

ҒТАМР 14.25.09.

АРНАЙЫ МЕДИЦИНАЛЫҚ ТОП СТУДЕНТТЕРІМЕН ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ- САУЫҚТЫРУ ЖҰМЫСТАРЫН ҰЙЫМДАСТЫРУ

К.Ж. МАРДЕНОВ

Қ.Жұбанов атындағы Ақтөбе өңірлік мемлекеттік университет, Ақтөбе, Қазақстан

Аннотация. Денсаулық деңгейінің төмендігі және жастардың қозғалыс деңгейінің төмендігі - көптеген мамандардың назарын аударатын мәселе. Арнайы топ студенттері үшін дене тәрбиесінің негізіне бар ауытқуларды жоюға бағытталған арнайы дене жаттығуларын енгізе отырып, әртүрлі дене қасиеттерін дәйекті дамытуды алған жөн. Арнайы топпен сабақ әдістемесіндегі негізгі мәселе-денсаулық жағдайын, жынысын, дене дайындығын ескере отырып, дене жүктемесінің бастапқы және қажетті деңгейін анықтау.

Студенттердің денсаулығы мен оқу қызметі өзара байланысты және өзара байланысты. Студенттің денсаулығы неғұрлым мықты болса, соғұрлым тиімді оқыту. Арнайы медициналық топ студенттері жоғары оқу орнында білім алу жағдайларына сәтті бейімделуі үшін, оқу уақытында денсаулықты сақтау және нығайту үшін қозғалыс белсенділігінің оңтайлы режимі қажет. Арнайы медициналық топ студенттерімен жұмыс істеудің жетекші принципі-сараланған тәсіл, жеке ерекшеліктерді ескере отырып, жүктемені мөлшерлеу. Арнайы топ студенттерінің денсаулығын нығайтудың негізгі құралдарының бірі-дене шынықтыру.

Кілт сөздер: Сабақ, дене тәрбиесі мұғалімі, денсаулық, қозғалтқыштын режимдері, дене белсенділігі.

Аннотация. Здоровье и учебная деятельность студентов взаимосвязаны и взаимообусловлены. Чем крепче здоровье студента, тем продуктивнее обучение. Чтобы студенты специальной медицинской группы успешно адаптировались к условиям обучения в вузе, сохранили и укрепили здоровье за время обучения, необходим оптимальный режим двигательной активности. Ведущий принцип в работе со студентами специальной медицинской группы - дифференцированный подход, дозирование нагрузки с учетом индивидуальных особенностей. Одним из основных средств укрепления здоровья студентов специальной группы является физическая культура.

Ключевые слова: Урок, преподаватель физического воспитания, здоровье, двигательные режимы, двигательная активность.

Abstract. Health and educational activities of students are interrelated and mutually dependent. The stronger the student's health, the more productive the training. In order for students of a special medical group to successfully adapt to the conditions of study at the University, to preserve and strengthen their health during training, an optimal mode of motor activity is necessary. The leading principle in working with students of a special medical group is a differentiated approach, dosage of the load taking into account individual characteristics. One of the main means of improving the health of students of a special group is physical culture.

Key words: lesson, teacher physical culture, health, motor modes, physical activity.

Денсаулық жағдайы туралы мәліметтер негізінде студенттер бірнеше медицинаға бөлінеді топтар - негізгі, дайындық және арнайы.

Арнайы топқа денсаулық жағдайы бойынша ауытқулары бар адамдар түседі.- жүктемені шектеуді талап ететін тұрақты немесе уақытша сипаттағы төтенше жағдайлар. Бұл адамдар арнайы медициналық бағдарламалар бойынша айналысады.

Денсаулық деңгейінің төмендігі және жастардың қозғалыс деңгейінің төмендігі - көптеген мамандардың назарын аударатын мәселе. Арнайы топ студенттері үшін дене тәрбиесінің негізіне бар ауытқуларды жоюға бағытталған арнайы дене жаттығуларын енгізе отырып, әртүрлі дене қасиеттерін дәйекті дамытуды алған жөн. Арнайы топпен сабақ әдістемесіндегі негізгі мәселе-денсаулық жағдайын, жынысын, дене дайындығын ескере отырып, дене жүктемесінің бастапқы және қажетті деңгейін анықтау.

Студенттердің денсаулығы мен оқу қызметі өзара байланысты және өзара байланысты. Студенттің денсаулығы неғұрлым мықты болса, соғұрлым тиімді оқыту. Арнайы медициналық топ студенттері жоғары оқу орнында білім алу жағдайларына сәтті бейімделуі үшін, оқу уақытында денсаулықты сақтау және нығайту үшін қозғалыс белсенділігінің оңтайлы режимі қажет. Арнайы медициналық топ студенттерімен жұмыс істеудің жетекші принципі-сараланған тәсіл, жеке ерекшеліктерді ескере отырып, жүктемені мөлшерлеу. Арнайы топ студенттерінің денсаулығын нығайтудың негізгі құралдарының бірі-дене шынықтыру. Қазіргі уақытта ол спецификалық емес жалпы алдын алу мен функционалдық-тәрбиелік терапияның ең тиімді факторы ретінде қарастырылады. ЖОО жағдайында арнайы медициналық топты ұйымдастыру, жинақтау және олардың дене дайындығын бағалау кезінде үлкен проблемалар туындайды. Дене жаттығуларының әсерінен ағзаның қорғаныш реактивтілігі жоғарылайды, жүрек-қан тамыр және тыныс алу жүйелерінің функционалдық мүмкіндіктері кеңейтіледі, студенттердің жұмыс қабілеттілігі артады, сырқаттанушылық пен рецидивтер төмендейді.

Менің жұмысымда келесі міндеттер қойылды: студенттердің соңғы 3 жылдағы аурушандық дәрежесін талдау және аурудың салдарын жою, дене бітімінің дамуын және осы санаттағы студенттердің дене дайындығының деңгейін жақсарту үшін сабақ өткізудің құралдарын, әдістері мен формаларын әзірлеу. Мен соңғы 3 жылда жүргізген талдау аурушандығы бар студенттердің саны жыл сайын артып, ауру диагноздарының ауқымы ұлғайып келе жатқанын көрсетті. Біздің жағдайымызды ескере отырып, сондай-ақ біздің университет емханасынан түскен ДКК анықтамаларының негізінде айналысатын адамдар төмендегідей бөлінді:

Кесте 1. Емхана мәліметтері

	Ауруы бар оқушылар саны	Көз органдарының аурулары	Жүрек қан-тамыр аурулары	Асқазан-ішек жолдары аурулары	Нерв жүйесінің аурулары	Тыныс алу жолдарының аурулары	Тірек-қимыл аппаратының бұзылуы	асқа аурулар
2016-2017г 1-2 курс	29	9	6	5	4	2	2	1
2017-2018г 1-2 курс	37	12	8	6	3	3	2	3
2018-2019г 1-2 курс	48	14	9	8	6	3	4	4
Пайыздық қатынасы		31.2%	20.1%	13.2%	11.4%	7.4%	7.4%	7.4%

Жоғарыда көрсетілген кестеден көрініп тұрғандай, денсаулық жағдайында ауытқулары бар студенттер саны жыл сайын студенттердің жалпы санынан орта есеппен 4-5% - ға өсуде.

Ең көп таралған ауру - әртүрлі дәрежедегі миопия, бірақ ерекше асқазан-ішек жолдарының жүрек-қан тамырлары ауруларының күрт өсуі байқалады. Әрбір ауру бүкіл ағзаны емес, белгілі бір органды зақымдайды. Сондықтан ауру кезінде және одан кейін "әлсіз буын" жағдайы қалыптасады. Осыған байланысты, емдеу-алдын алу мақсатында қолданылатын әсерлерді біз олардың неғұрлым осал буын мүмкіндіктерінен аспайтын реакция туындататындай етіп мөлшерлеудеміз. Сондықтан арнайы медициналық топ студенттерінің дене тәрбиесінің барынша тиімділігін қамтамасыз ету үшін бұлшықет қызметінің ағзаға біркелкі емес, іріктеп әсер ететін жаттығулар ерекше маңызға ие болды. Топтарды жинақтау, дене жаттығуларын іріктеу және рұқсат етілген жүктемелер туралы мәселені шешу кезінде біз студенттердің медициналық-биологиялық сипаттамасын, олардың функционалдық жағдайын және дене дайындығын негізге аламыз. Көп жылдық жұмыс тәжірибесі айтып отырғандай, осы топ студенттеріне алғашқы 1,5-2 айда жан-жақты дене бітімінің дамуына, бұлшық етті жүйелі түрде пысықтауға, өмірлік қажетті дағдылар мен сапаларды дамытуға бағытталған қажетті арнайы жаттығулар (әрбір нақты ауру кезінде көрсетілген). Бұл студенттер контингентімен сабақ барысында дұрыс тыныс алу, оның ырғағы, тереңдігі мен жиілігіне ерекше көңіл бөлінді, себебі жаттығуларды орындау тиімділігі осыларға байланысты, бұл әсіресе әлсіз студенттер үшін маңызды. Мақсатында дұрыстығын бақылау құрудың сабақтар мен шамасы реактивті жауап ағзаның орындалатын жүктемені жүргізілді педагогикалық бақылау сияқты хронометраж және пульсометрия. Арнайы топ студенттері үшін Пульс жиілігі минутына 120-130 соққыдан аспады. Осы топ студенттерімен жұмыс істеу тәжірибесінде біз күрделі аппаратураны талап етпейтін қарапайым зерттеулер жүргіздік, олар: тамыр соғысын және жүрек қысқартуларын, тыныс алу жиілігін есептеу, өкпенің өмірлік сыйымдылығын, қозғалыс бұлшық етінің Күшін, реакциялар мен бұлшық ет қимылдарының жылдамдығын анықтау. Сондай-ақ, студенттердің өзін-өзі бақылауы маңызды қосымша болып табылады, ол өз денсаулығының жағдайын объективті және субъективті бақылауды қамтиды. Қорытынды жасай отырып, бұл дәрігерлік-педагогикалық бақылау жедел ақпарат болып табылады.:

1. Сабақтың ұйымдастырылуы мен әдістемесін жетілдіру.
2. Шұғылданушыларға жеке көзқарасты қамтамасыз ету.
3. Қаражатты дұрыс таңдау.
4. Физикалық жүктемелердің көлемі мен қарқындылығын анықтау.

Осылайша, мен Арнайы медициналық топта айналысатын студенттердің дене тәрбиесін жетілдірудің маңызды жолдарының бірі-қойылған міндеттерді шешуде сабақтарды дараландыру және жүйелілік болып табылады деп санаймын.

Болашақта осы бағыттағы жұмысты жетілдіру мақсатында ғылыми-зерттеу жұмыстарын жүргізуді ұсынамын.

Пайдаланылган әдебиеттер тізімі

1. Астраханцев Е.А. Дозированный бег и ритмическая гимнастика в комплексной программе оздоровительных занятий со студентами: Автореф. дис...канд. пед. наук. М., 1991. - 25 с.
2. Дибнер Р.Д., Павлова В.А. О распределении студентов на учебные группы для занятий физической культурой // Теория и практика физической культуры. -М., 1990. -№4. - С. 53.
3. Попов С.Н. Лечебная физическая культура: учеб. для студ. ин-тов физ-ры. - М.: Академия, 2008.-231 б.
4. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта. М.: Академия, 2001. - 480 с.

МРНТИ 14.07.07

ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ МОДЕЛЬ ФОРМИРОВАНИЯ ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ КУЛЬТУРЫ БУДУЩЕГО УЧИТЕЛЯ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ ВУЗА

Д.Ж. РАМАЗАНОВА

*Актыбинский региональный государственный университет имени К. Жубанова, Актобе,
Казахстан*

Аннотация. Ведущей идеей научной статьи является формирование воспитательной культуры будущего учителя, способного креативно реализовать основополагающие общенациональные и общечеловеческие идеи, заложенных в концепции «Рухани Жаңғыру», способствует повышению эффективности процесса подготовки педагогических кадров к профессиональному развитию, самоактуализации и идентификации в условиях развития рынка образовательных услуг. В содержании научной статьи представлены результаты и выводы исследования проведенного анализа по организации воспитательной работы в вузе. В соответствии с этим, предложена разработанная автором теоретическая модель формирования воспитательной культуры будущего учителя в образовательном процессе вуза. Теоретическая модель воспитательной культуры выражается в совокупности компонентов: мотивационный, когнитивный, аксиологический, деятельностный и личностно-творческий. Каждый из перечисленных компонентов сформированности воспитательной культуры имеет свои критерии и показатели их конкретного проявления, которые отражены в контексте научной статьи.

Ключевые слова: личность, воспитание, культура, воспитательная культура, будущий учитель, культурологический подход.

Аңдатпа. Ғылыми мақаланың жетекші идеясы Рухани Жаңғыру» тұжырымдамасында құрылған іргелі ұлттық және жалпыадамзаттық идеяларды шығармашылықпен жүзеге асыра алатын болашақ мұғалімнің тәрбие мәдениетін қалыптастыру, білім беру қызметін дамыту жағдайында педагогикалық кадрлардың кәсіби дамуына, өзін-өзі жүзеге асыруына дайындау процесінің тиімділігін жоғарылатуға септігін тигізеді. Ғылыми мақала мазмұнында ЖОО-дағы тәрбие жұмыстарының ұйымдастырылуы бойынша жүргізілген талдау нәтижесі мен қорытындысы орын алған. Осыған сәйкес, автор жасақтаған ЖОО-ның білім беру үрдісінде болашақ