

Дене шынықтыру мұғалімінің есебі
Карабаев Санат жанбырбаевич
2023-2024 оқу жылында атқарылған жұмыстар туралы

Өзін-өзі тәрбиелеу тақырыбы: интеллектуалды ауытқулары бар балалардың физикалық қасиеттерін дамытудағы ашық ойындардың орны мен рөлі

Мақсаты: интеллектуалды ауытқулары бар балалардың физикалық қасиеттерін дамытудағы ашық ойындардың рөлін анықтау

Тапсырмалар:

1. Оқушыларды дене шынықтыру жаттығуларының әртүрлі түрлеріне тарту, осы жұмысқа гимнастика мен дене шынықтыру минуттарын өткізу үшін мектеп педагогикалық ұжымын тарту.
2. Білім алушылардың жалпы дене дайындығын дамыту.
3. Мектепшілік жарыстар мен дене шынықтыру мерекелерін өткізу нысандарын әртараптандыру.
4. Оқушыларға жеке үлгі ретінде салауатты өмір салтын қалыптастыруға ықпал ету үшін мектеп мұғалімдерін спорттық іс-шараларға тарту.

Қыркүйектен бастап, I тоқсанның басталуымен жеңіл атлетика сабақтары басталады. Негізінен барлық сыныптар мектеп алаңында жүгіру түрлерімен айналысады, ашық ойындар, футбол, волейбол ойнайды. Екінші тоқсанда біз гимнастикамен айналысамыз. Жабдық жаңа, бірақ негізінен мектепте снарядтар жетіспейді. Бұл төсеніштер, гимнастикалық ешкі. Үшінші және төртінші тоқсанда біз әртүрлі спорттық ойындарды үйренеміз.

Оқушылармен сабақтар барлық физикалық қасиеттерді дамыта отырып, кешенді түрде құрылады: күш, жылдамдық, ептілік, икемділік, төзімділік. Білім алушылар жылына екі рет физикалық мүмкіндіктер мен дайындық деңгейін бақылауға ықпал ететін тест тапсырады. Тесттер олардың мүмкіндіктеріне сәйкес таңдалады және олардың жасына және нормаларына бейімделеді. Әр тоқсан сайын 5-9 сынып бағдарламаның бөлімдері бойынша нормативтерді тапсырады мысалы: жеңіл атлетика - жүгіру, доп лақтыру, кросс, ұзындыққа және биіктікке секіру (орнынан), спорттық ойындар-баскетболда дриблинг, допты себетке лақтыру, волейбол-аймақтарға беру, допты жұппен беру және т. б.

Оқушылар спорт секциясына охотыласпен қатысып, жарыстарда өнер көрсетеді. Менің ойымша, дене шынықтыру басқа пәндер арасында басым орындардың бірін алады. Бұл оқушылардың өзіне, денесіне сауатты көзқарасын қалыптастыратын, ерікті және моральдық қасиеттерді тәрбиелеуге, денсаулықты нығайту және өзін-өзі жетілдіру қажеттілігіне ықпал ететін жалғыз пән.

Тәжірибеде қолданамын:

- * оқыту формалары-фронтальды, топтық, жеке;
- * Оқу құралдары - дене жаттығулары (гимнастика, жеңіл атлетика, спорт ойындары, ашық ойындар);
- * оқыту әдістері - практикалық әдістер (бөліктерді үйрену, жалпы үйрену, ойын, бәсекеге қабілетті), сөзді қолдану әдістері (әңгіме, сипаттама, түсіндіру, әңгіме, талдау, тапсырма, нұсқау, бағалау, команда, санау), көрнекі қабылдау әдістері (көрсету, көрсету, дыбыстық сигнал беру). Сабақтағы жүктемені мөлшерлеу ерекше назар аударуды қажет етеді, сондықтан мен жасын, жынысын, дене

шынықтыруын және медициналық тексеру деректерін ескере отырып, оқушыларға сараланған тәсілді ұстанамын.

Оқушылардың негізгі бөлігі дене шынықтырудың орташа деңгейіне ие. Өзара сыйластық, сенім және ашықтық ортасын құру үшін мен:

* Баланы жаңасын орындаудағы әрбір жаңа қадамы үшін мадақтау дене жаттығулары.

* Сабақтың қарқынын бақылаймын, даму деңгейі төмен білім алушыларға өз күшіне сенуге көмектесемін.

* Мен бүкіл сыныпты көз алдымда ұстаймын.

* Әсіресе назары тұрақсыз адамдарға назар аударыңыз.

* Сабақта тәртіпті бұзуға тырысудың алдын алыңыз.

* Білім мен дағдыларды бағалауға түрткі бола отырып, мен оқушыға тағы не істеу керектігін айтамын. Мен сабақты сынып пен жеке оқушылардың жұмысын жалпы бағалаумен аяқтаймын.

Әрбір мектеп жарысына ереже, мектеп дәрігері куәландырған өтінімдер, хаттамалар жасалады, нәтижелер кестесі толтырылады, грамоталар дайындалады және сыйлықтар беріледі. Қорытындылар жалпы мектеп қатарындағы оқушыларға жеткізіледі, сол жерде марапаттар беріледі. Оқушылардың танымдық қызығушылық деңгейі, менің ойымша, өте жоғары. Алайда, орта мектепте ол біршама төмендейді. Жоғары сынып оқушыларының танымдық қызығушылығының төмендеуінің негізгі себептері жасқа байланысты физиологиялық және психологиялық өзгерістерге байланысты. Бұл проблемаларды жеңудің жолдары белгіленген: зерттелетін материалды нақты құрылымдау, қызықты өмірлік мысалдарды, ойын жағдайларын, тренингті, жылыту ойындарын, мини – спартакиадаларды пайдалану. Бір жыл ішінде мектептегі роботтар мен барлық балаларға дене шынықтыру сабақтары ұнайтынын атап өттім. Балалар мақсаттарға жетуде табандылық, өзара көмек сезімі сияқты қасиеттерді көрсетеді, бұл әсіресе ойын әрекеттерінде және жарыстарға қатысуда көрінеді. Білім алушылар дұрыс емес істермен айналысады

Келесі жылға арналған жоспарлар:

1. Ақыл-ойы бұзылған оқушылардың танымдық іс-әрекетінің және эмоционалды-ерікті саласының кемшіліктерін барынша жоюды жүзеге асыру,
2. Қажетті білім, Дағдылар мен дағдыларды қалыптастыру, оқу дағдыларын қалыптастыру.
3. Балаларды қалалық, республикалық деңгейдегі жарысқа дайындау

2023-2024 жылдары келесі іс-шаралар өткізілді:

Қыркүйек	5-7 сыныптар арасындағы" Көңілді қабаттар"
Қазан	Күзгі жеңіл атлетика 5-9 сыныптар арасындағы кросс
Қараша	Пионерболдан мектеп жарысы
Қаңтар	футзалдан мектеп жарысы
Ақпан	" Спорттық эстафетасы "
Сәуір	Көктемгі жеңіл атлетика кроссы
Мамыр	Спорттық ойындар Волейбол

Мұғалімнің жетістіктері 2023-2024 оқу жылы			
«Педагогикалық идеялар фестивалі»		I дәрежелі диплом	Аудандық
«Педагогикалық идеялар фестивалі»		I дәрежелі диплом	Облыстық
«Педагогикалық идеялар фестивалі»		II дәрежелі диплом	Республикалық
«Ұстаз - 2024» аудандық спартакиада		II дәрежелі диплом	Аудандық
«Мектеп ғылымы: қазақ халқының мәдени мұрасы мен салт-дәстүрлерінің заманауи ғылыми зерттеулері» YI халықаралық қашықтық онлайн-конференциясына қатысушыларды дайындағаны үшін		Алғыс хат	Аудандық
«Ұлағат» дамушы ұстаздар орталығы «ЖАҢА ЗАМАНҒА –ЖАҢАШЫЛ ПЕДАГОГ» атты Республикалық тәжірибелік семинар-тренингте білім алмасып және біліктілігін арттырып,: Оқытудың инновациялық әдіс-тәсілдері: Тәжірибелік – авторлық дидактикалық әдістер: Сабақ өту барысын жеңілдететін платформалар : Заманауи педагог қалыптастыру жолдары: тақырыптарын меңгергендігін растайды.		Сертификат	Республикалық
Оқушылар жетістіктері 2023-2024 оқу жылы			
Балғожина Дильназ	«Зерде»	I дәрежелі диплом	Аудандық
Кабиден Райхан	«Зерде»	I дәрежелі диплом	Аудандық
Балғожина Дильназ	«Зерде»	I дәрежелі диплом	Облыстық
Кабиден Райхан	«Зерде»	I дәрежелі диплом	Облыстық
Балғожина Дильназ	«Зерде»	II дәрежелі диплом	Республикалық
Кабиден Райхан	«Зерде»	II дәрежелі диплом	Республикалық
Тажиханов Жаһангир	Грек-рим 48 кг	II дәрежелі диплом	Аудандық
Тажиханов Жаһангир	Грек-рим 50 кг	I дәрежелі диплом	Аудандық
Тажиханов Жасурбек	Еркін күрес 32 кг	III дәрежелі	Аудандық

		диплом	
Тажиханов Жасурбек	Еркін күрес 29 кг	ІІІ дәрежелі диплом	Аудандық
Сәлік Әбуханиф	Еркін күрес 29 кг	ІІ дәрежелі диплом	Аудандық
Сағынышұлы Ералы	Футзал	ІІІ дәрежелі диплом	Аудандық
Тажиханов Жасурбек	Футзал	ІІІ дәрежелі диплом	Аудандық
Балабатыров Жандос	Футзал	ІІІ дәрежелі диплом	Аудандық
Серкеш Асадуллаһхамза	Футзал	ІІІ дәрежелі диплом	Аудандық
Сәлік Әбуханиф	Футзал	ІІІ дәрежелі диплом	Аудандық
Кенжеболат Нияз	Футзал	ІІІ дәрежелі диплом	Аудандық
Тажиханов Жаһангир	Футзал	ІІІ дәрежелі диплом	Аудандық
Кушкунбай Нурдаулет	Футзал	ІІІ дәрежелі диплом	Аудандық
Кабиден Райхан	«Мектеп ғылымы: қазақ халқының мәдени мұрасы мен салт-дәстүрлерінің заманауи ғылыми зерттеулері» ҮІ халықаралық қашықтық онлайн-конференциясына қатысқаны үшін	Сертификат	Облыстық
Балғожина Дильназ	«Мектеп ғылымы: қазақ халқының мәдени мұрасы мен салт-дәстүрлерінің заманауи ғылыми зерттеулері» ҮІ халықаралық қашықтық онлайн-конференциясына қатысқаны үшін	Сертификат	Облыстық

Мұғалім: Қарабаев С.Ж