

ПЕДАГОГИКА ЖӘНЕ ОҚЫТУ ӘДІСТЕРІ

PEDAGOGY AND TEACHING METHODS

FTAMP 77.03.05

*Н.Д Сайтбеков¹, М.Абдрахманов², Ж. Ханафия³, А.Д Сайтбекова⁴,
Г.М Аянова⁵*

^{1,2,3}Suleyman Demirel University, Kaskelen, Kazakhstan

⁴ Klinik aigerim Aktobe, Kazakhstan

⁵Altyn Auyl School, Kaskelen, Kazakhstan

СТУДЕНТТЕРДІҢ ДЕНЕ ТӘРБИЕСІНДЕ ИННОВАЦИЯЛЫҚ ӘДІСТЕРДІ ЖҮЗЕГЕ АРТТЫРУ

Андатпа. Осы мақалада білім алушылардың дене тәрбиесі сабағындағы инновациялық тәсілдерді зерттеудің алдын ала жоспарлауға алынған нәтижесі ұсынылды. Сабақтың теориялық негіздерін анализ жасау үдерістегі жаңа инновацияларды магистратура кезіндегі жұмысының зерттеудің нәтижесі демек тақырыб бойынша тәжірибе зерттеулерге жаңа табысты жоспарлық көзін көздейді. Дене тәрбиесіндегі спорттағы технологияны зерттеудің кезіндегі анықталған нәтижелер білім алушылардың дене тәрбиесіндегі дамытуын арттыруына талпыныстығын жетілдіреді. Келешек білім алушылардың дайындық деңгейі келесіндей жағдайлармен анықталды. Технологиялар арасында демек денсаулық сақтау және спорттың бір түріне негізделген түрлері қолданылады. 1,2 курс студенттерінің жартысынан кемі инновациялық технологияларды меңгермейді және әлде қайда педагогикалық рефлексия өткізбейді. Студенттердің көпшілігі сабақтарда технологиялар қолданылмайды деп санайды; олармен әдістемелік семинарлар өткізілмейді; инновациялық орта құрылмаған. Мұндай жағдайдың себептері материалдық-техникалық базаның нашарлығы мен оқытушылардың әдістемелік дайындығының жеткіліксіздігі болып табылады.

Түйін сөздер: студент білім алушылардың дене тәрбиесі мен спорт, инновациялық технологиялар, жаттығу сабақ өткізу.

Аннотация. В статье представлены предварительные результаты подготовки к исследованию инновационных технологий в физическом воспитании студентов. Проведенный анализ теоретических источников и результаты магистрского исследования инноваций в учебном процессе создают определенный фон для успешного планирования экспериментальных исследования по этой теме. Полученные нами результаты исследования спортивных технологий могут дать хороший импульс для развития физического воспитания студентов. В уровне готовности студентов-будущих специалистов выявлено. Среди технологий применяются здоровьесберегающие и основанные на одном из видов спорта. Меньше половины студентов 1,2 курсов не владеют инновационными технологиями и никогда не проводят педагогическую рефлексию. Большинство студентов считает, что на занятиях не применяются технологии; с ними не проводятся методические семинары; не создана инновационная среда. Причинами такого положения они считают слабую материально-техническую базу и недостаточную методическую подготовленность преподавателей .

Ключевые слова: Физическое воспитание и студентов и спорт, инновационные технологии ,спортивная тренировки и учебное занятие.

Abstract. This article presents the results of the preliminary planning of the study of innovative methods in physical education of students. It contains of analysing the theoretical foundation of the lesson and the result of the study of

innovations during the master's period. The result of the study is intended for practical research and successful planning source. The resource determined during the study of physical education, improve the desire of students to increase their development in physical education. In the level of readiness of students - future specialists it is revealed. Among technologies are applied health saving and based on one of sports. Less than a half of students of 1.2 courses do not own the innovation technologies and never carry out a pedagogical reflection. Most of students considers that on occupations technologies are not applied; with them methodical seminars are not held; the innovation environment is not created. They consider the reasons of such situation weak material and technical resources and insufficient methodical readiness of teachers.

Keywords: teaching physical education and sports, innovative technologies, training for students.

Қазақстан Республикасының жоғарғы педагогикалық білім беру тұжырымдаманың кәсіби жаңа болашақ маман дайындау үшін бағыты көзделген. Қазіргі таңда білім берудің жүйесіндегі жаңаша өзгерістердің енгізілуінде. Демек, жоғары оқу орнында болашақ жас маман негізін дайындауда аса күрделі мәселелерді шешу қажеттілігі іске асырылды. Оқыту процесіне жаңашалықпен қарау-бүгінгі күннің талабы деп айтуға болады. Оқыту үрдісінің компоненттеріне органикалық байланыста қарастырылуы тиіс. Сондайақ компоненттердің бірі-форма. Дене шынықтыру сабағы күйінде жүргізіледі, дегенмен өзінше ерекшеліктерінің айырмашылығы анық. Дене шынықтыру сабағы кезінде инновациялық тәсілдері жүзеге асыру, негізгі мақсатқа бағыттау-бүгінгі күннің талабы.

Жоғары оқу орындарындағы дене шынықтыру сабақты жүргізуде білім алушылардың мүмкіншілігі сабақ барысында орындалатын жаттығулардың ауыр-жеңілділігі және оларды сабақ бөлімдерінде орналастыру ерекшеліктері ескеріле бермейді. Дене тәрбиесі сабағында педагогика, психология, анатомия, физиология, гигиена, этика, эстетика, т.б. ғылымдардың талаптары біртұтастықта қарастырылмайды. Жоғарыдағы мәселелерге байланысты зерттеу тақырыбы осылай алынды.

Инновация негізі латынша сөзден аударып анықтағанда жаңалықтарды енгізу ұғымын айту деуге болады. Демек инновациялы оқытуды деген-жаңалықтарды айқын көздеу, игеруге, меңгеру және өмірде қолдануды ендіру. Осы негізгі жаңалықты жүйесінің қайталанып оралуы және өзгерістерге ену қайтадан қайталануы кезінде қайта туындаған проблемалар. Дегенмен, « Инновация » -ол нақты алға қойылған мақсатқа жетуде ойға тұрткі болып алынған нәтижесі[1].

Жоғары оқудың орындарына оқуға түсуші білім алушы мектеп бітірушінің дене тәрбиесінің дайындығының проблемасы көптен күн тәртібінен түспеуіне келеді. Себебі, оқу процесіндегі құрылымы, мазмұны мен пайдалылығы сол қыздар мен жігіттердің дене тәрбиесі дайындығының үдерісіне байланысты деп білеміз. Еліміздегі кез –келген әртүрлі аймақтарында жүргізілген көпшілік зерттеулері (Б. Я. Бондаревский, 1986; В.Н. Нестеров, 1980; К.К. Кардялис, 1984; Н.П.Тамашаускас, 1984 және т.б.) жоғары оқу орындарына түсушілердің дене тәрбиесі дайындығы жеткіліксіз дәрежеде екенін атап айтады. Қазақстан жағдайында өткізілген көптеген зерттеулер де осы проблемаға және оны шешу тәсілдеріне, жолдары мен әдістеріне арналған (Н.П.Куличенко, 1980; Н.Е.Манаков, 1988; Г.Д.Иванов, 1973, 1995; А.Р. Жамалов, 1972; О.А. Маркианов, 1985 ж.ж.) мектеп және жоғары оқу орындарындағы дене тәрбиесі бойынша нормативтік негізіне ГТО кешені алынған бірзіділік өзара байланысы мен талаптарының болғаны лайықты

деп санайды, ал кейбіреулері (Г.А. Пастушенко, 1973; К.Д. Черносивтов, 1958; Н.А. Третьяков, 1988) мәселені шешудің жолы дене тәрбиесінің қосымша сабақтан тыс түрлерінде деп есептейді, енді үшінші біреулері (В.Б. Секрневичене, 1973; П.Г.Тереденко, 1988) сабақтан әдістемелік құрылымын жетілдіруде-қозғатушы тығыздығын арттыруда, дене тәрбиесі жаттығулары сабақтарында айналымы әдісті қолдануда, жекелегентұлғалық қасиеттерді дамытуда кемістіктерді жоюдың таңдамалы және бір мақсатты әдістерін қабылдауда, қозғалысқа машықтану барысында техникалық құралдары, тренажерлік жабдықтарды, аспаптар мен қондырғыларды пайдалануда екендігін айтады [2].

Белгілі бір орыс ғалымдары В.В. Беларусова, И.Н. Решетень «Педагогика» оқулығында негізгі назарды мектептердегі дене тәрбиесінің теориясы мен тәсіліне аударады да, жоғары оқу орындарында дене тәрбиесіне аз тоқталады.

Дене тәрбиесі бұл жерде адамдардың тұлғалық дамуы мен дене тәрбиесі біліміне әсер ететін адамзат қоғамы мәдениетінің бір бөлігі ретінде түсіндіріледі. Дене мәдениеті институттарына арналған «Дене тәрбиесінің теориясы мен тәсілдері» оқулығында (Л.П. Матвеев пен А.Д.Новиковтың редакциялаумен) студенттердің дене тәрбиесіне тұтас бір тарау арналған. Авторлар мұнда дене тәрбиесін студенттерді тәрбиелеудің жалпы жүйесінің бөлінбес бір жүйесі ретінде қарастырады да, тәрбиенің басқа түрлерімен: инабаттылық, еріктілік, эстетикалық және т.б. салыстырғанда бұл пәннің көп қырлылығы мен күрделілігін атап өтеді [3].

Н.И.Понамаревтың сол кездегі 1969 жылының – құрамдық бөлімдерге айрықша айыра отырып, «дене мәдениетінің» «дене тәрбиесінің» ұғымына анықтамасын көздеу болатыны анық. Демек кейірек ал дене тәрбиесі мен теориясын ғылымы ретінде де көзқарасымен айыра келу, айрықша дене шынықтыру институттарының оқу жоспарына осы пәнді кіргізуді қажетті деп санады[4].

Нақтырақ айтқанда мақсат дегеніміз? Нақты мақсаттарға қандайда бір әдіс-тәсілдер баытымен қол жеткізуге көздейді. Мақсат пен нәтиже – жаңалыққа көздеудің басты жолы. Мемлекет білімі стандарты деңгейіндегі оқыту барысын ұйымдастырудағы педагогикалық технологияларды енгізуді нақтылайды. Демек педагогикалық технологияның түрі, қолданудағы ерекшеліктері, осыдан туындаушы өзекті проблемалар қазіргі кезде әзірге нақтылануы нақты бірізділік жүйелерге түспеуші жүйе дейміз. Осы таңда білімді берудің салаларындағы оқыту жүйірік технологияларын игермейінше білімді, жан-жақтылық мамандық несі болуыда қиындау.

Жаңашылдық технологияларды озық меңгере игеру ұстаздың жұмыс істей білу қабілеттерінің ойлау жүйесінің, пәнге қызығушылығының арттыруына өз әсерін тигізеді.

Оқытудың «жаңашылық» идеясы – заңдылық, ол оқытудың жаңа мазмұны, педагогикалық технологияның түрі болып табылады.

Педагогикалық технологияның ортақ мақсаты білім сапасын арттыру білімнің стандартқа сай берілуін қадағалау, танымдық қызметтің мазмұнын анықтау.

В.Г. Белинскийдің « ескі идеяға жаңашылдықпен байланыстырып басқаша сипаттап беріп жаңалықтар ашуды нақтыландырады» деген болатын. Мысалға, В.Шаталовтің дәрістері баяғыдан педагогикадағы қолданылыста болсадағы, жоғары оқу орындарының қазіргінің дамудағы кезінде «жаңашыл» бірізділік әдіс-тәсіл ретіндегі, анық бір өзгерістерді ендіру арқылы оқытушылардың жұмысындағы тәжірибесінде кеңірек қолданылуда.

Барлық адамзаттың қоғамның жиырма бірінші ғасырдыға алғашындағы, демек ғылыми-техникалы үрдіс пенде өркеннеттің дамуы дәуірінде беттеу кезеңіндегі жаңашыл қоғамғада лайықты саналы ұрпақ,

білімді, жетелеген жеке индивидті жетілдіру қазіргі білім беру саласының бірінші болған нақты міндеттер.

Жаңа технологияларды қолданудың басты мақсаты – қоғамымыздың, мемлекетіміздің және де жеке тұлғалық индивидтің жоғары сапалы білімді алуына деген ұмтылысын қанағаттандыруы, жаңа тұрпатты маман даярлау, әлемдік білім беру дәрежесіне көтерілкі.

Жоғары курс студенттерінің дене дайындығының негізгі жалпы мәселелерін келесі ірі ғалымдар көтерді. Геннадий Иванов, Амантай Қарақов (1995) К.Х. Закирьянов, Г.Д. Иванов, Н.О. Ордабаев, М.Ф. Жаксылыков (1998). Олардың пікірінше дене тәрбиесінің дайындығы жоғары оқу орындары студенттерінің оқу – тәрбие қызметінің түрлеріне: сабақ, спорт, қоғамдық дене мәдениеті және басқалары жатады. Адамзат қызметінің белгіді бір бағыттағы түрі ретінде дене тәрбиесіне өз кезегінде жалпы педагогикалық қызмет түрлері жүктеледі. Дене тәрбиесінің студенттердің ойлау қызметімен, әсіресе, ойлау қабілеттерімен өзара байланысының қазіргі кезде аса маңызды мәні бар.

Зерттеудің болжамы:

Қазіргі жоғары оқу орындарында дене тәрбиесі сабағының сапасын арттырып жетілдіруге болады, сол уақытта, егер сабақ барысында студенттердің мүмкіндіктері ескерілсе. Жаттығу сабағының әрбір кезеңіне дұрыс бөлінсе. Жаттығудың күрделілігі ескерілсе жәнет темпераменттер ескерілсе.

Зерттеу мақсаты Дене тәрбиесі пәнін өткізуде қолданылып жүрген әдіс-тәсілдерді жүйеге келтіріп, инновациялық тәсілдер тізбегін дайындап тәжірибеден өткізіп, ғылыми әдістемелік нұсқау дайындау.

Зерттеудің міндеттері Сабақ барысында инновациялық тәсілдерді қолданудың теориялық жағынан негіздеу;

- Инновациялық тәсілдердің тізбегін жасап, әдістерін дайындау;
- Инновациялық тәсілдерді тәжірибеден өткізу;

- Негізгі ғылыми ұғымдарға анықтама беру;
- Алынған нәтижелерге байланысты әдістемелік нұсқаулар беру;

Жоғары оқу орындағы оқыту жұмысын ұйымдастыру түрі. Әдеби көздерді талдау және қорытындылау. Педагогикалық қадағалау. Студенттердің дене тәрбиесі сабақтарындағы бейне түсірілімі және талдау. Үлгілеу әдістері. Педагогикалық тәжірибе. Жоғары оқу студенттерінің жалпы тактикалық дайындықтары ерекшелігін жан-жақты қарастыра отырып, бүгінгі күннің талабына сай, олардың оқу жаттығатын процесіне енгізуді және де студент сабаққа келген кезде жүректің соғу қалыпы қандай күйде болды, сабақ соңында бастапқы кезінде болу керек. Зерттеудің нәтижелері нақтылығы мен ғылыми жаңалығы – негізгі бағыттын әдіснамалық тұрғыда дәлелденуі мен қойылған міндеттерге сай пайдаланылған зерттеу әдістерінің тиімділігімен, теориялық көздерге талдау берілуі мен талаптарға сай деп қолданылған зерттеу әдістерінің тиімділігі дене тәрбиесі – ол студент денсаулығын жақсартуды көздеуге, оның дене бітімінің жоғары дамытуға, дене мүшелерін қалыптастыруға, қозғалыс жүйелерінің жан-жақты жетілдіруіне, өздері таңдаған спорт түріне жоғары жетістікке жетелуіне, жоғары өнімді еңбек пен әскери қызметке дайындалуына бағытталған арнаулы тәрбиелік процесс. Дене тәрбиесінің негізгі түрлеріне оқу сабақтары (теориялық, практикалық, жекелей) сынақ және бірінші қыркүйегінен бастап енгізілген пәннен емтихан тапсыру жатады. Оқу сабақтары үш бөліктен тұрады: кіріспе дайындық, негізгі және қорытынды (спорттық оқу бөлімшесінде жаттығу сабағының кіріспе-дайындық бөлімі бой жазу деп аталады [6].

Өз жай кезінде екі бөліктен тұрады: жай серуен, жүгіру және жалпылай жаттығу арқылы жалпы дайындық кезінде адам ағзасының негізгі жүйелерінің қызметі жоғарылайды, ал екіншісі, арнаулы дайындықта бұлшық еттер жүйесі нақты жаттығуларды орындауға (ұзындыққа секіру, кермеде тартылуға) ширеңдеп даярланады. Мұның

негізгі бөлігінде оқу сабақтары, немесе, спорттық жаттығулар қойған талаптар орындалып, бой-жайға салмақ барынша көп түсетін болады, ал ол жүрек соғысының жиілігін минутына 140-160 қа дейін жеткізуінен байқалады. Сабақтың қорытынды бөлігіне денеге түсер салмақтың бірте-бірте азайып және жүрек соғысы жиілігінің минутіне 50-ге де төмендеуі жатады. Теориялық бөлімі студенттерге лекция арқылы түсіндіріледі. Оның мазмұны шамамен 2-бөлімде беріледі, ол студенттерге дене тәрбиесі арқылы дене тәрбиесінің біліктілік және әдістемелік, салауатты өмір, анатомиялық-физиологиялық белгілер, болашақтағы кәсіби жұмысты ұйымдастыра білу, гигиена мен шынығу негіздерін қалайды.

Дене тәрбиесі тәжірибесінің қаншалықты көптеп болғанымен, демек оның бәрі жан-жақты қолданыла бермейді. Демек сондықтан олардың сипаттамаларын нақты білу, біздің яғни дұрыс бағыт алуымызға, әр түрлі міндеттерді орындауда тиімділік әдіс-тәсілдерді таңдауымызға көмек береді. Әр түрлі жаттығулардың топ тобымен әр қилы жағдайларда, белгілі бір міндеттерді орындау үшін қолданатын дене тәрбиесі түрлі жаттығуларының әдіс-тәсілін әдіс деп айтамыз. Кез-келген әрбір әдістің өзінің ішкі құрамына кіретін әдістемелік әдістердің көмегімен жүзеге арттырылады. Мысалы, әдісті орындалу тәсілдері: жаттығуды айна тәсілімен көрсету, қарқында немесе жай қарқында көрсетіп т.б. Нақты үйрету міндетіне сәйкес, іске асырылатын әдіс жолын әдістемелік әдіс дейміз. Әдістемелік тәсілдері өте көп, олардың бірі ескіріп, жоғалып жатса, екіншісі өзгеріліп, ал келесі біреулері мұғалімнің ізденісімен өмірге келіп жатады. Сабақ берудің деңгейінің әр түрлілігі мұғалімнің осы әдістемелік тәсілдерді көп білуіне, кеңірек қолдануына байланысты. «Әдіс» деген түсініктен біз «әдістеме» түсінігін ажыратып білуіміз керек. Әдістеме деп дене тәрбиесі процесінде белгілі бір нәтижеге қол жету жолына бағытталған амалдары мен әдістері жүйесінің болуын айтады.

Әдістер жүйеленісі барлық әдістер арнайы (тек қана дене тәрбиесінің процесіне тән деп білеміз).

Қайталау орындау әдісі. Осы әдіс кезінде жаттығуларды орындау көптілігі қайталанады, аралығындағы тынуға организмнің толығырақ бастапқыда өз қалпына келуі керек (мысалы, қысқа қашықтыққа өте жоғары жылдамдықпен қайталап жүгірген кезде, аралық тынығу толық болуы қажет. Қайталап орындау әдісі күшті, жылдамдықты және күш жылдамдығын, жылдамдық төзімділігін дамытады.

Тәжірибеде қайталап орындау әдісінің бірнеше түрі кезігеді. Мысалы, циклді жаттығуларды орындау кезінде мынадай түрлері алдан шығады:

- 1) тұрақты бірдей қашықтықтарға жүгіру (7x100м);
- 2) біртіндеп ұзартылып отырылған қашықтыққа жүгіру (200x400x600x800);
- 3) біртіндеп қысқартылған қашықтыққа жүгіру (800x600x400x200);
- 4) біртіндеп ұзартылған, сонан соң қысқартылған қашықтыққа жүгіру(200x400x600x800x600x400x200).

Интервалдық орындау әдісі. Бұл әдістің мәнісінің біраз рет қайталанған жаттығулардың орындалуы қарқынды жоғарырақ болуында (минутына 160-180 рет жүректің соғу жиелігі). Жаттығуларды жасаған соң, тынығу кезінде жүректің соғуы минуты 120-140 ретке соққанға дейін созылады, содан соң қайталанады. Дем қалыпқа келу тынығуы белсенділің немесе бәсеңдеу болуы ықтымал, жаттығу қайталанып жасалынады (мысалы 7x200). Бұл әдістердің көмегімен тез мерзімде жалпы және арнайы төзімділіктің қасиетін дамытуға қол жеткізуге болады.

Жоғарыдағыда аталған әдістердің дене тәрбиесі тәжірибесінде топтастырыла, қолданылады (мысалы, стандартты интервалдық жаттығулардың әдісі, өзгермелі-интервалды жаттығулар әдісі т.б.). Осындай әдістерді жалпы топтастыру тәсілдері организмнің

функционалды мүмкіндіктерінің өсіп жетілуіне тиімді әсер етеді және кең көлемде дене қуаты қасиеттерін дамытады.

Шеңберлі әдіс. Спорт зал мен спорт аландарында шеңбер бойынша орналасып «станцияларда» орындалған жаттығуларды, яғни сериялы орындауды шеңберлі жаттығу дейміз.

Қортынды. Дене шынықтыру оқу сабағы ғана демей оныда жетілдіру кезінде сабақтан тыстағы жаттығу тапсырмаларымен белсенделікті жоғарлату мен қалыпты деңгейіне келтіру мен мүмкіндіктерін жалғастыруға болады. Дене тәрбиесі жаттығуларымен шұғылдану нәтижесінде денені шынықтыру және қозғалыс жүйесін дамытуды үдету қазір ойдағыдай дәрежеде, алайда, көп жағдайда жастардың, әсіресе, қыздардың дене тәрбиесіне дайындығы оқу бағдарламасы мен халық шаруашылығының түрлі саласындағы өндірістік қызметтің бүгінгі талаптарына сай келмейді. Тек спорттық оқу бөлімдеріндегі студенттерді оларға қосуға болмайды. Дене тәрбиесінің маңызды буынының бірі – шыдамдылық, яғни, түрлі қызмет атқарғаннан кейінгі (ой, қол еңбегі) сонымен қатар таңдаған мамандығы бойынша және тұрмыс тіршілігінен кейінгі қатты шаршауға бой алдырмайтын шыдамдылық болып табылады.

Пайдаланылған әдебиеттер тізімі

- 1 Өмірбаева К.О. Оқыту процесіндегі инновациялық ізденістер Ақтөбе, 2001ж. [27 бет]
- 2 Студенттердің дене тәрбиесі // Г.Д. Иванов, А.Қ. Құлназаров Астана, 2008
- 3 М. Н. Қошаев // Дене тәрбиесінің әлеуметтік-экономикалық тиімділігі, Алматы-2002[250 бет]

- 4 Дементьев В.Л., Малков О.Б. Структуризация конфликта поединка в спортивных единоборствах. //Теория и практика физической культуры, -№10. 1986. –С.37-39 [150 бет]
- 5 5.Государственная программа развития физической культуры и Спорта в Республике Казахстан на 2007-2011 годы –Указ Президента РК от 2006 г.[560 бет]
- 6 Дене тәрбиесінің әлеуметтік-экономикалық тиімділігі Алматы-2002 [62 бет]
- 7 Гимнастика //Москва-1980 [180 бет]
- 8 Евсеев Ю.И. Физическая культура (Ю.И. Евсеев-Ростов-надону; Феникс.,2002г. [260 бет]
- 9 Еркін Уаңбаев // Дене тәрбиесінің негіздері Алматы-2000 [74 бет]
- 10 Энциклопедический словарь Фис 2, 3 // Москва 1963 [184 бет]
- 11 Дубровский В.И. Движение для здоровья-Москва знание 1980. [758 бет]
- 12 В.В. Коробченко Легка атлетика «Высшы школа» 1977 Физкультура и спорт // Москва 1972 [94 бет]
- 13 Геннадий Иванов. , Амантай Қарақов // Дене тәрбиесі, Алматы-1995.[174 бет]
- 14 Физическая культуры как элемент культуры общества и человека Н.И.Понамарев //Алматы 1996г. [287 бет]