

**КЫРГЫЗ РЕСПУБЛИКАСЫНЫН ИЛИМ, ЖОГОРКУ БИЛИМ БЕРҮҮ
ЖАНА ИННОВАЦИЯЛАР МИНИСТРЛИГИ**

**С.НААМАТОВ АТЫНДАГЫ НАРЫН МАМЛЕКЕТТИК
УНИВЕРСИТЕТИ**

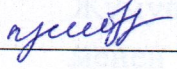
**ТАБИГЫЙ ИЛИМДИК БИЛИМ БЕРҮҮ ЖАНА ДЕНЕ ТАРБИЯ
КАФЕДРАСЫ**

МАКУЛДАШЫЛДЫ

БЕКИТЕМИН

Окуу башкармалыгынын башчысы

Академиялык иштер боюнча проректор

 Ж.Ж.Усубалиева



К.О.Омурова

“ 5 ” 09 2025 ж.

2025 ж.

ЖУМУШЧУ ПРОГРАММА

**Дисциплина: Башталгыч мектепте дене тарбияны
окутуунун методикасы**

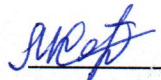
Бакалаврды даярдоо багыты: 550700 «Педагогика жана башталгыч билим берүү»

Даярдоо профили: «Педагогика жана башталгыч билим берүү»

Академиялык даража: Бакалавр

Окуу формасы: күндүзгү, сырттан

Бул дисциплинанын жумушчу программасы КР өкмөтүнүн 2021 - жылдын 21 сентябрындагы № 1578/1 буйругу менен бекиген 532000 "Дене тарбия жана спорт" багытындагы мамлекеттик стандартынын талаптарына ылайык түзүлдү.

Жумушчу программаны түзгөн:  Мамбетова М.К.

Жумушчу программа 2025-жылдын 26. 08 № 1 протоколу менен "Табигый илимдик билим берүү жана дене тарбия" кафедрасынын отурумунда талкууланды.

Кафедра башчысы:  Н.И.Ибраева

ББП жетекчиси,
б.и.к. доцент _____ Н.И.Ибраева

Жумушчу программа 2025-жылдын 04. 09 № 2 протоколу менен "Экономика жана табигый гуманитардык илимдер" факультетинин отурумунда талкууланды.

Декан:  Э.М.Исраилов

1. Түшүндүрмө

“Башталгыч мектепте дене тарбияны окутуунун методикасы” жумушча программасы КР ББМ 2021-жыдын 21-сентябры № №1578 /1 приказы, жана бакалаврларды даярдоо багытындагы: 550700 «Педагогика» окуу планынын негизинде түзүлдү.

2. ПРЕДМЕТТИН МАКСАТЫ ЖАНА МИЛДЕТИ:

- 2.1. Дисциплинаны (модульду) изилдөөнүн максаты жана милдеттери - жалпы билим берүүнү чечүүдө дене тарбиянын ролу жөнүндө түшүнүктөрдү кеңейтүү; студенттерди дене тарбияны окутуунун методикасы менен тааныштыруу; башталгыч мектепте, кенже мектеп окуучуларынын жалпы тарбиялык, билим берүүчү жана өнүктүрүүчү милдеттерди чечет жана дене тарбиянын ролу жөнүндө түшүнүк берет. Студенттердин дене тарбия сабактарында колдоно ала турган билим, жөндөмдүүлүк, тажрыйбага ээ болуусун камсыздоо. Сабакты өтүү, уюштуруу, сабактын конспектилерин жазуу, окуу машыгуу иштерин пландаштыруу жана машыгуу сабактарын өтүү.
- 2.2. Дисциплинаны үйрөнүүнүн натыйжасында студент: Билет : социалдык жана кесиптик ишмердикти толук камсыз кылуу үчүн физикалык даярдыктын деңгээли; атайын илимий билимдердин негизинде педагогикалык иш-аракеттер жөнүндө дене тарбия кыймыл иш-аракеттеринин негизги түрлөрүн аткаруу техникасы; дене тарбия жана спорт боюнча терминдер жана түшүнүктөр;
- 2.3. Кенже мектеп окуучуларынын дене тарбиясынын милдеттери: 1) ден соолукту чыңдоо жана туура физикалык өнүгүүгө көмөктөшүү; 2) кыймыл көндүмдөрүн калыптандыруу; 3) дене тарбия, гигиена, сергек жашоо эрежелери жөнүндө билим берүү; 4) кыймыл (физикалык) сапаттарын өнүктүрүү; 5) дене тарбияга кызыгууну жана аны менен алектенүүнүн зарылдыгын калыптандыруу; 6) позитивдүү моралдык-эргетүүлүк сапаттарды тарбиялоо; 7) ГТО комплексинин нормаларын тапшырууга окуучуларды даярдоо. жаш балдардын дене тарбия методикасына окуучулардын кызыгуусун арттыруу. дене тарбия боюнча сабактарды өткөрүүнүн ар кандай формаларын колдонуу.

Алган жөндөмдүүлүктөрү: дене тарбия, жана аралаш сабактардан билим алышат, учурдагы жана ыкчам пландаштыруулар, окуу, окуу-машыгуу жана ден-соолукту чыңдоо сабактарын өтүшөт, ар кандай контингенттеги адамдарга окуу жайларда, элге билим берүү тармактарында дене тарбия жамааттарында, ден-соолукту чыңдоо борборлорунда БӨСМ ж.б., дене тарбия багытында дене жүктөрүн машыгуучулардын жашына жараша башкара билүү; машыгуучулардын кыймыл аракетиндеги ыкмаларды эскертүү жана оңдоо, студенттерге спортсмендердин ар кандай даярдыгындагы иштерди текшере билүү; Башталгыч мектепте дене тарбияны спорттук жана кыймылдуу оюндар боюнча ар кандай спорттук массалык иштерди жана мелдештерди өтүү; өзүнүн иш аракетине талдоо жүргүзө билүү жана оңдоп түзөөлөрдү киргизүү.

Окутуунун формасы: “Башталгыч мектепте дене тарбияны окутуунун методикасы” боюнча окуу иштери, окуу планын негизинде бул формада өтүлөт: лекциялык, семинардык, усулдук-тажрыйбалык, анын ичинде окуу тажрыйбалык (практикалык) жана студенттердин өз алдынча иштөө сабактары.

1. Пререквизиттер

Окулуп жаткан курстун **пререквизиттеринде** студенттер төмөнкү курстар боюнча көндүмдөрдү жана билимдерди өздөштүргөн болууга тийиш

“Дене тарбиянын теориясы жана методикасы” “башталгыч билим берүүнүн педагогикасы, физиологиясы жана мектеп гигиенасы.

1.3 Постреквизиттер

Курстун **постреквизиттери** “Башталгыч мектепте дене тарбияны окутуунун методикасы” дисциплинасы балдарга билим берүү тармагы катары калыптанып, башка илимдер менен да тыгыз байланышта өнүгүп келе жатат. Алсак, студенттердин дүйнөнү таанып-билүүдөгү ой жүгүртүүлөрүн, тарыхый баалуулуктарга болгон көз-караштарын билүү боюнча **Массалык жана маданий ден соолукту чындоо иштерин уюштуруу** илимине, студенттердин ички дүйнөсүн, психологиялык өнүгүү өзгөчөлүктөрүн, руханий байлыгын андап байкоо жүргүзүүдө, маалыматтык көз карашын өстүрүүдө **Спорттук педагогиканы өркүндөтүү** илимине **жана** мектептеги педагогикалык практикага таянат.

3. БЫП ДИСЦИПЛИНАНЫН ОРДУ

Семестр	Кредит менен	Жалпы саат	лекция	Практика	СӨИ	Отчетуулу к
5	4	120	16	32	72	зачет

Лекциялык сабактарда (ЛС) студенттерге Башталгыч класстардагы дене тарбиясы сабагынын окуу программасын, Дене тарбия сабагы боюнча окуу материалдарынын түрлөрүн болжолдуу сааттык бөлүштүрүлүүсүн, ыкмалардын негиздерин, ыкмалардын кээ бир бөлүктөрүнүн аткарылышынын негиздерин жана окутуу усулдарын, дене тарбия сапаттарын тарбиялоону, жалпы орто мектептерде сабак өтүүнү камтыйт.

Окуу тажрыйба (ОТ) студенттердин өз алдынча иштөөсү үчүн, таалим-тарбия-адистик билим жана ыктарын адис катары калыптанышын карайт. Студенттер атайын тапшырманын негизинде окуу, машыгуу жана спорттук иш кагаздарды түзөт, дене тарбия сабактарын өтөт.

Өз алдынча иштөөгө (СӨИ): Сунушталган адабияттарды окуу, адабий булактардан рефераттарды жазууну; сабактын конспектилерин түзүүнү; ачылыштарда сөз сүйлөө жана аны уюштурууну үйрөнөт; СӨИ иш кагаздарын жазуу; жеке пландар жана машыгуунун күндөлүктөрүн; таалим-тарбиякалык байкоо жүргүзүүнү жана аны эсепке алууну билет; бүтүрүүчү адистик иштерди усулдук жана илимий-изилдөө иштерди жасайт; таалим-тарбиякалык иш тажрыйбага даярдык көрөт.

Мелдештерге катышуу студенттин окуу иштеринин милдетүү түрдө бир бөлүгү катары каралат. Мындан тышкары окуу-тарбия иш катары студенттердин окуу-машыгуу, иштерин тейлөө, сабак өтүүчү жерлерди, жабдууларды жана усулдук көргөзмөлөрдү, пособияларды даярдоо каралган.

Сабактар аралык байланыш. Башталгыч мектепте дене тарбияны окутуунун методикасы дисциплинасы биология, анатомия, биохимия, философия, дене маданияты жана спорттун тарыхы сабактар аралык байланышта. Өздүк сабактардан ДКМ таалим-тарбиясы, ДКМ психологиясы, биомеханика, спортметрология, гигиена, физиология, дене булчуңдарынын физиологиялык аракеттери, ДКМ назарияты жана усулу, спорттун теориясы, спорттун түрлөрүнүн негизги теория жана усулу сабактар менен байланышта.

Студенттердин билимин текшерүү ыкмасы. Студенттердин жетишүүсүн модуль-рейтинг ыкмасы менен аныкталат. Сынактык баллдары текшерүү рейтингдин негизинде, окуган бардык модульдук сабактардын жана баллдардын суммасынын негизинде модуль учурунда коюлат. Студенттердин жетишүү бааларынын критерийлерине: өткөн сабактардан алган билими, ыкмалардын аткаруу жактары жана усулдук окутуу ыкмалары, бекитилген талаптардан: практикалык норма талаптар, окуу практикасы жүргүзүлөт.

Студенттердин билимин текшерүү формасы: Суроо, жазуу жүзүндөгү текшерүү иштери, окуу практикасы боюнча жазуу текшерүү иштери, тестик тапшырмалар, рефераттар, доклад жана презентациялар, план жана отчет иш кагаздары назарияттык (жазуу түрүндө) сынактар.

Дисциплина	Компетенциялардын коду
Дене күч маданиятынын тарыхы	ОК-1 Курчап турган дүйнө жөнүндө илимий билимдерди сын көз менен баалай жана колдоно алат, жашоонун, маданияттын баалуулуктарына багыт алат жана активдүү жарандык позицияны ээлей алат, адамдарга сый-урмат жана толеранттуулукту көрсөтө алат;

Дисциплина	Компетенциялардын коду
Массалык жана маданий ден соолукту чыңдоо иштерин уюштуруу	ПК-12 Пландык жана отчеттук документтерди иштеп чыгуу, эс алуу, дене тарбия жана спорттук иш-чараларды уюштуруу жана өткөрүү;
Спорттук педагогиканы өркүндөтүү	ПК-14 Дене тарбия жана спорт тармагында топтолгон руханий баалуулуктарды, патриоттуулукка тарбиялоого, девианттык жүрүм-турумдун алдын алууга, сергек жашоо образын калыптандырууга катышкандардын инсандык сапаттары жөнүндө алган билимдерин колдоно билүү. үзгүлтүксүз дене тарбия жана спорт;

4. “Башталгыч мектепте дене тарбияны окутуунун методикасы” дисциплинасынын ОКУУ СААТТАРЫНЫН БӨЛҮНҮШҮ.

Теманын аталышы	Лекциялык саат	Практикалык саат
5 семестр		
Тема 1. Башталгыч класстардагы дене тарбия	2	
Тема 2. Башталгыч класстардагы дене тарбиясы сабагынын окуу программасы	2	
Тема 3. Дене тарбия сабагын окутуудагы колдонуучу куралдар жана ыкмалар	4	
Тема 4. Башталгыч класстардын мектептеги дене тарбия иш чараларынын формалары	2	
Тема 5. Башталгыч класстардагы дене тарбиясы сабагы	2	

Тема 6. Дене тарбиясы процессин пландаштыруу	4	
Тема 1 Мектеп окуучулардын дене тарбиясынын иш чараларынын формалары. Дене тарбия жана окутуунун методикасы. Максаты, милдеттери, каражаттары жана дене тарбия негиздери.		4
Тема 2 I-IV класстарга дене тарбия сабагынын окуу материалдары Дене тарбия сабагы боюнча окуу материалдарынын түрлөрүн болжолдуу сааттык бөлүштүрүлүүсү (сааттардын тору). Сабактын структурасы: сабактын ар бир бөлүгүнүн милдеттери жана мазмуну. Сабактын планы-конспект түзүү ыкмасы. Гимнастика боюнча сабактын планы-конспект. Баскетбол боюнча сабактын планы-конспект. Волейбол боюнча сабактын планы-конспектиси. Жеңил атлетика боюнча сабактын планы – конспектиси. План-лыжа даярдоо боюнча сабактын конспектиси.		4
Тема 3 I-IV класстардын окуучуларына дене тарбия сабагынын болжолдуу мазмуну Жылдык, чейректик, сабактын окуу пландары. Студенттердин ден соолугун жана дене тарбиясын эсепке алуу. Окуучулардын жетишкендиктерин эсепке алуу ыкмалары.		4
Тема 4 Башталгыч класстын окуучуларынын физикалык сапатын өнүктүрүүдөгү өзгөчөлүктөрү		6
Тема 5 Сабактан тышкарык дене тарбиясы иш чаралары		2
Тема 6 Дене тарбия сабактарын педагогикалык көзөмөлдөө		4
Тема 7. Физикалык көнүгүүлөрдү аткаруудагы, эмеректердин жана шаймандардын колдонуучу орду		4
Тема 8. Дене тарбиясы сабагы өтүлүүчү жайлардын санитардык абалы жана сабак өтүлүүчү орундуктардын жана колдонулуучу эмеректеринин коопсуздук эрежелерине дал келүүсү		4
Бардыгы:	16	32

6. МАТЕРИАЛДЫК-ТЕХНИКАЛЫК КАМСЫЗДОО

- окуу китептери;
- окуу-методикалык колдонмолор;
- өз алдынча иштөө үчүн колдонмолор;

- спорттук инвентарлар

Спорт зал

7. ОКУУ-УСУЛДУК АДАБИЯТТАРЫ

1. Абдуллаев М., Кийзбаев М., Акматов Ч. Улуттук оюндар. Б., 2011 ж.
2. Видякин М. В. Внеклассные мероприятия по физической культуре в средней школе [Текст] / М. В. Видякин – Волгоград: Издательство Учитель. - 2004. –154с.
3. Дене-тарбия сабагын педагогикалык жактан талдоо (түзгөндөр: п.и.к.доценттери Мамытов А.М.,
1. Егоров Б.Б., Пересадына Ю.Е. Физическая культура: учеб. Для начальной школы, книга 1 (1-2 кл.), книга 2 (3-4кл.). – М: Изд. «Балас». - 2009.
4. Мамытов А. Дене маданиятынын теориясы. Б., 2012 ж.
5. Масленников С.М., Кузнецова Г. А. Зачем нужна утренняя гигиеническая гимнастика [Текст] / С.М. Масленникова, Г.А. Кузнецова, // Физкультура в школе. - 2000, № 3. - С.29-31.
2. Матвеева А.П. Методика физического воспитания с основами теории. М. 2007 г.
3. Мектепте дене тарбияны өркүндөтүү: метод. Колдонмо /А.А. Мукамбетов, Н.С. Бервинова, К.Ч. Жанузаков, ж.б.; М.К.Саралаевдин ред. м-н. – Ф.: Мектеп, 1988. – 168 б.
6. Попова Е.Г. Общеразвивающие упражнения в гимнастике [Текст] / Е.Г. Попова – Москва: Издательство Терра-Спорт. - 2000. - 72 с.
7. Программа по физическому воспитанию учащихся 1-4 классов. Бишкек: Изд. «Билим». – 2011.- 20 с.
8. Разаков М. Башталгыч класстардагы дене тарбия сабагын окутуунун назарияты жана усулу. (башталгыч класстын мугалимдерине методикалык жардам). Жалал-Абад, 2015 ж.
9. Саралаев М.К. Мектепте дене тарбияны өркүндөтүү. Ф., 1988
10. Сатиев Т., Идаев Б. Кыймылдуу оюндар. Ош, 2004 ж.
11. Тамошин Ю.М. Внеурочная воспитательная работа: измеримые и конкретные результаты [Текст] Ю.М.Тамошин // Директор школы. -2001. - № 8. - С. 21-25.
12. Узакбаев И.С. Жалпы орто билим берүү мектептердин дене тарбия сабагы. Окуу куралы. – Ош.: 2011. – 132 б.
13. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Практикум по теории и методике физического воспитания и спорта. –М.: Изд. центр «Академия». – 2007.– 144 с.

Кошумча адабияттар:

1. Яковлев В.Г. Игры для детей. М., 2002
2. Яковлев В.Г. Организация занятий физкультурой и спортом в группах продленного дня. М., 2000
3. Шурухина В.К. Физкультурно-спортивная работа в режиме учебного дня. 2009.

Зачеттук суроолор

1. Дене тарбиясынын негизги түшүнүктөрү.
2. Дене тарбиясынын негизги куралы-бул физикалык көнүгүүлөр.
3. Дене тарбиясынын бирден-бир негизги куралы катары-гимнастика эсептелинет. Гимнастиканын түрлөрү.

4. Дене тарбиясындагы оюндар жана алардын орду. Спорттук жана кыймылдуу оюндардын тарбиялык мааниси.
5. үйрөтүү ыкмасынын негизги талаптары. Үйрөтүү ыкмалар жөнүндөгү түшүнүктөр. Дене тарбиясындагы үйрөтүү ымалары.
6. Үйрөтүүнүн структурасы. Үйрөтүүнүн этаптары: максаты, өзгөчөлүктөрү, башталгыч класстын окуучулары үчүн окутуу ыкмаларынын мүнөзү.
7. Башталгыч класстардагы дене тарбиясы иш чараларынын формалары. Дене тарбиясы сабагына зарыл болгон шарттар. Дарыгердик көзөмөл, окуучуларды медициналык тайпаларга болүү.
8. Башталгыч класстардагы дене тарбиясы сабагынын программасын түзүү принциптери. Физикалык көнүгүүлөрдүн түрлөрү жана программанын негизги бөлүктөрүнө мүнөздөмө.
9. Окуу күн тартибиндеги дене тарбиясы иш чаралары.
10. Мектептеги дене тарбиясы сабагы – бул дене тарбиясы иш чараларынын негизги формасына кирет. Дене тарбиясы сабагынын милдети жана талабы.
11. Сабактын түзүлүшү. Сабактын ар бир бөлүгүнүн максаты жана милдети.
12. Сабактын план-конспекти. Мугалимди сабакка даярдоо.
13. Дене тарбиясы сабагынын тиби. Окуучулардын дене тарбиясы сабагын уюштуруу ыкмалары.
14. Физикалык жүктөмдөрдү жөндөө. Сабакта физикалык жүктөмдөрдүн туура берилүүсүнүн мааниси.
15. Сабактын тыгыздыгы жана аны аныктоо.
16. Сабактан тышкаркы дене тарбиясы иш чараларынын милдети жана мааниси.
17. Дене тарбиясы иш чараларынын эсебин алуунун мааниси анын түрлөрү.
18. Окуучулардын жетишүүсүн эсепке алуу жана анын ыкмалары.
19. Дене тарбиясы сабагын баалоо критерийлери. Эсепке алуу иш кагаздары. Класстык журналды алып баруу.
20. Денени чыңдоо үчүн машыгуунун негизги түзүлүшү.
21. Ден соолукту чыңдоо багытындагы куралдардын мүнөздөмөсү: басуу, жүгүрүү, сууда сүзүү, велосипед тебүү, секиргич жип менен секирүү, ж.б.