

БӨЛІМ: ЖАЛПЫ РУБРИКА

Дене шынықтыру сабағында денсаулық сақтау технологияларын қолдану

ЖАРИЯЛАНДЫ
21.02.2023СІЛТЕМЕ
<https://bilimger.kz/132460/>

Дене шынықтыру сабағында жаңа инновациялық технологияларды пайдалана отырып, оқушылардың қызығушылығын арттыру.

Дене тәрбиесі – дене дамуына, денсаулықты нығайтуға, жұмыс қабілеттілігін жоғарылатуға және ұдайы өзін – өзі, оның ішінде сыртқы, дене пішінін жетілдіруге қажеттілікті қалыптастыруға бағытталған адамды жетілдіру жүйесі. Оқушылар дене-бітімінің дұрыс дамуы, денсаулығының нығаюы, жұмыс қабілетінің артуы сыртқы ортаның қолайсыз жағдайларына қарсы тұруға ықпал етеді. Жақсы денсаулық -адамның еңбек және қоғамның іс-әрекетке жемісті қатысуының маңызды кепілі. Оқушылардың денсаулығына қамқорлық жасауға біздің қоғамымыз мейлінше мүдделі. Сабақтарда, сабақтан тыс уақытта, спорт секцияларында дене тәрбиесін күн сайын ұйымдастырып, қолайлы жағдайлар жасау 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 шынықтыру пәнінің басқа пәндерге қарағанда көптеген ерекшеліктері бар. Мұнда негізінен оқушының қабілеті, бейімділігі баса назарда болуы керек. Дегенмен де оқушыларды бейімдеу, қабілетін дамыту, спортқа деген қызығушылығын арттыру жақсы ұйымдастырылған сабаққа байланысты. Сондықтан оқушылардың пәнге қызығушылықтарын арттыру, сабақта тақырыпқа байланысты спорт түрлерінің шығу тарихын, спорт түрлері дамыған елдерді спорттың әр саласындағы белгілі спортшылар

өмірін алуға болады. Сол себептен мұғалім сабақты тартымды етіп теория мен практиканы ұштастыруында жаңа инновациялық технологиялардың тиімділігі баса назарда болуы қажет. Бұл мұғалім мен оқушы арасындағы қарым-қатынас, сабақты жақсы оқитын, спортқа бейім оқушылармен белсенді жұмыс істеп қана қоймай, барлық баланың дамуы үшін қолайлы жақсы ойлар туғызып, қабілеті жеткен жерге дейін еңбек етуін ойластыру тиіс. Барлық оқушылар өз қабілетін ең төменгі жеңіл тапсырмаларды орындаудан бастайды, оларды міндетті түрде толық орындап болғаннан кейін ғана, келесі күрделі деңгейдегі жаттығуларды орындауға көшіп отырады. Бұл оқушылар арасындағы бәсекелестікті және әр оқушының өз қабілетіне, қызметіне сәйкес жоғары деңгейге көтерілуіне толық жағдай жасалады.

Жаңаша әдістерді сабақтарда үнемі қолданысқа енгізуде теория мен практиканың ұштасуына мән бергенде ғана жұмыстың мазмұндылығы көріне алады. Осы бағыттарда сын тұрғысынан ойлау және деңгейлеп оқыту технологияларының тиімді әдістерін дене шынықтыру пәнінде қолдануды ұсынамын. Алдымен «Дене шынықтыру пәні не береді?» –деген сұраққа:» Қимыл қозғалысты береді. Машықтандыру. Дене мәдениетін қалыптастыру. Денені шынықтыру, тәрбиелеу. Жалпы дамыту жаттығуларын меңгертеді. Мемлекеттік стандарттық бағдарламаны жоспарлай білуді, нормативтік тест жаттығуларды игертуді береді.

Дене тәрбиесі сабағында сын тұрғысынан ойлау технологиясын тиімді пайдалануға да болады. Осы технологияның шығармашылық бөлігін басшылыққа ала отырып, ой толғау жасауға болады (мысалы, дене шынықтыру сабағын ойын түрінде ұйымдастыру), сол арқылы, оқушылардың бейімділігін арттыруға болады. Күтілетін нәтиже — дене тәрбиесі пәніне деген қызығушылықтарының

артуы. Себебі дене тәрбиесімен айналысатын адам өзін әрқашан сергек сезінеді. Ал сергек адамның өмірге көзқарасы ерекше. Спорт қайратты қажет етіп, өмірге құштарлықты арттырады. Әрбір мұғалімнің оқытуға, үйретуге өз тұғырнамасы болуы қажет. Олар мыналар:

Әр оқушының білім деңгейін, қабілетін, мүмкіншілігін түсіну;

Оқушының бойындағы жетістіктері мен кемшіліктерін қабылдау;

Оқушыларға қиындықтарды жеңуге, кемшіліктерден арылуға көмектесу;

Ойын элементтерін, әдістерін деңгейлеп орындату арқылы оқушылардың тапсырмаларды орындауда жинаған ұпайларын «даму мониторингі» кестесіне белгілей отырып, оқушы біліміне талдау жасап отыру қажет. Өтілетін тақырыптарға байланысты қызықты сергіту ойындарын ойнатудың да сабақ барысының сапасын арттыруға ықпалы көп. Атап айтсам: «Кім шапшаң?», «Көңілді ойындар!», «Мен чемпион!», «Санамақ» сонымен қатар қозғалмалы ойындар және ұлттық ойындарды сабақта түрлендіріп

өткізуге машықтандыру.

Сонымен, дене шынықтыру пәнінде жаңа инновациялық технологияларды қолданудың орны орасаң болары хақ. Оқушылардың пәнге деген қызығушылығын арттырып, білім сапасын көтеруге сыныптан тыс спорттық шаралардың да маңызы зор. Соның ішінде қазақтың ұлттық ойындары мен қозғалмалы ойындарын, әр түрлі жарыстарын, тоғызқұмалақ, арқан тартыс, асық ату, аударыспақ сынды ойын түрлерін өткізіп отыру керек. Осындай жұмыстарды жүргізу нәтижесінде оқушылардың белсенділігі артып, спортқа деген бейімділігі қалыптасады. Оқушылардың танымдық қабілеттерін артырып, салауатты өмір сүру, адам денсаулығы осы спортқа байланысты екендігін түсінеді. Нәтижесінде оқушылардың білім сапасы артып, оқу тоқсандарында жоғары сапаға қол жеткізуге болады.

Ең бастысы, оқу үрдісінде міндетті пәндерде оқушылардың теориялық білімін әлеуметтік тұрғыдан қалыптастыруға мән беру керек. Нәтижесінде әр оқушының білімі, қабілеті қалыптасады, оқушының бойындағы жетістіктері көрінеді, оқушылар қиындықтарды жеңеді, әлеуеті артады, жан-жақты дамуға қол жеткізеді.

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

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