

Каиматова Ж.А., Турсунбекова С.М.

СТУДЕНТТЕРДИН ДЕН СОЛУГУН ЧЫНДОО

Каиматова Ж.А., Турсунбекова С.М.

УКРЕПЛЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ

J. Kashmatova, S. Tursunbekova

HEALTH PROMOTION OF STUDENTS

УДК: 378/016

Бул макала студенттердин ден соолукту чыңдоочу ишмердүүлүккө даярдыгынын маныз-маанисин жана мазмунун аныктоого жана алардын ден соолугун чыңдоого арналат. Мында студенттерди дене тарбиялык-спорттук ишмердүүлүккө даярдоонун педагогикалык системасы иштелип чыккан жана студенттерди дене жактан тарбиялоонун эффективдүү практикалык ишке ашырылышынын педагогикалык шарттарынын комплекси негизделген. Эксперименталдык изилдөөнүн максаты дене тарбиясына салттуу мамиле кылууда студенттердин дене тарбиялык ишмердүүлүккө даярдыгынын деңгээлин жана динамикасын изилдөөдө болгон. Коюлган максатка жетүү үчүн төмөнкүлөр жасалган: «Дене тарбия» дисциплинасы боюнча билим деңгээлин жана динамикасын тештирөө; Жакык типтеги анкеталык сурамжылоо: «Дене тарбиялык ишмердүүлүккө мамиле»; Физикалык сапаттардын деңгээлин тештирөө. Эксперименталдык изилдөөдө «Педагогика жана баиталгычбилим берүүнүн методикасы» адистигинин биринчи курсунун 50 студенти, экинчи курсун 55 студенти, үчүнчү жана төртүнчү курстардан 50 дөн студент болуп, жалпысы 205 студент катышкан.

Негизги сөздөр: баиталгыч, класстардын, болочок, мугалими, дене, тарбиялык-спорттук, ишмердүүлүк, тарбиясы, студент, педагог.

Данная статья посвящена в определении сущности и содержания подготовки будущих педагогов к оздоровительной деятельности, укрепления их здоровья. Разработана педагогическая система формирования готовности к физкультурно-спортивной деятельности, обоснован комплекс педагогических условий, ее эффективной практической реализации в физическом воспитании студентов. Цель экспериментального исследования заключалась в изучении уровня и динамики развития готовности студентов к физкультурно-спортивной деятельности при традиционных подходах к физическому воспитанию. Для достижения этой цели нами были проведены: тестирование уровня и динамики усвоения знаний по предмету «Физическая культура»; анкетный опрос закрытого типа: «Отношение к физкультурно-спортивной деятельности»; тестирование уровня развития физических качеств. В исследовании приняли участие 205 студентов. В первом эксперименте приняли участие 50 студентов первого, 55 студентов второго, 50 студентов третьего и 50 студентов четвертого курсов обучающихся по специальности: «Педагогика и методика начального образования».

Ключевые слова: начальная, классы, будущее, учитель, физическая, учебно-спортивная, деятельность, воспитание, ученик, учитель.

This article deals with the definition of the nature and content of training of future teachers of initial classes to sports activity. Developed pedagogical system of formation of readiness

for physical activity justified by the complex of pedagogical conditions of its effective practical implementation in physical education students. The aim of the experimental investigation was the studying of the level of the raising development of the student readiness to physical activity under traditional to physical up brining. For this achievement we have hold: testing of the level and dynamic the knowledgemen the subject «Physical culture»; subject questioning of the closed type «The attitude to physical sport activity»; testing of the level of the development physical qualities. 205 students have taken part in the investigation. The first experiment involved 50 first-year students, 55 second-year students, 50 third-year students and 50 fourth-year students studying in the specialty: «Pedagogy and methodology of primary education».

Key word: elementary, classes, future, teacher, physical, educational-sports, activities, upbringing, student, teacher.

Студент жаштардын ден соолугунун (физикалык, психикалык, биологиялык) өнүгүшүнүн абалы өзгөчө курч жана токтоосуз чечүүнү талап кылган проблема. Жаштардын жана өспүрүмдөрдүн көпчүлүк бөлүгүнүн дене тарбиялык өнүгүүсү, дене тарбиялык даярдыгы жана функционалдык мүмкүнчүлүктөрү каралган курактын нормативдик көрсөткүчтөрүнөн артта калышы жана дал келбеши адистер (педагогдор, врачтар) тарабынан белгиленген. Кесиптик окуу жайларында, ЖОЖдордо окуу мезгилинде бул көрсөткүчтөрдүн төмөндөө тенденциясы байкалат, атайын медициналык топко киргизилген студент жаштардын санынын өсүшү байкалат (В.А. Бауэр (1987), Н.И. Визитей (1979), М.Я. Виленский (1999), О.В. Юречко (2002), С.Г. Напреев (2013), М.И. Сентизова (2008), С.А. Давыдова (2017), А.М. Мамытов (2012), А.А. Иманбаев (2002), Т.Т. Иманалиев (2014), Е.П. Судоргин (2014)).

Бул толук жогорку кесиптик билим берүү мамлекеттик стандарттарынын талаптарынын мазмунунда орун алган, анда дене тарбия чөйрөсүндө инсандын артыкчылык берилүүчү жактары аныкталган. Инсандын ар тараптуу өнүгүшүнүн тутумуна кирип, эл чарбасынын келечек адистеринин руханий жана кара күчүнүн жөндөмдөрүн өнүктүрүүгө багытталган заманбап толук жогорку кесиптик билимдин гуманитардык блогунда (компонентинде) милдеттүү бөлүм болуп эсептелет.

Ошондой эле азыркы учурда биздин мамлекетибизде ден соолукту чыңдоого өзгөчө көңүл бурула

баштады. Кыргыз Республикасынын президенти С.Н. Жапаровдун биринчилерден болуп кол койгон жана элге жар салган жарлыгына ылайык Кыргыз Республикасында 2021- жылда «Инсандын руханий, адеп-ахлактык өнүгүүсү жана дене тарбиясы» жөнүндөгү концепция иштелип чыгууда. Ал концепцияга ылайык билим берүү ишмердүүлүгүнүн негизги багытынын бири болгон билим берүү системасы жаш муундарга айлана-чөйрөнү үйрөтүүгө гана багытталбастан, маселенин түпкүрүндө жаткан жаштардын керектүү деңгээлде өзүнүн жеке ден соолугуна (дене бой, рухий жана психикалык) туура мамиле жасаган ар тараптуу өнүккөн инсандын калыптануусуна көңүл буруу болуп саналат.

Көбүнесе Республиканын билим берүү түзүмдөрүндө өспүрүмдөрдүн жана студент жаштардын сергек жашоо ыңгайынын калыптануусу боюнча максаттуу жана системалуу иштер жүргүзүлүүгө тийиш.

Дүйнөнүн бир топ өлкөлөрүн, алардын ичинде Кыргызстанды да каптаган жугуштуу вирустук ооруу «пандемия» катары «Бүткүл дүйнөлүк саламаттыкты сактоо уюму» тарабынан жар салынды. Ушундай катаал шартта калктын бардык катмарларынын өкүлдөрүнүн (алардын ичинде студент жаштардын да) ден соолугуна өзгөчө көңүл буруу жана аны сактоо, коргоо керектиги бүгүнкү күндөгү негизги милдеттерибизден болуп калды.

Ушул милдеттерди ишке ашыруунун алкагында биз макалабыздын мазмунунда студент жаштардын ден соолугун чындоого көңүл бурууну туура көрдүк.

«Дене тарбия» дисциплинасын ЖОЖ дордо өтүүдө студенттердин ден соолугун канткенде жакшы денгээлге көтөрөбүз деген максатта тесттик сурамжылоо жүргүзгөн учурубизда, студенттерге берилген тесттик суроолорго жазылган жооптордун ичинен алардын ою боюнча дене тарбия сабактарын максатка ылайыктуу туура уюштуруу, тиешелүү инвентарлардын бар болушу, спорт залдардын жана спорт аянтчаларынын бар болушун белгилеп көрсөтүшкөндүгү көңүлдү бурат.

Ошондой эле студенттер өздөрүнүн ден соолугун өздөрү чындоосу үчүн эртен мененки гимнастикаларды жасоосу, дене тарбиялык көнүгүүлөр менен такай машыгып туруу, спорттук секцияларга жана спорттук клубдарга дайыма баруусу, спорттук оюндарга катышуусу негизги орунда экендиги далилденди.

Студенттердин «Дене тарбиясы» предмети боюнча билим деңгээлине көңүл буруу, алардын ден с кам көрүү ЖОЖдо окуунун биринчи жылында эле ишке ашырылыш керектиги аныкталды. Окуунун кийинки үч жылында да ал билим деңгээлдер толукталып, терендетилип барылыш керек. Бул студенттердин дене тарбиясын калыптандырууга, алардын ден соо-

лугуна олуттуу таасир көрсөтө тургандыгын билдирет.

Дене тарбиясы жөнүндө студенттердин теориялык маалыматтуулугун өнүктүрүүнүн деңгээли студенттердин ден соолук көрсөткүчтөрүнүн бөлүктөрүнүн өнүгүү милдеттерин чечүүдө чон роль ойнойт, алардын дене тарбиясы менен машыгуу керектөөсүн калыптандыруу, дене тарбиялык ишмердүүлүктү өз алдынча ден соолукту чындоо жана физикалык өркүндөтүү максатында пландоо, аны ишке ашыруу, текшерүү жана түзөтүү иштерин аткарууга болот.

Ден соолукту чындоочу ишмердүүлүккө карата болгон даярдыкты калыптандырууда окутуу-таанытуу ишмердүүлүгүнүн төмөнкү түрлөрү: билим берүүчүлүк типтеги окуу ишмердүүлүгү; дене тарбиялык-спорттук ишмердүүлүктүн фрагменттери; жалпысынан ДТИ (дене тарбиялык ишмердүүлүк) колдонулат.

Теориялык жана методикалык, окуу проблемалык чечүү процесси жаңы билимдерди ачуу жана өздөштүрүүгө багытталган.

ДТИтүн фрагменттери дене тарбиялык сапаттарында: анын исандык маанилүү максаттарынын системасын аныктоо; пландаштыруу; практикалык иштер; өзүн аңдоо боюнча иш-аракеттер чыгат.

Окуу-таануу ишмердүүлүктү уюштуруу каражаты катары окуу тапшырмалардын системасы колдонулат. Ал тапшырмаларга дене тарбиялык-спорттук көнүгүүлөр менен машыгуу, мелдештерге катышуу, чуркоо, гимнастика менен алектенуу, сууда сузуу ж.б. кирет. Тапшырмалар максатка багытталгандыгына байланыштуу: теориялык, методикалык жана кыймылдык топторго бөлүнөт.

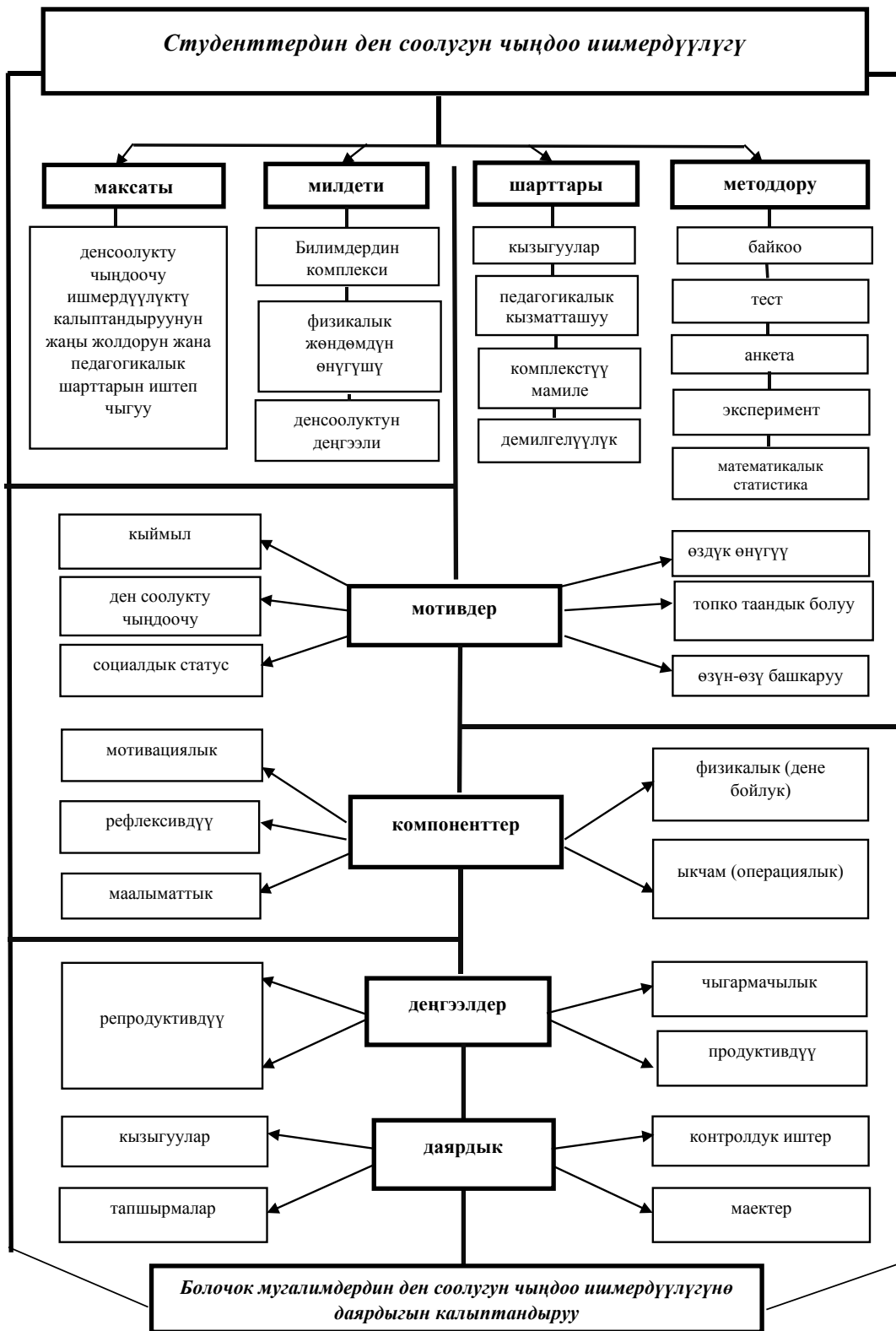
Репродуктивдүү тапшырмалардын да студенттердин ден соолугуна он таасири тиет.

Проблемалык тапшырмалар, өз кезегинде: окутуучу менен студенттер чогуу формулировкалоо, студенттер үчүн инсандын маанилүү проблемаларын чечүүчү тапшырмаларды аткарууну талап кылат.

Окуу материалынын мүнөзүнө жана татаалдыгына карата студенттердин ишмердүүлүгүн уюштуруунун негизги методдору сапатында: маалымат берүүчү, маалыматтык-рецептивдүү, репродуктивдүү, илимий-изилдөөчүлүк методдору колдонулат.

Лекциялар, семинардык сабактар, усулдук жана практикалык (окуу-машыгуу) сабактары, өз алдынча окуу-машыгуу тапшырмалары, мелдештерге катышуу колдонулат.

Төмөнкү схемада студенттердин ден соолугун чындоо боюнча түзүлгөн педагогикалык модель көрсөтүлгөн. Анда ден соолукту чындоочу ишмердүүлүктүн максаты, милдеттери, шарттары, методдору, мотивдери, компоненттери, деңгээлдери жана даярдыктын мазмундары ачылып берилген.



1-сүрөт. Ден соолукту чыңдоо ишмердүүлүгүнө даярдыкты калыптандыруунун педагогикалык модели.

Болочок мугалимдердин ден соолугу чын болушу керек. Окууну бүткөн соң алардын үзүрлүү эмгектениши үчүн адистигине жараша билим, ыкмашыгуулардан сырткары зарыл болгон айрым бир жеке [10], адамдын өзүнө гана тиешелүү психологиялык, инсандык сапаттарга ээ болушу да негизги маселе болуп саналат. Ошондой педагогикалык адистикке тиешелүү личносттук сапаттардын бири болуп өз предметин жакшы билүүсү, ден соолугунун чын болуусу мектептеги окуучулар, ата-энелер ж.б. адамдар менен тил табыша билүүчүлүк же мамиле түзө алуучулук (мамилечилдик) эсептелет.

Демек, адамдар менен тил табыша билүү педагогикалык мамиленин эң маанилүү бөлүгү болуп эсептелет. Ансыз мугалим менен окуучунун ортосунда өз ара түшүнбөөчүлүктүн дубалы тургузулуп, баланын ички дүйнөсүнө кирүү кыйын болуп калат. Мындай кырдаалда жемиштүү педагогикалык ишмердүүлүк жөнүндө сөз болушу мүмкүн эмес.

Турмушта кээ бир адамдар өтө эле токтоо, оор мүнөздүү болуп, тегерегиндегилер менен кыйла убакыттан кийин мамилелешсе, айрымдары башкалар менен тез эле тил табышып кетет. Булар адамдарга табигатынан берилүүчү сапаттар болгону менен, мугалим үчүн чоң мааниге ээ жана аны илимде педагогикалык мамиле же педагогикалык мамилечилдик деп атап коюшат.

Адабияттар:

1. Авксентьев Е.Н. Формирование деятельности студентов педагогических вузов к физкультурно-спортивной деятельности: / Е.Н. Авксентьев. - Чебоксары, 2004. - 22 с.
2. Вопросы развития Кыргызской физической культуры. Сборник статей. - Бишкек, 1995. - 65 с.
3. Иптаров С. «Кыргызэлпедагогикасы: изилдөөлөр, табылгалар». - Б., 1998. - 83-б.
4. Кашматова Ж.А. Болочок башталгыч класстын мугалимдеринин денсоолугун чыңдоо ишмердуулугу/ канд. дисс. авторефераты. - Бишкек, 2019.
5. «Кут билим» гезити №2, 2016.
6. Лебедева Н.Т. «Физическая культура» Народная асвета, 1986. - С. 136.
7. Мамытов А.М., Джанузаков К.Ч. «Дене тарбия маданияты». - Б., 2005.
8. Мамытов А.М. Дене тарбия сабагын педагогикалык жактан талдоо. - Бишкек, 2012.
9. «Народный спорт и массовая физическая культура» Сборник научных статей. Алматы 1993, 96 с.
10. https://youtu.be/4H-Wf_aBaS4
11. Кашматова Ж.А., Байжигитов Б.Б. Эффективность педагогических воздействий на уровень и динамику готовности студентов специальности педагогика и методика начального образования к оздоровительной деятельности. / Известия ВУЗов Кыргызстана. 2018. № 5. С. 128-131.
12. Турсунбекова С.М. Педагогические предпосылки формирования основ здорового образа жизни детей 8-9 лет в образовательном процессе по физической культуре. / Наука, новые технологии и инновации Кыргызстана. 2012. № 8. С. 259-262.