

## PROFESSIONAL BILIMLENDIRIWDE DENE TÁRBIYASI SABAQLARIN HARAKTERISTIKALAW

Niyazov Abilbay Tolibayevich

Ajiniyaz Atındağı Nókis Mámleketlik Pedagogikalıq Institutı.

Dene Tárbiyası Teoryası Hám Metodikasi Kafedrası. p.i.k. dotcent.

<https://doi.org/10.5281/zenodo.15081646>

**Annotatsiya.** Dene tárbiya boyınsha mámleket tálim standartı «Kadrlar tayarlaw milliy dásturi»niń 4-12-statyasına tiykarlanıp barlıq tálim mákemeleri oqıwshılarınıń salamatlıǵın saqlaw, fizikalıq kónlikpe hám tájriybelerin bekkemlew, usınıń menen bir waqıtta, olardı fizikalıq rawajlandırıwdan ibarat.

**Tayanish so`zler:** Dene tárbiya boyınsha mámleket tálim standartı, dene tárbiya sabaqlarında juwapkerlikti seziniw.

**Abstact.** The State Educational Standard for Physical Education, in accordance with Articles 4-12 of the National Personnel Training Program, aims to protect the health of students in all educational institutions, strengthen their physical skills and abilities, and simultaneously promote their physical development.

**Keywords:** State Educational Standard for Physical Education, awareness of responsibility in physical education classes.

Bilimlendiriw sistemasında akadeyalıq licey hám kásip-óner kolledjleri tiykarǵı buwın retinde zárúrli orın tutadı. Bul oqıw mákemelerinde dene tárbiyası, sport -sawallandıraw jumısların rawajlandırıw, tálim alıp atırǵan oqıwshı -jaslardıń sport túrlerine qızıǵıwshılıǵın asırıw, bilim, kónlikpe hám tájriybelerin bekkemlew dáwir talabına aylanıp barıp atır.

Bul máselelerdiń tolıq orınlanıwın gózlep, dene tárbiya boyınsha mámleket tálim standartı orta arnawlı, kásip-óner tálimi sistemasındaǵı oqıwshılar iyelewi kerek bolǵan bilim, kónlikpe hám tájriybeler hám de oqıw júklemesine qoyılatuǵın tiykarǵı talaplardı belgilep beredi.

Dene tárbiya boyınsha mámleket tálim standartı «Kadrlar tayarlaw milliy dásturi»niń 4-12-statyasına tiykarlanıp barlıq tálim mákemeleri oqıwshılarınıń salamatlıǵın saqlaw, fizikalıq kónlikpe hám tájriybelerin bekkemlew, usınıń menen bir waqıtta, olardı fizikalıq rawajlandırıwdan ibarat.

Dene tárbiyası boyınsha mámleket standartı standart bilimlendiriw kompleksi normaları hám talaplarına tiyisli hújjet esaplanadı. Bul hújjet waqtınsha joba tiykarında bolıp, tálim sistemasınıń reformasına qarap rawajlanıp baradı. Dene tárbiya boyınsha mámleket tálim standartı onıń funksiyaları hám sistemaları arqalı ańlatıladı.

Dene tárbiyası boyınsha mámleket tálim standartınıń tiykarǵı funksiyaları tómendegilerden ibarat.

- dene tárbiya tálimi bárshe múmkinshiligine say hám ǵalabalıq bolıwın támiyinlew;
- orta arnawlı, kásip-óner bilimlendiriw sistemasındaǵı oqıw mákemelerinde dene tárbiya hám bilimlendiriw procesin social-mámleket jolı menen tártipke salıw;
- orta arnawlı, kásip-óner bilimlendiriw sistemasınıń barlıq basqıshları hám baǵdarlarında dene tárbiya procesin baqlaw hám basqarıw;
- dene tárbiya boyınsha bilimlendiriw sapasın asırıw sistemasındaǵı oqıw mákemelerinde dene tárbiyası hám bilimlendiriw quramına tómendegiler kiredi:
- dene tárbiya sabaqları hám bilimlendiriwdiń tiykarǵı forması bolıp, onıń kólemi oqıw rejesinde háptesine 4 saat esabınan belgilenedi;
- oqıw kún tártibindegi dene tárbiyası formalarına tómendegiler kiredi: shınıǵıwǵa shekem ótkeriletuǵın gimnastika, ulıwma bilim beriw sabaqlarında ótkeriletuǵın kewilli minutalar, úlken tánepistegi háreketli oyunlar, kewilashar oyunlar hám basqalar;
- sabaqtan tıs payıtlarda fizikalıq shınıǵıwlar menen shuǵıllanıw, sport dógerekleri, fakultativlik sabaqlar;
- ǵalabalıq sport hám sawallandıırıw ilajları, bayramlar, sport túrleri boyınsha jarıslar, spartakiadalar, viktorinalar hám basqalar;
- ǵárezsiz shınıǵıwlar: wazıypalardı orınlaw kórinisinde bólimlerdegi shınıǵıwlar, turizmler, oyunlar, kewilashar oyunlar hám basqalar.

Akademiyalıq licey hám kásip-óner kolledjlerindegi dene tárbiyasınıń maqseti oqıwshılardıń densawlıǵın bekkemlew, olardı paydalı miynetke, watandı qorgawǵa hám ǵárezsiz turmısqa tayarlawdan ibarat. Bul maqsetten kelip shıǵıp, onıń wazıypaları tómendegilerden ibarat:

- dene tárbiya sabaqlarında juwapkerlikti seziniw, jámiyetshilik, ǵayratlı, tártipli, jámiyetlik jumıslarında aktiv qatnasatuǵın ideologiyalıq shınıqqan jáne social dúnyaǵa kózqarasqa iye bolǵan jaslardı tárbiyalaw;
- óz keleshegindegi iskerligine, kásip-ónerge tiyisli fizikalıq tayarlıq kónlikpe hám tájriybelerin qalıplestiriw;
- joqarı iskerlikti támiyinlew, den sawlıqtı saqlaw haqqında turaqlı bilimlerde iye bolıw;
- háreket iskerliginiń kólemin keńeytiw, fizikalıq hám psixikalıq qábiiletlerdi qalıplestiriw;
- ómir sùriw ushın kerekli miynet iskerligi hám watan qorgaw xızmetine tayarlaw ;
- dene hám psixikalıq birlesken háreket mádeniyatına, shıraylı dene dúzilisine, optimal fizikalıq rawajlanıwǵa hám bekkem densawlıqqa bolǵan mútajlıktı qalıplestiriw;
- salamat turmıs tárizin en jaydırıw, xalıq dástúrlerin, ruwxıy -bilimlendiriw qádiriyatların

qáliplestiriw; háreket rejimin múmkin bolǵanınsha gárezsiz tuwrı shólkemlestiriw;

- tańlangan sport túri boyınsha óz sheberligin úzliksiz jetilistiriw;

- kún tártibinde aktiv háreketke bolıw, dene tárbiya, sport hám turizmdi nızamlıqların bilıw, kónlikpe hám tájriybelerin qáliplestiriw.

Orta arnawlı, kásip-óner bilimlendiriw sistemasındaǵı oqıw mákemeleri oqıwshıları ushın arnalǵan dene tárbiyası dástúri tómendegi bólimlerden ibarat:

1. Túsindiriw xati.

2. Dene tárbiya sabaǵı.

3. Oqıw kún tártibindegi ǵalabalıq-salamatlandırıw shólkemleri.

4. Sabaqtan tısqarı waqıtta dene tárbiya, sayaxatshılıq hám hár túrlı sport túrleri menen shuǵıllanıw.

Orta arnawlı, kásip-óner bilimlendiriw sistemasındaǵı oqıw mákemeleri oqıwshıları menen sabaqlardı ılaǵı bolǵanınsha ashıq hawada, oyın hám jarıs formasında ótkeriw hám de hár bir sabaqta oqıwshılardıǵa uyge wazıypaları beriw maqsetke muwapıq bolıp tabıladı.

Uyge beriletuǵın wazıypaların mazmunı: qáwmetti durıslaw, gigienalıq qaǵıydalarǵa ámel qılıw, azanǵı gigienalıq gimnastika komplekslerin dúze bilıw hám orınlaw, gárezsiz juwırıw, háreket kónlikpelerin orınlaw, teoriyalıq bilimlerde keńeytiw hám bekkemlew, háreket sapaların rawajlandırıw, sport túrleri tariyxın, házirgi jaǵdayın, jarıs qaǵıydaların úyreniwlerden ibarat boladı.

**Dene tárbiya oqıtıwshılarında tómendegi hújjetler bolıwı kerek.** Dene tárbiya pání boyınsha oqıw dástúri, ulıwma saatlar kóleminiń oqıw semestrlerine bólistiriw kestesi, jılıq temalıq-kalendar joba, kúnlik sabaq jobası, tayanış konspektleri.

Medicinalıq qadaǵalawdan tolıq ótkerilgennen keyin oqıwshılardıǵa sabaq hám shınıǵıwlarda shuǵıllanıwǵa ruxsat beriledi. Olar hawa temperaturası q 15° hám odan joqarı bolǵanda sabaqlardıǵa jeńil kiyimde, eger temperatura odan tómén bolsa, ıssılaw sport kiyiminde qatnasıwları múmkin.

Oqıwshılar dene tárbiya sabaǵına qatnasıwları boyınsha ush toparlarǵa ajratıladı:

1. Tiykargı toparı.

2. Tayarlaw toparı.

3 Arnawlı medicinalıq toparı.

1. Tiykargı gruppaga salamat, fizikalıq quwatlı, basınan ótkergen kesellikleriniń hesh qanday tásiiri qalmaǵan, ósip rawajlanıwda anatomiyalıq, morfologiyalıq, fiziologikalıq hesh qanday kemshilikleri bolmaǵan oqıwshılar kiredi. Bul gruppa oqıwshıları sporttıń qandayda bir túrinde tájriybelerin asırıwları hám jarıslarda qatnasıwları múmkin.

2. Tayarlaw toparına aldın qandayda bir kesellik penen awırǵan, biraq onıń sezilerli tásirini qalmaǵan, fizikalıq hálsizlew, úlken júklemelerdi kótere almaytuǵın oqıwshılar kiredi. Tayarlaw toparınıń wazıypası jas ul-qızlardıń denelerin shınıqtırıp, fizikalıq tárepten tayarlap, olardı tiykarǵı toparǵa ótkeriw.

3. Arnawlı medicinalıq toparǵa salamatlıǵında qandayda -bir kemshiligi bolǵan, aldın basıan keshirgen kesellikleriniń sezilerli, medicinalıq kózqarastan tastıyqlanatuǵın tásirleri saqlanıp qalǵan, jaqın orada emlewxanada emlenip qaytqan, xirurgiya operatsiyasınan keyingi jaǵdaydaǵı oqıwshılar kiredi hám olar sport kiyimlerinde arnawlı islengen sabaqlarǵa qatnasıwları kerek.

20% ten kóbirek dene tárbiya sabaqlarına qatnaspaǵan oqıwshılar juwmaqlawshı sınaqlarǵa qoyılmaıdı.

Akademiyalıq licey hám kásip-óner kolledjleriniń I-II-III basqıshlarında tómendegi sport túrleri jıldan-jılǵa quramalılattırıp uyretilip barıladı: gimnastika, jeńil atletika, sport oınları (basketbol, voleybol, qol toıbı, futbol), gúres, júziw, hám milliy háreketli oın elementleri, turizm, háreketli oınlar.

Kásibine tiyisli ámeliy fizikalıq tayarlıq orta arnawlı, kásip-óner oqıw mákemelerinde ulıwma fizikalıq tayarlıq tiykarlarına tayanǵan halda arnawlı maqsetlerdi ámelge asıradı hám oqıwshılar keleshek miynet xızmetleriniń tiykarǵı túrleri menen baylanıslı boladı.

Tiykarǵı maqsetleri tómendegilerden ibarat:

1. Oqıwshılardıń ónerge tiyisli hám zárúrli fizikalıq sapaların jetilistiriw hám rawajlandırıw.

2. Anıq ónerge tiyisli hám organizmge kerekli psixikalıq-fiziologiyalıq iskerliklerdi ózlestiriw.

3. Miynet sharayatında gipodinamiya, májburiy jumıs jaǵdayı, hárekettiń joqarı hám tómén kúshi, talıǵıw sıyaqlı qolaysız tásirlerdiń aldın alıw.

Hár bir kásip ushın zárúr bolǵan fizikalıq sapalar hám háreket tájriybeleri saylanǵan qanıgelikke úyretiw processinde hám miynet procesiniń ózinde asırıladı hám de rawajlanıp baradı. Eger kasiplik bilimlendiriw procesin arnawlı fizikalıq shınıǵıwǵa qosıp alıp barılsa, jumıs operatsiyaların úyreniw bir talay tezirek boladı. Kóbinese fizikalıq pazıyletlerdiń jetkilikli dárejede rawajlanbaǵanı kásiplik uqıppa erisiw jolında birden-bir tosıq boladı. Kóbinese fizikalıq shınıǵıw menen shuǵullanbaǵan insandı ulıwma jumısqa qoyıp bolmaıdı (reaktiv aviatsiya ushqıshları, kosmonavtlar). Arnawlı shınıǵıwlardıń qollanıwı professional bilimlendiriw dárejesin jaqsılaydı hám áyne waqıtta ádewir ekonomikalıq payda keltiredi, sebebi bunda oqıw waqtı qısqaradı hám kadrlar tayarlawǵa sarplanatuǵın aqshalar azayadı.

Fizikalıq shınıǵıwlar insanlardı tikkeley kásiplik miynetke hám Watan qorǵaw iskerligine tayarlaw menen baylanıslı bolǵan kóplegen máselelerdi sheshiwge járdem beredi. Tap sol sebepli de sport jańa hám quramalı kásiplerdi iyelep atırǵan barlıq insanlardıń bawırlas járdemshisi bolıp qalıp atır. Tiyisli fizikalıq shınıǵıwlar, sonıń menen birge, sırtqı ortalıqtıń kóplegen túrdegi miynet iskerliginde bolatuǵın unamsız tásirine (deneniń qızıp ketiwi, suwıp ketiwi, atmosfera basımınıń tómengi hám basqalarǵa) organizmniń shıdamlılıǵın da asıradı.

Kásiplik tayarlıq qanshelli úlken áhmiyetke iye bolmasın, ol hesh qashan insandı fizikalıq tárepten tárbiyalawdıń bekkem sebebi bolǵan ulıwma dene tárbiyası ornın basa almaydı. Ulıwma fizikalıq tayarlıq kásiplik fizikalıq tayarlıq ushın da tiykar bolıp xızmet etedi.

## REFERENCES

1. Ашмарин Б.А. Теория и методика физического воспитания. – М., 1990.-234 с.
2. Аулик И.В. Как определит тренированного спортсмена. – М.: ФиС., 1977.
3. Вайсеховский С.М. Книга тренера. – М.: ФиС., 1971. - 312 с.
4. Годик Н.А. Контрол тренировочных и соревновательных нагрузок. – М.: ФиС., 1980. – 136 с.
5. Гужаловский А.А. Основы теории и методики физической культуры. – М.: ФиС., 1986.
6. J.Turdimuratov. Dene mádeniyaty teoriyası hám metodikası. Tashkent 2022.
7. Евсеев Ю.И. Физическая культура. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2002. – с. 381.
8. Затсиорский М.Я. Физические качества спортсмена. – М., 1980. – 200 с.
9. Коршунов А.М. Секреты долгой молодости профессора Никитина. – М.: Советский спорт, 1990.
10. Ленчев И.С. Физкультурно-оздоровительная и спортивно-массовая работа в образовательных учреждениях. – Уст-Каменогорск: ВКГУ, 2003.