

Қазақстан Республикасы Мәдениет және спорт министрлігінің  
Спорт және дене шынықтыру істері комитеті

«Қажымұқан Мұнайтпасов атындағы олимпиада резервінің республикалық  
мамандандырылған мектеп-интернат-колледжі» РММ

БЕКІТЕМІН

К.Мұнайтпасов атындағы  
ОРРММИК директоры



М. Сапашев

« 5 » 09 20 22 ж.

Пән/модуль/өндірістік оқыту мен кәсіптік практика бойынша  
ОҚУ ЖҰМЫС ЖОСПАРЫ

«Спорттық медицина»

(модуль немесе пән атауы)

Мамандық: 01140500 – «Дене тәрбиесі және спорт»

(коды және атауы)

Білктілік: 4S01140503 «Спорт жаттықтырушысы-оқытушы»

(коды және атауы)

Оқыту нысаны: күндізгі, жалпы орта білім базасында

Жалпы сағат саны: 24, кредиттер: 1.

Әзірлеуші: Уалиева А.К.

(қолы)

Т.А.Ә.

## Түсіндірме жазба

### Пән/модуль сипаттамасы

«Спорттық медицина» пәні бойынша үлгілік оқу бағдарламасы техникалық және кәсіптік білім беру бойынша үлгілік оқу жоспарлары мен білім беретін оқу бағдарламаларына «Мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың, бастауыш, негізгі орта, жалпы орта, техникалық және кәсіптік, орта білімнен кейінгі білім берудің мемлекеттік жалпыға міндетті стандарттарын бекіту туралы» Қазақстан Республикасы Оқу-ағарту министрінің 2022жылғы 3-тамыздағы № 384 бұйрығына сәйкес 01140500 «Дене тәрбиесі және спорт» мамандығы 4S01140503 «Спорт жаттықтырушысы-оқытушысы» біліктілігі бойынша құрылған.

Пәннің мақсаты: Қазіргі даму кезеңіндегі дене шынықтыру мен спорттың медициналық мәселелері, олардың нәтижелерін спорт жаттықтырушысы мен дене шынықтыру пәні мұғалімінің практикалық жұмысында пайдалану мүмкіндігі.

### Пәннің міндеттері:

- спорттың медициналық мәселелерін сипаттау, жіктеу;
- студенттердің бойында медициналық білім сапаларын қалыптастыру;
- әр түрлі жыныстағы, жастағы, спорттық біліктіліктегі адамдарда спортпен қатар сауықтыру жаттығуларының да жаттықтыру және сауықтыру әсерін арттыруға және ұтымсыз дене жаттығулары кезінде болуы мүмкін аурулар мен жарақаттардың алдын алуға мүмкіндік беретін оқу процесін басқару дағдыларын қалыптастыру.

### Қалыптастырылатын құзыреттіліктер:

- тұлғаның үйлесімді дамуы, тиімділігін арттыру және белсенді өмір сүру ұзақтығын ұзарту үшін дене шынықтыру мен спорттың құралдары мен әдістерін пайдалану үшін білім беру және дағдыларды қалыптастыру.
- дене шынықтыру және спортпен шұғылдану процесінде дене дамуы мен денсаулық, медициналық бақылауды ұйымдастыру туралы білім жүйесін қалыптастыру.
- дене шынықтыру және спортпен жүйелі түрде айналысу барысында организмде болатын морфологиялық және функционалдық өзгерістер туралы білім беру;

Пәндік құзырет: Спорттық медицина дене шынықтырумен айналысатын адамдардың денсаулығына, физикалық дамуы мен функционалдық жағдайына жаттығулар мен спорттың әсерін зерттейтін антропология, генетика, эндокринология және басқа да медициналық ғылымдардың іргелі деректеріне негізделген жаңа заманауи деректер мен пайымдауларды қамтиды.

### Пререквизиттер:

гимнастика, спорттық ойындар, жеңіл атлетика, қозғалмалы ойындар, ойындар, спорт тарихы.

### Постреквизиттер:

педагогика, психология, адам анатомиясы мен физиологиясы, спорттық медицина, емдік дене шынықтыру және массаж, өзін-өзі тану, спорт гигиенасы.

### Оқытуға қажетті құралдар, жабдықтар:

1. Интерактивты тақта, мультимедиялық проектор,
2. Ноутбук, смартфон
3. Бейнефильмдер, аудиожазбалар, презентациялар
4. Сандық білім беру ресурстары

### Педагогтің байланыс құралдары:

Мунсызбаева Жансая Абдуллаевна  
Т.А.Ә.

Тел: 87781858591

e-mail: munsyzbaeva\_zhansaya@mail.ru

## Семестр бойынша сағаттарды бөлу

| Модуль коды<br>және атауы  | Модуль<br>бойынша<br>барлық<br>кредит/<br>сағат саны | 1 курс |       | 2 курс |       | 3 курс    |       |
|--|--|--------|-------|--------|-------|-----------|-------|
|  |  | 1 сем  | 2 сем | 3 сем  | 4 сем | 5 сем     | 6 сем |
| 1  | 2  | 3      | 4     | 5      | 6     | 7         | 8     |
| КМ 5. Спорттық<br>медицина   | 1/24   |        |       |        |       | 24        |       |
| <b>Пән модуль<br/>бойынша<br/>оқытуға берілген<br/>жалпы<br/>кредит/сағат<br/>саны</b> | <b>1/24</b>  |        |       |        |       | <b>24</b> |       |

**Оқу жұмыс бағдарламасының мазмұны**

| № | Оқыту нәтижелері   | Бағалау өлшемшарттары  | Барлық сағат | Оның ішінде |             |                                    | Сабақ түрі | Бағалау тапсырмалары      |
|---|--|--|--------------|-------------|-------------|------------------------------------|------------|---------------------------|
|   |  |  |              | теориялық   | тәжірибелік | Өндірістік оқыту/кәсіптік практика |            |                           |
| 1 | <p><b>ОН 5.1.</b><br/>Жас және жыныс бойынша адамның негізгі мүшелері мен жүйелерінің қызметін білу:<br/>- жас, жыныс және спорттық мамандану ерекшеліктерін ескере отырып, спортшылардың дене шынықтыру жаттығуларына бейімделуінің қазіргі заманғы принциптері;<br/>- тыныштық және физикалық жүктеме кезіндегі негізгі функционалдық көрсеткіштерді тіркеу әдістері, спорттың әртүрлі түрлері бойынша спортшылардың функционалдық жарамдылығын бағалау;<br/>- спорттық медицина терминологиясы; - медициналық</p> | <p><b>БӨ 5.1.1.</b><br/>Қазіргі жағдайда дене шынықтыру мен спортты медициналық қамтамасыз ету жүйесі және ғылыми білімнің бір саласы ретінде спорттық медицина түсінігін білу</p> | 2            | 2           |             |                                    | Аралас     | Конспектілеу, Сұрақ-жауап |
|   |  | <p><b>БӨ 5.1.2.</b><br/>Дене шынықтыру мен спорт саласындағы медициналық қамтамасыз етуді ұйымдастыру туралы түсінік қалыптастыру</p>  | 2            | 2           |             |                                    | Аралас     | Конспектілеу, Сұрақ-жауап |
|   |  | <p><b>БӨ 5.1.3.</b><br/>Спортшыларды медициналық бақылау әдістемесін қолдана ауды білу</p>   | 2            |             | 2           |                                    | Аралас     | Конспектілеу, Сұрақ-жауап |
|   |  | <p><b>БӨ 5.1.4.</b><br/>Денсаулықтың не екенін білу және ауру кезіндегі өтпелі күйлер</p>  | 2            | 2           |             |                                    | Аралас     | Конспектілеу, Сұрақ-жауап |
|   |  | <p><b>БӨ 5.1.5.</b><br/>«Ауру» ұғымы туралы біледі. Ауру және сыртқы ортаның өзгеруіне организмнің бейімделу қабілетінің төмендеуі. Ауру организмнің жалпы реакциясы ретінде</p>   | 2            | 2           |             |                                    | Аралас     | Конспектілеу, Сұрақ-жауап |

|   |  |  |             |           |          |  |         |                           |
|---|--|--|-------------|-----------|----------|--|---------|---------------------------|
|   | бақылауды ұйымдастыру нысандарын; - физикалық өнімділікті қалпына келтіру құралдары; - жалпы және спорттық патологияның негіздері.   | БӨ 5.1.6. Спортшылардың иммунитетінің ерекшеліктерін анықтай алуы білу   | 2           | 2         |          |  | Арал ас | Конспектілеу, Сұрақ-жауап |
| 2 | ОН 5.2. Олар дене шынықтыру бакалаврының педагогикалық, жаттықтырушылық, сауықтыру, ұйымдастырушылық, басқарушылық және ғылыми-зерттеу қызметінде алған білімдерін пайдалана алады. - дене шынықтыру және спортпен айналысу кезінде жазатайым оқиғалар кезінде алғашқы медициналық көмек көрсету; - дене шынықтырумен және спортпен айналысатындарға медициналық-педагогикалық бақылауды жүзеге асыру; - функционалдық сынақтарды жүргізу және нәтижелерді талдау. | БӨ 5.2.1. Қазіргі адамның денсаулығы және дене белсенділігі туралы білу  | 4           | 2         | 2        |  | Арал ас | Конспектілеу, Сұрақ-жауап |
|   |  | БӨ 5.2.2. Спорттың денсаулыққа тигізетін әсерін білу                     | 4           | 2         | 2        |  | Арал ас | Конспектілеу, Сұрақ-жауап |
|   |  | БӨ 5.2.3. Спортшылардың денсаулығын динамикалық бақылау әдістемесін білу | 4           | 2         | 2        |  | Арал ас | Конспектілеу, Сұрақ-жауап |
|   |  | БӨ 5.2.4. Спортшылардың физикалық дамуын анықтап, бағалай алу            | 4           | 2         | 2        |  | Арал ас | Конспектілеу, Сұрақ-жауап |
|   |  | БӨ 5.2.5. Дене дамуын бағалау функцияларын білу                          | 4           | 2         | 2        |  | Арал ас | Конспектілеу, Сұрақ-жауап |
|   | <b>Модуль бойынша барлық сағат саны</b>  |  | <b>24</b>   | <b>16</b> | <b>8</b> |  |         |                           |
|   | <b>Модуль бойынша барлық кредит/сағат</b>  |  | <b>1/24</b> |           |          |  |         |                           |