

Alikhan Bokeikhan University
Ақпараттық технологиялар және экономика факультеті
Қолданбалы биология кафедрасы

ЭЛЕКТИВТІ ПӘНДЕР КАТАЛОГЫ
6A01404 «Дене шынықтыру және спорт»
(күндізгі бөлім – 2 жыл 9 ай СҚО базасында)
Оқуға түскен жылы – 2023

Семей, 2023 жыл

Ақпараттық технологиялар және экономика факультеттің оқу-әдістемелік кеңесінің отырысында қарастырылды

хаттама № 5 от «15» 05 2023 жыл

Университеттің Оқу-Әдістемелік кеңесінде бекітілді

хаттама № 5 от «25» 05 2023 жыл

Таңдау бойынша курс №	Пән атауы	Кредит саны	Пререквизиттар	Постреквизиттар	Қысқаша мазмұны және күтілетін оқыту нәтижелері (білім, дағды, құзыреттілік) көрсетілген қысқаша сипаттама
Базалық пәндер					
Таңдау бойынша компонент (КВ)					
1	Анатомия, спорттық морфология негіздерімен және биомеханика	6	Мектеп биология курсы	Дене тәрбиесінің физиологиялық негіздері және спорт түрлері	Пәннің қысқаша мазмұны: Бұл пән қаңқа, сүйек және олардың қосылыстарымен таныстырады. Қаңқа бұлшықеттері. Спорттық таңдаудағы морфофункционалдық көрсеткіштердің рөлі. Спорттық морфология негіздері. Адам ағзасының және оның қозғалысының биомеханикалық сипаттамасы: адамның тірек-қимыл аппаратының денсаулығындағы ауытқуларды ескере отырып, сыртқы және ішкі күштер. Білу: мүшелер құрылысының қызметіне байланысты өзгерістері, жалпы мүшелер жүйесінің құрылысының жалпы белгілері, морфологиялық зерттеу әдістері туралы. Істей білу: тірі адамда сүйек шығыңқыларының, саңылауларының негізгі анатомиялық түзілістерін, байламдардың бағытын, бұлшық еттердің контурларын, олардың шығу және бекіну орындарын, ішкі ағзалардың, қан тамырларының және шеткі нервтердің проекциясын анықтауды; алған білімдерін практикалық іс-әрекетте және кейіннен биологиялық циклдің басқа пәндерін оқуда және мамандық бойынша одан әрі жұмыста пайдалану. Дағдылар: оқытылған материалды талдау және синтездеу, адам денесінің қалыптасуының себеп-салдарлық байланыстарын бөліп көрсету және ашу; - тірі адамдағы негізгі анатомиялық түзілістерді анықтау, сүйек препараттарында құрылымын егжей-тегжейлі көрсету; Оқыту нәтижелері: бұлшықет және спорттық жаттығулар кезінде пайда болатын анатомиялық мәліметтер мен процестерді талдау және осы білім мен түсінікті кәсіби деңгейде қолдану; Дененің функцияларын, оның жеке бейімделу мүмкіндіктері мен резервтерін, оның жүйелерінің дене белсенділігіне реакциясын ескере отырып, дененің жарамдылығын басқару мүмкіндігі.

1.	Адам анатомиясы	6	Мектеп биология курсы	Дене шынықтыру мен спорттың гигиеналық негіздері	Пәннің қысқаша мазмұны: Адам анатомиясы биологиялық білім беру жүйесіндегі іргелі пәндердің бірі болып табылады. «Адам анатомиясы» адамның мүшелер жүйелерінің құрылысы туралы мәлімет береді, олардың атқаратын қызметтерін қысқаша сипаттайды. Қаңқа бұлшықеттері. Спорттық таңдаудағы морфофункционалдық көрсеткіштердің рөлі. Білу: - адам денесінің анатомиялық құрылысын, дене тәрбиесінің құралдары мен әдістерінің негіздемесін. Істей білу: - денеге әсер ететін дене жаттығуларын орындау және оны жақсарту жолдарын белгілеу. Дағдылар: - адам ағзасының құрылысы, орталық жүйке жүйесі мен ішкі секреция мүшелерінің қызметі туралы білімдерін шебер қолдану; - дене белсенділігінің адам ағзасына әсерін анықтау. Оқыту нәтижелері: бұлшықет және спорттық жаттығулар кезінде пайда болатын анатомиялық мәліметтер мен процестерді талдау және осы білім мен түсінікті кәсіби деңгейде қолдану; Дененің функцияларын, оның жеке бейімделу мүмкіндіктері мен резервтерін, оның жүйелерінің дене белсенділігіне реакциясын ескере отырып, дененің жарамдылығын басқару мүмкіндігі.
2	Базалық спорт түрлерін оқыту теориясы мен әдістемесі (мектеп бағдарамасы бойынша)	6	Мектептегі дене шынықтыру курсы	Жеңіл атлетика оқыту әдістемесімен	Пәннің қысқаша мазмұны: Бұл пән дене шынықтыру және спорттық іс-әрекеттің негізгі түрлерін оқу процесінде пайдаланудың теориялық негіздерін, мектептегі дене шынықтыру сабағы мен спорттық жаттығулардағы оқу-жаттығу жиынының міндеттерін шешудің негізгі әдістемелік принциптерін ашады. мектеп. Жеңіл атлетика, гимнастика, спорт және ашық ойындар сияқты спорт түрлерінің негізгі тактикасын қамтиды. Білу: Дене тәрбиесінің негізгі түрлерінің пайда болу тарихын. Дене шынықтыру және спорт жүйесіндегі негізгі және жаңа түрлердің мәні мен орны. Істей білу: Дене шынықтыру жүйесінің әртүрлі бөлімдерінде дене шынықтыру мен спорттың негізгі түрлерін оқытудың нақты міндеттерін, айналысатындардың денсаулық жағдайын, жасын, дене дамуының деңгейін, дене дайындығын, қолда бар жағдайларды ескере отырып тұжырымдай алады. сыныптар үшін. Дағдылар: Негізгі спорт түрлерінің оқу-жаттығу процесінің ерекшеліктерін меңгеру. Оқыту нәтижелері: дене шынықтыру теориясы мен әдістемесі, оның ішінде ең озық білім элементтерін қамтитын білім мен түсінігін көрсету; Студенттердің антропометриялық, физикалық және психикалық ерекшеліктерін анықтаудың заманауи әдістерін қолдана отырып, таңдалған спорт түрі бойынша іріктеу және спорттық бағдарлау жүйесін енгізу.

2	Ауыр атлетика спортының теориясы мен әдістемесі	6	Мектептегі дене шынықтыру сабағы гимнастика бөлімі	Спорттық-педагогикалық жетілдіру	Пәннің қысқаша мазмұны: Студенттерді дене шынықтыру қозғалысының әртүрлі бөліктерінде ТАВС бойынша өзіндік педагогикалық және ұйымдастырушылық жұмыстарға дайындау, болашақ дене шынықтыру мұғалімдерін күш қабілеттерін дамытудың соңғы әдістемелерімен қаруландыру. Студенттер TAVS теориясының тарихы мен оқыту әдістемесі бойынша білім алуы, күш жаттығуларының әдістемесін меңгеруі керек. Өз бетінше коучинг жүргізу үшін педагогикалық дағдылар мен дағдыларды меңгеру. Білу: Дене шынықтыру мен спорттың негізгі түрлері бойынша оқытудың және бастапқы дайындықтың негізгі принциптерін, құралдары мен әдістерін. Істей білу: Оқу-тәрбие процесінде алға қойылған міндеттерге сәйкес келетін дене тәрбиесі мен спорттың негізгі түрлерін, оқытудың, тәрбиелеудің және бастапқы дайындықтың заманауи ғылыми негізделген құралдары мен әдістерін таңдап алу және қолдану. Дағдылар: Қолданыстағы бағдарламалардың мазмұнына және тартылатын контингенттің ерекшеліктеріне сәйкес оқу процесін ұтымды ұйымдастыру. Оқыту нәтижелері: дене шынықтыру теориясы мен әдістемесі, оның ішінде ең озық білім элементтерін қамтитын білім мен түсінігін көрсету; Студенттердің антропометриялық, физикалық және психикалық ерекшеліктерін анықтаудың заманауи әдістерін қолдана отырып, таңдалған спорт түрі бойынша іріктеу және спорттық бағдарлау жүйесін енгізу.
3	Жеңіл атлетика оқыту әдістемесімен	5	Базалық спорт түрлерін оқыту теориясы мен әдістемесі	Дене шынықтыру теориясы мен әдістемесі	Пәннің қысқаша мазмұны: Пән жеңіл атлетикадағы жалпы және арнайы дене дайындығын қарастырады. Жеңіл атлетикадан техникалық-тактикалық дайындық. Жүгіру техникасы. Жүгіру адам қозғалысының табиғи тәсілі ретінде. Циклдік қозғалыстар. Жүгіру техникасын талдау. Қозғалыс жылдамдығы және жүгірудегі қадамдардың ұзақтығы мен жиілігіне тәуелділігі. Білу керек: - жеңіл атлетиканың теориялық және практикалық негіздерін, жеңіл атлетикада техника негіздері бойынша кәсіптік-педагогикалық дағдыларды меңгеруге қойылатын талаптарды, сабақтың құрылымы мен өткізу тәртібін. Істей білу: - командалар беру, жаттығуларды орындау үшін қалыптастыруды ұйымдастыру, жаттығуларды түсіндіру және көрсету, қателерді анықтау және түзету, жаттығуларды таңдау және құрастыру, жарыстарға төрелік ету. Дағдылар: - жеке ерекшеліктерін және физикалық жүктемелерге бейімделуін ескере отырып, әртүрлі жас топтарында жеңіл атлетикада спорттық жаттығуларды басқарудың құралдары мен әдістерін меңгеру; - жеңіл атлетиканың техникасын еркін меңгеру. Оқыту нәтижелері: дене шынықтыру теориясы мен әдістемесі, оның ішінде ең озық білім

					элементтерін қамтитын білім мен түсінігін көрсету; Студенттердің антропометриялық, физикалық және психикалық ерекшеліктерін анықтаудың заманауи әдістерін қолдана отырып, таңдалған спорт түрі бойынша іріктеу және спорттық бағдарлау жүйесін енгізу.
3	Жеңіл атлетика оқыту негіздері	5	Таңдап алынған спорт түрінің теориясы мен әдістемесі	Балалар мен жасөспірімдер спорттың теориясы мен әдістемесі	Пәннің қысқаша мазмұны: Бұл пән жеңіл атлетикадағы техникалық және тактикалық дайындықты қарастырады. Жеңіл атлетика бойынша жаттығу әдістері. Жеңіл атлетика бойынша жаттықтырушыны кәсіби дайындау негіздері. Жеңіл атлетикада спорттық шеберлікті арттыру. Ауыр атлетикада жаттықтырушылық дағдыларын жетілдіру. Жеңіл атлетиканың тарихы. Ауыр атлетика техникасы. ауыр атлеттерді оқыту әдісі. Ауыр атлетика жаттығуларын жоспарлау. Білу керек: - жеңіл атлетиканы оқытудың техникалық-тактикалық іс-әрекеттерінің реттілігін, спорттық жаттығулардың негізгі құралдары мен әдістерін білу, ауыр атлеттерді дайындаудың әртүрлі кезеңдеріндегі жаттығу процесінің ерекшеліктерін зерттеу. Істей білу: - командалар беру, жаттығуларды орындау үшін қалыптастыруды ұйымдастыру, жаттығуларды түсіндіру және көрсету, қателерді анықтау және түзету, жаттығуларды таңдау және құрастыру, жарыстарға төрелік ету. Дағдылар: - жаттығу процесінің әртүрлі кезеңдерінде дене шынықтырудың негізгі құралдары мен әдістерінің көмегімен жалпы және арнайы дене дайындығын дамыту және жетілдіру дағдылары мен дағдыларын қалыптастыру. Оқыту нәтижелері: дене шынықтыру теориясы мен әдістемесі, оның ішінде ең озық білім элементтерін қамтитын білім мен түсінігін көрсету; Студенттердің антропометриялық, физикалық және психикалық ерекшеліктерін анықтаудың заманауи әдістерін қолдана отырып, таңдалған спорт түрі бойынша іріктеу және спорттық бағдарлау жүйесін енгізу.
4	Баскетбол оқыту әдістемесімен	5	Базалық спорт түрлерін оқыту теориясы мен әдістемесі (мектеп бағдарамасы бойынша)	Гандбол оқыту әдістемесімен	Пәннің қысқаша мазмұны: Баскетболды оқытудың теориясы мен әдістемесін, техника мен тактикалық әрекеттерді меңгеруді, баскетбол және гандбол жаттықтырушы оқытушының студенттердің әртүрлі контингенті бар өз бетінше жұмыс істеуі үшін қажетті дағдылар мен дағдыларды меңгеруді үйренеміз. Білу: - спорттық ойындардың теориялық және практикалық негіздерін, спорттық ойын технологиясының негіздерін кәсіби-педагогикалық шеберлікті меңгеруге қойылатын талаптарды, сабақтың құрылымы мен өткізу тәртібін. Істей білу: - командалар беру, жаттығуларды орындау үшін қалыптастыруды ұйымдастыру, жаттығуларды түсіндіру және көрсету, қателерді анықтау және түзету, жаттығуларды таңдау және құрастыру, жарыстарға төрелік ету. Дағдылар: - әр түрлі жас топтарындағы спорттық ойында спорттық жаттығуларды басқарудың құралдары мен әдістерін, жеке

					ерекшеліктерін және физикалық жүктемелерге бейімделуді ескере отырып меңгеру; - спорттық ойынның техникасын меңгеру; - спорттық ойынның техникасын оқыту әдістемесін меңгеру, жаттығуды құрастыру әртүрлі спорттық біліктіліктегі спортшыларға арналған процесс; - спорттық дайындық деңгейін бақылау, ғылыми-зерттеу жұмыстарын жүргізу және спорттық дайындықты басқару дағдылары болуы. Оқыту нәтижесі: жас ерекшелігіне, командалық спорт түрлерінен спорттық дайындық деңгейіне байланысты дене белсенділігінің дененің физиологиялық мүмкіндіктеріне сәйкестігін талдау; дене жаттығуларының, спорттық тактикалық әрекеттердің қозғалыс техникасын талдау, жаттықтыру, көрсету дағдыларын меңгеру;
4	Баскетбол теориясы мен әдістемесі	5	Базалық спорт түрлерін оқыту теориясы мен әдістемесі (мектеп бағдарамасы бойынша)	Гандбол теориясы мен әдістемесі	Пәннің қысқаша мазмұны: Жас баскетболшыны дайындау белгілі бір дағдыларды қалыптастыруға және бекітуге, дене дамуының оңтайлы деңгейіне және жоғары спорттық нәтижелерге жетуге бағытталған біртұтас педагогикалық процесс болып табылатын жаттығулар мен жаттығулар арқылы жүзеге асырылады. студенттер арқылы. Оқу-тәрбие процесінің табысты жүзеге асуы оқытудың барлық аспектілерінің, атап айтқанда, жалпы физикалық, арнайы физикалық, техникалық, тактикалық және моральдық-еріктіктің бірлігі қағидаты болған жағдайда мүмкін болады. Білу: баскетбол сабағында қауіпсіздік талаптарын; негізгі ұғымдар; ойын ережесі; талаптар, Істей білу: стеллаждар мен қозғалыстарды орындау; орнында және қозғалыста аударымдар; рингке лақтыру және басқа да трюктар. Дағдылар: Спорттық жарыстарды өткізудегі ұйымдастырушылық дағдылар, баскетбол ойынындағы техникалық және тактикалық қозғалыс әрекеттері автоматизмге келтірілді. Оқыту нәтижесі: ойын түрлері бойынша жас ерекшелігіне, спорттық дайындық деңгейіне байланысты дене белсенділігінің дененің физиологиялық мүмкіндіктеріне сәйкестігін талдау; спорт; дене жаттығуларының, спорттық тактикалық әрекеттердің қозғалыс техникасын талдау, жаттықтыру, көрсету дағдыларын меңгеру;

5	Дене шынықтыру және спорт тарихы	5	Базалық спорт түрлерін оқыту теориясы мен әдістемесі (мектеп бағдарамасы бойынша)	Спорт негіздері	Пәннің қысқаша мазмұны: «Дене шынықтыру және спорт тарихы» дене шынықтыру мен спорттың ерте заманнан бүгінгі күнге дейінгі пайда болуы мен дамуының эволюциясын қарастырады. Адамзат қоғамының әртүрлі кезеңдерінде болған дене тәрбиесі құралдарының, формаларының, әдістерінің, идеяларының, теориялары мен жүйелерінің әлемде пайда болуы және таралуы мәселелері ашылады. Білу керек: - дене мәдениетінің тарихын, әлеуметтік мәнін, құрылымы мен функцияларын, дене шынықтыру саласындағы педагогикалық процестің мақсатын, міндеттерін, негізгі құрамдас бөліктерін. - таңдалған спорт түрінің тарихы, теориясы және әдістемесі. Істей білу: - дене шынықтыру және спорт саласында жинақталған құндылықтарды отансүйгіштік пен Отанға деген сүйіспеншілікке тәрбиелеу, салауатты өмір салтын ұстануға, жеке бас гигиенасы дағдыларын сақтауға, өз жағдайын бақылауға және алдын алуға пайдаланады. дене шынықтыру және денсаулық сабақтарын жүйелі түрде өткізу қажеттілігі. - дене шынықтыру және спорттық іс-әрекеттің таңдалған түрінің әлеуметтік және тұлғалық маңыздылығын дәлелдеу, оның әлеуметтік-мәдени аспектіде дамуының шарттары мен бағыттарын болжау, таңдаған спорт түрімен айналысуға тұрғындардың мотивациясын қалыптастыру. Дағдылар: - дене шынықтыру және спорт тарихынан алған білімдерін кәсіптік қызметте, оның ішінде мектеп оқушыларын адамгершілік-патриоттық тәрбиелеу мәселелерін шешуде, дене шынықтыру мен спортқа қызығушылығын арттыруда пайдалану; - дене шынықтыру мен спорт эволюциясының жалпы принциптерін меңгеру, оның сауықтыру бағыттылығы, дене тәрбиесі процесінде жеке тұлғаның жағымды қасиеттерін қалыптастыру. Оқыту нәтижесі: спорттың даму тарихы, оның мәні, функциялары, формалары, қоғамда қызмет ету жағдайлары, даму тенденциялары, спорттық жаттығулар мен жарыстар жүйесінің негіздері, спорттық жаттығулардың құрылымы, спорттық жаттығулардың негізгі кезеңдері мен кезеңдері. спортшылардың ұзақ мерзімді дайындығы; дене шынықтыру мен спортты басқарудың жүйелері, функциялары, теориялық, экономикалық, құқықтық және ұйымдастырушылық негіздері, дене шынықтыру мен спортты ғылыми басқару мектептері және оның қазіргі үлгілері.
---	----------------------------------	---	---	-----------------	---

5	Олимпиадалық спорт	5	Базалық спорт түрлерін оқыту теориясы мен әдістемесі (мектеп бағдарамасы бойынша)	Спорттық-педагогикалық жетілдіру	Пәннің қысқаша мазмұны: Олимпиада ойындарының пайда болу және даму тарихы. ХОК оның ережелері мен жарғылары. ХОК құрамына кіретін елдер мен спорт түрлері. Ұлттық Олимпиада комитетінің даму тарихы. Дене шынықтыру және спорттың жалпы тарихы: Олимпиадалық қозғалыстың тарихы, әлемдік және континенттік спорт оқиғаларының дамуы. Білу: олимпиадалық спорт түрлерінің тарихын Істей білу: олимпиадалық білім беру пәнін осы пәннің негізгі тұстарына назар аударып отырып, сауатты жоспарлау. Дағдылар: дене шынықтыру және спорт саласында құралдарды, нысандар мен әдістерді, идеялар мен теорияны қолдану бойынша; ғылыми-зерттеу жұмысына дағдыландыру, спорттық дайындықты бақылау мен басқарудың әдістемелік негіздерін үйрету. Оқыту нәтижесі: спорттың даму тарихы, оның мәні, функциялары, формалары, қоғамда қызмет ету жағдайлары, даму тенденциялары, спорттық жаттығулар мен жарыстар жүйесінің негіздері, спорттық жаттығулардың құрылымы, спорттық жаттығулардың негізгі кезеңдері мен кезеңдері. спортшылардың ұзақ мерзімді дайындығы; дене шынықтыру мен спортты басқарудың жүйелері, функциялары, теориялық, экономикалық, құқықтық және ұйымдастырушылық негіздері, дене шынықтыру мен спортты ғылыми басқару мектептері және оның қазіргі үлгілері.
6	Дене шынықтыру және спорт биохимиясы	4	Анатомия, спорттық морфология негіздері мен биомеханика		Пәннің қысқаша мазмұны: Тіршілік процестерінің химиялық негіздері, адам ағзасының химиялық құрамы. Биоэнергия, гормондар, ферменттер, витаминдер. Бұлшықет жиырылуының биохимиясы. Биохимиялық бейімделу заңдылықтары. Спортшылардың қозғалыс қасиеттерінің биохимиялық сипаттамасы. Өртүрлі спорт түрлері кезінде организмдегі биохимиялық өзгерістердің ерекшеліктері. Адам ағзасындағы биохимиялық процестерге әртүрлі жағдайлардың әсері. Дене жаттығулары кезінде адам ағзасындағы биохимиялық өзгерістер. Дене шынықтыру және спорт кезіндегі тамақтанудың биохимиялық негіздері. Білу: биологиялық макромолекулалардың – белоктардың, нуклеин қышқылдарының, көмірсулардың, липидтердің құрылымдық ұйымдастырылуының негізгі принциптерін; аминқышқылдарының физика-химиялық қасиеттерін және олардың белок молекуласының құрылысы мен қызметіндегі рөлін; белоктар мен нуклеин қышқылдарының тіршілік процестеріндегі функционалдық рөлін; ферментативті катализдің негізгі принциптерін, ферменттердің спецификалық қасиеттері мен кинетикалық сипаттамаларын; биотехнология үшін ферменттердің рөлі; генетикалық ақпараттың көбеюі мен берілуіндегі ДНҚ мен РНҚ-ның қасиеттері мен рөлі; көмірсулар мен липидтердің құрылымдық ерекшеліктері мен қасиеттері, олардың биологиялық қызметтері.

					Істей білу: Биохимияның жалпы курсы бойынша алған білімдерін басқа биологиялық пәндерді (молекулалық биология, молекулалық генетика, физиология) меңгеру үшін, биотехнологияның, атап айтқанда инженерлік энзимологияның практикалық мәселелерін шешу үшін пайдалану. Дағдылар: биополимерлерді бөліп алу, органикалық қосылыстардың функционалдық топтарын, әртүрлі кластағы табиғи органикалық қосылыстарды анықтау, табиғи қосылыстардың қасиеттерін оқу, ферменттермен жұмыс істеу. Оқыту нәтижесі: Осы пәнді оқу нәтижесінде студенттер: биологиялық құбылыстардың мәнін, тірі зат пен тіршілік процестерін құрудағы белоктардың биологиялық рөлін, нуклеин қышқылдарының биологиялық рөлін түсінуі керек. Жасушадағы зат алмасудың реттелу принциптері;
6	Спорттық тәжірибедегі биохимия	4	Анатомия, спорттық морфология негіздері мен және биомеханика		Пәннің қысқаша мазмұны: Мақсаты: «Спорт биохимиясы» пәнін меңгеру мақсаты тірі жасушалар мен ағзалардың қызмет етуінің негізінде жатқан биохимиялық процестер мен дене дамуының заңдылықтары мен спорттық жаттығуларды, зат алмасу және оның реттелу ерекшеліктерін терең түсінуге қол жеткізу. дене шынықтыру және спорттық іс-шараларды ұйымдастыру кезінде адам ағзалары мен тіндерінде. Мазмұны: - дене шынықтыру және спортпен шұғылдану кезінде биохимиялық процестердің ерекшеліктерімен және олардың реттелу механизмдерімен таныстыру; - зат алмасудың биохимиялық негіздерін, адам ағзасындағы энергия алмасуын және бұлшықет қызметі кезіндегі энергиямен қамтамасыз ету механизмдерін оқу; - физикалық белсенділіктен кейін шаршаудың және қалпына келудің метаболикалық негіздерінің мазмұнын, дененің жүйелі физикалық белсенділікке бейімделуіндегі биохимиялық процестерді ашу; - жаттығу процесінің тиімділігін, дене жүйелерінің шамадан тыс немесе шамадан тыс жүктеме жағдайын бағалау кезінде негізгі биохимиялық критерийлерді қолдану. Білу: негізгі биохимиялық процестерді, метаболизмнің анаболикалық және катаболикалық бағыттарын, биомолекулалардың негізгі кластарын, тірі ағзалардағы энергия алмасу принциптерін, зат алмасудағы ферменттердің рөлін; Істей білу: белоктар мен ферменттерге сапалық талдау жүргізу; Дағдылар: тірі ағзалардағы негізгі зат алмасу жолдарын білу және заңдылықтары. Оқыту нәтижесі: білім, білік, дағдыны тәжірибеде қолдану.
7	Дене шынықтыру теориясы мен әдістемесі	4	Жеңіл атлетика оқыту әдістемесі мен	Дене шынықтыру және спорт менеджменті	Пәннің қысқаша мазмұны: Бұл пән дене тәрбиесінің теориясы мен әдістемесінің мәселелерін: оның мәнін, кәсіби құзыретті маман еркін меңгеруі тиіс негізгі терминдер мен түсініктерді ашады. Сондай-ақ спорттық дайындық, процесті құру, спорттық дайындық

					негіздерін қарастырыңыз. Білу: сыныптың тәрбие жүйесін модельдеу әдісін; сынып жетекшісінің тәрбие жұмысын жоспарлау; балалар ұжымын қалыптастыру әдістемесі, бала тәрбиесіндегі мектеп пен отбасының ынтымақтастығы әдістері мен формалары. Істей білу: мектеп оқушыларын тәрбиелеудің мақсатын, міндеттерін және мазмұнын анықтау; сыныптың тәрбие жүйесін, мектеп оқушыларымен жан-жақты тәрбие жұмысының жүйесін үлгілеу; сынып пен оқушылардың жеке басының диагностикасын жүргізу, зерттеу нәтижелерін талдау және оларды мектеп оқушыларын дамыту мен тәрбиелеу бағдарламасын анықтау үшін бастапқы деректер ретінде пайдалану; Дағдылар: оқушылардың әр түрлі іс-әрекеттерін ұйымдастыру; оқушылардың ата-аналарымен тәрбие жұмысын жоспарлау. Оқыту нәтижесі: әдістеме, педагогика және психология саласында білім, ақпаратты басқару дағдыларын меңгеру, психологиялық-педагогикалық диагностика, талдау және синтез негізінде жан-жақты мониторинг жүргізу, педагогикалық рефлексияға қабілетті болу, үздіксіз жетілдіруге ұмтылу. зерттеу мәдениеті.
7	Спорттың ойын түрлерінің теориясы мен әдістемесі	4	Жеңіл атлетика оқыту негіздері	Дене шынықтыру және спорт саласындағы инновациялар	Пәннің қысқаша мазмұны: Оқыту нәтижесінде студент командалық спорт түрлерінің даму тарихын, оқыту теориясы мен әдістемесінің негіздерін: оқу-тәрбие және бәсекеге қабілеттілікті жоспарлау мен ұйымдастырудың мазмұнын, формалары мен әдістерін білуі керек. жұмыс. Осы пәннің бағдарламасына енгізілген техникалық және тактикалық әрекеттерді практикалық орындау дағдыларын меңгеру, сабақты өткізу процесінде арнайы терминологияны қолдана білу.Командалық спорт түрлерінің спорттық классификациясын білу. Түрлі спорттық ойындарда оқыту әдістерін дұрыс енгізу.Спорттық ойындарда жарыстарды ұйымдастыра білу.Төрешілік дағдыларын меңгеру. Білу: сыныптың тәрбие жүйесін модельдеу әдісін; сынып жетекшісінің тәрбие жұмысын жоспарлау; балалар ұжымын қалыптастыру әдістемесі, бала тәрбиесіндегі мектеп пен отбасының ынтымақтастығы әдістері мен формалары. Істей білу: мектеп оқушыларын тәрбиелеудің мақсатын, міндеттерін және мазмұнын анықтау; сыныптың тәрбие жүйесін, мектеп оқушыларымен жан-жақты тәрбие жұмысының жүйесін үлгілеу; сынып пен оқушылардың жеке басының диагностикасын жүргізу, зерттеу нәтижелерін талдау және оларды мектеп оқушыларын дамыту мен тәрбиелеу бағдарламасын анықтау үшін бастапқы деректер ретінде пайдалану; Дағдылар: оқушылардың әр түрлі іс-әрекеттерін ұйымдастыру; оқушылардың ата-аналарымен тәрбие жұмысын жоспарлау.

					Оқыту нәтижесі: әдістеме, педагогика және психология саласында білім, ақпаратты басқару дағдыларын меңгеру, психологиялық-педагогикалық диагностика, талдау және синтез негізінде жан-жақты мониторинг жүргізу, педагогикалық рефлексияға қабілетті болу, үздіксіз жетілдіруге ұмтылу. зерттеу мәдениеті.
8	Дене тәрбиесінің физиологиялық негіздері	3	Анатомия, спорттық морфология негіздері мен және биомеханика	Емдік дене тәрбиесі және массаж	Пәннің қысқаша мазмұны: Дене шынықтыру және спорттағы физиологиялық зерттеу әдістері. Ағзаның бұлшықет әрекетіне бейімделу ерекшеліктері. Ағзаның физиологиялық резервтері. Дене жаттығуларының физиологиялық классификациясы. Дене белсенділігі кезіндегі дене күйінің физиологиялық сипаттамасы (ұшу алдындағы жағдай, қыздыру, жаттығу, тұрақты күй, «өлі орталық» және екінші жел, шаршау, қалпына келтіру). Қозғалыс дағдыларының физиологиялық механизмдері. Білу керек: физиология бойынша негізгі ұғымдар мен ғылыми білімдер кешенін, дене белсенділігінің ағзаға әсер ету негіздерін біледі және меңгереді. Істей білу: бұлшық ет және спорттық жаттығулар кезінде болатын физиологиялық күйлер мен процестерді талдай алады; Дағдылар: физиологиялық бақылау және спортшының жағдайын өз бетінше талдау, физиологиялық көрсеткіштер бойынша спорттық таңдауда шешім қабылдау және оларды дұрыс пайдаланбаған жағдайда физикалық жүктемелерді түзету дағдыларының кешенін қолдана білу. Оқыту нәтижесі: дене белсенділігінің жасына, жынысына, циклдік спорт түрлері бойынша спорттық дайындық деңгейіне байланысты дененің физиологиялық мүмкіндіктеріне сәйкестігін талдау; дене жаттығуларының қозғалыс техникасын, спорттық тактикалық әрекеттерді талдау, жаттықтыру, көрсету дағдыларын меңгеру.
8	Дене шынықтыру мен спорттың гигиеналық негіздері	3	Адам анатомиясы	Спорттық медицина негіздері	Пәннің қысқаша мазмұны: «Дене шынықтыру және спорттың гигиеналық негіздері» курсының оқу барысында студенттер жеке бас гигиенасына қойылатын талаптармен, спорттық жаттығулар өткізілетін алаңдар мен залдардың санитарлық-гигиеналық жағдайымен танысады. Спорт түріне байланысты гигиена түрлері. Болашақ дене шынықтыру және спорт мамандарына жеке бас гигиенасы және спорттық гигиена бойынша теориялық, практикалық білім беру, қауіпсіз, зиянсыз іс-әрекеттерді ұйымдастыру. Білу: «Дене шынықтыру және спорттың гигиеналық негіздері» негізгі қағидаларын жеке бас гигиенасына, спорттық жаттығулар өткізілетін учаскелер мен залдардың санитарлық-гигиеналық жағдайына қойылатын талаптар. Спорт түріне байланысты гигиена түрлері. Істей білу: спорттық мамандықты генетикалық адекватты және адекватты емес таңдаудың мәнін, спорттағы бәсекелестік әрекет стилі мен

					сенсомоторлы басымдылығын анықтау; спортта жоғары және жылдам дайындалған спортшыларды табу үшін генетикалық маркерлерді пайдаланыңыз Дағдылар: болашақ дене шынықтыру және спорт мамандарына жеке бас гигиенасы және спорттық гигиена бойынша теориялық, практикалық білім беру, қауіпсіз, зиянсыз іс-әрекеттерді ұйымдастыру. Оқыту нәтижесі: дене белсенділігінің жасына, жынысына, циклдік спорт түрлері бойынша спорттық дайындық деңгейіне байланысты дененің физиологиялық мүмкіндіктеріне сәйкестігін талдау; дене жаттығуларының, спорттық тактикалық әрекеттердің қозғалыс техникасын талдау, жаттықтыру, көрсету дағдыларын меңгеру.
9	Шаңғы спорт оқыту әдістемесімен	6	Спорт негіздері	Балалар мен жасөспірімдер спортының теориясы мен әдістемесі	Пәннің қысқаша мазмұны: Шаңғы спортындағы классификация және терминология. Шаңғы спортындағы негізгі терминдер және олардың практикалық жұмыста қолданылуы. Шаңғыдағы қозғалыс тәсілдерінің классификациясы. Шаңғы тебуді оқытудың техникасы мен әдістемесі. Шаңғы тебу техникасының негіздері. Шаңғымен жүруді үйрену реті. Шаңғы тебу техникасына бастапқы дайындық әдістемесі: «шаңғы мектебі». Білу керек: қысқы спорт түрлерінің теориялық негіздерін, техника және қысқы спорт түрлерінің негіздері бойынша кәсіптік педагогикалық шеберлікті меңгеруге қойылатын талаптарды, сабақтарды ұйымдастыру және өткізуді, қысқы спорт түрлерін оқыту әдістемесін, төреші-механиктерді. Істей білу: командалар беру, жаттығуларды орындау үшін құрылысты ұйымдастыру, жаттығуларды түсіндіру және көрсету, қателерді анықтау және түзету, жаттығуларды таңдау және құрастыру, жаттығу, әдеби дереккөздерді пайдалану, оқу орындарын, құрал-жабдықтар мен мүкәммалдарды жөндеу және күтіп ұстау. Дағдылар: негізгі қимылдарды үйрету әдістемесі; жаттығулар топтамаларын құрастыру; қысқы спорт түрлерін оқыту әдістемесі, төрешілік механика. Оқыту нәтижесі: дене белсенділігінің жасына, жынысына, циклдік спорт түрлері бойынша спорттық дайындық деңгейіне байланысты дененің физиологиялық мүмкіндіктеріне сәйкестігін талдау; дене жаттығуларының қозғалыс техникасын, спорттық тактикалық әрекеттерді талдау, жаттықтыру, көрсету дағдыларын меңгеру.
9	Шаңғы теориясы мен әдістемесі	6	Спорттық-педагогикалық жетілдіру	Балалар мен жасөспірімдер спортының теориясы мен әдістемесі	Пәннің қысқаша мазмұны: Пән шаңғы жарысы, биатлон, скандинавикалық құрама, шаңғымен секіру, слалом, гигант слалом, таудан төмен түсу, сноуборд, луж, шайбалы хоккей, конькимен жүгіру бойынша спортшыларды дайындаудың теориясы мен тәжірибесін қамтиды. Білу: Шаңғы спортының негіздері Істей білу: барлық жас топтары мен дайындық дәрежесі үшін шаңғы жарысын оқытудың

					әдістемелік әдістерін қолдану. Дағдылар: классикалық және конькимен сырғанауда шаңғы тебу техникасын меңгеру, сырғанудың әртүрлі бұрыштарында бұрылу. Оқыту нәтижесі: дене белсенділігінің жасына, жынысына, циклдік спорт түрлері бойынша спорттық дайындық деңгейіне байланысты дененің физиологиялық мүмкіндіктеріне сәйкестігін талдау; дене жаттығуларының қозғалыс техникасын, спорттық тактикалық әрекеттерді талдау, жаттықтыру, көрсету дағдыларын меңгеру.
10	Гандбол оқыту әдістемесімен	6	Баскетбол теориясы мен әдістемесі	Волейбол оқыту әдістемесімен	Пәннің қысқаша мазмұны: Спорттық-педагогикалық пәндер арасында оқыту әдістемесі бар гандбол курсы студенттерді дене шынықтыру пәні мұғалімінің кәсіби қызметіне дайындаудағы негізгі курстардың бірі болып табылады. Гандбол ойынындағы техникалық және тактикалық әрекеттерді оқытудың теориясы мен әдістемесі; 1-11 сынып оқушыларының жас ерекшеліктерін, гендерлік ерекшеліктерін және әсіресе олардың негізгі қимыл-қозғалыс және қозғалыс қасиеттерін дамыту; гандбол ойынындағы ережелер мен төрешілік; спорттық жабдықтар мен жабдықтарды сақтау ережесі; гандболшылардың жаттығу процесінің жүйесі; оқу орындарының оқу жоспары; дене шынықтыру жүйесіндегі гимнастиканың рөлі; әртүрлі жастағы гандболшыларды дайындаудың терминологиясы, әдістемесі; гандбол жарыстарын ұйымдастыру. Білу: Гандбол техникасының негіздерін Істей білу: гандбол сабағын жоғары оқу орындарының барлық әдістемелік және теориялық талаптарына сәйкес ұйымдастыру. Дағдылар: негізгі техникалық және тактикалық қимыл-қозғалыс әрекеттерін жетілдіретіндей меңгеру, төрелік ету дағдыларын меңгеру. Оқыту нәтижелері: дене шынықтыру мен спорттың негізгі және жаңа түрлері бойынша сабақтардың тиімділігін бағалау. Қозғалыс әрекетінің техникасы мен тактикасын, тартылғандардың дене дайындығының деңгейін талдау.
10	Гандбол теориясы мен әдістемесі	6	Баскетбол теориясы мен әдістемесі	Волейбол оқыту әдістемесімен	Пәннің қысқаша мазмұны: Спортшылардың спорттық дайындығы мен даярлығының теориялық, әдістемелік және практикалық негіздері; жарыс ережесін, ойынның техникалық-тактикалық әдістерін төрелік ету дағдыларын меңгерту. Спорттық дайындықтың бастапқы кезеңінде гандболшылардың оны меңгеруіне қажетті техника көлемінің сипаттамасы: биік, төмен ұшатын допты қағып алу және допты беру және олардың түрлері, дриблинг әдістері, допты қақпаға лақтыру, дриблинг, әдістер. алдамшы әрекеттерден. Білу: Гандбол техникасының негіздері Істей білу: гандбол сабағын жоғары оқу орындарының барлық әдістемелік және теориялық талаптарына сәйкес ұйымдастыру. Дағдылар: негізгі техникалық және тактикалық қимыл-қозғалыс әрекеттерін жетілдіруге,

					төрелік ету дағдыларын меңгеруге. Оқыту нәтижелері: дене шынықтыру мен спорттың негізгі және жаңа түрлері бойынша сабақтардың тиімділігін бағалау. Қозғалыс әрекетінің техникасы мен тактикасын, тартылғандардың дене дайындығының деңгейін талдау.
11	Жүзу оқыту әдістемесімен	5	Спорт негіздері	Балалар мен жасөспірімдер спортының теориясы мен әдістемесі	Пәннің қысқаша мазмұны: Пән спорттық жүзудің техникасы мен тактикасының негіздерін, жүзу кезіндегі орындалатын қозғалыстардың жалпы сипаттамасын оқытады. Спорттық әдістерде жүзу техникасын талдау. Техниканың жалпы сипаттамасы: дене қалпы, аяқ қимылдары, қол қимылдары, қозғалыстар және осы қозғалыстардың қолмен үйлесуі, аяқтың қимылдарының жиынтығы. Білу: Оқыту әдістерімен жүзу негіздері Істей білу: жүзуден оқу-тәрбие процесін сауатты жоспарлау және әдістемелік тұрғыдан ұтымды құру. Дағдылар: практикалық деңгейде жүзудің негізгі әдістерін меңгеру: кроль, брасс, баттерфляй, фристайл, сонымен қатар әртүрлі көлемдегі жарыстарға қызмет көрсету дағдылары. Оқыту нәтижесі: халықтың әртүрлі топтарымен жаттығу терапиясының практикалық әдістерін және сауықтыру дене шынықтыру және спорт сабақтарының әдістемесін қолдану; оқу орындарында, клубтарда, мекемелерде дене шынықтыру және спорт бойынша спорттық фестивальдер, төрешілер жарыстарын ұйымдастыруға, өткізуге; дене шынықтыру және спорт саласындағы мемлекеттік және қоғамдық органдардың қызметін талдау және қорытындылау.
11	Жүзудің теориясы мен оқыту әдістемесі	5	Спорттық-педагогикалық жетілдіру	Балалар мен жасөспірімдер спортының теориясы мен әдістемесі	Пәннің қысқаша мазмұны: Жүзу техникасы туралы түсінік. Спортшының жеке ерекшеліктерінен (анатомиялық, психологиялық, физиологиялық) және басқа факторлардан техниканың өзгермелілігі. Жүзу техникасының ұтымды нұсқасына тән жалпы заңдылықтар мен сипаттамалар туралы түсінік. Білу: Оқыту әдістерімен жүзу негіздері Істей білу: жүзуден оқу-тәрбие процесін сауатты жоспарлау және әдістемелік тұрғыдан ұтымды құру. Дағдылар: практикалық деңгейде жүзудің негізгі әдістерін меңгеру: кроль, брасс, баттерфляй, фристайл, сонымен қатар әртүрлі көлемдегі жарыстарға қызмет көрсету дағдылары. Оқыту нәтижесі: халықтың әртүрлі топтарымен жаттығу терапиясының практикалық әдістерін және сауықтыру дене шынықтыру және спорт сабақтарының әдістемесін қолдану; оқу орындарында, клубтарда, мекемелерде дене шынықтыру және спорт бойынша спорттық фестивальдер,

					төрешілер жарыстарын ұйымдастыруға, өткізуге; дене шынықтыру және спорт саласындағы мемлекеттік және қоғамдық органдардың қызметін талдау және қорытындылау.
12	Емдік дене тәрбиесі және массаж	5	Дене тәрбиесінің физиологиялық негіздері	Өндірістік - педагогикалық тәжірибие	Пәннің қысқаша мазмұны: Жаттығу терапиясының құралдары, дене жаттығуларының мөлшерлеу әдістері. Қолдану көрсеткіштері. Массаждың адам ағзасына әсері туралы білімді меңгеру, денсаулығында ауытқуы немесе кез келген ауруы бар дені сау адамдармен сабақта қолдану әдістемесін меңгеру. Білу: - массаждың емдік әсерінің негізгі механизмдерін; массажды қолдануға көрсеткіштер мен қарсы көрсеткіштерді анықтау принциптерін; - мүгедектерді оңалту жұмыстарының психологиялық-педагогикалық ерекшеліктері. Істей білу: - классикалық, спорттық, сегменттік-рефлекстік және нүктелі массаж әдістерін орындау; - өздігінен массаж жасау дағдыларын дамыту. Дағдылар: - дене шынықтыру сабақтарында әртүрлі жарақаттар кезінде ЛФК және дәрігерлік бакылауда. Оқыту нәтижесі: халықтың әртүрлі топтарымен жаттығу терапиясының практикалық әдістерін және сауықтыру дене шынықтыру және спорт сабақтарының әдістемесін қолдану; оқу орындарында, клубтарда, мекемелерде дене шынықтыру және спорт бойынша спорттық фестивальдер, төрешілер жарыстарын ұйымдастыруға, өткізуге; дене шынықтыру және спорт саласындағы мемлекеттік және қоғамдық органдардың қызметін талдау және қорытындылау.

12	Спорттық медицина негіздері	5	Дене шынықтыру мен спорттың гигиеналық негіздері	Өндірістік - педагогикалық тәжірибие	Пәннің қысқаша мазмұны: Жүйелі дене шынықтыру және спортпен шұғылдану кезінде ағзада болатын морфо-функционалдық өзгерістер туралы білім беру. Оқу-тәрбие процесін басқару дағдылары мен дағдыларын қалыптастыру, жаттығудың тиімділігін арттыруға, мүмкін болатын аурулардың алдын алуға және алдын алуға мүмкіндік беру. әр түрлі жыныстағы және жастағы адамдардың иррационалды дене жаттығулары кезіндегі жарақаттары. Дене шынықтыру және спорт кезінде медициналық бақылау жүргізу. Спорттық өнімділікті қалпына келтіру үшін медициналық құралдарды қолдана білу. Білу: Спорттық медицина техникасының негіздерін Істей білу: спорттық өнімділікті қалпына келтірудің медициналық құралдарын қолдану. Спорттық іс-шаралардың әртүрлі түрлеріне спорттық медицина әдістерін қолдану. Дағдылар: спорттық фармакологияны спортшылардың спорттық өмірінде сауатты қолдану. Оқыту нәтижелері: халықтың әртүрлі топтарымен жаттығу терапиясын жүргізудің практикалық әдістерін және сауықтыру дене шынықтыру және спорттық іс-шаралардың әдістерін қолдану; оқу орындарында, клубтарда, мекемелерде дене шынықтыру және спорт бойынша спорттық мерекелер, төрешілер жарыстарын ұйымдастыруға және өткізуге; саласындағы мемлекеттік және қоғамдық органдардың қызметін талдау және қорытындылау дене шынықтыру және спорт.
13	Волейбол оқыту әдістемесімен	5	Баскетбол оқыту әдістемесі мен	Дене шынықтыру және спорт менеджменті	Пәннің қысқаша мазмұны: Пән волейбол ойыны бойынша техникалық, тактикалық, физикалық, психологиялық дайындықты дайындау және жетілдіру мәселелерін, оқу-жаттығу іс-әрекеті процесінде жоспарлау және кешенді бақылау мәселелерін қарастырады. Волейболдың оқу пәні ретіндегі мәні, оның дене тәрбиесі жүйесіндегі орны мен рөлі ашылды. Білу керек: спорттық ойындардың теориялық және практикалық негіздерін, спорттық ойын технологиясы негіздерін кәсіби-педагогикалық шеберлікті меңгеруге қойылатын талаптарды, сабақтың құрылымы мен өткізу тәртібін. Істей білу: командалар беру, жаттығуларды орындау үшін қалыптастыруды ұйымдастыру, жаттығуларды түсіндіру және көрсету, қателерді анықтау және түзету, жаттығуларды таңдау және құрастыру, жарыстарға төрелік ету. Дағдылар: әр түрлі жас топтарында волейболдан спорттық жаттығуларды басқарудың құралдары мен әдістерін, жеке ерекшеліктерін және физикалық жүктемелерге бейімделуді ескере отырып меңгеру; волейбол ойынының техникасын еркін меңгеру; спорттық дайындық деңгейін бақылау, ғылыми-зерттеу жұмыстарын жүргізу және спорттық дайындықты басқару дағдылары болуы. Оқыту нәтижесі: таңдалған спорт түрінің теориясы мен әдістемесі саласындағы

					аргументтерді құрастыру және мәселелерді шешу. Ағзаның функциялары, оның жеке бейімделу мүмкіндіктері мен резервтері, оның жүйелерінің дене белсенділігіне реакциясын ескере отырып, дененің жарамдылығын басқару мүмкіндігі.
13	Волейбол теориясы мен әдістемесі	5	Баскетбол оқыту әдістемесі мен	Дене шынықтыру және спорт саласындағы инновациялар	Пәннің қысқаша мазмұны: Волейболшыларды спорттық дайындау мен дайындаудың теориялық, әдістемелік және практикалық негіздері; жарыс ережесін, төрешілік шеберлігін, ойынның техникалық және тактикалық әдістерін меңгеру. Студенттерге волейбол ойыны бойынша оқу-жаттығу процесін жоспарлау және ұйымдастыру жолдарын үйрету; студенттерге волейбол жарысын ұйымдастыру және өткізу жолдарын үйрету. Білу: - волейбол ойынының теориялық және практикалық негіздерін, волейбол техникасының негіздерін кәсіби-педагогикалық шеберлікті меңгеруге қойылатын талаптарды, сабақтың құрылымы мен өткізу тәртібін. Істей білу: - командалар беру, жаттығуларды орындау үшін қалыптастыруды ұйымдастыру, жаттығуларды түсіндіру және көрсету, қателерді анықтау және түзету, жаттығуларды таңдау және құрастыру, жарыстарға төрелік ету. Дағдылар: волейбол ойынының техникасын еркін меңгеру; волейбол техникасын оқыту әдістемесін меңгеру, әртүрлі спорттық біліктіліктегі спортшыларды дайындау процесін құру; спорттық дайындық деңгейін бақылау, ғылыми-зерттеу жұмыстарын жүргізу және спорттық дайындықты басқару дағдылары болуы. Оқыту нәтижесі: таңдалған спорт түрінің теориясы мен әдістемесі саласындағы аргументтерді құрастыру және мәселелерді шешу. Ағзаның функциялары, оның жеке бейімделу мүмкіндіктері мен резервтері, оның жүйелерінің дене белсенділігіне реакциясын ескере отырып, дененің жарамдылығын басқару мүмкіндігі.
14	Ұлттық спорт түрлері (тоғыз құмалақ, күрес)	5	Борьба с методикой обучения (Дзюдо, самбо)	Күрес оқыту әдістемесімен (Дзюдо, самбо)	Пәннің қысқаша мазмұны: Бұл пән ұлттық спорт түрлерінің даму тарихын қарастырады. Ұлттық спорт түрлері: классификациясы, сипаттамасы. Ұлттық спорт түрлерін оқыту технологиясы мен әдістемесінің негіздері. Ұлттық спорт түрлерінен жарыстарды ұйымдастыру және өткізу. Балалармен, жасөспірімдермен, жастармен және ересектермен ұлттық спорт сабақтарын ұйымдастыру және өткізу әдістемесі. Білу керек: - халықтың әртүрлі топтарының дене тәрбиесі жүйесіндегі ұлттық спорт түрлерінің даму тарихын және алатын орнын; - ұлттық спорт түрлерінен жарақат алу себептерін және оның алдын алу жолдарын; - ұлттық спорт түрлерінен жарыстарды өткізу ережелерін; Істей білу: - нақты міндеттерді тұжырымдау, халықтың әртүрлі топтарымен ұлттық спорттың

					негізгі түрлерін жоспарлау және өткізу; - халықтың әртүрлі жас топтарымен ұлттық спорт түрлері бойынша сауықтыру және спорттық-бұқаралық жұмыстарды ұйымдастыру; Дағдылар: - оқу-тәрбие процесінде ұлттық спорт түрлерінен базалық білім; - ұлттық спорт түрлерінен жаттығуларды оқыту әдістемесін; - ұлттық спорт түрлерінен жаттығуларды оқыту әдістемесін; - ұлттық спорт түрлерінен дене қасиеттерін дамыту әдістемесін меңгеру. Оқыту нәтижелері: аналитикалық, имитациялық және эксперименттік зерттеулерді жоспарлай және жүргізе алады; Мәліметтерге сыни тұрғыдан қарап, қорытынды жасай алады. Оқу орындарында, клубтарда, мекемелерде дене шынықтыру және спорт бойынша спорттық мерекелер, төрешілер жарыстарын ұйымдастыру және өткізу; жас, жыныс және біліктілік аспектілері бойынша функционалдық мүмкіндіктерді ескере отырып, дайындықты бақылау және түзетудің өзіндік педагогикалық технологиялары.
14	Үстел теннисін оқыту әдістемесімен	5	Баскетбол теориясы мен әдістемесі	Дене шынықтыру және спорт менеджменті	Пәннің қысқаша мазмұны: Пәнді меңгеру нәтижесінде студент білуі керек: үстел теннисінің пайда болу және даму тарихын, үстел теннисінің дене тәрбиесі жүйесіндегі білімін және орнын. Үстел теннисін ойнауға қажетті қозғалыс дағдыларын қалыптастыру және дене қасиеттерін дамыту және дамыту ерекшеліктері. Осы спорт ойыны бойынша жарыстарды ұйымдастырып, өткізе білу. Ойын және төрешілік ережелерін білу. Үстел теннисі бойынша оқу үрдісін әдістемелік сауатты құрастыру. Дене тәрбиесінің әдістерін өз жұмысында қолдану. Білу: - Ойын және төрешілік ережесін білу. Үстел теннисі бойынша оқу процесін әдістемелік сауатты құрастыру. Жұмыста дене тәрбиесі әдістерін қолданыңыз. Істей білу: Берілген спорт ойыны бойынша жарыстарды ұйымдастырып, өткізе білу. Дағдылар: Пәнді меңгеру нәтижесінде білім алушы білуі керек: үстел теннисінің пайда болуы мен даму тарихын, үстел теннисінің дене тәрбиесі жүйесіндегі білімі мен орнын. Үстел теннисін ойнауға қажетті қозғалыс дағдыларын қалыптастыру және дене қасиеттерін дамыту және дамыту ерекшеліктері. Оқыту нәтижелері: аналитикалық, имитациялық және эксперименттік зерттеулерді жоспарлай және жүргізе алады; Мәліметтерге сыни тұрғыдан қарап, қорытынды жасай алады. Оқу орындарында, клубтарда, мекемелерде дене шынықтыру және спорт бойынша спорттық мерекелер, төрешілер жарыстарын ұйымдастыру және өткізу; жас, жыныс және біліктілік аспектілері бойынша функционалдық мүмкіндіктерді ескере отырып, дайындықты бақылау және түзетудің өзіндік педагогикалық технологиялары.
15	Футбол оқыту әдістемесімен	5	Спорттың ойын	Дене	Пәннің қысқаша мазмұны: Спорттық-педагогикалық пәндер арасындағы оқыту әдістемесі бар футбол курсы студенттерді дене

			түрлерінің теориясы мен әдістемесі	шынықтыру және спорт саласындағы инновациялар	шынықтыру пәні мұғалімінің кәсіби қызметіне дайындаудағы негізгі курстардың бірі болып табылады. Ол 4 курста оқытылады. Осы пәннің мазмұнын құрайтын футболшылардың техникалық және тактикалық тәсілдері мен оларды қолдану әдістерінің әртүрлілігі қозғалыс мүмкіндіктеріне сәйкес дененің барлық негізгі қызметтерінің дамуына мақсатты түрде әсер етуге мүмкіндік береді. Техникалық-тактикалық дайындық, жалпы дене дайындығы, футбол ойынының даму тарихы, ойын алаңын белгілеу, әртүрлі жас топтарына арналған футболды басқару, ұйымдастыру және өткізу негіздері. Қозғалыс дағдыларын бекіту және спорттық шеберлікті арттырудың әдістемелік негіздері. Білу: Техникалық – тактикалық дайындықты, жалпы дене шынықтыру дайындығын, футбол ойынының даму тарихын, ойын алаңын белгілеуді, әртүрлі жас топтары үшін футболды басқару, ұйымдастыру және өткізу негіздерін. Істей білу: - бағдарламаның мақсаттарын қалыптастыруға, проблемаларды шешуге, мақсаттарға жету критерийлері мен көрсеткіштеріне, өзара қарым-қатынас құрылымын құруға, проблемаларды шешудің басымдықтарын анықтауға қабілетті және дайын болуы. Дағдылар: Осы пәннің мазмұнын құрайтын футболшылардың техникалық және тактикалық тәсілдері мен оларды қолдану әдістерінің алуан түрлілігі қозғалыс мүмкіндіктеріне сәйкес дененің барлық негізгі қызметтерінің дамуына мақсатты түрде әсер етуге мүмкіндік береді. Оқыту нәтижелері: аналитикалық, имитациялық және эксперименттік зерттеулерді жоспарлай және жүргізе алады; Мәліметтерге сыни тұрғыдан қарап, қорытынды жасай алады. Оқу орындарында, клубтарда, мекемелерде дене шынықтыру және спорт бойынша спорттық мерекелер, төрешілер жарыстарын ұйымдастыру және өткізу; жас, жыныс және біліктілік аспектілері бойынша функционалдық мүмкіндіктерді ескере отырып, дайындықты бақылау және түзетудің өзіндік педагогикалық технологиялары.
--	--	--	---	---	---

15	Футбол теориясы мен әдістемесі	5	Спорттың ойын түрлерінің теориясы мен әдістемесі	Дене шынықтыру және спорт менеджменті	Пәннің қысқаша мазмұны: Футболдың теориялық және әдістемелік негіздерін енгізу. Оқушыларды спорттық-педагогикалық іс-әрекетте қолданатын қажетті біліммен қаруландыру. Оқу процесін сауатты жоспарлауға үйрету. Әртүрлі жас топтарындағы футболшылардың оқу-тәрбие процесінде әдістемелік әдістерді дұрыс қолдана білу. Сайыс процесін әдістемелік сауатты ұйымдастыра білу. Футболдан жас футболшыларды іріктеу, спорттық атақтарды беру ерекшеліктерін білу. Білу: Жас футболшыларды іріктеу ерекшеліктерін білу, футболдан спорттық атақтарды беру Футбол теориясы мен әдістемесі бойынша дене шынықтыру мұғалімі мен жаттықтырушы жұмысын жоспарлау. тәртіп.. Істей білу: Әртүрлі жас топтарындағы футболшылардың оқу-тәрбие процесінде әдістемелік әдіс-тәсілдерді дұрыс қолдана білу. Сайыс процесін әдістемелік сауатты ұйымдастыра білу. Дағдылар: Әртүрлі құралдар мен оқыту әдістерін пайдалана отырып, оқу процесін ұйымдастырудың әртүрлі формаларын ұйымдастыру және жүргізу. Мектептегі дене шынықтыру курсының мазмұнын жоспарлау және оқу процесіне енгізу. Білім берудің әдістемелік жүйесін тиімді қолдану. Үздіксіз өзін-өзі тәрбиелеумен айналысыңыз Оқыту нәтижелері: аналитикалық, имитациялық және эксперименттік зерттеулерді жоспарлай және жүргізе алады; Мәліметтерге сыни тұрғыдан қарап, қорытынды жасай алады. Оқу орындарында, клубтарда, мекемелерде дене шынықтыру және спорт бойынша спорттық мерекелер, төрешілер жарыстарын ұйымдастыру және өткізу; жас, жыныс және біліктілік аспектілері бойынша функционалдық мүмкіндіктерді ескере отырып, дайындықты бақылау және түзетудің өзіндік педагогикалық технологиялары.
----	--------------------------------	---	--	---------------------------------------	---

Кәсіби пәндер

Таңдау пәндері (КВ)

1	Гимнастика оқыту әдістемесімен	3	Таңдап алынған спорт түрінің теориясы мен әдістемесі	Әскери - қолданбалы спорт	Пәннің қысқаша мазмұны: Гимнастикадағы классификация, систематика және терминология. Гимнастиканың қауіпсіздігін қамтамасыз ету. Гимнастикадағы оның дамуының, тактикасының, дене және психикалық қасиеттерінің және функционалдық дайындығының негізі техника болып табылады. Спорттық және педагогикалық шеберлік. Спорттық дайындық жүйесінің әртүрлі бөліктеріндегі спорттық жетілдіру процесін басқару. Білу: үйлестіру (қозғалыстардың кеңістіктік, уақыттық және қуат параметрлерін, тепе-теңдік көрсеткіштерін көбейту және саралау дәлдігі) қабілеттерін дамыту; Істей білу: жаттығуларды орындау кезінде тепе-теңдікті сақтау; дұрыс дене қалпын, еркін босансу дағдыларын қалыптастыру;
---	--------------------------------	---	--	---------------------------	--

					рекреациялық аэробикадағы қозғалыс әрекеттерін оқытудың негізгі дидактикалық алгоритмдерін; кардио жаттығуларындағы қозғалыстардың симметриясы, динамизмі; Дағдылар: негізгі қимылдарды үйрету әдістемесі; жаттығулар топтамаларын құрастыру; кардио жаттығуларындағы қозғалыстардың симметриясы, динамизмі. Құзыреттері: оқу үдерісін модельдеуге және оқу тәжірибесіне енгізуге қабілетті; гигиена, еңбекті қорғау және мүмкін болатын жағымсыз сыртқы әсерлерден қорғау ережелеріне сәйкес салауатты өмір салтын қалыптастыру дағдыларын қалыптастыруға қабілетті. Оқыту нәтижесі: жас ерекшелігіне, командалық спорт түрлерінен спорттық дайындық деңгейіне байланысты дене белсенділігінің дененің физиологиялық мүмкіндіктеріне сәйкестігін талдау; дене жаттығуларының, спорттық тактикалық әрекеттердің қозғалыс техникасын талдау, жаттықтыру, көрсету дағдыларын меңгеру;
1	Гимнастика теориясы мен әдістемесі	3	Таңдап алынған спорт түрінің теориясы мен әдістемесі	Волейбол теориясы мен әдістемесі	Пәннің қысқаша мазмұны: Тарихы, оқиғасы. Гимнастиканың дамуы және қазіргі жағдайы. Гимнастика түрлерінің классификациясы. Салауаттылық, тәрбиелік – дамытушы. Спорттық гимнастика. Қолданбалы бағдарланған гимнастиканың ерекшеліктері. Гимнастикадағы оның дамуының, тактикасының, дене және психикалық қасиеттерінің және функционалдық дайындығының негізі техника болып табылады. Білу: Гимнастика техникасының негіздерін Істей білу: гимнастика негіздері бойынша сабақтарды әдістемелік тұрғыдан дұрыс жоспарлау және өткізу, айналысатындардың жас топтарына және олардың дене дайындығына байланысты дене жаттығуларын дозалау. Дағдылар: гимнастикалық аппаратта негізгі жаттығуларды орындау әдістемесін меңгеру, жаттығу залында аппараттарды қауіпсіз орналастыру әдістемесін меңгеру. Оқыту нәтижесі: жас ерекшелігіне, командалық спорт түрлерінен спорттық дайындық деңгейіне байланысты дене белсенділігінің дененің физиологиялық мүмкіндіктеріне сәйкестігін талдау; дене жаттығуларының, спорттық тактикалық әрекеттердің қозғалыс техникасын талдау, жаттықтыру, көрсету дағдыларын меңгеру;
2	Дене шынықтырудың гигиенасы	4	Жас ершелік физиологиясы және мектеп гигиенасы	Балалар мен жасөспірімдер спортының теориясы мен әдістемесі	Пәннің қысқаша мазмұны: Дене шынықтыру гигиенасының негізгі ережелерін, рационалды және емдік тамақтану негіздерін, халықтың әртүрлі топтарының дене тәрбиесіндегі дене шынықтыру және спорттық гигиенаның нақты міндеттерін; гигиеналық тұрғыдан дене шынықтыруды, жаттығуларды және жарыстарды өткізу шарттарын бағалау әртүрлі жастағы спортшылар мен спортшылардың тамақтануын гигиеналық бағалау; гигиеналық талаптарды ескере отырып, рекреациялық іс-шараларды өткізу; спорттық киімнің жағдайын

					бағалау және аяқ киімге, спорттық құрал-сайманға, құрал-жабдықтарға және еден жабындарына қойылатын жалпы гигиеналық талаптарды бағалау әдістері. Дене шынықтыру және спортта дене шынықтыру жаттығуларын гигиеналық реттеу әдістері. Білу: дене шынықтыру сабақтарын ұйымдастыру және мазмұнын; - дене шынықтыру жаттығулары кезіндегі дене белсенділігінің көлемі мен қарқындылығы; - әртүрлі спорт түрлерімен айналысу кезіндегі тамақтану сипаты; - спортшыларға арналған техникалық жабдықтар мен жабдықтар Істей білу: дене шынықтыру және спортпен шұғылдану кезінде қолайлы жағдай жасау үшін гигиеналық ұсыныстарды, нормалар мен ережелерді әзірлеу және орындау; - денсаулық тиімділігін арттыру және спортшылардың денсаулығына зиян келтірместен жоғары спорттық нәтижелерге қол жеткізуін қамтамасыз ету; Дағдылар: аурулардың алдын алу, дене шынықтыру және спорт арқылы адам ағзасының функционалдық жағдайын түзету; - жас ұрпақтың үйлесімді дене дамуын қалыптастыру және ересек халықтың белсенді ұзақ өмір сүру кезеңін ұзарту. Оқыту нәтижелері: Осы пәннің курсын оқу нәтижесінде студенттер білуі керек: - дене жаттығулары процесінде қолданылатын оңтайландыру шарттарын, режимдері мен мазмұнын, формалары мен құралдарын;
2	Спортшылардың тамақтану гигиенасы	4	Жас ереселік физиологиясы және мектеп гигиенасы	Балалар мен жасөспірімдер спортының теориясы мен әдістемесі	Пәннің қысқаша мазмұны: Білу: дененің тыныштық және бұлшықет жүктемесі кезіндегі энергиямен қамтамасыз ету ерекшеліктерін; 3 - спортшылардың қозғалысын қамтамасыз ететін ағзаның негізгі функционалдық жүйелерін энергиямен қамтамасыз ету сипаттамалары; - әр түрлі дайындық кезеңдерінде спортшының тамақтануын ұйымдастыру ерекшеліктерін; - әр түрлі тамақ өнімдерінің спортшы ағзасына әсер ету ерекшеліктері; - әртүрлі қоректік заттар мен биологиялық белсенді заттарды тұтыну нормалары. Істей білу: жаттығушы спортшының адекватты тамақтануы үшін қажетті тамақ өнімдерінің тізбесін негізді түрде құрастыру (қандай өнімдер басым, қандай мөлшерде және қатынаста); - спорттық жаттығулардың әртүрлі кезеңдерінде спортшының энергия шығынын және энергия шығынын есептеу; Дағдылар: - рационалды тамақтану саласында зерттеу жұмыстарын жүргізу дағдысы; - әр түрлі жастағы және жыныстағы қатысушылар үшін салауатты тамақтану шараларын жоспарлау, ұйымдастыру және жүзеге асыру дағдылары. Оқыту нәтижелері: алған білімдері мен дағдыларын практикалық іс-әрекеттерде қолдану тәжірибесін жинақтау (әр түрлі жас топтары үшін оқу-жаттығу сабақтарын құру, спорттық жаттығуларды жекелендіру).

3	Тандап алынған спорт түрін кәсіби жетілдіру	5	Күрес оқыту әдістемесі мен (Дзюдо, самбо)	Балалар мен жасөспірімдер спортының теориясы мен әдістемесі	Пәннің қысқаша мазмұны: «Таңдалған спорт түрі бойынша кәсіби біліктілігін арттыру» оқу сабақтары мен оқу-жаттығу жиындарын өткізудің негізгі әдістемелік принциптерін ашады. Оқу процесі белгілі бір спорт түрі бойынша ғылыми білімдер жүйесін меңгеру құралдарының бірі қызметін атқарады. Оқыту процесінде студенттер дене қасиеттерін дамыту, жаттықтыру және техникалық-тактикалық дағдыларды жетілдіру үшін дене шынықтыру әдістерін жетілдіреді. Білу: жарыс жаттығуларының техникасын оқыту әдістемесін; - таңдалған спорт түрі бойынша оқу-жаттығу сабақтарын өткізу әдістемесі мен ұйымдастырудың теориялық негіздерін; ҰҚК-да ұзақ мерзімді спорттық жаттығулар жүйесі; Істей алуы: IVS тарихи талдауын жүргізу; спорттық жаттығуларды талдау; Дағдылар: әртүрлі жас топтарындағы адамдарға таңдалған спорт түрі бойынша қозғалыс әрекеттері мен жаттығуларын оқыту әдістемесін меңгеру; Оқыту нәтижелері: кәсіби қызметтің таңдалған нысанында бар ғылыми, әдістемелік және зерттеу тәжірибесін талдау және қорытындылау; спорт саласындағы инновациялық технологияларды меңгеру және оларды кәсіби қызметке енгізу, оқу-жаттығу сабақтары процесінде кәсіби шеберліктерін арттыру. Таңдалған спорт түрі бойынша техникалық және тактикалық әрекеттерді меңгеру.
3	Кәсіби қызметі жаттықтырушылар мен нұсқаушылардың УҰИ	5	Күрес оқыту әдістемесі мен (Дзюдо, самбо)	Балалар мен жасөспірімдер спорттың теориясы мен әдістемесі	Пәннің қысқаша мазмұны: Спорт нұсқаушыларына арналған спорттық жаттықтырушыларды дайындаудың теориялық, әдістемелік және практикалық негіздері. Спорт түрінің техникалық-тактикалық даярлығының теориялық негіздері, IVS технологиясының негіздерін кәсіби-педагогикалық шеберлікті меңгеруге қойылатын талаптар, спорттың техникалық-тактикалық даярлығы негіздерімен оқу-жаттығу процесін ұйымдастыру және өткізу. Білуге тиіс: - ДДҰ-да ұзақ мерзімді спорттық дайындық жүйесін; - ДДҰ-дағы ғылыми-әдістемелік қызмет негіздерін; - IVS-де коучинг дағдыларының негіздері. Жеке жаттығуларды көрсетіп, түсіндіре білу, жеке жаттығулар жинағын құрастыру, сабақты (тренинг) өткізу. Дағдылар: - таңдаған спорт түрі бойынша спорттық жаттығулар әдістемесінің негіздерін меңгеру. Оқыту нәтижелері: кәсіби қызметтің таңдалған нысанында бар ғылыми, әдістемелік және зерттеу тәжірибесін талдау және қорытындылау; спорт саласындағы инновациялық технологияларды меңгеру және оларды кәсіби қызметке енгізу, оқу-жаттығу сабақтары процесінде кәсіби шеберліктерін арттыру. Таңдалған спорт түрі бойынша техникалық және тактикалық әрекеттерді меңгеру.

4	Кәсіби қызметі жаттықтырушылар мен нұсқаушылардың УҰИ	5	Гимнастика оқыту әдістемесі мен	-	Пәннің қысқаша мазмұны: Спорттық дайындық процесін құру негіздері. Спорттық жаттығулар ұзақ мерзімді процесс ретінде және оның құрылымы. Спорттағы жоспарлау технологиясы. Жоспарлау технологиясының жалпы ережелері. Ұзақ мерзімді циклдарда спорттық жаттығуларды жоспарлау. Оқытудың жыл сайынғы циклінде оқу және конкурстық процесті жоспарлау. Білу: ҰҚК тренерлер мен нұсқаушылардың кәсіби қызметінің негіздерін Істей білу: элиталық спортта да, еңбек ұжымдарында да тәрбиелік және спорттық іс-шараларды ұйымдастыру және өткізу. Дағдылар: спорттық іс-шараларды жүргізудің әдістемелік негіздерін меңгеру, таңдаған спорт түрі бойынша негізгі техникалық, тактикалық, төрешілік дағдыларды еркін меңгеру. Оқыту нәтижелері: кәсіби қызметтің таңдалған нысанында бар ғылыми, әдістемелік және зерттеу тәжірибесін талдау және қорытындылау; спорт саласындағы инновациялық технологияларды меңгеру және оларды кәсіби қызметке енгізу, оқу-жаттығу сабақтары процесінде кәсіби шеберліктерін арттыру. Таңдалған спорт түрі бойынша техникалық және тактикалық әрекеттерді меңгеру.
4	Қызметі жаттықтырушылар ерекшеліктері	5	Спорт негіздері	-	Пәннің қысқаша мазмұны: «Жаттықтырушылар қызметінің ерекшеліктері» пәнінің мақсаты: орта мектепте жұмыс істеу үшін спорт бойынша оқытушы-жаттықтырушыларды дайындау үшін қажетті теориялық білімдерді, практикалық және кәсіби-педагогикалық дағдыларды қажетті көлемде қамтамасыз ету. мектептер, жасөспірімдер спорт мектептері, спорт мектептері және спорттық бейінді мамандандырылған мектеп-интернаттар. Білу: Жаттықтырушылар қызметінің ерекшеліктерінің негіздерін Істей білу: барлық жастағы және дағдылардағы спортшыларға арналған оқу-жаттығу шараларын жоспарлау және өткізу. Дағдылар: барлық техникалық және қозғалыс дағдыларын оқушыларға беру әдістерін жетік меңгеру. Жаттығу процесінде төрешілік дағдылары мен ұйымдастыру әдістерін меңгеру. Оқыту нәтижелері: кәсіби қызметтің таңдалған нысанында бар ғылыми, әдістемелік және зерттеу тәжірибесін талдау және қорытындылау; спорт саласындағы инновациялық технологияларды меңгеру және оларды кәсіби қызметке енгізу, оқу-жаттығу сабақтары процесінде кәсіби шеберліктерін арттыру. Таңдалған спорт түрі бойынша техникалық және тактикалық әрекеттерді меңгеру.
5	Спорттық ғимараттар	5	Дене шынықтыру және спорт тарихы	-	Пәннің қысқаша мазмұны: Студенттердің әртүрлі типтегі спорт ғимараттарын салу саласындағы білімдері мен түсініктерін қалыптастыру. Қоғамдық пайдалануға арналған спорт ғимараттары. Жоғары оқу орындарына арналған спорт ғимараттары, сп. халықаралық маңызы бар ірі жарыстарға, сондай-ақ Олимпиада ойындарына арналған нысандар.

					Білу: Спорттық құрылыстардың негіздері Істей білу: спорттық нысанды сауатты, ұтымды пайдалана білу. Дағдылар: спорт кешенінің сызбасындағы негізгі өзгерістерге дейін спорт ғимараттарын күтіп ұстау және дұрыс күтіп ұстау бойынша практикалық дағдыларды меңгеру. Оқыту нәтижесі: дене белсенділігінің жасына, жынысына, циклдік спорт түрлері бойынша спорттық дайындық деңгейіне байланысты дененің физиологиялық мүмкіндіктеріне сәйкестігін талдау; дене жаттығуларының қозғалыс техникасын, спорттық тактикалық әрекеттерді талдау, жаттықтыру, көрсету дағдыларын меңгеру.
5	Дене шынықтыру-сауықтыру сабақтарының жаңа түрлері	5	Кәсіби қызметі жаттықтырушылар мен нұсқаушылардың УҰИ	-	Пәннің қысқаша мазмұны: Денсаулықты тәрбиелеу негіздерін оқыту. Әртүрлі жас топтарындағы денсаулық сақтау бағдарламаларын сауатты жоспарлау. Апта сайынғы рекреациялық шараларды ұтымды құру. Жүктеме мен демалыстың дұрыс ауысуын әдістемелік тұрғыдан үйрету. Дене тәрбиесінің принциптерін сауатты пайдалана білуге үйрету: қолжетімділік, жүйелілік, даралау принципі. Білу: Дене шынықтыру және сауықтыру жұмыстарының жаңа түрлерін Істей білу: барлық жас топтары үшін сауықтыру шараларының жоспарын және тартылғандардың дайындық дәрежесін құру. Дағдылар: сауықтыру жаттығуларының негізгі моторикасын еркін меңгеру. Оқыту нәтижесі: дене белсенділігінің жасына, жынысына, циклдік спорт түрлері бойынша спорттық дайындық деңгейіне байланысты дененің физиологиялық мүмкіндіктеріне сәйкестігін талдау; дене жаттығуларының қозғалыс техникасын, спорттық тактикалық әрекеттерді талдау, жаттықтыру, көрсету дағдыларын меңгеру.
6	Балалар мен жасөспірімдер спортының теориясы мен әдістемесі	5	Таңдап алынған спорт түрін кәсіби жетілдіру	-	Пәннің қысқаша мазмұны: «Балалар мен жасөспірімдер спортының теориясы мен әдістемесі» пәні біртұтас және адам туралы ғылыми зерттеулердің барлық салаларын біріктіреді: медициналық-биологиялық, психологиялық-педагогикалық және әлеуметтік-экономикалық пәндер, олардың әрқайсысы әртүрлі дәреже, спортшыны дайындау нәтижесін және олардың көрсеткен нәтижесін анықтайды. Спорт теориясын зерттеу жеке спорт түрлерінің теориясы мен әдістемесін зерттеуге негізделген Білу: Мәдениет феномені, оның адам өміріндегі рөлі. Дене шынықтыру және спорт саласындағы қызметтің санитарлық-гигиеналық негіздері. Қатысқандардың дене қасиеттері мен моторикасын дамытудың психофизиологиялық, әлеуметтік-психологиялық және медициналық-биологиялық заңдылықтары, жеке адамды, адамдар тобын ұйымдастыру мен басқарудың психологиялық-педагогикалық құралдары мен әдістері. Істей білу: алған білімдерін практикалық іс-әрекетте қолдану; Дене шынықтыру және спорт

					саласында жинақталған құндылықтарды патриотизм мен Отанға деген сүйіспеншілікке тәрбиелеуге, салауатты өмір салтын ұстануға, жеке гигиеналық дағдыларға, өз ағзасының жағдайының алдын алу мен бақылауға, дене шынықтырумен жүйелі түрде айналысу қажеттілігіне пайдалану. және денсаулық сабақтары. Дағдылар: салауатты өмір салты туралы ғылыми идеяға негізделген психофизикалық өзін-өзі жетілдіру дағдылары мен дағдылары Оқыту нәтижелері: ғылыми зерттеу нәтижелерін талдау және оларды нақты оқу және зерттеу мәселелерін шешуде қолдану. Жасөспірімдер спорты саласындағы және бұқаралық санаттағы спортшылармен нақты іс-шаралардың ұзақ мерзімді және жедел жоспарлары мен бағдарламаларын әзірлеу; балалар мен жасөспірімдер спортында және бұқаралық разрядтағы спортшылармен таңдалған спорт түрі бойынша оқу-жаттығу сабақтарын өз бетінше өткізу, жарақаттанудың алдын алуды жүзеге асыру. дене шынықтыру және спортты басқарудың әртүрлі деңгейлерінде менеджмент пен маркетингті ұйымдастыруда.
6	Балалар мен жасөспірімдер спортының теориясы мен әдістемесі	5	Кәсіби қызметі жаттықтырушылар мен нұсқаушылардың УҰИ	-	Пәннің қысқаша мазмұны: Пәннің мазмұны балаларды, жасөспірімдерді, ұлдарды, қыздарды және кәсіби спортшыларды дайындауға арналған дене шынықтыру мәселелерін қамтиды. Жас спортшылардың спорттық дайындығы бойынша білімдерін жетілдіру болашақ дене шынықтыру бакалаврларын таңдаған спорт түрі бойынша спорттық жаттығулардың заманауи әдістерін меңгеруді көздейді. Білу: Педагогикалық ойдың даму тарихын, дидактикалық технологияларды, педагогикалық бақылау әдістерін және білім сапасын.Таңдалған спорт түрінің теориясы мен әдістемесін. Басқару ғылымдарының негізгі ережелері, дене шынықтыру және спорт саласының ұйымдастырушылық негіздері. Жасөспірімдер спортының ұйымдастыру-әдістемелік негіздері және ТҚҚ-да резервті даярлау жүйесі Істей білу: Кәсіби іс-әрекетте оқыту мен тәрбиелеудің сәйкес әдістерін, сабаққа қатысатын адамдардың жасын, морфофункционалдық және психологиялық ерекшеліктерін, олардың дене және спорттық дайындығының деңгейін, денсаулық жағдайын ескере отырып, сабақтың әртүрлі формаларын қолдану, құралдар мен әдістерді таңдау. тапсырмаларға сәйкес келеді. Дағдылар: алған білімдерін практикалық іс-әрекетте қолдану; Оқыту нәтижелері: ғылыми зерттеу нәтижелерін талдау және оларды нақты оқу және зерттеу мәселелерін шешуде қолдану. Жасөспірімдер спорты саласындағы және бұқаралық санаттағы спортшылармен нақты іс-шаралардың ұзақ мерзімді және жедел

					жоспарлары мен бағдарламаларын әзірлеу; балалар мен жасөспірімдер спортында және бұқаралық разрядтағы спортшылармен таңдалған спорт түрі бойынша оқу-жаттығу сабақтарын өз бетінше өткізу, жарақаттанудың алдын алуды жүзеге асыру. дене шынықтыру және спортты басқарудың әртүрлі деңгейлерінде менеджмент пен маркетингті ұйымдастыруда.
7	Дене шынықтыру және спорт менеджменті	4	Дене шынықтыру у теориясы мен әдістемесі	-	Пәннің қысқаша мазмұны: Пән дене шынықтыру мен спортты ұйымдастыру және басқару саласындағы теориялық және практикалық білімдерді, ғылым салаларының қазіргі заманғы кешенін қалыптастырудың негізгі кезеңдері туралы қазіргі жүйеленген білімдердің жиынтығын қарастырады. дене шынықтыру және спорттық шындық құбылыстарының мәнін түсіну, оқушылардың ғылыми ойлау дағдыларын қалыптастыру. Білу: - басқарудың функцияларын, түрлерін және психологиясын; - орындаушылар ұжымының жұмысын ұйымдастыру негіздерін; -ұжымдағы іскерлік қарым-қатынас принциптері; Істей білу: кәсіби қызметте басқару функцияларын жүзеге асыру; - басқару шешімдерін қабылдау; - жанжал динамикасын басқару және оның алдын алу әдістерін меңгеру; Дағдылар: студенттердің қазіргі заманғы менеджмент және оның өзектілігі, қазіргі жағдайдағы практикалық маңызы туралы түсініктерін қалыптастыру; басқарудың функцияларын, түрлерін зерттеу; Оқыту нәтижелері: ғылыми зерттеу нәтижелерін талдау және оларды нақты оқу және зерттеу мәселелерін шешуде қолдану. Жасөспірімдер спорты саласындағы және бұқаралық санаттағы спортшылармен нақты іс-шаралардың ұзақ мерзімді және жедел жоспарлары мен бағдарламаларын әзірлеу; балалар мен жасөспірімдер спортында және бұқаралық разрядтағы спортшылармен таңдалған спорт түрі бойынша оқу-жаттығу сабақтарын өз бетінше өткізу, жарақаттанудың алдын алуды жүзеге асыру. дене шынықтыру және спортты басқарудың әртүрлі деңгейлерінде менеджмент пен маркетингті ұйымдастыруда.
7	Дене шынықтыру және спорт саласындағы инновациялар	4	Дене шынықтыру және спорт тарихы	-	Пәннің қысқаша мазмұны: Курстың мақсаты – дене шынықтыру факультетінің студенттерінің болашақ жұмысында дене шынықтырудың инновациялық технологияларын пайдалануға мүмкіндік беретін кәсіби ойлауын, іскерліктері мен дағдыларын қалыптастыру. Жас спортшыларды іріктеу жүйесін және оқу-жаттығу процесін ұйымдастыру іс жүзінде спорт ғылымының жетістіктері мен соңғы ақпараттық технологияларды есепке алмайды. Білу: - физикалық саладағы басқару саласындағы ақпараттық технологияларды

					мәдениет және спорт; -кәсіби қызмет саласындағы менеджменттің ерекшеліктері Істей білу: - мінез-құлықта іскерлік қарым-қатынас этикасын сақтау. нарық белгілерін талдай білу аяқ және әкімшілік – командалық басқару. Дағдылар: студенттердің қазіргі заманғы менеджмент және оның өзектілігі, қазіргі жағдайдағы практикалық маңызы туралы түсініктерін қалыптастыру; басқарудың функцияларын, түрлерін зерттеу; Оқыту нәтижелері: ғылыми зерттеу нәтижелерін талдау және оларды нақты оқу және зерттеу мәселелерін шешуде қолдану. Жасөспірімдер спорты саласындағы және бұқаралық санаттағы спортшылармен нақты іс-шаралардың ұзақ мерзімді және жедел жоспарлары мен бағдарламаларын әзірлеу; балалар мен жасөспірімдер спортында және бұқаралық разрядтағы спортшылармен таңдалған спорт түрі бойынша оқу-жаттығу сабақтарын өз бетінше өткізу, жарақаттанудың алдын алуды жүзеге асыру. дене шынықтыру және спортты басқарудың әртүрлі деңгейлерінде менеджмент пен маркетингті ұйымдастыруда.
8	Туризм және жергілікті жерді бағдарлау	4	Дене шынықтыру және спорт тарихы	-	Пәннің қысқаша мазмұны: Спорттық туризмнің ағзаға әсер ету ерекшеліктері. Классификациясы, систематикасы және терминологиясы. Жаяу жорықтарды өткізудің техникасы мен тактикасы. Дененің физикалық қасиеттерін, функционалдық және психикалық қасиеттерін басқару. Туризмде қажетті білім, білік, дағды. Бақылау және реттеу талаптары. Білу: өрт түрлері мен түрлерін, от жағу ережелерін және өрт қауіпсіздігін; - жорықта шатырларды орнату ережелері, жаппай серуендеуге арналған шатыр түрлері; туристік топта қозғалысты орындау кезіндегі қауіпсіздік ережелері Істей білу: метеорологиялық болжамдарды ескере отырып, көп күндік сапарға қажетті құрал-жабдықтарды жинау; Дағдылар: түйінді тоқу техникасын меңгереді; - дала жағдайында тамақтануды ұйымдастыра білу; жорық жолында тоқтау және көп күндік жорықта түнеу үшін бивуак орнатуға қабілетті Оқыту нәтижелері: әлеуметтік-мәдени, сервистік, туристік қызметті, әлеуметтік-мәдени және туристік қызметтердің халықаралық нарықтарын талдау және бағалау, қызметтерді тұтынушыларға жылжыту және жеткізу; әлеуметтік-мәдени және туристік қызмет нәтижелерін болжау; Педагогикалық менеджмент функциясының таңдалған әдістері мен формаларының тиімділігін тәуелсіз талдауды қамтамасыз ететін оқу-тәрбие процесінің бөлігі ретінде.
8	Туризмнің әртүрлі түрлерінде бағдарлау	4	Дене шынықтыру және спорт тарихы	-	Пәннің қысқаша мазмұны: Спорттық дайындық пен ойыншыларды дайындаудың теориялық, әдістемелік және практикалық негіздері; жарыс ережесі, төрешілік шеберлігін меңгеру. ойынның техникалық және тактикалық

					әдістері. Спорттық туризмнің ағзаға әсер ету ерекшеліктері .. Жаяу жүрудің техникасы мен тактикасы. Дененің физикалық қасиеттерін, функционалдық және психикалық қасиеттерін басқару. Білу: туристік топта қозғалысты орындау кезіндегі қауіпсіздік ережелерін; туристік топтың жұмыс принципі мен құрамдас бөліктерін, топографиялық карта мен циркульде бағдарлау ережесін, топографиялық белгілерді; алғашқы медициналық көмек көрсету тәсілдері, туристік қобдишаның құрамы. Істей білу: метеорологиялық болжамдарды ескере отырып, көп күндік сапарға қажетті құрал-жабдықтарды жинау; Дағдылар: түйінді тоқу техникасын меңгереді; дала жағдайында тамақтануды ұйымдастыра алады; жорық жолында тоқтау және көп күндік жорықта түнеу үшін бивуак орнатуға қабілетті Оқыту нәтижелері: әлеуметтік-мәдени, сервистік, туристік қызметті, әлеуметтік-мәдени және туристік қызметтердің халықаралық нарықтарын талдау және бағалау, қызметтерді тұтынушыларға жылжыту және жеткізу; әлеуметтік-мәдени және туристік қызмет нәтижелерін болжау; Педагогикалық менеджмент функциясының таңдалған әдістері мен формаларының тиімділігін тәуелсіз талдауды қамтамасыз ететін оқу-тәрбие процесінің бөлігі ретінде.
--	--	--	--	--	---

6B01404 "Дене шынықтыру және спорт"
білім беру бағдарламасы бойынша тандау компоненті
ТІЗІМІ

Оқу мерзімі: 2 жыл 9 ай

түскен жылы 2023 ж.

№	Пәннің аталуы	Пәннің коды	Кредиттер саны	Семес тр
2. Базалық пәндер				
1	Тандау бойынша компонент 1			
	Анатомия, спорттық морфология негіздерімен және биомеханика	ASMN 2212	6	1
	Адам анатомиясы	AA 2212		
2	Тандау бойынша компонент 2			
	Базалық спорт түрлерін оқыту теориясы мен әдістемесі (мектеп бағдарамасы бойынша)	BSTOTA 2213	6	2
	Ауыр атлетика спортының теориясы мен әдістемесі	AASTA 2213		
3	Тандау бойынша компонент 3			
	Жеңіл атлетика оқыту әдістемесімен	ZhAOA 2214	5	2
	Жеңіл атлетика оқыту негіздері	ZhON 2214		
4	Тандау бойынша компонент 4			
	Баскетбол оқыту әдістемесімен	BOA 2215	5	2
	Баскетбол теориясы мен әдістемесі	BT 2215		
5	Тандау бойынша компонент 5			
	Дене шынықтыру және спорт тарихы	DShST 2216	5	2
	Олимпиадалық спорт	OS 2216		
6	Тандау бойынша компонент 6			
	Дене шынықтыру және спорт биохимиясы	DShSB 1217	4	5
	Спорттық тәжірибедегі биохимия	STB 1217		
7	Тандау бойынша компонент 7			
	Дене шынықтыру теориясы мен әдістемесі	DShTA 3218	4	3
	Спорттың ойын түрлерінің теориясы мен әдістемесі	SOTTA3218		
8	Тандау бойынша компонент 8			
	Дене тәрбиесінің физиологиялық негіздері	DTFNST 3219	3	2
	Дене шынықтыру мен спорттың гигиеналық негіздері	DSHGHSN3219		
9	Тандау бойынша компонент 9			
	Шаңғы спорт оқыту әдістемесімен	ShSOA 3220	6	3
	Шаңғы теориясы мен әдістемесі	ShTA3220		
10	Тандау бойынша компонент 10			
	Гандбол оқыту әдістемесімен	GFOA 3221	6	4
	Гандбол теориясы мен әдістемесі	GTA3221		
11	Тандау бойынша компонент 11			
	Жүзу оқыту әдістемесімен	ZhOA 3222	5	3
	Жүзудің теориясы мен оқыту әдістемесі	ZhTOA 3222		
12	Тандау бойынша компонент 12			
	Емдік дене тәрбиесі және массаж	EDTM 4223	5	3
	Спорттық медицина негіздері	SMN 4223		
13	Тандау бойынша компонент 13			
	Волейбол оқыту әдістемесімен	VOA 4224	5	4
	Волейбол теориясы мен әдістемесі	VTa 4224		
14	Тандау бойынша компонент 14			

	Ұлттық спорт түрлері (тоғыз құмалақ, күрес)	UST 4225	5	4
	Үстел тенисін оқыту әдістемесімен	YTOA 4225		
15	Тандау бойынша компонент 15			
	Футбол оқыту әдістемесімен	FOA4226	5	4
	Футбол теориясы мен әдістемесі	FTMA226		
3. Кәсіптік пәндер				
1	Тандау бойынша компонент 1			
	Гимнастика оқыту әдістемесімен	GOA 2305	3	3
	Гимнастика теориясы мен әдістемесі	GTA 2305		
2	Тандау бойынша компонент 2			
	Дене шынықтырудың гигиенасы	DShG 2306	4	3
	Спортшылардың тамақтану гигиенасы	STG 2306		
3	Тандау бойынша компонент 3			
	Таңдап алынған спорт түрін кәсіби жетілдіру	TASTKZh3307	5	4
	ТСТ қызметпен кәсіби жаттықтырушылық жетілдіру	TSTKKZhZh3307		
4	Тандау бойынша компонент 4			
	Кәсіби қызметі жаттықтырушылар мен нұсқаушылардың УҰИ	KKZhNUUI 3308	5	5
	Қызметі жаттықтырушылар ерекшіліктері	KZhe3308		
5	Тандау бойынша компонент 5			
	Спорттық ғимараттар	SG 4209	5	5
	Дене шынықтыру-сауықтыру сабақтарының жаңа түрлері	DShSSZhT 4209		
6	Тандау бойынша компонент 6			
	Балалар мен жасөспірімдер спортының теориясы мен әдістемесі	BZhKSTA 4310	5	5
	Жастар спорты бойынша оқыту ерекшеліктері	ZhSBOE4310		
7	Тандау бойынша компонент 7			
	Дене шынықтыру және спорт менеджменті	DShSM 4311	4	5
	Дене шынықтыру және спорт саласындағы инновациялар	DShSSI4311		
8	Тандау бойынша компонент 8			
	Туризм және жергілікті жерді бағдарлау	TZhZhB 2312	4	5
	Туризмнің әртүрлі түрлерінде бағдарлау	TATB 2312		