

## БӨЛІМ: ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ

## XXI ғасыр жаңа технологиямен ақпараттандыру ғасыры.

ЖАРИЯЛАНДЫ  
02.05.2020СІЛТЕМЕ  
<https://bilimgger.kz/72875/>

XXI ғасыр жаңа технологиямен ақпараттандыру ғасыры. Өскелең елдің айбынды болашағы үшін – ең әуелі сапалы білім қажет.

Дене тәрбиесі сабағында жаңа инновациялық технологиялардың тиімділігі жоғары. Білім – қоғамды тұрақтандыратын, рухани мұраны сақтайтын, ұрпақты ұрпаққа сабақтастыратын құрал. Қолда бар мүмкіндікті пайдаланып оқытудың жаңа әдіс-тәсілдерін тиімді қолдану, жаңа технологияны әркімнің өз сабағында пайдалану арқылы оқушы жастарды халықтың дәстүр үрдісінде адамгершілікке, салауатты өмір сүруге баулу дені сау ұрпақ тәрбиелеу дене тәрбиесі пәні мұғалімдерінің басты міндеті. Олай болса, оқыту мен тәрбиелеудің ой елегінен өтетін әдіс-тәсілдерін, жаңашыл педагогтардың тапқан әдістемелерін біліп қана қою жеткіліксіз, оны әркім өз мүмкіндігінше күнделікті сабақта пайдалану қажет.

Дене тәрбиесі сабақтары. Бұл сабақтар мазмұны мемлекеттік талап пен оқу бағдарламасына сәйкес белгіленіп, оқушылардың күші мен жылдамдығын, ептілігі мен шыдамдылығын, ерік жігерін, батылдық пен табандалақты Дене тәрбиесін ұйымдастыру түрлері оқушының өз бетінше ұйымдастырылған жұмыстармен толықтырылған жағдайда нәтижелі болады. Оқушының күнделікті қозғалыс тәртібін толықтыруға арналған жұмыс түрлері дене тәрбиесі жүйесінің элементтері есебінде болады:

Таңертеңгі гимнастикалық жаттығулар. Күнде таңертеңгілік 9-10 жаттығудан тұратын кешен. Бұл оқушылардың орталық нерв жүйесін қалыпқа келтіріп, оқушы ағзасын сергітеді. Таза ауада жаяу жүрудің өзі шынығу, сауықтыру әсерін тигізеді, және тез шешім қабылдау секілді тәрбиелік қасиеттерді дамытады. Сабақ үстінде сергіту минуттары. Ой еңбегі барысында ағзаның тынығуына әсерін тигізеді. Белгіленген спорт саласы бойынша оқушының жалпы және арнайы дайындығын көрсетіп, дене жаттығулармен жүйелі айналысуды қамтамасыз етеді.

Оқушыларға дене шынықтыру сабақтарында жаңа технологияны пайдалану оқыту мен тәрбиелеудің жалпы заңдылықтарына бағынған. Сондықтан оны іске асыру барысында дене тәрбиесінің жас және жыныстық ерекшеліктерін ескере отырып, осы заңдылықтарды көрсететін жалпы педогогикалық ұстанымдарды басшылыққа алу

қажет.ол ұстанымдарға жататындар: жан-жақтылық, пен белсенділік, бірте бірте жасалатын әрекет қайталамалық, көрнекілік, жеке даралық.

Дене тәрбиесін , жаңа технология мен озат тәжірбиені ұлттық және жалпы адамзаттық құндылық қағидаларымен сабақтастыра зерттеу — бүгінгі күн талабынан туындап отырған педогоикалық ғылымның міндеттерінің бірі. Дене тәрбиесінің мәнін бүгінгі жаңа заман талабына сәйкес қарастыру – бұл адамды өзі өмір сүрген ортаның жемісі ғана емес,сол ортадағы дене мәдинеті, адамгершілік қарым – қатынасына әрекетімен көрнетін субъект деп танылуымен айқындалады. Қоғамның електі өзгерістерге түсіуі, адамның мақсат мұраттарына , тұрмыс –тіршілігі мен мінез құлқына, сондай – ақ өзінің жеке басына да субъект ретінде өзгеріс енгізуде. Оның үстіне қоғамдағы салауаттылық, дене мәдинеті мен рухани құндылықтардың табиғаты, мәні шығу тегі және атқаратын қызметтері туралы жан-жақты зерттеу, оқушылардың дене тәрбиесін салауаттылық дене мәдинеті мәселесімен байланыста қарастыру қажеттігі біздің тақырыбымыздың өзектілігін айқындай түседі.

Жас жеткіншектердің бойындағы ерекше қабілеттілікті, дарындылықты тани білу, оның одан әрі дамуына бағыт-бағдар беру, оны сол бағытта жетелеу — ұстаз парызы.

Сол себептен де білім сапасын арттыру, оқушылардың дарындылығын айқындап, денсаулығы мықты, шыдамды, салауатты өмір салтын ұстанатын тұлға тәрбиелеу — әрбір ұстаздың міндеті. ХХІ ғасырдың зерделі, дарынды, жан-жақты жеке тұлға қалыптастыруда тәрбие беру мәселесі мемлекетіміздің басты назарында.

Алматы қаласы Алатау ауданы №151ЖББМ дене шынықтыру пәнінің мұғалімі:  
Шереханов Жасұлан Өмірбекұлы

**ҚМ АА** Куәлік нөмірі: **KZ45VPY00102718** — ҚР Мәдениет және Ақпарат министрлігі

© 2026 **Bilimger.kz** Ақпараттық-танымдық білім порталы. Барлық мазмұн авторлық құқықпен қорғалған.