

УДК 796.011.1

ДЕНЕ ТАРБИЯ БАГЫТЫ БОЮНЧА ЖОЖДОГУ БИРИНЧИ КУРСУНУН
ЫҢГАЙЛАШУУСУ
АДАПТАЦИЯ СТУДЕНТОВ ПЕРВОГО КУРСА ПО НАПРАВЛЕНИЮ ФИЗИЧЕСКАЯ
КУЛЬТУРА И СПОРТ В ВУЗАХ
ADAPTATION OF FIRST – YEAR STUDENTS IN THE DIRECTION OF PHYSICAL
TRAINING IN HIGHER EDUCATIONAL INSTITUTIONS

*Алиев И.Т., Момбаев С.М., Тиленчиев Ю.Р. Салаев А.Ж.
ЖАМУ, Дене тарбия жана спорт кафедрасынын улук окутуучулары.*

Анотациялар: Бул макалада Жогорку окуу жайларынын турмушунун практикасы көрсөткөндөй ЖОЖдордун көйгөйлөрүн чечүү биринчи курстагылардын даярдыксыздыгына, баарынан мурда психологиялык жактан, жогорку мектептин бардык укладына тез ыңгайлашуусу жөнүндө жазылган.

В этой статье описываются факторы, определяющие физкультурно-спортивную активность и проблемы совершенствования процесса физического воспитания студентов.

This article describes the factors that determine the physical-sports activity and problems of improving the process of physical education.

Жогорку окуу жайларынын турмушунун практикасы көрсөткөндөй ЖОЖдордун көйгөйлөрүн чечүү биринчи курстагылардын даярдыксыздыгына, баарынан мурда психологиялык жактан, жогорку мектептин бардык укладына тез ыңгайлашуусуна барып такалат. Бул өзгөчө окутуунун заманбап технологияларын окуу жараянына киргизүү аракеттеринде айкын көрүнөт. Мында ЖОЖдун ишиндеги эң маанилүү милдеттердин бири - биринчи курстагыны окуунун жана турмуштун ал үчүн жаңы шарттарына көндүрүүнүн натыйжалуу жолдорун жана усулдарын издөө.

Белгилүү болгондой, дене тарбия институттарындагы көйгөйлөрдүн бири болуп, спорттук - педагогикалык жана теориялык кафедралардын ишин туура айкалыштыруу эсептелет. Абитуриенттер, ал тургай, орто билим берүү мектептерин жана өспүрүмдөрдүн спорттук мектептерин ийгиликтүү бүтүргөндөр деле, дене - күч даярдыгы боюнча элементардык талаптарды же мурдагы мезгилде тапшырылуучу ГТО нормативдерин аткарууга жөндөмсүз болушууда. Көпчүлүк учурларда зарылдыктын элементардык түшүнүктөрү деле калыптанган эмес, мисалы, дене - тарбиялык сабаттуулукка үйрөтүү жараянынын башталышы - машыгуу сабактарын баштоо алдындагы строй түзүү да өткөрүлбөй калат.

"Адистикке киришүү"- керектүү курс, аны окууга, эреже катары ректор, проректор, декандар, кафедра башчылары тартылышат. Бирок сааттардын чектелгендиги, ошондой эле (биз аны каалабайбызбы же жокпу) окутуунун пассивдүү формасы студенттерди ЖОЖдогу алгачкы кадамынан баштап турмушка көбүрөк активдүү тартуу боюнча биринчи курстагылар менен иштөөнүн жаңы ыкмаларын издөөгө мажбурлайт.

Мына 17 - жылдан бери эле ЖАМУнун базасында биз спорттук - ден соолук чындоо ишин жана спорттук жыйындарды өткөрүп келебиз. 1-5 курстардын студенттери зарыл спорттук курулуштары, сүзүү бассейндери, ошондой эле талап кылынса спорттук залдары бар жерлерге 15 - 20 күнгө спорттук - окуу жыйындарына чыгып келишет. Бул жыйындын уюштуруу структурасы - даярдоочу: кафедралдык принцип боюнча тайпалар эреже катары, окутуу жана машыктыруу үчүн жооп берүүчү жана бул академиялык тайпа менен

бардык 4 - жыл бою иштеп жатышкан спорттук мектептин машыктыруучулары менен бирдикте башчылык кылып, насаатчылык кызматты аткарат. Турууну, жатууну, машыгууга убакытты (2 - саат адатта бул спорттук клубдардагы, балдардын жана өспүрүмдөрдүн олимпиадалык - резервдик мектептериндеги окуу - машыгуу сабактары), түшкү тамактан кийинки эс алууну караган каттуу күн тартиби түзүлгөн. Бардык сабактарда, адат боюнча, спорттук көнүгүүлөр аткарылат, андан кийин гана тизим строй кароосу өткөрүлөт. Мындан башка футбол, баскетбол, жеңил атлетика, сууда сүзүү ж.б. боюнча сабактар уюштурулат.

Мындай жыйындар биринчи курстагылар өз ара танышуу үчүн эң сонун мүмкүндүктү, ал эми окутуучуларга, машыктыруучуларга - алардын инсандык өзгөчөлүктөрүн үйрөнүү, кызыкчылыктарын жана максаттарын аныктоо үчүн мүмкүнчүлүк түзөт. Ушул эле жыйындарда психология кафедрасынын окутуучулары студенттин керт - башын изилдешет (үйрөнүдөн кийин). 2-3 жумадан кийин таанышуу мезгили аяктайт жана академиялык тайпаларда старосталарды, профоргдорду, физоргдорду шалоолор өтөт. Спорттук - эмгектик жыйындарды өткөрүүнүн көп жылдык практикасы өзгөчө биринчи курстагыны ЖОЖдун турмушуна алгач көндүрүү бөлүмүндө алардын зор натыйжалуулугун көрсөттү.

Биринчи курсунун студенттерин спорттук дене каражаттары аркылуу тарбиялоодо биз дагы төмөндөгү жагдайды аныктадык: Дене тарбиянын приоритеттик багыттарынын бири болуп, дене маданияты, анын руханий маданияты менен байланышкандыгын жайылтуу б.а. (пропагандалоо) актуалдуулугу кала берет. Дене маданиятын жайылтуусун өнүктүрүүдө жана өркүндөтүүдө түздөн түз биринчи курсунун студенттерине даректөө зарыл. Анткени бул маселе эң негизги болгондуктан жана денен тарбиянын профилактикасы аркылуу ар түрдүү ооруларды төмөндөтүү жана узак өмүрдү камсыздоо үчүн анын ролун көрсөтүү. Ошону менен бирге эле биринчи курсунун студенттеринин өзүнүн организми жөнүндө билүүгө кызыгуусун жаратуу жана дене тарбия каражаттары аркылуу оорулар менен күрөшүүдө өз алдынча машыгууларды активдештирүүсү эсептелет. Ошол эле мезгилде биринчи курсунун студенттердин тартиби, аң сезими, билимди алуу умтулуусу, денгээли өтө эле начарлаганы байкалат. Ошондуктан спорттук уюмдарында биринчи курстагыларды тарбиялоо жана билим берүү маселелери актуалдуу экенин баса айтабыз:

- Ар түрдүү оору - сыркоонун, чарчап - чаалыгуунун, кырсыктын кесепетинен келип чыккан организмдин убактылуу жоготкон функционалдык мүмкүнчүлүктөрүн калыбына келтирүүгө багытталган иш чара;

- Күнүмдүк турмушта сергек жашоого маанай түзүү. (эрте мененки гимнастика, сейилдөө, активдүү эс алуу, туризм ж.б.).

Адабияттар:

1. Дене маданиятынын теориясы жана негиздери под. ред. И.В. Еркомайшвили Екатеринбург 2004.
2. Гимнастиканын теориясы жана усулу под. ред. И.В. Смолевский 1987.
3. Спорттук физиология под. ред. В.М. Смирнов Москва 2002.
4. Дене маданиятынын жана спорттун педагогикасы под. ред. Ямалетдинова Г.А. Екатеринбург 2013.

Рецензент:

Дооронов У.С. – т.и.к., профессор