

ӘОЖ 75.715

БІРІНШІ СЫНЫПТАН БАСТАП ДЕРБЕСТІККЕ ҮЙРЕТУ НЕГІЗДЕРІ

Қарақов Амантай Қарақұлы

педагогика ғылымдарының докторы

Буркашев Абдуллай

медицина ғылымдарының докторы

Кәден Назерке Әбдіганиқызы

педагогикалық ғылымдарының магистрі

Сағат Нұргелді Сағатұлы

аға-оқытушы

Абай атындағы Қазақ Ұлттық Педагогикалық Университеті
Алматы қ., Қазақстан

Бастауыш сыныптардағы дене тәрбиесі сабағы дәстүрлі сабақтық формада өткізіледі. Алайда, оқушыларға дене тәрбиесін беру ісінде, тек сабақпен шектелмей, адамгершілік және ерік-жігер қасиеттерін тәрбиелеу, психологиялық процесстер мен жеке адамның қасиеттерін дамытуға жәрдемдесуге болады.

Кілт сөздер: Ойындар, қозғалыс, қимылдар, жаттығулар, лақтыру, жүгіру, жүру, секіру, тартылу.

Ұстаздың дайын болуы жоспарды, оқу материалын өту жөніндегі сынып журналындағы жазбаларды және оқушылардың ағымдағы үлгерімін алдын ала зерттеу жолымен ішінара анықталады. Қажет болған жағдайда жеке мәселелер мұғаліммен қысқаша әңгімелесу барысында анықталады. Сабақ барысындағы оның жұмысын, іс-әрекетін бақылау шешуші болып табылады.

Алынған мәліметтерді талдай отырып, анық байқалған кездейсоқ аңғарылмағандар мен жетіспестіктерді алып тастау қажет, ең бастысы – жоспарда көрсетілгендерден (немесе жалпы тәжірибеде қабылданғандардан) жіберілген ауытқушылықты дұрыс бағалау. Бұл ретте нақты жағдай және оқу-тәрбие жұмысында туындаған мұғалім мен оқушы әрекетінің, өзара қарым-қатынасының жағдайлары ескеріледі.

Сабаққа ұстаздың дайын болуын анықтағанда төмендегідей сәттерді анықтау ең маңызды деп есептелінеді:

- 1) Сабақ жоспарының болуы, оның дұрыс рәсімделуі және сыртқы түрі.
- 2) Сабақтың міндетін белгілеу.

Белгіленген міндеттердің бағдарлама талаптарына (дене тәрбиесінің жалпы мектептік міндеттеріне, сол сыныптың оқу талаптарына) сәйкестігі. Міндеттерді нақтылау дәрежесі: оларда алдыңғы сабақпен қисынды байланыстың болуы; жан-жақты, үйлесімді тәрбие талаптары тұрғысынан міндеттердің әр түрлілігі мен толықтық дәрежесі; сол сабаққа белгіленген міндеттерді шешу мүмкіндігі; олардың себепті маңыздылығы (шұғылданушыларды білімге бағыттау, қиындықтарды жеңе білу, үйреніп жатқанның маңыздылығына деген сенім, сабаққа қызығушылықтың жоғарылауы).

- 3) Сабақтың пәндік мазмұнын дайындау.

Оқу тоқсанының жоспарына және сол сабақтың міндеттеріне белгіленген құрал, тәсілдердің сәйкестігі; сабақтағы жаттығулардың баяндалған реттілігінің әдістемелік мақсатқа сәйкестілігі; қажетті көрнекі құралдар мен техникалық құралдардың жеткілікті санының болуы – олардың жеткіліктілігі және әдістемелік құндылығы.

- 4) Үйретудің, тәрбиелеудің, ұйымдастырудың әдістері мен әдістемелік тәсілдерін дайындау және шұғылданушылардың үлгерімін бағалау.

Олардың белгіленген міндеттерге, оқушылардың ерекшеліктеріне, оқу материалының өзгешелігіне, жұмыстың жағдайына сәйкестігі. Жеке адамды жан-жақты тәрбиелеу тұрғысындағы олардың құндылығы.

- 5) Ұстаздың сөйлеу және қозғалыс дайындығы.

Сөз арқылы қарым-қатынас жасаудың ашықтығы және қысқалылығы; командалардың дұрыстығы мен айқындығы; қозғалыс екпінін реттеуі; ережелердің, талаптардың, айтудың түсініктілігі; ойындарды, әңгімелерді, спорттық хабарлар және т.б. жөнінде айтудың қажетті бейнелілігі мен қисынды үйлесімділігі; дауыс ырғағының, сарынының әсер етуі.

- 6) Көмекшілердің сабаққа дайындығы.

Олардың ұйымдастыру-әдістемелік сипаттағы білімдерді және іскерліктерді (жаттығудың мақсатын білуі мен оларды дұрыс орындау біліктілігі, қозғалыс техникасындағы қателерді білуі және оларды жөндей білу біліктілігі, қамсыздандыру және көмек көрсету біліктілігі, ойын ережесін, снарядтарды құру талаптарын және басқаларды) білуі.

- 7) Ұстаздың сабаққа жалпы дайындығын бағалау.

Жоспарда белгіленгендермен сабақта жүзеге асырылғандардың сәйкестігі жоспарды пайдалану біліктілігі, міндеттерден, сабақтың мазмұны мен әдістерінен кеткен ауытқушылықтың орындылық (немесе орынды еместігі) дәрежесі, әдістемелік іскерлігі мен қозғалыс-қимыл мәдениетінің деңгейі, өз

білімін үйрету барысында көрсетуінің жеткіліктілігі. Сабақтың ұйымдастырылу жағынан қамтылуы.

Сол тақырып бойынша бақылау мен талдаудың негізгі міндетінде сабақты өткізушінің білімі мен іскерлігін, ұйымдастырушылық қабілеттерінің көрініс беруінің тек сыртқы түрін, оның формалды тиімділігін қадағалаудың керегі жоқ. Ең бастысы олардың педагогикалық тиімділігін, үйрету мен тәрбиелеудің сол сәттегі міндеттеріне өзектілігін және оқу-тәрбие жағдайларына нақты сәйкестігін анықтау болып табылады. Осы сәйкестікті (немесе сәйкессіздікті) талдау негізінде ғана ұстазға берілетін дұрыс баға, тұжырымдар мен ұсыныстар мүмкін болмақ.

1) Материалдық-техникалық жағдайларды ұйымдастыру.

Сабақ өтетін орында алдын ала тазалау жұмыстарын жүргізу, оқу бөлмесін (ғимаратын) желдету; снарядтардың жарактылығын, дұрыс қондырылып, бекітілуін және жиналуын тексеру; ұсақ құрал-жабдықтарды жинау мен бөлудің реттері; ауыр заттарды ауыстыру және орнату, толық мәніндегі гигиеналық жағдайды туғызу мағынасындағы олардың жарамдылығы; уақытты дұрыс пайдалану, сабақтағы қауіпсіздікті қамтамасыз ету; қоғамдық мүлікті мұқият сақтауға, пайдалануға шұғылданушыларды дағдыландыру; тәртіптілікті, аңғарымпаздықты, ұйымшылдықты, еңбек сүйгіштікті, эстетикалық сезінуді дамытуды, өзара қарым-қатынас пен тапсырмаларды жоғары мәдениеттілікпен орындауға ұмтылысты тәрбиелеу.

2) Шұғылданушылардың орналасуы мен орын ауыстыруы.

Жұмыстың кеңістіктегі оңтайлы жағдайларын (ұстаздың жақсы көрінуі, дене жаттығуларын орындаудағы ыңғайлылық, шұғылданушылардың бір-бірін өзара бақылауы, ұстаздың барлық шұғылданушыларды шола білуі) қамтамасыз ету тұрғысында кезекті тапсырманы орындау үшін ауыса білудің тәсілдері мен орналасудың таңдап алынған түрлерінің, сондай-ақ уақытты үнемдеудің тиімділігі. Қолданылатын құрылымдардың тәрбиелік құндылығы (кеңістік пен уақыт бойынша бағдарлау мағынасында, эстетикалық сезінуді, зейінді, жинақылық пен тыңғылылықты тәрбиелеу). Саптық жаттығулар мен гимнастикалық сапқа тұруларға қоятын талаптарды сақтау (командалық тіл, олардың түрлеріне қатысты).

3) Шұғылданушылардың оқу жұмысын ұйымдастыру. Оқу жұмысын ұйымдастырудың пайдаланылған түрлері (фронтальды, топтық, жеке), оның нұсқалары: жаттығуларды біреуі орындап, ал екіншісі (немесе екеулеп) көмек көрсеткенде, қауіпсіздік шарасын жасағанда немесе бақылағанда, бағалағанда, нұсқау бергенде, жұптасып, үштікте онымен байланысты тапсырманы бір мезгілде орындау; өтетін орынның, ұсақ жабдықтың снарядтардың қаншалықты бар не жоқтығына байланысты 4-6 адамнан жаттығуды «толқын тәріздес» алма-кезек орындау; біреуі екіншісінен кейін-тасқынды түрде жаттығуды орындау; сабақты ұйымдастырудың айналмалы түрлерінің нұсқалары; оқушының жеке

оқу жұмысын ұйымдастыру, оның нұсқаларын пайдалану. Сабақты ұйымдастырудың пайдаланылған түрлерінің мақсатқа сәйкестігі, оларды қолдануға қойылатын негізгі талаптарды сақтау; оқу-тәрбие жұмысын ұйымдастыру мен оның тиімділігін қажетті түрде қамтамасыз етудегі мұғалімнің практикалық іскерлігінің деңгейі.

4) Жауапты басшылар мен орындаушылардың (дене шынықтыру ұйымдастырушыларының, кезекшілердің, команда капитандарының, төрешілердің, түрлі тапсырмаларды орындаушылардың, топ жетекшілерінің) жұмысын ұйымдастыру. Осы адамдардың өз міндеттері мен құқықтарын, сондай-ақ тапсырмалардың мазмұны мен орындау тәсілдерін білуіне қатысты олардың дайындық дәрежесі, іс-әрекетінің табыстылығы.

Көмекшілердің жұмысын ұстаздың бақылауы мен бағалауы, жауапты адамдарға шұғылданушылардың саналы түрде бағынуы және қиындаған жағдайларда оларға уақытылы көмек көрсетуді (бұл ретте қажетті әдептілік пен кішіпейілділік көрсете) қамтамасыз ету. Көмекшілерді кезең-кезеңмен ауыстырып отыру талаптарын ұстаздың сақтауы. Өз көмекшілерінің іс-әрекетін ұйымдастыруда ұстаздың тәрбиелік жетістіктері.

5) Сабақтың пәндік құрылымын ұйымдастыру. Құрылымы, жұмыстың сыртқы жағдайлары мен оқушылардың нақты дене және психикалық жағдайларына сәйкес келетін жүктеме мен реттілігі бойынша сабақтың кіріспе бөлімінде (сабақты өткізу барысында) жаттығудың нақты орындалуы; енгізілген өзгерістердің (жоспарда қарастырылғандармен салыстырғанда) орындылығы.

Сабақтың негізгі бөліміндегі жаттығулардың құрамындағы реттілік пен мөлшерленуде өзгерістердің мақсатқа сәйкес болуы; оларда жоспарланбаған жанама жаттығуларды пайдалану (зейінге, тыныштандыратын, тыныс алуға, жетекші және басқа), олардың тиісті жағдайлардағы орны мен сәйкестігі, сабақтың қорытынды бөліміндегі жаттығулардың (немесе олардың болмауы мен шұғылданушылардың жағдайына, олардың алдағы әрекетіне сәйкес келмеуі) мөлшерленуі мен шын мәнінде орындалуы.

Саналылық, белсенділік және көрнекілік қағидаларын жүзеге асыру.

Педагогикалық бақылауларда, дидактикалық қағидалардың жүйесі үйретудің нормативтік жүйесін құрайтындығын түсіне білу басты нәрсе болуы тиіс. Ол үйретудің мазмұнын, әдістемелік бағытын, әдістері мен ұйымдастырылуын анықтайды. Барлық қағидалар өзара байланысты және оқу-тәрбие жұмысының барысында белгілі бір бірлікте көрінуі тиіс екендігін де есте ұстау қажет.

Әсіресе, адамгершілікті бойға сіңірумен, олардың зиялы, моральдық және ерік қасиеттерін тәрбиелеумен, үйренушілердің танымдық күштерін жетістірумен – оның дамуы мен тәрбиелеудің бірлігі үйретудің заңдылығы болып табылатындығын есте ұстау қажет. Осыған сүйене отырып тақырыпта

қарастырылған қағидаларды жүзеге асыруды дамыта оқытудың принциптерінің талаптарымен байланыстыру қажет.

Тақырыптың жекелеген мәселелерін бақылауға қатысты, тиісті нақты мәліметтерді талдау мен бағалауда сол топтағы балалар тобының мектепте қол жеткізген, сабақтағы белсенді және саналы қызметке дайын болуының (немесе дайын болмауының) деңгейін, ақырында нақты талаптарды орындаудағы олардың мүмкіндіктерін есепке алу керек. Барлық жағдайлардағы ең бастысы сабақ өткізушінің өз жұмысында осы қағидаларды, тіпті аз ғана болса да, іс жүзіндегі нәтижелерге қол жеткізе отырып, балалардың тиісті, сәйкес келетін мүмкіндіктерін анықтап және пайдалана білуін жүзеге асыруға ұмтылысын анықтау болып табылады. Бұл ретте нақты кезеңдегі (бастапқы, тереңдетілген, жетілдіретін) үйретудің мазмұны мен айрықша міндеттеріне қойылатын талаптардың белгілі бір сәйкестігі мен орындылығын естен шығаруға болмайды.

1) Нақты сабаққа және дене жаттығуларымен тұтастай шұғылдануға саналы көзқарас пен орнықты қызығушылықты қалыптастыру.

Оқу-тәрбие барысында өткізілетін сабақтың мақсаттарын ұғынатын және денені жетілдірудің болашағы бар бағыттарын ашатын элементтердің бар не жоқтығы. Нақты міндеттер мен тапсырмаларды шұғылданушыларға түсіндіріп және анықтап беруде ұстаздың ілтипат көрсетуі; оларды хабарлайтын уақытты таңдай білу (сабақтың басында, белгілі бір жаттығуды орындар алдында, оларды меңгеру барысында); осы таңдаудың орындылығы мен педагогикалық нәтижесі.

Ұсынылатын міндеттер мен тапсырмалардың, түсіндірулердің, көрсетулердің, мәселелердің, нұсқаулардың, ұсыныстардың және ұстаздың өзге де басшылық жасау әрекеттерінің сипаты; ынта-ықыласты көтермелеудегі сезімдерді, оқушылардың еркі мен ойлауын жинақтаудағы, ұсынылғандарға саналы көзқарасты орнықтырудағы олардың алатын орны; оқушылардың дербес күш жұмсауына, ізденісті белсенділік көрсетуіне, оқу жұмысының тиімділігі мен сапасына жеке жауапкершілікті арттыруына ұстаздың осы әрекеттерінің әсері.

2) Шұғылданушыларда қозғалыс қимылдарын, өзін-өзі бақылау мен оқу еңбегін өзі бағалауды саналы талдау дағдыларын қалыптастыру.

Бақылауды дербес жүргізу, жаттығуларды орындау және оқушылардың ойлау белсенділігін көрсетуі үшін ұстаз туындататын жағдайлардың жеткіліктілігі не жеткіліксіздігі (оқушылардың дербес әрекеті мен бақылаудың басты міндеттерін ұстаздың анықтауы, бұл үшін қажет уақытты бөлу, білімді алдын ала жеткізу жағдайы, мүмкін болатын қателерді анықтауды ұйымдастыру).

Оқушылардың дербес әрекетті атқару барысында ұстаздың басшылық рөлді сақтауы; олардың іс-әрекетін бақылау, өзін-өзі бақылауға ықыласын ояту, өзін

бағалауды түзету; уақытылы кеңес беру, қате іс-әрекеттерін ескерту; жеткіліксіз меңгерілген қозғалыс техникасының сипатына, бағыт ұстанған іс-қимыл мен бұрын меңгерген білімдер мен іскерліктерді қолданудағы жетістіктерге зейін аудару; жаттығу әрекеттерінің барысында қозғалыстың, қозғалыс қызметінің заңдылықтарының анықталғандарын оқушылармен бірге тұжырымдау; жұптасқан және ұжымдық іс-әрекеттердің ережесін, бірін-бірі бағалау белгілері мен бірін-бірі бақылау мәселелерін белгілеу; ізденісті және шығармашылық күш жұмсауды ынталандыру және мадақтау; оқушылардың мінез-құлқын, дербес іс-әрекеттерінің саласы мен олардың нәтижелерін бағалау.

3) Үйрету барысында көрнекілік пен алаңдатарлық түсініктер мен ұғымдарды қалыптастырумен нақты бақылаулардың бірлігін қамтамасыз ету.

Тікелей (көру, есту және басқа) және жанама (бейнелі сөзбен және басқа) секілді көрнекіліктің әр түрін пайдалану дәрежесі. Көрсетілетіннің (қимылды көрсету, екпінді санау, суретті көрсету және басқа) дұрыстығы мен әсерлендіруін ұстаздың қамтамасыз етуі; көрсететін уақытты таңдау (орындауға дейін, берілгенді орындағаннан кейін), мұндай таңдаудың орындылығы; көрсетілетінді саналы, мақсатты бақылауға және қабылданатынды ұғынуға оқушылардың алдын-ала дайындығы; өз әрекеттерін шұғылданушылардың бақылауы мен талдауына ұстаздың көңіл аударуы; оларды берілген үлгімен салыстыруға және орындалатынды өзі түзететіндей пиғылға үйрету.

Қимылды көрсету шамасының сақталуы (оқытушыны, оқушының): дұрыс түсініктер мен ұғымдарды қалыптастыруды қамтамасыз ететін, оны қабылдаудағы, ой елегінен өткізудегі және талқылаудағы шұғылданушының өзіне-өзі есеп берудегі талаптар мен көрсетуді сәйкестендіру; көрсетілгенді қалай болса, солай қабылдаудан сақтандыру, көрсетілгенді орындауда өзінің жағымды сипаттамалары мен басқалардан өзгешеліктерін (жеңілдікті, қысылып-қимтырылмауды, әдемілікті, айқындылықты) шығармашылықпен байланыстыра білуді мадақтау. Бақылауға қызығушылықты, қабылданатынды түсінуге ұмтылысты бойға сіңіру және бұларды өзінің қозғалыс-қимылының тәжірибесінде ақылға қонымды етіп пайдалану.

4) Ұстаздың оқу-тәрбие жұмысындағы әдістемелік басым бағыттары. Дайын білімдер мен іскерліктерді оқушыларға беретін, орындайтын іс-әрекеттерді ұйымдастыруда айқын байқалатын бағыт-бағдардың болуы; қарастырылып отырған принциптерді жүзеге асырудағы осы нұсқаулардың көрінісі, ұстаздың оны жүзеге асырудағы тиімділігі және үйренушіні тіршілік етуге жан-жақты дайындау қағидасы тұрғысында қол жеткендердің жеткіліктілік дәрежесі.

Оқушыларды ізденісті қызметке тартуға қажет білімдермен, іскерліктермен, дағдылармен өзін қамтамасыз ете дербес, ізденісті істерге қол жеткізуге, оқу барысында проблемалық жағдайларды туғызуға ұмтылыстың; оқу-тәрбие

жұмысының осы әдістемелік бағытын жүзеге асыруда ұстаздың қол жеткізгендерінің табысты және маңызды дәрежесінің болуы.

Осы әдістемелік бағыттардың, оның тәрбие-білім берудегі тиімділігі мен құндылығының белгілі бір сәйкестігінің болуы.

Танымдық қабілеттерді тәрбиелеудегі бастаманы ойлау, белсенділікті, әуестікті, бақылай білушілікті, өзінің іс-әрекеті, тәртібі, еңбекті сүюі үшін дербестік пен жауапкершілік сезімін дамытуда, танымдық біліктіліктерді, өзін-өзі бақылау мен өзін бағалау дағдыларын қалыптастыруда таңдап алынған әдістемелік бағытқа байланысты ұстаздың жетістіктері (немесе жоғалтқандары).

Пайдаланылған әдебиеттер тізімі

1. С.Тайжанов, А.Қарақов. Дене тәрбиесі (II кітап оқулық), Алматы, «Эверо» 2010ж. 312б.

2. М.А.Аршавский «Жас балалар физиологиясының очерктері», Мәскеу, 1987ж. 226б.

3. С. Тайжанов «Алты жасар балалардың дене тәрбиесі» әдістемелік құрал, Алматы, «ЛЕМ» баспасы 2010ж. 128б.

4. А.Қарақов, А.Буркашев «Основные причины усталости во время интенсивных физических упражнений и их нейтрализации» Алматы, «Дене Тәрбиесінің жаршысы» №1 (46) 2017 ғылыми-практикалық басылымы.

5. А.Қарақов, К.Қосымбаев, Мектеп оқушыларының дене мәдениетін қалыптастыру «Ізденуші» ғылыми журнал, Алматы, 2010ж. №127-34б.

ОСНОВЫ ОБУЧЕНИЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОСТИ С ПЕРВОГО КЛАССА

*Караков Амантай Каракович, Буркашев Абдуллай,
Каден Назерке Абдиганиқызы, Сагат Нургелди Сагатулы*

Занятия по физическому воспитанию в начальных классах проводятся в традиционной классной форме. Однако, в деле физического воспитания школьников, нельзя ограничиваться только классными занятиями, необходимо способствовать воспитанию нравственных и волевых качеств, развитию психологических процессов и личностных качеств.

Ключевые слова: Игры, движения, упражнения, метание, бег, ходьба, прыжки, подтягивания.

BASICS OF TEACHING INDEPENDENCE FROM THE FIRST GRADE

*Amantay Karakov, Abtullai Burkashev,
Kaden Nazerke, Sagat Nurgeldi*

Physical education classes in primary schools are usually conducted in a traditional classroom form. However, in the field of physical education of schoolchildren, it should not be limited by indoor lessons, it is necessary to promote the education of moral and volitional qualities, the development of psychological processes and personal qualities.

Key words: Games, movements, movements, exercises, throwing, running, walking, jumping, pull-ups.

REFERENCES

1. S. Taizhanov, A. Karkov. Physical Education (Textbook, Volume II). Almaty: "Evero", 2010, 312 pages.
2. M.A. Arshavsky. "Essays on the Physiology of Young Children." Moscow, 1987, 226 pages.
3. S. Taizhanov. "Physical Education for Six-Year-Old Children" (Methodological Guide), Almaty: "LEM" Publishing, 2010, 128 pages.
4. A. Karkov, A. Burkashev. "Main Causes of Fatigue During Intense Physical Exercise and Their Neutralization." Almaty: "Herald of Physical Education," No. 1 (46), 2017, Scientific-Practical Publication.
5. A. Karkov, K. Kossymbaev. "Formation of Physical Culture in Schoolchildren." "Izdenushi" Scientific Journal, Almaty, 2010, pp. 127-134.