



## **Азис Абдыкеримов атындагы орто мектебинин дене-тарбия ийриминин жобосу**

### **1. Жалпы жобо**

Дене-тарбия ийримине мектептин 5-классынан 11- класска чейинки балдар жана кыздар катыша алышат.

Бул ийрим балдардын денесин, дене сапаттарын жана ден соолугун чыңдоо максатында атайын аткарылуучу иш аракет.

Дене тарбия ийрими окуучулардын турмушка денесин чың кылып даярдоо боюнча аткарылуучу социалдык ишмердүүлүктүн бир түрү.

Дене тарбия ийрими мектептин уставынын негизинде атайын түзүлгөн иш планын алкагында жумасына беш саат иш алып барат.

Дене тарбия ийримин рухий баалуулуктар катары дене маданияты теориясын, атайын иштелип чыккан дене тарбия ыкмасын (методикасын), спорттук илимдин өнүгүшүн билген жана атайын даярдыгы бар адистер өткөрө алышат.

Дене тарбия ийрими коомдун маданиятынын бир бөлүгүн, б.а. коом топтогон окуучулардын кандайдыр бир ишмердүүлүккө даярдоодогу, алардын физикалык абалын оптималдаштыруудагы иш-аракетин жана анын негизинде окуучулардын жөндөмүн өрчүтүү процесси.

### **2. Дене тарбия ийриминин максаты:**

**Дене тарбия ийриминин негизги максаты бир катар факторлордун тийгизген таасирин эске алуу менен аныкталат.**

**Алардын катарына:**

- коомдогу дене тарбияга коюлган талаптын деңгээли ;
- окуучулардын физикалык жактан өнүгүү мыйзам ченемдүүлүгү;
- коомдогу прогрестин деңгээли;
- жашоо образынын калыптануу деңгээли ж.б. кирет.

Дене тарбия ийриминин максаты аталган факторлорду толук эске алуу менен аныкталса гана өзүнүн максатына жетет.

Дене тарбия ийрими окуучуларды тарбиялоонун бир түрү болгондуктан, анын максаты жалпы тарбия берүү максаты менен тыгыз байланышта болот.

Дене тарбия ийриминин максаты- окуучуларды руханий баалуулуктун, адептик-ыймандык, тазалыктын негизинде алардын физикалык жактан ар тараптан жетилишин камсыз кылып тарбиялоо катары аныкталат.

### **3. Дене тарбия ийриминин милдеттери:**

Дене тарбия ийриминин милдеттери эки чоң багыт менен байланышып аныкталат жана теорияда ал **жалпы жана атайын** милдеттер тобу катары классификацияланат:

#### **Жалпы милдеттердин курамына кирген:**

##### **1. Ден соолукту бекемдөө милдети:**

- ден соолукту чындоону;
- дене сапаттарын өрчүтүүнү;
- дене келбетин жакшыртууну;
- организмдин функционалдык мүмкүнчүлүктөрүн жогорулатууну туюндурат.

##### **2. Билим берүү милдети:**

- атайын билим түрмөгүн өздөштүрүүнү;
- билгичтиктерди жана көндүмдөрдү өрчүтүүнү көздөйт.

##### **3. Тарбиялык милдет:**

- акыл-эске тарбиялоого салым кошууну (акыл сапаттарын , ой жүгүртүүнү өрчүтүү);
- рухний тарбиягасалым кошууну (коомдо өзүн алып жүрүү нормаларын жана мамилелерин өздөштүрүү);
- эстетикалык тарбияга салым кошууну (сулуулукту көрө билүүнү, аны баалоону жана түзүүнү өздөштүрүүнү);
- эмгекке тарбиялоого салым кошууну (өндүрүштүк, элементардык жана акыл эмгектерин өздөштүрүүнү ) көздөйт.

##### **4. Спорттук милдет:**

- өтө чарчап-чалыгууга чыдамкайлуулукту өрчүтүүнү;
- спорттук тайманбастыкты, кажыбас күрөшкө психологиялык жактан даярдоону;
- спорттун бир түрүн өздөштүрүүгө даярдоону;
- спорттук жакшы натыйжаны жаратууга даярдоону көздөйт.

## **Атайын багыттагы милдеттердин курамына кирген:**

### **1. Уюштуруучулук милдет:**

- дене тарбия көнүгүүлөрүн системалуу түрдө дайыма аткарууга даярдоону;
- дене тарбия инструкторлорун даярдоону;
- дене тарбия үгүттөөчүлөрдү (агитаторлорду) даярдоону;
- дене тарбия менен байланышкан уюштуруучулук компетенцияларды калптандырууну көздөйт.

### **2. Турмушка даярдоо милдети:**

- адистик-прикладдык физикалык даярдыкка ээ кылуу;
- аскердик-прикладдык физикалык даярдыкка ээ кылуу;
- эмгектик физикалык даярдыкка ээ кылуу;
- коомдук спорттук жана дене тарбиячылык ишке руханий-психологиялык даярдыкка ээ кылууну көздөйт.

### **2. Методикалык милдет:**

- окууту жана машыгуу процесстерин методикалык негиздери менен таанышуну;
- коргоо, жардамдашуу, көрсөтүү, айтып берүү менен байланышкан жөнөкөй ыкмаларды өздөштүрүүнү;
- өз алдынча үйрөөнүү, бири-бирине үйрөтүү менен байланышкан жөнөкөй ыкмаларды өздөштүрүүнү;
- өздөштүргөн ыкмаларды колдоно билүүгө жетишүүнү көздөйт.

### **4. Дарылоо милдети:**

- Дене бой келбетин калптандыруу;
- Организмдин кээ бир функцияларын өрчүтүүнү;
- Жаракат алуунун айынан жоготулган кээ бир функцияларды калыбына келтирүүнү;
- Ишке жарамдуулукту (работоспособность) калыбына келтирүүнү көздөйт.