

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

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

БЕКІТЕМІН

Қ.Мұңайтпасов атындағы
ОРРММИК директоры



М. Сапашев

« 5 » 09 20 22 ж.

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

«Таңдаған спорт түрі бойынша спорттық дайындық»
(модуль немесе пән атауы)

Мамандық: 01140500 – «Дене тәрбиесі және спорт»
(коды және атауы)

Біліктілік: 4S01140503 «Спорт жаттықтырушысы-оқытушы»
(коды және атауы)

Оқыту нысаны: күндізгі, жалпы орта білім базасында
Жалпы сағат саны: 120, кредиттер: 5.

Әзірлеуші:  Куланова К.К., Бидолдой А.
(қолы) Т.А.Ә.

Түсіндірме жазба

Пән/модуль сипаттамасы

«Таңдаған спорт түрі бойынша спорттық дайындық» пәні бойынша 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.

Негізгі мақсат - студенттерге таңдалған спорт түрінің терең теориялық негіздерін беру, сондай – ақ оларды әр түрлі білім беру мекемелері мен спорт ұйымдарында-спорт колледжі түлектерінің болашақ кәсіби қызметі орнында іс жүзінде жүзеге асыруға үйрету. .

Қалыптастырылатын құзыреттер:

- Үйлесімді дамыған тұлғаны қалыптастыратын тәрбиенің барлық жақтарының бірлігін қамтамасыз ету.
- Дене шынықтырудың әртүрлі факторларын адамның өмірлік маңызды физикалық қасиеттерін және олардың негізгі қозғалыс қабілеттерін толық жалпы дамыту үшін жан-жақты пайдалану, сонымен қатар қозғалыс дағдылары мен дағдыларының кең қорын қалыптастыру.
- Таңдалған спорт түрінде оң нәтижелерге қол жеткізуге кепілдік беретін негізгі жолдарды анықтау (оларды практикада іске асыру жолдары)

Пререквизиттер:

Таңдалған спорт түрінің теориясы мен әдістемесінің мазмұнын тиімді игеру үшін биомеханика, анатомия, Жалпы педагогика негіздерін, дене шынықтыру және спорт теориясы мен әдістемесінің негіздерін білу қажет.

Постреквизиттер:

«Таңдаған спорт түрі бойынша спорттық дайындық» курсы оқығаннан кейін студенттер алған білімдерін дене тәрбиесі саласындағы кәсіби-педагогикалық қызметті жүзеге асыру үшін, сондай-ақ дене тәрбиесі теориясы мен әдістемесі, балалар мен жасөспірімдер спорты, кәсіби спорт пәндері бойынша терең білім алу үшін пайдалана алады. Алынған білім сонымен қатар танымдық қызметті жандандыруға, дағдыларды дамытуға және кәсіби-педагогикалық қызметті модельдейтін жағдайларда білімді қолдануға, оқу және әдістемелік әдебиеттермен өз бетінше жұмыс істеу дағдыларын қалыптастыруға бағытталуы мүмкін.

Оқуға қажетті құралдар, жабдықтар:

теория, семинарлар, практикалық сабақтар, экскурсиялар және т.б.

Оқу материалы мазмұнының ерекшеліктері мен күрделілігін ескере отырып, оқытудың келесі әдістері ұсынылады: әңгімелер, мәселелерді шешетін дискурстар, өндірістік жағдайларды талдау. Рөлдік және іскерлік ойындар, миға шабуыл, материалды таныстыру және басқалар. Танымдық іс-әрекетті ұйымдастыру формасы ұсынымдық сипатта болады.

Бөлімдерді зерттеуге арналған сағаттар саны мазмұнның минимумын сақтай отырып өзгертілуі мүмкін.

Педагогтің байланыс құралдары:

Куланова Куралай Кадировна Т.А.Ә.	Тел: 87051016099 email: Kulanova64@mail.ru
Билдолдой Аманбек Т.А.Ә.	Тел: 87017761727 e-mail: amanbek-a79@mail.ru

Семестр бойынша сағаттарды бөлу

Модуль коды және атауы	Модульдегі барлық кредиттер / сағаттар	Оның ішінде					
		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 4. «Таңдаған спорт түрінің спорттық дайындық»	5/120		24	24	24	12	36
Модуль бойынша оқытудың жиыны	5/120		24	24	24	12	36

Оқу бағдарламасының мазмұны

№	Оқу нәтижелері	Бағалау өлшемшарттары	Сағат саны	Соның ішінде			Сабак түрі	Бағалау тапсырмалары
				Теориялық	Зертханалық-практикалық	Өндірістік оқыту/кәсіптік практика		
1	РО 4.1 . Бейімделу түрлерін білу. Спорттық жаттығулардың әдістері мен құралдарын біледі . Жаттығу жүктемелеріне бейімделу жолдарын игеру.	БӨ 4.1.1 Спорттық дайындық жүйесінің құрылымын қолданады	6	4	2		Аралас	Дәріс тақырыбы бойынша эссе жазу
		БӨ 4.1.2 Жаттығу жүктемелеріне бейімделу әдістерін қолданады	4	2	2		Аралас	
		БӨ 4.1.3 Жүктемелерге бейімделу динамикасының ерекшеліктерін қолданады	6	4	2		Аралас	
		БӨ 4.1.4. Дененің жүктемелерге шартты рефлекторлық байланысының қалыптасуына мысалдар келтіреді	4	2	2		Аралас	Бақылау сұрақтары, дәріс
		БӨ 4.1.5. Спорттық дайындық шарттарының негізгі құралдарын, әдістерін қолданады	4		4		Тәжірбие	
	Барлығы		24	12	12			
	2 семестрдегі модуль бойынша барлығы		24	12	12			
	2 семестрдің қорытындысы бойынша сараланған бақылау жұмысы (2 сағат)							
	Курстық жұмыс (егер жоспарланған болса) Сағат жиыны			-	-			
2	ОН 4.2 Спорттық дайындықтың жалпы принциптерін біледі.	БӨ 4.2.1 Спортшылардың дайындық компоненттерін қолданады	6	4	2		Аралас	Дәріс тақырыбы бойынша эссе жазу
		БӨ 4.2.2 Спортшыларды даярлау компоненттерін пайдаланады	4	2	2		Аралас	

	Олар жаттығу кезінде дененің күйін өзін өзі бақылауды жүзеге асыра алады	БӨ 4.2.3 Спорттық дайындықты іске асырудың жалпы ережелері мен ережелерін біледі	6	4	2		Аралас	Бақылау сұрақтары, дәріс
		БӨ 4.2.4 Спортшының денсаулығы мен жұмыс қабілеттілігін сақтау туралы біледі	4	2	2		Аралас	
		БӨ 4.2.5 Сабақ кезінде және одан кейін қалпына келтіруді қамтамасыз ете алады	4		4		Тәжірбие	
	Барлығы		24	12	12			
	3 семестрдегі модуль бойынша барлығы		24	12	12			
3 семестрдің қорытындысы бойынша сынақ								
3	ОН 4.3 Дайындық компоненттерін жақсарту кезегін біледі. Оқу сабақтарының жағдайын жақсартта алады	БӨ 4.3.1. Спортшыны даярлау компоненттерін жақсарту кезектілігін белгілей алады	6	2	4		Аралас	Бақылау сұрақтары, дәріс
		БӨ 4.3.2. Спорттық дайындық процесінде компоненттерді дәйекті, параллельді және бір уақытта жетілдіруді жүзеге асырады	4	4			Аралас	
		БӨ 4.3.3. Спортшының жүктемесін арттыру жолдарын жақсартуды қолданады	6	4	2		Аралас	Бақылау сұрақтары, дәріс
		КО 4.3.4. Спортшының жүктемесін арттыру тәсілдерін жақсартуды қолданады	4	2	2		Аралас	
		БӨ 4.3.5. Интегралды жаттығулармен дайындық компоненттерін жақсарту	4	2	2		Аралас	
	Барлығы		24	14	10			
	4 семестрдегі модуль бойынша барлығы		24	14	10			
4 семестрдің қорытындысы бойынша сараланған бақылау жұмысы (2 сағат)								
	Курстық жұмыс (жоспарланған жағдайда) Жалпы сағаттар			-	-			
4	ОН 4.4. Спортшының дене қасиеттерін дамыту әдістерін біледі. ЖДД	БӨ 4.4.1. Дене шынықтыру сабақтарына жағдай жасайды. ЖДЖ бағдарламасын қалай жасау керектігін біледі	4	2	2		Аралас	Бақылау сұрақтары, дәріс

	кезінде әдістемелік нұсқауларды орындай алады	БӨ 4.4.2. ЖДЖ бағдарламасына әдістемелік нұсқауларды қолданады	2	2			Аралас	Бақылау сұрақтары, дәріс
		БӨ 4.4.3. ЖДЖ және спорттық мамандандыру бағдарламаларын жасайды	2	2			Аралас	
		БӨ 4.4.4. Күш пен төзімділікті дамыту әдістерін біледі	2	2			Аралас	
		БӨ 4.4.5. Жылдамдықты, үйлестіруді және икемділікті дамыту әдістерін біледі	2	2			Тәжірбие	
	Барлығы		12	10	2			
	5 семестрдегі модуль бойынша барлығы		12	10	2			
5 семестр қорытындысы бойынша Сараланған тест (2 сағат)								
5	ОН 4.5. Күш, жылдамдық, төзімділік, икемділікті дамытуға арналған әдістемелік нұсқауларды орындай алады. Өртүрлі күштерде арнайы төзімділікті тәрбиелеу әдістерін біледі	БӨ 1.5.1. Дене шынықтырудың үш сатысын қолданады	6	2	4			Бақылау сұрақтары, дәріс
		БӨ 1.5.2. Күштің дамуына әдістемелік нұсқауларды қолданады	4	2	2		Аралас	Бақылау сұрақтары, дәріс
		БӨ 1.5.3. Жылдамдықты дамытуға әдістемелік нұсқауларды қолданады	6	4	2		Аралас	Бақылау сұрақтары, дәріс
		БӨ 4.5.4. Төзімділікті дамытуға әдістемелік нұсқауларды қолданады	6	2	4		Аралас	
		БӨ 4.5.5. Жоғары қуатты жұмыста арнайы төзімділікке тәрбиелеу әдістерін қолдана алады	4	2	2		Аралас	
		БӨ 4.5.6. Максималды қуат жұмысында арнайы төзімділікке тәрбиелеу әдістерін қолдана алады	4	2	2		Аралас	
		БӨ 4.5.7. Икемділікті дамытуға әдістемелік нұсқауларды қолданады	6	4	2		Аралас	
	Қорытынды		36	18	18			
	Модель бойынша 6 семестрдің қортындысы		36	18	18			

6 семестрдің қорытындысы бойынша емтихан бағалау (2 сағат)						
Курстық жұмыс (егер жоспарланған болса)			-	-		
Сағат саны						
Модуль бойынша барлық сағат саны	120	66	54			
Модуль бойынша барлық кредит/сағат	5/120					