



ҚАЗАҚСТАН РЕСПУБЛИКАСЫ ОҚУ-АҒАРТУ МИНИСТРЛІГІ  
«ҰЛТТЫҚ ҒЫЛЫМИ-ПРАКТИКАЛЫҚ ДЕНЕ ТӘРБИЕСІ ОРТАЛЫҒЫ» РМҚК

РГКП «НАЦИОНАЛЬНЫЙ НАУЧНО - ПРАКТИЧЕСКИЙ ЦЕНТР ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ»  
МИНИСТЕРСТВА ПРОСВЕЩЕНИЯ РЕСПУБЛИКИ КАЗАХСТАН



«Мектептегі дене шынықтыру сабағы:басымдықтар және жетілдіру стратегиялары » біліктілікті  
арттыру курсы  
Курсы повышения квалификации: «Урок физической культуры в школе фокусы и стратегии  
улучшений»

*Баяндама тақырыбы: «Дене тәрбиесі сабағының жаңғыртылуы –уақыт талабы»*

**Баяндама жетекшісі: Султанғалиева Аягуль  
Курмангазиевна**

*БҚО Казталов ауданы Ажбай ауылы , Бірік ЖОББМ КММ,  
дене шынықтыру пәні мұғалімі*





# МУҒАЛІМ ТУРАЛЫ ЖАЛПЫ МӘЛІМЕТТЕР

**Аты-жөні:** СҰЛТАНГАЛИЕВА АЯГУЛЬ КУРМАНГАЗИЕВНА

**Бітірген оқу орны:** Орал гуманитарлық колледжі

**Жұмыс орны:** Бірік ЖОББ мектебі КММ

**Мамандығы:** Дене шынықтыру пәні мұғалімі

**Санаты:** педагог- модератор

**Педагогикалық өтілі:** 15 жыл

**Сүйікіті ісі:** Баскетбол, таза ауада көп жүру, арқан тарту



«Мемлекет пен ұлт құрыштан құйылып, қатып қалған дүние емес, үнемі дамып отыратын тірі ағза іспетті. Ол өмір сүру үшін заман ағымына саналы түрде бейімделуге қабілетті болуы керек. Жаңа жаһандық үрдістер ешкімнен сұрамай, есік қақпастан бірден төрге озды. Сондықтан, заманға сәйкес жаңғыру міндеті барлық мемлекеттердің алдында тұр. Сынаптай сырғыған уақыт ешкімді күтіп тұрмайды, жаңғыру да тарихтың өзі сияқты жалғаса беретін процессі

**( «Болашаққа бағдар: рухани жаңғыру» атты мақаласынан )**



**«Дене шынықтыру» пәнінің мақсаты** – оқушыларды өз денсаулықтары мен психикаларын нығайтуға ынталандыру болып табылады. Оқушылардың дербес және жас ерекшеліктерін ескеріп, бойда қалыптасқан арнайы спорттық дағдылар мен сапаларды қолданып, сол арқылы олардың дене қабілеттерінің дамуларына ықпал ету.

### **Оқу бағдарламасы:**

- дене тәрбиесі және спорттың даму тарихы туралы білім деңгейін қалыптастыруды;

негізгі дене сапаларын жетілдіруді, арнайы спорттық біліктіліктер мен дағдыларды дамытуды;  
- түрлі деректер арқылы ақпараттарды қолдану, оның мән-мағынасын түсіне отырып, коммуникативті дағдыларды дамытуды;

идеялық және зерттеу дағдыларын дамытуды;  
- адамгершілік-жігер қабілеттерін қалыптастыру міндеттерін шешуді көздейді.



# Оқу пәнінің мазмұны 3 бөлімнен тұрады:

«Қимыл-қозғалыс іс-әрекеттері» бөлімі

«Шығармашылық қабілеттер және қимыл-қозғалыс дағдылары арқылы сыни көзқарасты қалыптастыру» бөлімі

«Денсаулық және салауатты өмір салты» бөлімі .

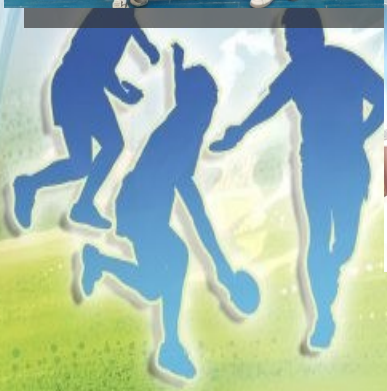
**2022-2023 оқу жылында ҚР жалпы орта білім беретін ұйымдарында оқу процесін ұйымдастырудың ерекшеліктері туралы әдістемелік нұсқау хатында:**

- ✓ 1-2 сыныпта «Дене шынықтыру» пәнін оқытудың мақсаты денені салауатты шынықтыруға, спорттық-спецификалық қозғалу дағдылары мен дене бітімі қабілеттерін меңгеруге бағытталған дене шынықтырудың негіздерін қалыптастыру
- ✓ «Дене шынықтыру» пәнінің мұғалімі білім алушыларды олардың денсаулық жағдайларына сәйкес кіші топтарға бөледі; сырқаттану диагнозына байланысты білім алушыларға жаттығуларды белгілейді; оқыту, сабақ беру және бағалау процесіндегі әдістерін дараландырады;





**5,7-сыныптарға арналған «Дене шынықтыру» пәнінен жаңартылған мазмұндағы оқу бағдарламасының басты мақсаты – ағзаның бүкіл жүйелерін дамыту, оқушылардың физикалық қасиеттерін және олармен байланысты қабілеттерін жетілдіру болып табылады.**



# Өз іс- тәжірибемде дене тәрбиесі жүйесінің қағидаларын басшылыққа алып жұмыс атқардым.



Сауықтыру бағалылығы бар ғылыми негізделген дене тәрбиесінің құралдары мен әдісі қолданылуы керек.



Денеге түсетін жүктеме оқушылар мүмкіншілігіне байланысты жоспарлануға тиісті.



Әрігерлік-педагогикалық бақылау кез келген оқу-тәрбие процесінде міндетті элемент болуы қажет.

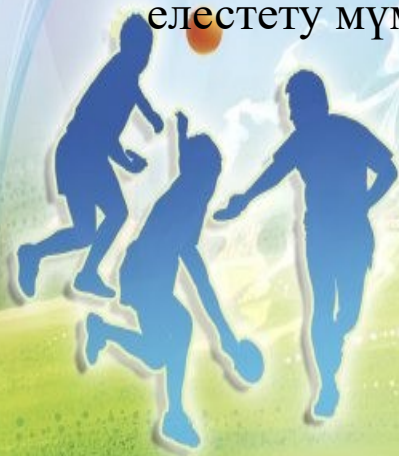


Санитарлық тазалық талаптарды сақтау, күнді, ауа мен суды тиімді пайдалану- міне бұның бәрін дене жаттығуларымен айналысуды ұйымдастырғанда еске алып отыру керек.





**Дене тәрбиесі** – қоғамдағы жалпы мәдениеттің бөлігі, адамның дене қабілеттерін дамыту мен денсаулығын нығайтуға бағытталған әлеуметтік қызметтің бір саласы. Оның негізгі міндеттерінің бірі балалар мен жеткіншектердің арасында дене шынықтыру – сауықтыру және спорт жұмыстарын ұйымдастыру болып табылады, өйткені дене тәрбиесінің негізі балалық және жеткіншектік жаста қаланады. Тек қана осы кезеңде дене жаттығуларымен айналысу қажеттілігі қалыптасады, дағдылар мен іскерліктер жинақталады, спортқа қызығушылық қалыптасады. Жастардың жан – жақты дамуын дене тәрбиесінсіз елестету мүмкін емес.



**Назарларыңызға  
рахмет!**