

ПЕДАГОГИКА

УДК: 796 (07)

Иманалиев Т.Т.,
п.и.к., профессор,
Кыргыз мамлекеттик дене тарбия жана спорт академиясы
Иманалиев Т.Т.,
к.п.н., профессор,
Кыргызского гос. академия физической культуры и спорта,
Imanaliev T.T.,
c.p.s., professor,
Kyrgyz state academy of physical culture and sports
Сулайманов С.Э.,
ага окутуучу,
К.Тыныстанов ат. Ысык-Көл мамлекеттик университети
Сулайманов С.Э.,
ст.преп.
Иссык-Кульский государственный университет им. К.Тыныстанова
Sulaimanov S.E.,
senior lecturer,
IGU named after K.Tynystanov

ЖОГОРКУ ОКУУ ЖАЙЛАРЫНДА ДЕНЕ ТАРБИЯНЫ ОКУТУУНУН ЖАНА ТАРБИЯЛООНУН ТЕОРИЯЛЫК НЕГИЗДЕРИ

Аннотация. Таалим-тарбиялоо усулдары менен камсыздалган жана жакшы уюштурулган түзүмдөрдүн жыйындысы, ыкмалары, так методикалык окутуу процессинин негиздери камтылган ЖОЖдордо студенттерге дене тарбия сабактарын киргизүүнүн ролу чоң. Макалада дене тарбиясын окутуунун теориясынын жана практикасынын негизги бөлүмдөрү ачылган: методика-практикалык жана окутуу-тарбиялоочулук. Тажрыйбалык-практикалык ыкмалар студенттердин кыймыл-аракет жөндөмдөрүнүн калыптанышында дене тарбиялык менен социалдык инсандык сапаттарынын өнүгүшүндө жана ишке ашырылышында чечүүчү ролду аткарат. ЖОЖдордо дене тарбияны окутуунун жана тарбиялоонун негизги принциптери баяндалат.

Негизги сөздөр: жогорку окуу жай, окутуучу, студент, окутуунун жана тарбиялоонун принциптери, дене тарбиялык көнүгүүлөр, метод, теория, практика.

ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ОБУЧЕНИЯ И ВОСПИТАНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ В ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЯХ

Аннотация. Высших учебных заведениях, где в учебно-воспитательный процесс для студентов включены структурная совокупность хорошо организованных приемов точных методических основ учения, введение занятий физической культуры играет большую роль. В статье раскрыты основные разделы теории и практики обучения физической культуре: методико-практический и учебно-тренировочный. Формирование у студентов

двигательно-действенных способностей с помощью опытно-практических приемов выполняет решающую роль во внедрении и развитии физической культуры и их социальных личностных качеств. Описаны основные принципы обучения и воспитания физической культуре в высших учебных заведениях.

Ключевые слова: *высшие учебные заведения, преподаватель, студент, принципы обучения и воспитания, физические упражнения, метод, теория, практика.*

THEORETICAL FOUNDATIONS OF TEACHING AND PHYSICAL CULTURE AT THE UNIVERSITY

Abstract. Higher educational institutions, where the educational process for students includes a structural set of well-organized methods of precise methodological foundations of teaching, the introduction of physical education classes plays a big role. The article reveals the main sections of the theory and practice of teaching physical culture: methodical-practical and educational-training. The formation of students' motor-effective abilities with the help of experimental and practical techniques plays a decisive role in the introduction and development of physical culture and their social personal qualities. The basic principles of teaching physical culture education at the university are described.

Key words: *institutions of higher education, teacher, student, principles of training and education, physical exercises, method, theory, practice.*

Дене тарбия инсандын жашоосунун ажырагыс бөлүгү болуп саналат. Ал адамдардын окуусунда, ишмердүүлүгүндө өтө маанилүү орунду ээлейт. Дене тарбия көнүгүүлөрү коом мүчөлөрүнүн эмгекке жөндөмдүүлүгүндө чоң ролду аткарат, ошондуктан дене тарбия боюнча билимдерди билгичтиктерди, көндүмдөрдү жана компетенцияларды этаптар менен ар кандай деңгээлдеги билим берүү мекемелеринде, окуу жайларында калыптандыруу керек.

Дене тарбияны окутууда жана студенттерди тарбиялоодо жогорку окуу жайлары зор мааниге ээ болуп, мында окутуу ачык-айкын методдорго, ыкмаларга негизделиши кажет, алар биргелешип студенттерди окутуунун жана тарбиялоонун жакшы уюштурулган жана калыптанган методикага туура келиши зарыл деп белгилүү педагогдор жазышат [1, 2].

Дене тарбиясын окутуунун методикасынын ажырагыс бөлүгү болуп дене тарбия көнүгүүлөрүн жүргүзүү боюнча билгичтиктер системасы саналат. Окутуунун усулдугун билбестен, дене тарбиялык көнүгүүлөрдү так жана туура аткаруу мүмкүн эмес, тактап айтканда, бул көнүгүүлөрдү аткаруунун натыйжалуулугу толугу менен жок болбосо да, төмөндөйт.

Дене тарбиялык көнүгүүлөрдү туура эмес аткаруу ашыкча энергиянын жоголушуна алып келет, демек, ошол эле дене тарбиялык көнүгүүлөрдүн жардамы менен, бирок туура аткарууда пайдалуураак иш-аракеттерге багытталышы мүмкүн.

Дене тарбиялык көнүгүүлөрдүн методикасын иштеп чыгуу дене тарбия тармагындагы жогорку кесипкөй адистер тарабынан жүргүзүлүшү керек, анткени туура эмес аткаруу техникасы жаракат алууга ал тургай, оор кесепеттерге алып келиши мүмкүн.

Өзгөчө жогорку окуу жайларында денелик жүктөмү татаалыраак болушу шарт, дене тарбиялык көнүгүүлөрдү аткаруунун методикасы так, туура иштелип чыгып, майда-чүйдөсүнө чейин деталдаштырылган болушу керек [3].

Дене тарбия сабагынын методикасын иштеп чыгуудан тышкары, студенттерди даярдоо методикасынын маанилүү бөлүгү болуп, дене жөндөмдүүлүктөрүн өнүктүрүү жана өркүндөтүү максатында окутуучу тарабынан билгичтиктер жана көндүмдөрдү өздөштүрүүсү зарыл.

Студенттердин дене тарбиясы, окуусу бул жогорку окуу жайда кабыл алынган окутуунун методикасы жана концепциясы

менен аныкталуучу теориялык, практикалык жана көзөмөлдүк сабактардан турат. Бул бөлүмдөрдүн баарын ачып, биз, ар бири өзүнүн өзгөчөлүктөрү бар экенин белгилейбиз, аныкталган бир максаттарды ишке ашырат, күтүлгөн натыйжага багытталган жана албетте, анын өзүнүн өзгөчө методикасы бар болушу керек.

Аркандай дене тарбия окуу программасы милдеттүү теориялык бөлүмдү талап кылат. Дене тарбия жана тарбиянын бул бөлүгү студенттерге логикалык ырааттуулукта лекция түрүндө берилет. Ошентип, дене тарбия боюнча студенттердин арасында билимдин теориялык катмары калыптанат. Бул көнүгүү көндүмдөрүн түзүү үчүн негиз болуп кызмат кылат жана кийинки бөлүмгө жол ачат.

Практикалык бөлүмдө: практикалык окутуунун жана тарбиялоонун усулдары камтылат. Ар бир семестрде окутуу жана методикалык багыты бар практикалык сабактар системасы программанын ар кандай бөлүмдөрүнүн өтүүсүнө туура келген толук модуль катары курулат. Бул модулдарды студенттер аудиторияда тийиштүү текшерүүчү тапшырмаларды жана окуу материалын өздөштүрүү даражасын мүнөздөгөн тесттерди аткарышат. Контролдук сабактар окуу материалын өздөштүрүү даражасы жөнүндө оперативдүү, учурдагы жана жыйынтыктоочу маалыматтарды берет.

Окуу жылынын семестринин аягында окуу планын бүтүрүп жаткан студенттер үч бөлүмдөн турган дене тарбия боюнча тест тапшырышат:

- теориялык жана методологиялык билим, методикалык жөндөмдөрдү өздөштүрүү;

- жалпы дене сапаттык жана спорттук-техникалык даярдык;

-ден соолукту жана сергек жашоо мүнөзүн чыңдоо үчүн маанилүү билгичтиктер, көндүмдөрдү жана жөндөмдөрдү калыптандыруу.

Ошентип, студенттерди дене тарбия жана тарбиялоонун бардык бөлүмдөрүн

ачып окутууда көнүгүүлөрдүн методикасы сакталбаса, окутуунун жана тарбиялоонун калыптанган системасы болбосо, алдыга коюлган талаптарды аткаруу кыйын экенин биз байкай алабыз. Башкача айтканда, үч бөлүмдү тең өтүүнүн ырааттуулугун туура, так аткаруу билим берүүнүн жана окутуунун сапатын жогорулатат жана дене тарбия сабагынын усулдарын колдонууга негиз болуп кызмат кылат.

Дене тарбиясынын жана тарбиялоонун методикасынын негизин түзүп, жогоруда аталган бөлүмдөрдүн бардыгы билим берүүнүн сапатына таасир этүүчү факторлордун функциясын аткарып, дене тарбия боюнча материалдардын туура өздөштүрүлүшүн көзөмөлдөөнү кепилдей алат. Бирок, студенттерди окутуунун жана тарбиялоонун ырааттуулугуна мындай кысымдуумамиле жасоону четтеп кетүүгө болот.

Окутуунун жана тарбиялоо процессин кыскартууга, тагыраак айтканда, башкача жол менен уюштурууга болот, мисалы, теориялык курс практикалык бөлүм менен айкалыштырылышы мүмкүн жана конкреттүү практикалык дене тарбия көнүгүүлөрү учурунда бүткөрүлөт [2].

Бул дене тарбиялык көнүгүү окутуучу тарабынан алдын ала оозеки түшүндүрмө берүү аркылуу ишке ашырылышы мүмкүн, анын аткарылышынын тууралыгы, организмдин денелик абалын чыңдоо жана өнүктүрүү үчүн мааниси жогору. Мисалы, теориялык курсту практикалык бөлүм менен айкалыштырууга жана дене тарбия боюнча конкреттүү практикалык көнүгүүлөрдү өткөрүүгө болот. Анда окутуучу бул дене тарбиялык көнүгүүнүн аткарылышын көрсөтө алат.

Кийинки кадам бул көнүгүүнүн аткарылышы жана окутуучу тарабынан көнүгүүлөрдүн тууралыгын, тактыгын жана санын көзөмөлдөө болот. Дене тарбия көнүгүүлөрүнүн методикасы боюнча окутуу жана тарбиялоо этаптарынан өтүү ырааттуулугунан тышкары, көнүгүүлөрдү үйрөтүүнүн ыкмалары да маанилүү.

Окутуунун методдору – бул мугалимдин студенттерге билим берүү, алардын тиешелүү кыймыл-аракет жана өзгөчө кыймыл сапаттарын калыптандыруу жолдору жана ыкмалары.

Көнүгүүлөрдү окутуунун методдору сөздү колдонууга, сезүү кабылдоосуна, окутуучу менен студенттин билим берүү иш-аракетинин процессинде өз ара байланышына негизделген. Окутуунун жана тарбиялоонун практикасында окутуунун этаптарында биргелешип колдонулган ар кандай оозеки, визуалдык жана практикалык методдор бар. Алар айрым этаптарда дифференциалдуу түрдө колдонулушу мүмкүн. Тигил же бул ыкманы тандоо окуу материалынын мазмунуна, окуунун максаттарына, жетекчинин практикалык даярдыгына жана анын методикалык чеберчилигине жараша болот.

Вербалдык ыкмалар сөздүн катышуучуларга таасир этүү каражаты катары колдонулушуна негизделет жана түшүндүрүү, аңгеме, сүйлөшүү, буйрук берүү, комментарийлерди камтыйт. Окутуунун визуалдык методдору болуп студенттердин үйрөнүп жаткан көнүгүүлөр боюнча образдуу ойлорун түзүүчү видеотасмаларды, тасмаларды, фотосүрөттөрдү, плакаттарды, схемаларды көрсөтүү, демонстрациялоо саналат. Алардын көрсөтүлүшү так, үлгүлүү болууга тийиш, антпесе студенттин психикасына терс таасирин тийгизет, техникалардын жана аракеттердин туура эмес ишке ашырылышына алып келет. Машыгуу сабактын баштапкы этабында түшүндүрүү, көнүгүүлөрдүн толук көрүнүшүн бербей турганда маанилүү [3].

Зарыл учурда «күзгү» ыкмасы колдонулат, окутуунун бул ыкмасын колдонуунун формаларынын бири – көрсөтмөлүү сабактар.

Практикалык методдор студенттердин кыймыл аракетин калыптандырууда, дене бой жана социалдык сапаттарды өнүктүрүүдө жана өркүндөтүүдө чечүүчү роль ойнойт. Эреже катары, бул шарттардын

акырындык менен татаалданышы жана жүктөмдүн көбөйүшү менен көнүгүүлөр максаттуу жана көп жолу кайталанышы кажет. Окутууда тестирилөө, көнүгүүлөрдү аткаруу, баалоо жана дем берүү, жардам берүү жана камсыздандыруу, оюндар эстафеталар, мелдештер, даярдык көнүгүүлөрү сыяктуу методикалык ыкмалар маанилүү болот. Мунун бардыгы ар бир машыгуудан жогорку натыйжалуулукка жетишүү үчүн тыгыз байланышта колдонулат.

Дене тарбия көнүгүүлөрүн окутуунун ар кандай жолдорун тизмектеп, дене тарбия методикасынын негизин түзгөн принциптерге токтоло кетели. Окутуу негизги педагогикалык принциптерге ылайык жүзөгө ашырылат: активдүүлүк, аң-сезимдүүлүк, системалуулук, көргөзмөлүүлүк, акырындык менен жеткиликтүүлүк, билимди өздөштүрүү жөн-дөмдөр.

Окуу процесси студенттердин ден соолугунун абалына, дене бой өнүгүүсүнүн жана даярдыгынын деңгээлине, алардын спорттук квалификациясына жараша, ошондой эле алардын келечектеги кесиптик ишмердигинин шарттарын жана ишинин мүнөзүн эске алуу менен уюштурулат.

Студенттердин дене тарбиясынын деңгээлин жогорулатуу жогорку окуу жайларынын негизги милдеттеринин бири болуп саналат. Окуу процессинде, дене тарбия, спортко жана студенттердин арасында массалык иштерге жалпы жетекчилик кылуу менен аларды конкреттүү ишке ашыруу, ошондой эле алардын ден соолугунун абалына көзөмөл кылууну уюштуруу университеттин жетекчилиги (ректорат жана деканат) жана коомдук уюмдары тарабынан ишке ашырылат.

Окуу планына жана мамлекеттик стандартка ылайык студенттерди дене тарбия боюнча окуу процессин түзүү жана өткөрүү үчүн түздөн-түз жоопкерчилик университеттин дене тарбия кафедрасына жүктөлөт. Массалык ден соолукту чыңдоо, дене тарбия жана спорттук-массалык иштерди, спорт клубу студенттик уюмдар

менен бирдикте жүргүзөт [4]. ЖОЖдордо окуунун бүткүл мезгилинде студенттердин ден соолугунун абалы көзөмөлдөнөт, университеттин поликлиникасы же ден соолук борбору үзгүлтүксүз медициналык кароодон өткөрөт.

Натыйжалуулук принциби студенттердин окуу процессине максаттуу катышуусун билдирет, ага төмөнкү шарттар менен жетишилет:

- окуу процессинин айкындуулугу, сабактарды жандуу жана кызыктуу өткөрүү, студенттердин көңүлүн буруу, көнүгүүлөрдү ийгиликтүү аткарууга кызыгуу;

- атаандаштыкты колдонуу жана окууну кызыктуу кылуу, эмоциялык жактан көтөрүү олуттуу ыктыярдуу аракеттердин көрүнүшү.

Атаандаштык студенттердин көнүгүүлөрдү максималдуу натыйжалуу аткарууга умтулуусуна себеп болот. Бирок, окутуунун баштапкы мезгилинде конкурстук ыкманы колдонуу максатка ылайыктуу эмес экенин, эске алуу керек, анткени начар даярдыкта каталар болушу мүмкүн, аларды оңдоо кыйын болот. Объективдүү баа берүү жана шыктандыруу студенттерди активдештирип өзүнө ишенүүгө үндөйт.

Баалоолорду негизсиз кыскартууга жана тескерисинче апыртып айтууга болбойт. Көнүгүүлөрдү өз алдынча аткаруу студенттерди окутуунун жана тарбиялоонун кызыкчылыгында ийгиликти бекемдейт.

Аң-сезимдүүлүк принциби машыгуучу көнүгүүлөрдү өздөштүрүүнүн зарылдыгын так түшүнүүсүн жана аларды өздөштүрүү менен аң-сезимдүү байланышын билдирет. Бул принциптин ишке ашырылышы студенттерге төмөнкү шарттарды түшүндүрүүдөн көз каранды:

- а) билим берүүнүн сапатын жана дене даярдык абалын жетилтүүдө жана жакшыртууда дене тарбиянын мааниси;

- б) тапшырмалардын максаттары жана окутуу программасы, ар бир көнүгүүлөрдү аткаруу үчүн зарыл болгон конкреттүү талаптар;

- в) үйрөтүлгөн көнүгүүлөрдүн маңызы

жана алардын организмге тийгизген таасири, көнүгүүлөрдү аткаруунун техникасын так түшүнүү;

- г) алардын ийгиликтерин жана кемчиликтерин талдоо жана жалпылоо жөндөмдөрүн өнүктүрүү зарылчылыгы.

Системалуулук принциби окуу программасын мурунку жөнөкөй көнүгүүлөр татаалыраак көнүгүүлөргө алып келгидей кылып ырааттуу жана үзгүлтүксүз, жетишилген натыйжаларды топтоо жана өнүктүрүү менен комплекстүү бүтүрүүнү билдирет. Дене тарбиянын бардык формаларын үзгүлтүксүз колдонуу менен камсыз кылынат.

Окутуучу көнүгүүлөрдүн системалуулугун окуу процессинде материалды методикалык жактан туура бөлүштүрүү менен жетишилет. Дене тарбиянын бардык формаларын колдонуунун үзгүлтүксүздүгү көнүгүүлөрдү кайталап аткаруу менен камсыз кылынат. Сабактар менен тренингдердин ортосундагы тыныгуу 2-3 күндөн ашпоого тийиш. Антпесе, сабак жакшы натыйжа бербей, студенттердин дене даярдыгын төмөндөтөт.

Көрсөтмөлүүлүк принциби окутуучу тарабынан үйрөтүлгөн көнүгүүлөрдү түшүнүктүү жана үлгүлүү түшүндүрүү менен айкалыштырып үлгүлүү көрсөтүүнү билдирет. Студенттердин үлгүлүү көрсөтүү учурунда үйрөнгөн ыкмаларын жана аракеттерин комплекстүү, так жана туура түшүнүү аларга көнүгүүлөрдү аткаруунун техникасын тез өздөштүрүүгө мүмкүндүк берет. Бул үчүн көргөзмө куралдарды, окуу фильмдерин, видеофильмдерди, плакаттарды, схемаларды, макеттерди билгичтик менен пайдалануу зарыл.

Жеткиликтүүлүк жана уланмалуулук принциптери көнүгүүлөрдүн үзгүлтүксүз татаалданышы жана алардын ар бир студент тарабынан аткарылышы дегенди билдирет. Жеңил көнүгүүлөрдөн татаал жана кыйынчылык менен аткарылуучу көнүгүүлөргө өтүүдө ырааттуулукту сактоо зарыл. Адегенде аларды жөнөкөй чөйрөдө элемент боюнча үйрөнүп, андан кийин

татаалыраак шарттарда өркүндөтөт. Окуу процессиндеги дене жүктөмдүн акырындык менен көбөйүшү анын организмдин функционалдык абалынын деңгээлине шайкеш келиши жана катышуучулар үчүн жеткиликтүүлүгү менен ишке ашат. Антпесе ар кандай жаракаттарга алып келиши мүмкүн. Жакшы даярдык менен, дене жүктөмүн көбөйтүүгө колдонсо болот [5].

Бышыктоочулук принциби калыптанган кыймыл-аракетти бекемдөө, денелик жана өзгөчө сапаттардын жогорку өнүгүүсүн узак убакытка сактоону билдирет. Бышыктоочулукту камсыз кылуу шарты көнүгүүлөрдү ар кандай комбинацияларда жана ар кандай шарттарда кайталоолор менен жетишилген. Ошондой эле жетишилген натыйжаларды системалуу түрдө текшерүү жана баалоо зарылчылыгы келип чыгат.

Адабияттар

1. *Виленский М.Я., Черняев В.В.* Гуманитарные ориентиры физической культуры в подготовке специалистов // Педагогическое образование и наука, 2002, № 3. – С. 4-18.
2. *Барченков И.С., Пеньковский Е.А.* Теоретические и практические основы физического обучения и воспитания студентов. – М., 1996.
3. *Деманов А.В.* Краткий курс по предмету «Физическая культура» (методическое пособие). - М., 1995.
4. *Мамытов А.М., Джанузаков К.Ч.* Дене тарбия маданияты теориясы. Жалпы негиздери: Окуу куралы. – Б., 2019. – 168 б.
5. *Мааткеримов Н.О., Сулайманов С.Э.* О развитии рефлексивной компетентности будущего учителя // Архивариус. – Киев, 2016, № 8, часть II. – С. 40-43.