжірибеден орын ала алатын маман даярлап шығару, баянды да, бақытты, егеменді ел балдырындарының жағдайын барынша қарастырып, саналы азamat өсіріп шығару басты мақсат болып табылады. Алға қойған мақсатты орындауда Елбасының «Жаңа әлемдегі жаңа Қазақстан» атты жолдауында «Ақпараттық технологиялар мен ақпаратты таратудың жаңа нысандарына бағытталған мамандандырылған білім беру бағыттарын құру міндеті де алдымызда тұр» делінген сондай - ақ «Онлайн тәсіліне оқыту тәжірибесін дамытып, елімізде оқу теледидарын құру қажет» [1] деп атап көрсеткендей білім сапасын жаңашаландырып жаңа әдістердің көмегімен білімгерлердің шығармашылық дарының, таланттың, кративті ойлау дағдысын жетілдіру қажеттігін анық айтып берді. Білімді модернизациялау бастауыш сыныптан бастау алып, жоғары мектептен жалғасын таппак. Болашақ қандай маман иесі болмасын біліктілігі жоғары қоғамға өз пайдасын тигізе алатын, алдына мақсат қоя алатын тұлғаның портретін көруіміз қажет. Демек, ЖОО-ны студенттерінің білім сапасын жан-жақты дамытып, кративті ойлау дәрежесіне аса мән берілу қажет, себебі кративті ойлау ғылымның қандай сферасында болмасын ақыл-ой еңбегінің үлесі мен шығармашылық шешімдердің осуіне, маңызды өзіндік тандауда, жаңашылдық ашуда, шынайы және стандартқа сай келмейтін мәселелік міндеттерді шешуде зор ықпалын тигізбек. Оған дәлел кративтілік және кративті ойды дамыту жөнінде көптеген ғалымдар зерттеу жасап, тұжырымдамалар келтірді. Мысалы, әдіснамалық негізіне шетел ғалымдары Е.Р.Торренс, Ф.Баррон, Д.Векслер, М.Вертгеймер, Дж. Гильфорд, С.Медник т.б. сияқты ұлы тұлғалар зерттеп өз тұжырымдарын ғылымға енгізіп, соның ішінде ғалым Д.Б.Богоявлевскаяның тұжырымы қоғамдағы ғылым мен техникаларды жаңаша жасау кративтілікке алып келеді десе, ресейлік ғалым Т.Н.Галич инновациялық оқыту жағдайында кративтілікті дамытуға болады деген.[2] Демек зерттеулерге сүйене отырып, бұтінде кративті ойлауды жаңа инновациялық технологиялардың көмегімен білімге жаңалық енгізе отырып дамытқанымыз абыз. Нәтижесінде болашақ мамандарды

жаңа ақпараттық технологиялардың көмегімен шынармашылық ойлауға, жан-жақты дамуына толықтай әсер етеміз. Сонымен қатар жеке тұлға ретінде:

- Өзіне деген сенімі артып, еркін сейлеуге, кез келген ортада өзін еркін ұстаудына
- Өзгениң ойын тыңдалап, пікір таластырудына
- Ситуациялық проблемаларды тез, әрі қыындықсыз шешүге дағыдануына
- Мамандығына, қоршаған ортаға деген қызығушылығын артырып, тұжырым жасап үйренуіне
- Өз мамандығына деген қызығушылығы артып
- Шығармашылық шабыты шындалады.
- Фылыми көзқарасы қалыптасып
- Ақпараттық-коммуникациялық технологияларды қолданудағы психологиялық кедергілер жойылады.
- Оқытудағы модернизациялауға деген ұмтылыс пайда болуына жол ашамыз.

Аталмыш нәтижелерге жоғарыда атап кеткендей жаңа ақпараттық технологияларды білім сапасына толықтай енгізу арқылы қол жеткіземіз. Мысалы, сондай технологиялардың бірі компьютерлік оқыту технологиясын айтуда болады. Жаңа технологиялар толықтай педагогтың ролін ауыстыра алмайтынын естен шығармай, компьютер мүмкіндітерін психологиялық, дидактикалық тұрғысынан талдаң, керек кезінде педагогикалық талаптарға сай қолданылып отыру керек. Дидактиканың негізгі принципі — білім беру кезінде көрнекіліктерді пайдалану, осы себепті компьютерлік технологияны пайдалану оку барысында қойған мақсатқа қол жеткізуге мүмкіндік береді. Компьютерлік технологиялармен байланысты жобалау, ақпараттық ойын, топтық т.б. әдістерді атауда болады. Қолдануға қажет технологиялар электронды оқулықтар, мультимедиа, интерактивті тақта сияқты құрылғыларды пайдалана отырып жұмыс жасалы тиіс. Мысалы, электронды оқулық студенттің уақытын үнемдеп, кез келген материалды еркін, қыындықсыз тауып алып жұмыс жасаудың көмектеседі. Мультимедия – көрнекі, бейнелі ойлауды, қозғалыстық және ауызша қарым-қатынас машықтарын, мақсатты әрекеттерді және әлеуметтенуді дамыту үшін мүмкіндіктер туғызады. Ал, интернет желісімен жұмыс жасағанда: жобалардың презентацияларын дайындауда, фылыми журналдардың сайттарына кіруге, өзге жоғары мектептің жалпы қоғаммен еркін қарым-қатынас орнатуда, электронды пошта арқылы мәлімет алып, өзін-өзі бағалауда септігін тигіздеді. Презентацияның құрғак күйінде емес, анимациялық фильмдер, дыбыстық бейнефрагменттермен иллюстрация жасауда, анимациялық слайдттар миға шабуыл жасауда толықтай әсер етеді. Сондай қолданыска еніп, бүгінде барынша пайдаланылып жүрген техникалардың бірі интерактивті тақта және де оның бар мүмкіндіктері мен программаларын айтуда болады. Студенттің жұмысын женілдетіп, шығармашылығына әсер ете отырып, алға жылжуына барынша әсер ететін бірен-сараң программаларды нақты көрсетіп кетер болсақ, компьютердің қосымша құрылғыларының бірі және де дәріс берушіге немесе баяндашыға екі түрлі құралдарды біріктіретін, ақпараттың кескіні мен қарапайым маркер тақтасын біріктіретін құрылғы интерактивті тақтаны айтуда болады. Осының ішінде білім саласында барынша қолданылатындар Мысалы, ACTIVstudio программасы мультимедиялық проектор және ақпараттарды енгізуге арналған активті қаламнан құралады. Активті қалам – бұл мензерді басқару құрылғысы және компьютер мен тақта арасындағы байланысты іске асыруши құрылғы. Және де бұл құрылғыларды ACTIVwandykazkasy, ACTIVpanelpro (Активпанель), Радио портты ACTIVslate панель құрылғысы, ACTIVtablet планшеты, ACTIVote тестілеу жүйесі т.б. толықтыра отырып жұмыс жасауды женілдете әрі қызықтыра түседі. Айтартлық:

- ACTIVwandykazkasy. Электронды указкасының ұзындығы 54 см тақтандың жоғарғы бөлігінен кішкентайларға да қол жеткізуға мүмкіндік береді. Жанында орналасқан батырма ташқаннан сол жақ батырмасының қызметін атқарады. ACTIVboard – интерактивті тақтасында жұмыс жасаудың проектордың сәулесінен астынан шығуға мүмкіндік береді. "Оң қол" сонмен бірге "сол қолмен" жұмыс жасауда қолайлы құрал.

- ACTIVpanelpro (Активпанель) үлкен аудиторияларда қолдануға өте қолайлы, онда үлкен экранға проекцияға қолданады. Арнайы қарындаштың көмегімен дисплейде жазылған жазулар компьютер арқылы тақтадан көруге мүмкіндік береді. Өте женіл зат, бөлмеден бөлмелеге қыындықсыз – ак алып жүре беруге болады, ал проектор болса кескінді үлкейтіп көрсетеді. ACTIVpanel-pro ДК басқарады, сурет салады, жазу жазады – бұл ақпаратты енгізетін құрылғыға жатады.

- Радио портты ACTIVslate панель құрылғысы топпен жүргізілетін конференцияға қатысуышылардың белсенді қатысуына мүмкіндік береді. Конференция немесе презентация кезінде аудиторияда еркін қозғалуға болады ACTIVslateXR панель аудиторияның кез келген жерінен

тақтамен жұмыс жасай алады. ACTIVslateXR көмегімен қатысушылар өз шешімдерін орындарынан тұрмай-ақ тақтада жаза алады.

- ACTIVtablet планшет қарапайым тышқанның қызметін атқара алады, презентация мен конференция материалдарын ACTIVstudio2 немесе ACTIVprimary тақтасыз (ACTIVboard көмегенсіз) компьютерде дайындауға мүмкіндік бетерін құрылғы. ACTIVtablet компьютерге USB порт арқылы қосылады, бағдарламаның барлық функцияларын қолдануға болады. Арнайы батареясыз қаламмен флипчарт беттерінде жазу жаза алады.

- ACTIVote тестілеу жүйесі конференцияның барлық қатысушыларына сұраптарға, бірнеше берілген жауаптардың нұсқаларынан желісіз радио пульттің батырмасын басу әдісімен жауап беруге мүмкіндік береді. Пульттың көмегімен ақпарат ACTIVboard қабылдайды және де өндөліп конференция қатысушысының жауабын қабылдайды. ACTIVote қарапайым тест жүргізуге өте қолайлы зат. ACTIVote 16 немесе 32 пульттан кішкене чемоданда тест жүргізу үшін қолданылады.

ACTIVote қолдана отырып:

«Тест дайындау шеберінде» ACTIVstudio бағдарламасында флипчартта мәтіндік немесе графiktік түрде тест сұраптары кітапханада сақталады да, тестің нәтижесін кесте немесе диаграмма түрінде компьютердің жадында сақталады. Тестің нәтижесін EXCEL немесе WORD редакторларында экспорт жасауда болады. ACTIVstudio PE программасы арнайы презентацияларды өткізуге және оны сабак барысында қолдануға негізделген программа. Бұл программа ACTIVboard және ACTIVpen қаламымен жұмыс жасау үшін жасақталған. ACTIVstudio программасының мүмкіндіктері өте көп. Атап айтқанда, презентацияларды құруға, өткізуге, материалдарға арнайы эффектілер қосуға, негізгі кезеңдерді көрсетуге, көрсеткіштерді қосуға, қосымша ақпараттарды енгізуге және басқа да көптеген мүмкіндіктері бар.

- Флипчарт – бұл бірнеше қажетті беттерден тұратын негізгі жұмыс аймағы. Бұл аймақта презентацияны құруға және оны көрсетуге қажетті құралдардың барлығы көрсетіледі. Бірнеше флипчарттарды бірден ашып, бір флипчарттан келесі флипчартқа, объектілерге сілтемелер қоюға немесе объектілерді бір мезетте келесі бетке көшіруге болады. Флипчартты басу құрылғысынан шығаруға немесе әр түрлі форматтарда экспорттауға болады.«Активті экран» кешені білім үрдісінде қолданылатын ақпаратты көрсетуге және оны компьютермен басқаруға тағайындалған әмбебап интерактивтік жүйе болып табылады. «Активті экран» бағдарламалық – техникалық кешенінің дидактикалық мақсатта пайдалану барысында олардың негізгі қызметі – жалпы ақпаратпен қасиби біліктілікті жетілдіру бағытында қолданып, сонымен қатар бұл құралдың оқушылардың, ойлау және ойын қысқа және түсінікті түрде жеткізе білу қабілетін, арттырып өз ойларын жаңа технология құралдары көмегімен жүзеге асыруын қалыптастыруды қамтамасыз ете алатыны белгілі болды.

- Бағдарламалық - техникалық кешенінің құрамына кіретін интерактивтік тақтандырылған қызықтырылған қызығушылықтарын тудыратында оқуға мүмкіндік беретін визулды қор деп те атауға болады. Сабакты түсіндіру барысында мұғалім тақта алдында тұрып, бір мезетте мәтіндік, аудио, бейне құжаттарды DVD, CD-ROM және Интернет ресурстарын қолдана алады. Бұл кезде мұғалім қосымшаны іске қосу, CD-ROM, Web- түйін мазмұнын қарастыру, ақпарат сақтау, белгі жасау тышқанды ауыстыратын арнайы қалам арқылы жазулар жазу және т. б. әрекеттерді жеңіл орындау алады [3] Бұл атапған программалар жаңа техникалық құралдардың негізінде пайдаланылып жүрген ең аз бөлігі ғана деп түсінуіміз қажет. Өйткені, әр бір саланың мамандығына қарай қолданатын программалар өте көп, әрі жан-жақты, сан қырлы болып келеді.

Корытындылай келгенде, жаңа технологиялар студенттердің бейнелі ойлауына, қозғалыстық және ауызша қарым-қатынас машықтарын, мақсатты әрекеттерді, әлеуметтенуді дамыту үшін мүміндіктер тұғызады. Білім саласына модернизация жүргізіле отырып, жаңа ақпараттық технологиялардың, жаңа инновациялық әдістердің негізінде болшағына сеніммен қарайтын тұлға қалыптастыру. Келешек жас буынның қолында болғандықтан, атапған мақсаттар мен міндеттерге қол жеткізу ақпараттық мәдениетті қалыптастыру, жаңа әдістерді қолдану қажеттілігінен туындау отыр. Баршаға мәлім білім беру ол - жекелеген құбылыс немесе дағды емес білімгерлрдің қабілетін күшейтуге, алға жылжуына мүмкіндік беретін педагогикалық тетік. Элемдік деңгейге жетеміз десек, жалпы алғанда жаңа қырда пайдаланатын технологияларды тиімді пайдалана отырып, сын түрғысынан ойлауға, өзін және өзгені дұрыс бағалауға, теориялық білімін сұрыптап, реттеп, талдау жасап, білмегенін білуге тырысуға баспалдақпен жетуге ұмтылуымыз керек. Ал, жаңа әдістер мен техникалық құралдар студенттерді қогамға жақындаға отырып, қогамды тануына, жоспарланған мақсатқа жүйелі жетуіне, ой өрісінің дамуына, зерттеулік, шығармашылық жұмыстармен

айналысұына ықпал ете отырып, өзіне деген сенімін оятып, креативті ойлау тұрғысынан дамуына әсер етеді. Нәтижесінде, талантты, дарынды тұлғалар қалыптасады. Ең бастысы жас ерекшелігі мен қабілеті, мүмкіншілігі ескерілсе болды.

1. Назарбев Н. "Қазақстан — 2030" Барлық қазақстандықтардың өсіп-өркендеуі, қауіпсіздігі және әл-ауқатының артуы, Ел Президентінің Қазақстан халқына Жолдауы. Алматы: Білім, 1997ж, 176 бет
2. Сактағанова Б.К. «Әскери институт курсанттарының креативті ойлаудың дамытудың педагогикалық-психологиялық негіздері» диссертация жұмыс. Алматы, 2013
3. «Жаңа ақпараттық технологиялар» <http://ashyk-sabak.kz/index.php/kz/bilim-berudegi-akt/>

Резюме

М.Б.Жаркымбекова - магистрант 1 курса Казахского Государственного Женского Педагогического Университета

Новые информационные технологии на основе навыков творческого мышления студентов

Статья посвящено теме о инновационных методах обучения в вузе. Новые методы технологии способствуют развитию познавательного интереса у студентов, учат систематизировать и обобщать изучаемый материал, обсуждать и дискутировать. Осмысливая и обрабатывая полученные знания, учащиеся приобретают навыки применения их на практике, получают опыт общения. Бессспорно, новые методы обучения имеют преимущества перед традиционными, ведь они способствуют развитию интеллекта, учат его самостоятельности в познании и принятии решений. От сюда и рождаются креативные мысли.

Ключевые слова: Будущий специалист, креативные мышление, новое направление, инновационный метод, индивид, общество, образование, наука.

Summary

M.B.Jarkymbekova - master of 1 course Kazakh State Women's Teacher Training University

New information technologies based on the creative thinking skills of students

The article is devoted to the topic of innovation methodoh training in high school. New methods of technology contribute to the development of informative interest at students learn to organize and synthesize the material under study, discuss and debate. Comprehending and processing the acquired knowledge, students acquire skills applying them in practice, get experience. Undoubtedly, new teaching methods have advantages over traditional, because they contribute to the development of intelligence, teach him independence in cognition and decision-making. From here are born and creative thought.

Keywords: future specialist, kreativt new direction in thinking, innovative approach, the future of a person, society, education, science.

УДК 769.472.12

ДАРЫНДЫ СПОРТШЫЛАРДЫҢ ДЕНЕ ДАЙЫНДЫҒЫН АРТТЫРУДА ИННОВАЦИЯЛЫҚ КЕЛІСТЕРДІ ҚОЛДАНУДЫҢ ҒЫЛЫМИ ТЕОРИЯЛЫҚ НЕГІЗДЕРІ С.Х. Ерназаров, И.М.Құрманәлі – магистр оқытушы, Абай атындағы ҚазҰПУ

Спортшыларды жан-жакты дамуына ықпал ететін қазіргі заманауи білім беру саласында, сонымен қатар спортшылардың дene дайындықтарын арттыруды инновациялық келістерді қолданудың алтын орны ерекше. «Инновация» ұғымы жаңаша деген мағынаны білдіреді.

Әдебиеттерге жасалған талдау біздерге дene шынықтыру және спорт саласында инновациялық келістерді спортшылардың дene дайындығы барысында қолдану мәселесі өз дәрежесінде зерттелмегендігін көрсетіп тақырыпты «Дарынды спортшылардың дene дайындығын арттыруды инновациялық келістерді қолданудың ғылыми теориялық негіздері» деп тандауга мүмкіндік берді.

Түйін сөздер: инновация, психология, келіс, дарындылық, спортшы, дene қасиеттері.

Әдебиеттерге жасалған талдау біздерге дene шынықтыру және спорт саласында инновациялық келістерді спортшылардың дene дайындығы барысында қолдану мәселесі өз дәрежесінде зерттелмегендігін көрсетіп тақырыпты «Дарынды спортшылардың дene дайындығын арттыруды инновациялық келістерде қолданудың ғылыми теориялық негіздері» деп тандауга мүмкіндік берді.

Қазіргі заманның талабы мен сұранысына байланысты білім беру саласындағы инновация ұғымы және оның зерттелуі инновацияның басты мәні, бұрын болмаган жаңалық, қоғамдағы қажеттіліктерді

қанағаттандырудың жаңа әдісі деген түсініктеменің жиынтығы. Жаңашылдық білім беру саласының алдында тұрған жаңа міндеттерді сәтті орындаудың негізгі шарттарының бірі болып саналады. Қазіргі дамыған елдер инновациялық идеяларымен дүние жүзін жаулап келеді. Бүгінгі күні өмірімізге еніп, қолданысы кеңеіе бастаған «инновация» термині аударғанда «жаңалық енгізу, жаңашылдық» деген ұғымды білдіреді. Басты мәні бұрын болмаған жаңалық, қогамдық қажеттіліктерді қанағаттандырудың жаңа әдісі деген түсініктеменің жиынтығы [1].

Жаңашылдық білім беру саласының алдында тұрған жаңа міндеттерді сәтті орындаудың негізгі шарттарының бірі болып саналады. Олар оқу-тәрбие жұмыстарының тиімділігі мен өнімділігін арттыруға септігін тигізеді. Білім беру саласына жаңалықтар енгізбестен бұрын, қогамдық енбектің басқа салаларына сәтті түрде жаңалықтар енгізу қынға соғады. Өзгерістер өмірдің диалектикасы ретінде тек қана біздің заманға, біздің қогамға және біздің өмірге тән құбылыс емес. Олар мәнгі адами қозғалыстың, яғни адамның жақсы өмір сүруіне, жаңа заман талабына сай шарттарға қол жеткізуіне деген құресі мен талпынысының көрінісіне айналғанда отырып, жалпы өмірдің диалектикасын бейнелейді. Жуырдаған мұндай өзгерістер өте баяу жүзеге асатын, алайда соңғы жылдардағы ғылым мен техниканың өзара тығыз байланысты дамуының нәтижесінде олар да қарқындылығын күшайте бастады. Бүгінгі күні әртүрлі елдер үшін білім беру мен тәлім-тәрбиені дамыту бағытында ортақ қыншылықтардың туындағанына қарамастан, олар бір-бірінен білім беру мәселелерін шешу жолдары, әдістері және мақсаттары тұрғысынан елеулі дәрежеде ерекшеленіп отырғандығы байқалады. Мұндай айырмашылықтар адамның ролі мен оны жетілдірудің маңызын (мінез-құлқының маңызын, жеке тұлғаны дамытудағы тәрбиенің ролін), осыдан барып қогамның жекелеген мәселелерін шешудегі, оның қажеттіліктерін қанағаттандырудағы және жалпы қогамды дамытудағы білім беру жүйесінің міндеттерін әртүрлі түсінуден келіп шығады. Осыған байланысты, әртүрлі қогамдық-саяси жүйелерімен ерекшеленетін елдерде білім беру саласына жаңалықтар әртүрлі мақсаттармен, әртүрлі тәсілдермен және әртүрлі атаулармен енгізіледі де, олардан әртүрлі нәтижелер күтіледі. Әртүрлі елдердегі бірдей жаңалықтар әртүрлі қызметтерге ие болып, оларды қолдану нәтижелері де түрліше бағаланады [2].

Ғылыми-педагогикалық әдебиеттерді сараптау нәтижелері «новация» мен «инновация» ұғымдарын жеке-жеке қарастыру керектігін көрсетті. Дегенмен, әдебиеттерде осы екі ұғымның әртүрлі анықтамалары кездеседі. Инновация ұғымын энциклопедиялар мен сөздіктерде әртүрлі анықтамаларын кездестіруге болады. Инновация ұғымына жалпы энциклопедияның жаңа басылымында «инновация, жаңалық, жаңару – техникалық және технологиялық жетістіктер мен ашылымдардың немесе жаңалықтардың іс жүзіндегі қолданысы» деген анықтама беріледі. Ал, сөздікте «новация – бар нәрсенің ішінәра жаңаруы, яғни қандай да бір бөлігінің, қасиетінің, байланысының өзгеруі» дөлінсе, «инновация – мұлдем жаңа нәрсе, жаңалық» ретінде пайымдалады. «Инновация» сөзі латын тіліндегі in (ішіне) novus (жаңа) сөздерінен құралып, жаңару, жаңалық, өзгеру деген мағынаны білдіреді [3].

Қазақстанда ең алғаш “инновация” ұғымын қазақ тілінде анықтаған ғалым, профессор Н.Нұрахметов. Ол «Инновация, инновациялық үдеріс деп отырғанымыз білім беру мекемелерінің жаңалықтарды жасау, менгеру, қолдану және таратуға байланысты бір бөлек қызмет» деп көрсетеді. Ал, К.Кұдайбергенова «инновацияны» – нақты қойылған мақсатқа сай алынған жаңа нәтиже деп есептеп, тәмендегідей аудармалар жасаған: «инновация» - жаңарту, «нововедение» – енген жаңалық, «новое» – жаңа, «новшество» – жаңалық, «инновационный процесс» – жаңарту үдерісі. Алайда, инновация ұғымының шығу кезеңі мен тарихын дәл анықтау мүмкін болмаса да, бұл ұғым қогамдық ғылымдарға жаратылыстану ғылымдарынан келген деп есептеледі. өйткені, инновациялар көбіне экономика, техника, агрономия, өнеркәсіп және медицина салаларында кеңінен қолданылады. Инновациялар қогамның пайда болу кезеңін бері жүзеге асырылып келе жатса да, педагогикалық категория ретінде XX ғасырдың 70-80 жылдарындаған қолданысқа енгізілді [4]. Мұның басты себептерінің бірі – олардың мағынасының түрліше түсінілуінде. Қазіргі заман педагогтары Б.Әбдікәрімов, М.С.Молдабекова, Т.С.Садықов, А.А.Саипов, Л.Х.Мажитова, Г.Ж.Менделбекова, Е.Ә.Медеуов, Ж.Ж.Жаңабаев, А.А.Жолдасбеков, Ж.К.Оңалбек, С.Маусымбаев, А.М.Абдыров, Б.А.Оспанова, К.М.Беркімбаев және т.б. маманды кәсіби даярлау үдерісінің психологиялық-педагогикалық негіздеріне, мамандықтың мәніне, өзіндік ерекшеліктері мен функцияларына тоқталады. Оның құрылымын негіздей отырып, маманның іс-әрекетінің кәсіби бағдарын, студенттердің шығармашылық және өздігінен дербес білімін жетілдіруге байланысты ғылыми-әдістемелік бағдар ұсынған [5].

Зерттеу мақсаты: дарынды спортшылардың дene дайындығын арттыру мен байланысты инновациялық келістерді қолдану әдістемесін жасау.

Зерттеу міндеттері:

-«инновациялық келіс» ұғымының мәнін пысықтау;

-инновациялық келістерді оқу-жаттығуда қолдану барысында

дарынды спортшылардың психологиялық-педагогикалық және физиологиялық ерекшеліктерін есепке алу;

-инновациялық келістерді оқу-жаттығуда қолданылу шарттары мен жолдарын ашып көрсету;

-инновациялық келістерді дарынды спортшылармен жұмыста қолдану әдістемесі.

Зерттеудің әдіснамалық негіздері: тұлға дамуындағы тәжірбиелік іс-әрекеттің басты ролі туралы философиялық, педагогикалық, физиологиялық, психологияның ережелері, тұлға дамуындағы шығармашылық-әрекеттік келістің ролі туралы, дene мәдениетінің дамуы туралы тұжырымдамасы, оқу-жаттығу процесінің теориясы, жас ерекшеліктер физиологиясы теориясын құрады.

Зерттеу әдістері:

-ғылыми-әдістемелік әдебиеттердегі көрсетілген ақпараттарды қорытындылау және талдау;

-теориялық талдау және синтездеу әдісі;

-дарынды спортшылардың дene дайындығын бағалау әдістері;

-педагогикалық эксперимент әдісі;

-модельдеу әдісі.

Зерттеудің ғылыми жаңалығы:

- «инновациялық келіс» ұғымының мәні пысықталды;

- инновациялық келістерді оқу-жаттығуда қолдану барысында дарынды спортшылардың психологиялық, педагогикалық және физиологиялық ерекшеліктеріне сипаттам берілді;

- инновациялық келістерді қолдану шарттары мен жолдары айқындалды;

- инновациялық келістерді дарынды спортшылар мен жұмыста қолдану әдістемесі жасалды;

Қорғауға шығарылатын қағидалар:

- инновация ұғымының мәні;

- спортшының психологиялық, педагогикалық және физиологиялық ерекшеліктері;

- Инновациялық келістерді қолдану шарттары мен жолдары;

- Инновациялық келістерді тәжірбие барысында қолдану әдістемесі.

Негізгі идеялар: Дарынды және талантты спортшылар біртекті топ емес, олардың әрқайсысы ерекше қасиетке ие. Талантты және дарынды спортшылардың деңгейін және дербес ерекшеліктерін ескеру, олардың қалыпты жұмыс жасауларына ықпал жасау. Дарынды және талантты спортшыларға білім беруде жаңа инновациялық педагогикалық стратегияларды пайдаланық.

Нәтиже: Инновациялық келістерді қолдана отырып, студенттердің бойына еңбекқорлық, батылдық, әділдік, мейірім мен қайырымдылық, ізеттілік пен қамқорлық сезімдерін сініруді үштастыруға ұмтылыс жасалды. Спортшыларға дene жаттығуларын инновациялық технологияларды практика түрғысынан негіздел, дene дамуын жетілдіру үшін тиімді инновациялық әдістерді қолдану арқылы келістерге негізделген жаттықтыру барысында жүзеге асырылды.

Дарынды спортшылармен жасалған жұмыстар барысында қолданылған инновациялық бағдарламалар:

-ассоциаграмма

-видео

-free QuizMaker

-Блум таксономиясы

-миға шабуыл

-screen cast

1. Ашмарин Б.А. Теория и методика физического воспитания.-М.: ИП, 1990.-287с.

2. Құрманова С. Оқытудың инновациялық технологиясының педагогикалық психологиялық негіздері, Алматы, 1999 156 б.

3. Нарымжанова Қ.Н.. Инновациялық креативті технологиялар. -Өскемен: Мектеп, 2011.-156 б.

4. Бозжанова К.Б. Бала туралы сөз етсек.-Алматы: Мектеп, -1971,-71б.

5. Богданов О.С. Методика воспитительной работы в начальных классах. –М.: Просвещение, 1984.-207с.

Абай атындағы ҚазҰПУ-нің ХАБАРШЫСЫ, «Бастауыш мектеп және дене мәдениеті» сериясы, №3(50), 2016 ж.

**С.Х.Ерназаров, И.М.Курманали – магистр, преподаватель, магистр преподаватель Каз НПУ им. Абая
Научно-теоретические основы применения инновационных подходов в развитии физической подготовки
одаренных спортсменов**

Спортсмены способствуют всестороннему развитию современного образования, а также физической подготовки спортсменов инновационное использование специальное место. Понятие «инновация» означает новшество новизны. Анализ литературы в сфере физической культуры и спорта в инновационном применении физической подготовки спортсменов позволило выбрать тему «Научно-теоретические основы применения инновационных подходов в развитии физической подготовки одаренных спортсменов»

Ключевые слова: инновация, психология, направление, одаренность, спортсмен, физические качества.

Summary

**S.X.Ernazarov, I.M.Kurmanali – Master Teacher Kazakh National Pedagogical University named Abai
Scientific-theoretical bases of innovative approaches in the development of physical training of talented
athletes**

Athletes promote the comprehensive development of modern education, as well as physical training of sportsmen innovative use of a special place. The concept of "innovation" means innovation novelty. An analysis of the literature in the field of physical culture and sports in the innovative application of physical training of athletes allowed to choose a theme "Scientific and theoretical basis for the use of innovative approaches in the development of physical training of talented athletes"

Keywords: innovation, psychology, direction, talent, sportsman, physical qualitie.