

указывает на общий более высокий уровень сформированности речевых навыков в экспериментальной группе. Данные анализа отражены в диаграмме 1.

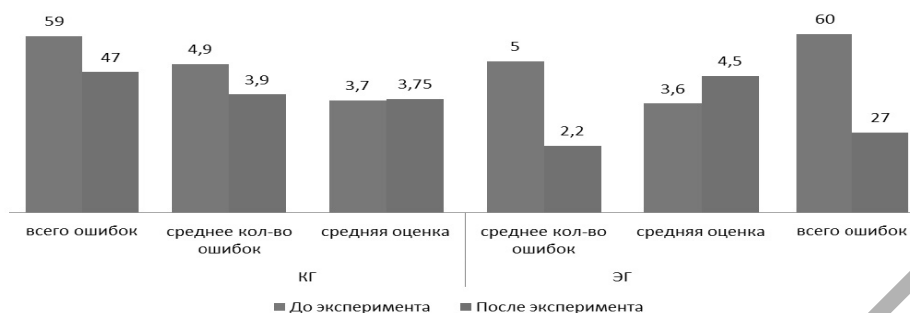


Диаграмма 1. Результаты замера уровня сформированности речевых навыков английского языка в КГ и ЭГ до и после эксперимента

Таким образом, количество ошибок в ЭГ уменьшилось с 60 до 27, в КГ - с 59 только до 47. Среднее количество ошибок в ЭГ уменьшилось с 5 до 2,2, а в КГ - с 4,9 до 3,9. Средняя оценка в ЭГ повысилась с 3,6 до 4,5, в КГ же - с 3,7 всего до 3,75. Из полученных результатов ясно видно, что учащиеся экспериментальной группы в ходе обучающего эксперимента в значительной степени повысили навыки говорения на английском языке, благодаря использованию на уроке активных методов обучения.

Использование нетрадиционных технологий, таких как активные методы обучения, таких как case study, brainstorming позволяет сделать уроки более увлекательными и продуктивными. Применение методов активного обучения на уроке дает возможность не только повысить интерес учащихся к изучаемому предмету, развить их творческую самостоятельность и активность, но также способствует развитию речевых навыков.

Литература:

1. Шахгулари В. В. Педагогические основы разработки активных методов обучения в условиях кредитной технологии обучения в вузах Казахстана / Труды 5-й международной научно-практической Интернет-конференции «Преподаватель высшей школы в XXI веке». Сборник 5. – Часть 1. – Ростов н/Д: Рост. гос. ун-т путей сообщения, 2007. С. 375 – 379.
2. Л. С. Выготский. Педагогическая психология. М.: Педагогика. 1991 г.-57с.
3. Рабинович Ф.М., Сахарова Т.Е. Методика обучения иностранным языкам в средней школе. - М.: Просвещение, 1991.-284с.
4. Мынбаева А.К., Садвакасова З.М. Инновационные методы обучения, или как интересно преподавать: Учебное пособие.-Алматы, 2007.-179с.
5. Шахгулари В. В. Методика развития творческих способностей учащихся на спецкурсе «коммуникативная культура педагога» / Актуальные проблемы коммуникации и культуры. Вып. 6. (Часть II). Международный сборник научных трудов. Москва-Пятигорск: Пятигорский государственный лингвистический университет, 2007. – 496 с.

Қошанов Н.Б., академик Е.А. Бөкетов атындағы Қарағанды мемлекеттік университеті, ДШЖС мамандығының 2-курс магистранты

(*Ғылыми жетекші – б.ғ.к, доцент М.Т. Бодеев*)

ТӨМЕНГІ СЫНЫП ОҚУШЫЛАРЫНЫҢ ФУТБОЛ ОЙЫНЫНА ҚЫЗЫҒУШЫЛЫҚТАРЫН АРТТЫРУДЫҢ ТЕОРИЯЛЫҚ МӘСЕЛЕЛЕРІ

Футбол ойыны оқу-жаттығу процесінде орындалатын жүктеме көлемі өзіндік ерекше сипатта, сондай-ақ топтасып және команда болып орындайтын жаттығулар дайындық процесінде басымдылыққа ие болатындығымен ерекшеленеді. Ондай жағдайда спортшының дербес ерекшеліктерін ескеру өте қиын. Ал төменгі сынып жасындағы балалардың дербес

ерекшеліктерін ескермесе, оқу-жаттығу процесі спортшы ағзасына кері әсер етіп, техникалық және тактикалық өсім байқалмауы мүмкін, тіпті ауруға шалдығып, үлкен спортпен қоштасуға тура келеді.

Балалардың футболмен шұғылдануға қызығушылықтарын зерттеу жұмыстары ХХ-ғасырдың 50-жылдарынан басталады. Дегенмен ол еңбектерде қызығушылық, оның басқа мотивтік құрылымдармен байланысы мен қалыптасу жолдары турлаы көзқарастар әртүрлі болды. Мектеп оқушыларының басқа пәндерге деген қызығушылықтарының негізінде дене шынықтыруға деген көзқарастарын қалыптастыруға ұмтылған жұмыстар да кездеседі. Алайда ол жолдардың тиісті деңгейде нәтиже бермейтіндігін атап өту керек. Ғалымдардың біреулері дене тәрбиесі арқылы футбол ойынына деген қызығушылықты қалыптастыру керек десе, басқалары әлеуметтік ортаның маңызын ескеруді ұсынады [1-3].

Дене тәрбиесі және спортқа қызығушылықтың мәнін қарастыруды түрлі авторлар әр қырынан қарастырып, сол итермелеуші күш туралы түсінікті дамытатыны түсінікті. Алайда оны жан-жақты қарастырғандықтан, бірегей көзқарас қалыптастыру да қиындайды. Қызығушылықты қалыптастыру мәселесін қарастырған негізгі басылымдарға жасалған талдауға сүйене отырып, бұл мәселе бойынша зерттеушілердің негізгі ұстанымдарын бөліп көрсетуге болады. Мәселен зерттеушілердің бір бөлігі қызығушылықты қалыптастыруды сабақтың дидактикалық мүмкіндіктерімен байланыстырса, басқалары түрлі факторлардың шарттарымен байланысты дейді. Ал енді біреулері қызығушылықты қалыптастыруға отбасы рөлі тұрғысынан қарастырған [4-5].

Жоғарыда аталған деректерді саралай келе, балғын футболшылардың дайындық жүйесін құру, олардың дербес ерекшеліктерін ескере отырып қызығушылықтарын арттыру мәселелері толыққанды зерттелмегендігін аңғаруға болады. Сонымен қатар төмен сынып жасындағы балалардың ағзаларының қызмет ету, физиологиялық ерекшеліктерін ескере отырып оқу-жаттығу процесін ұйымдастыру арқылы балалардың футбол ойынына деген қызығушылығын арттыру мәселесін теориялық және әдістемелік тұрғыдан оңтайландыру туралы мақсатты жүргізілген жұмыстар кездеспеді.

Төменгі сынып оқушыларының денелік даму деңгейлерін жоғарылату арқылы футбол ойынына деген қызығушылықтарын арттыру мәселесін теориялық және практикалық тұрғыдан шешу, футбол теориясының басты талабы. Ол үшін дене жаттығуларымен шұғылданудың тиімді әдістерін құрып, ықпал ететін ішкі және сыртқы шарттарды ескеру қажет. Себебі ол факторлар қызығушылықты арттырудың тиімді әдіс-тәсілдеріне қойлатын талаптарды айқындайды.

Әр баланың ойынға деген қызығушылығын арттыру маңызды міндет болып табылады, сонымен қатар дене тәрбиесі және спорт саласының табысты қызмет етуінің жаңа бір деңгейі болуына ықпал етеді.

Кейбір ғалымдар қимыл-қозғалыс іс-әрекеттерін қамтамасыз ету заңдылықтарын анықтау маңызды фактор деп санайды. Қимыл-қозғалыс белсенділігін тәрбиелеу тиімділігі көбінесе тәрбиелеуші әсерді қаншалықты ретімен берілуіне байланысты. Ғалымдардың пікірінше қимыл-қозғалыс іс-әрекетіне белсенді әсер ету үшін «сәйкес келу қағидасына» сүйену керек. Яғни берілетін жүктеме ағзаның жұмыс істеу деңгейіне ғана емес, сонымен қатар бүгін берілетін жүктеменің келесі жүктемемен байланысын да ескеруі қажет [6].

Жоғарыда аталған міндеттерді шешу, төменгі сынып жасындағы балалардың футбол ойынына қызығушылығын арттыру мақсатында оқу-жаттығу процесін оңтайландыруға мүмкіндік берді. Ол үшін балалар мен жасөспірімдер футболында жинақталған тәжірибеге сүйене отырып, балалардың оқу-жаттығу процесіндегі дайындық деңгейлері бақылауға алынуы керек.

Балалардың белгілі бір спорт түрімен жүйелі шұғылдануларына дене шынықтыру мұғалімі (жаттықтырушы) мен үйренушінің арасындағы қарым-қатынас әсер ететіні белгілі. Ол қарым-қатынастардың көбінесе оқыту-үйрету шарттарының бағытына байланысты екендігін мұғалімдермен болған сұхбат және жүргізілген бақылаулар көрсетті. Сонымен қатар төменгі сынып жасындағы балалардың қызығушылықтарын қалыптастыруға алған

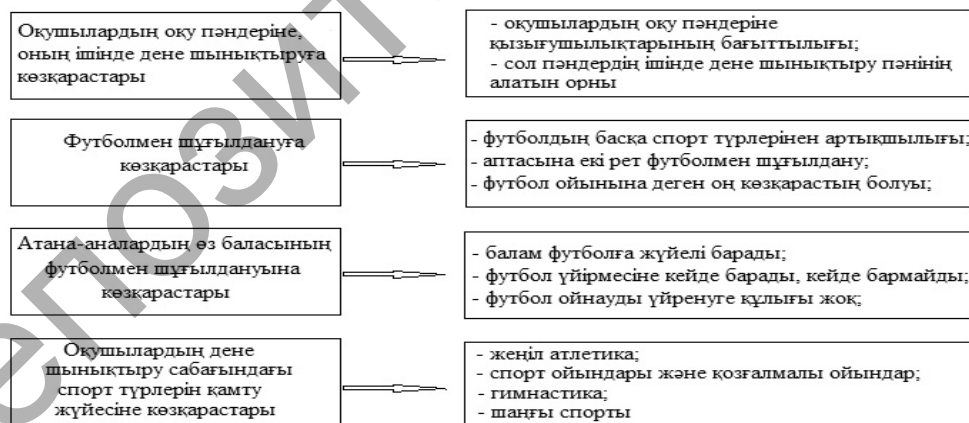
білім емес, іс жүзінде орындалатын әрекет көп ықпал етеді. Міне, осы жерде мына нәрсеге баса назар аудару керек: дене шынықтыру сабақтарында игерілген білім мен біліктілік футбол ойынымен шұғылданған кезде қажет болып табылады. Осы тұрғыдан алып қарағанда, балалардың дене шынықтыруға пән ретіндегі қызығушылықтарын анықтау қызықты мәселе болып саналады.

Сонымен, төменгі сынып оқушыларының пәндік қызығушылықтарының бағытын зерттеу, пәндік қызығушылық динамикасының үрдісін есепке алу керек екендігі анықталды. Ол үрдісті саралайтын болсақ, төменгі сынып жасындағы балалардың дене шынықтыру сабағына деген көзқарастары едәуір өзгереді. Яғни сынып жоғарылаған сайын балалардың дене шынықтыру сабағына деген қызығушылықтары төмендей бастайды және оны көптеген зерттеушілер өз еңбектерінде атап өтеді [7].

Төменгі сынып оқушыларының дене шынықтыруға қызығушылықтарын арттыр түсу үшін, ол қасиеттерді дамыту керек. Жалпы, дене тәрбиесіне деген көзқарасты оқушының бойында механикалық тұрғыдан қалыптастыру мүмкін емес. Себебі дене шынықтыру сабағы – бұл оқушының дене дайындығын қалыптастыратын жалпы міндеттің маңызды құрам-бөлігі болып табылады және оны жетілдіру үшін бірінші кезекте оның әлеуметтік маңызын көтеру керек.

Жалпы алғанда, зерттеу жұмысының материалдары төменгі сынып жасындағы балалардың футбол ойынымен шұғылдануға деген қызығушылығын арттыру үшін дене шынықтыру пәнінің шынайы және жанама көрсеткіштерін нақтылау керек екендігін көрсетті. Өз жұмысымызда психологиялық-педагогикалық ғылымда қолданылатын көрсеткіштер, белгілер мен қасиеттерді пайдаландық. Ол көрсеткіштер (белгілер) балалардың дене шынықтырумен шұғылдануға деген қызығушылықтарының белгісінің болу не болмауы туралы хабар береді. Яғни, мынадай белгілерді (сипаттарды, қасиеттерді) бөліп көрсетуге болады:

- оқушылардың оқу пәндеріне, оның ішінде дене шынықтыру сабағына көзқарастары;
- төменгі сынып жасындағы балалардың футболмен шұғылдануға көзқарастары;
- ата-аналардың өз баласының футболмен шұғылдануына көзқарастары;
- оқушылардың дене шынықтыру сабағында спорт түрлеріне басымдылық беру (1-сурет)



1-сурет. Сабақ кезіндегі дене тәрбиесі және спортпен шұғылдануға деген қызығушылық сипаттарының өзара байланысы

Біздің көзқарасымыз бойынша, аталған көрсеткіштердің өзара байланысы төменгі сынып жасындағы балалардың дене шынықтыру сабағына, сонымен қатар футболмен шұғылдануға деген қызығушылықтарын арттыруды мәнін көрсетуі керек және жоғарыда атап өткеніміздей, балалардың дене шынықтыру сабағына деген көзқарастары арқылы, олардың футболмен жүйелі шұғылдауға деген ұмтылыстарын анықтауға болады. Алдымен балалардың белгілі бір пәндерге деген қызығушылықтарын айқындайтын көрсеткіштерге тоқталатын болсақ, олардың бірнеше пәнді сүйікті пән ретінде таңдайтындарын білеміз.

Олар өздерінің сүйікті пәндерін таңдай отырып, өздерінің бір бағыттағы қызығушылықтарын аңғартады.

Сонымен, оқу-жаттығу процесін ұйымдастыған кезде, төменгі сынып жасындағы балалардың қызығушылығын арттыратын педагогикалық іс-шаралар жүргізуді жақсылап жолға қою керек және ол үшін арнайы курс ұйымдастырған дұрыс. Ол курстарда футбол ойынының басқа спорт түрлерінен артықшылығы, қол жеткізген жетістіктер мен болашақта іске асырылуы керек жоспарлар қарастырылуы керек. Сонымен қатар, балалардың дербес ерекшеліктері: жақсы дамыған дене сапалары мен артта қалушы сапаларды дамытуға арналған үй тапсырмалары берілуі керек.

Әдебиеттер:

- 1.Тлеуғазиев Ю. Адамбеков А. Дене тәрбиесі. Атамұра, 2003ж.
- 2.Железняк Ю.Д., Бондаренко С.В. Развитие статической выносливости как фактор улучшения адаптационности детей 6-7 лет к учебному труду //Теория и практика физической культуры. – М., 1990. – № 10. – С. 32-34.
- 3.Бальсевич В.К. Методологические принципы исследований по проблеме отбора и спортивной ориентации //Теория и практика физической культуры. – М, 1980. – № 1. – С. 31-33.
- 4.Самигуллин Г.Х. Физическое развитие и физическая работоспособность школьников мужского пола 7-17 лет //Проблемы физиологии двигательного аппарата /Казанский университет, 1992. – С. 138-146.
- 5.Адамбеков К.И. Оптимизация тренировочных занятий при подготовке юных футболистов в условиях общеобразовательных школ: Автореф. дис... канд. пед. наук. – М., 1980. –17 с.
- 6.Джанузакв К.Ч. Индивидуализация учебно-тренировочного процесса юных футболистов 16-17 лет на основе педагогического контроля: Автореф. дис... канд. пед. наук. – М., 1982. – 23 с.
- 7.Иманалиев Т.Т. Сопряженная физическая и технико-тактическая подготовка футболистов на этапе спортивного совершенствования: Автореф. дис... канд. пед. наук. – М., 1993. – 24 с.

Муканова Б.М., Карагандинский государственный университет имени академика Е.А. Букетова, факультет физической культуры и спорта, гр. НВП-31, студентка
(*Научный руководитель - к.м.н, доцент Дуанбекова Г.Б.*)

ИССЛЕДОВАНИЕ И АНАЛИЗ ПОТРЕБЛЕНИЯ СПОРТИВНОГО ПИТАНИЯ СТУДЕНТАМИ – СПОРТСМЕНАМИ ФАКУЛЬТЕТА ФК И С КАРГУ ИМ. Е.А. БУКЕТОВА

Занятие физическими упражнениями, вызывает в организме заметное напряжение со стороны различных функциональных систем. Это обстоятельство приводит к физическому перенапряжению и нарушению нормального функционирования организма.

Во время напряженных физических нагрузок, если не соблюдается специальный медико-биологический восстановительный режим, организм быстро входит в стрессовое состояние, происходит срыв адаптации с тяжелыми последствиями, снижается спортивная работоспособность. [1, 3, 5] В этой связи не вызывает сомнения тот факт, что организму для восстановления требуется помощь в дифференцированном управлении физиологическими процессами. Одним из решений данной задачи служит правильный сбалансированный пищевой рацион, отвечающий потребностям организма при физических нагрузках и обеспечивающий восстановительные процессы. И эволюционным подходом в вопросе питания стала разработка концепции «функциональное питание» - биологически активные добавки к пище (БАД). [2, 5]

Учитывая, что у спортсменов из-за значительного усиления обмена веществ во время интенсивных физических нагрузок потребность в витаминах и микроэлементах увеличена, концепция применения функционального питания основана на принципах химической и энергетической адекватности, витаминной, минеральной сбалансированности потребностям организма. [3, 5, 6, 7]