**Дене тәрбиесі бойынша сыныптан тыс жұмыстар**

Оқушылардың сыныптан тыс уақытындағы жұмыстары мектептегі дене жаттығуларымен ұйымдасқан түрде айналысу жүйесін құрайды.

Маңызы. Сыныптан тыс жұмыс барысында пайдаланылатын құралдар мен әдістердің, жаттығуларды ұйымдастыру формаларының көп жақтылығы оқушылар дене тәрбиесінің негізгі міндеттерін толық және сапалы шешуге жәрдемдеседі.

Міндеттері. Оқушылардың дене тәрбие-

сі жүйесіндегі орнын және тәрбиелік білімділік мүмкіндіктерін есептей отырып, сыныптан тыс жұмыстарға:

-Дене жаттығуларымен жүйелі айналысуға мүмкіндігінше оқушылардың көпшілігін тартуға;

-Оқу материалын сапалы игеруге деген мүмкіндіктерді кеңейтуге және дене шынықтыру пәні бойынша үлгерімді арттыруға;

-Күнделікті қызметте сауықтыру мақсатында дене тәрбиесі құралдарын жеке-дара қолдана білу біліктілігі мен дағдыларын қалыптастыруға, ақыл-ойдың шаршауын болдырмауға, жеке өз денесін жетілдіруге және бос уақытын пайдалы өткізуге;

-Президенттік сынамалар нормативтері мен талаптарын орындауға дайындықты қамтамасыз етуге;

Шағатаева Меруерт Махсұтбекқызы

Туған жылы – 1971 жыл 26 қаңтар

Білімі – жоғары ТКПИ 1994 жыл

Мамандығы – дене тәрбиесі пәнінің мұғалімі

Еңбек өтілі – 17,3 жыл

Қызмет орны - Дарынды балаларға арналған үш тілде оқытатын М.Арын атындағы №24 «Экономика және бизнес» арнаулы лицейі

-Тиісті жасқа сәйкес спорттық классификациялық нормалық талаптары деңгейіндегі нәтижелерге жетуге және спорттық мамандануды таңдауға;

-Таңдаулы спортшыларды анықтауға және оларды мектеп командасының құрамында мектептен тыс жұмыстарға қатынасуға дайындауға;

-Қоғамдық дене шынықтыру белсенділерін дайындауға жәрдемдеседі;

Жұмысты ұйымдастыру. Сыныптан тыс Оқушылардың сыныптан тыс уақытындағы жұмыстары мектептегі дене жаттығуларымен ұйымдасқан түрде айналысу жүйесін құрайды.

Маңызы. Сыныптан тыс жұмыс барысында пайдаланылатын құралдар мен әдістердің, жаттығуларды ұйымдастыру формаларының көп жақтылығы оқушылар дене тәрбиесінің негізгі міндеттерін толық және сапалы шешуге жәрдемдеседі.

Міндеттері. Оқушылардың дене тәрбие-

сі жүйесіндегі орнын және тәрбиелік білімділік мүмкіндіктерін есептей отырып, сыныптан тыс жұмыстарға:

-Дене жаттығуларымен жүйелі айналысуға мүмкіндігінше оқушылардың көпшілігін тартуға;

-Оқу материалын сапалы игеруге деген мүмкіндіктерді кеңейтуге және дене шынықтыру пәні бойынша үлгерімді арттыруға;

-Күнделікті қызметте сауықтыру мақсатында дене тәрбиесі құралдарын жеке-дара қолдана білу біліктілігі мен дағдыларын қалыптастыруға, ақыл-ойдың шаршауын болдырмауға, жеке өз денесін жетілдіруге және бос уақытын пайдалы өткізуге;

-Президенттік сынамалар нормативтері мен талаптарын орындауға дайындықты қамтамасыз етуге;

-Тиісті жасқа сәйкес спорттық классификациялық нормалық талаптары деңгейіндегі нәтижелерге жетуге және спорттық мамандануды таңдауға;

-Таңдаулы спортшыларды анықтауға және оларды мектеп командасының құрамында мектептен тыс жұмыстарға қатынасуға дайындауға;

-Қоғамдық дене шынықтыру белсенділерін дайындауға жәрдемдеседі;

Жұмысты ұйымдастыру. Сыныптан тыс дене шынықтыру мейрамдарынан көрінеді.

Топтық сабақтарды өткізудің әр түрлілігі. Оқушылар контингентінің, жастарының, дене шынықтыруға қызығушылығының, дене дайындығының бірыңғай еместігі сыныптан тыс сабақтарды бірнеше түрде ұйымдастыру қажеттілігіне негіз болады.

Көпшілік дене шынықтыру шаралары. Ұйымдастырылуының тиімділігі, қатысушылар іс-әрекетінде қатал шектелудің болмауы, жеке ерекшеліктер мен сезімнің кең көрініс беру мүмкіндігі әр түрлі жастағы оқушылардың көпшілік дене шынықтыру шараларына қатынасуына жағдай жасайды.

Туристік жорықтар сауықтыру, білімділік және тәрбиелік міндеттер жиынтығын шешуге мүмкіндік тудырады: дене қабілеттерін анықтау, шынығуды қалыптастыру, өздері өткізетін жорықтарды ұйымдастыру және оларды өткізу үшін қолданбалы білім-дағдыларды қалыптастыру. Осы міндеттерді шешу табиғаттың жаратылыс күшін және қозғалудың белсенді тәсілдерін кең пайдаланумен, қатынасушылар үшін белгіленген ережелерге бағыну, жорық қиындықтарын жеңу қажеттілігімен және туған өлкенің тарихымен танысуға деген жорықтың тақырыптық бағыттылығымен қамтамасызетіледі.

Жарыс оқу-тәрбие ісінің бөлінбейтін бір бөлігі болып табылады.

Міндеттері: а) оқушылардың дене дайындығының артуына жәрдемдесу; ә) спорттық классификацияны және Президенттік сына малар нормативтерін орындау мүмкіндігін қамтамасыз ету; б) мектептегі спорттық жұмыстардыңсапасын дәл бағалау; в) күшті спортшыларды және таңдаулы командаларды анықтау; г) дене шынықтыруды насихаттауға жәрдемдесу.

Сынақтың сипатына байланысты жарыстар жекелей (әрбір қатынасушының орны анықталады), командалық (тек командалардың орны) және жекелей-командалық, т.б. болуы мүмкін.

Дене шынықтыру мейрамдары – бұл дене шынықтыруды насихаттауға жәрдемдесетін, көңіл көтеру және жетістіктерді көрсету сипатындағы көп көрермендерді қамтитын шара. Олардың еңбасты міндеттері – мектеп ұжымының табыстарын көрсету, белгілі кезеңдегі жұмыс қорытындысын шығару. Мейрамдар, әдетте ел өміріндегі, халықаралық спорттық, мектеп ұжымының өміріндегі аса маңызды оқиғаларға, елеулі, маңызды күндерге арналады.

Мейрамның құрамдас бөліктері: а) салтанатты ашылуы (шеру және барлық қатынасушылардың сапқа тұруы, қатынасушыларға арналған құттықтау сөздер); ә) жарыс жеңімпаздары мен дене шынықтыру белсенділерін мадақтау; б) көрермендердің көңіл көтеруі және конкурстармен, көпшілік қатынасқан ойындармен, шақырылған спорт майталмандарымен, мектептің таңдаулы спортшыларының өнер көрсетуімен алмасатын оқушылардың жаппай өнер көрсетуі және т.б. в) салтанатты жабылуы (мейрамда үздік өнер көрсеткендерге сыйлықтар тапсырып, марапаттау, қатынасушылардың қорытынды шеруі).