XXI ғасыр — ақпарат пен технология ғасыры. Күнделікті өмірімізге де күннен-күнге жаңа өзгерістер еніп жатыр. Ішінде жағымдысы бар, жағымсызы бар. Мидың жұмысы үдегенмен, дене жұмысы баяулады. Техниканың түр-түрі шыққанымен, қозғалыс бірқалыпты қалды. Бұл мәселе ересектерге де, жасөспірімдерге де, балаларға да қатысты. «Бірінші байлық — денсаулық», ал денсаулықтың тірегі қозғалыста, спортта. Осы саланың маманы ретінде бұл мәселе бізді айналып өткен жоқ. Жаңа бағдарламалар арқылы мәселені шешу жолдарын іздестірдік.

 №82 Кенесары Қасымұлы мектебінде былтырдан бастап дене шынықтыру сабағы кіріктірілген бағдарлама бойынша оқытылуда. Алайда, бағдарламаны іске асыру барысында 8 Ә сынып оқушыларының кейбір бөлім тапсырмаларын орындау кезінде қызығушылықтың төмендігі байқалады. Жұптық, топтық тапсырмалардың орындалуы баяу, белсенділік төмен. Сондықтан оқыту үрдісінде арнайы әдіс-тәсілдерді қолдану қажеттілігі туындайды. Сол себепті, жоғарыдағы мәселені шешу мақсатында осы тақырыпта зерттеу жұмысын жүргізудеміз.

 Жұмыс қажетті әдебиеттерді, интернет ресурстарын және басқа да жұмыстарды зерттеуден басталды. Сонымен қатар, мектебіміздің іс-әрекеттегі зерттеудің өзге координаторларымен кеңестік. Зерттеудің мақсатын айқындадық. Міндеттерді бөлістік. Зерттеу әдебиеттерін талқыладық. Кіріктірілген бағдарламаны жан-жақты талқыладық. Оны дәстүрлі бағдарламамен салыстырып, екеуін біріктіру мүмкіндіктерін қарастырдық.

 Жұмыс жоспары құрылды:

 1. Зерттеу жұмысының тақырыбын анықтау.

 2. Мәселені шешуге қажетті стратегияны және технологияларды таңдау.

 3. Оқушылардың арасында сауалнама жүргізу.

 4. Дене шынықтыру мұғалімдері арасында жоғарыдағы мәселе бойынша пікір алмасу.

 5. Оқушылардың мінез-құлықтарын, психологиялық ерекшеліктерін анықтау және сараптау.

 6. Мектебіміздегі жоба жетекшілерімен осы мәселені талқылау. Мәлімет жинақтау, қатысушыларды бақылау.

 Мәселені шешу екі кезеңмен жүзеге асты.

 Бірінші, оқушылар арасында сауалнама жүргізу. Себебі, біздің мақсат — қозғалыс белсенділігіне олардың қызығушылықтарын қанағаттандыра отырып қол жеткізу.

Сауалнама

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Сұрақ  | Оқушылардың 0–10% | Оқушылардың 10–50% | Оқушылардың 50–100% |
| 1 | Сабақ барысында қандай тапсырмаларды, жаттығуларды орындау Сіздің қызығушылығыңызды тудырады?  | Дене қыздыру жаттығулары  | Эстафета ойындары | Дәстүрлі ойындар |
| 2 |  Қандай тапсырмаларды орындау Сізге ауыр келеді?  | Дәстүрлі ойындар  | Эстафета құрастыру | Топтық тапсырмалар |
| 3 | Сабақта өткізілуін қалайтын тағы басқа қандай тапсырмаларды, жаттығуларды ұсынасыз?  | Эстафета  | Волейбол, теннис (қыздар) | Футбол, баскетбол, хоккей (ұлдар) |

 Сауалнама нәтижесі негізінде оқушылардың көпшілігінің ойының бір жерден шығатынын анықтадық. Мәселен, дене шынықтыру сабағында оқушылардың басым бөлігі дәстүрлі ойындар ойнауды қалайды, дене қыздыру жаттығуларына, жұптық, топтық тапсырмаларға аса маңыз бермейді. Сондықтан зерттеу барысында осы мәселеге көңіл бөлініп, сабақ барысындағы жаттығуларды түрлендіру, кішігірім ойын не эстафета ретінде ұйымдастыру қарастырылды.

 Ең бастысы, сабақты ұйымдастырған кезде мұғалім әр сабақты ерекше өткізуге көңіл бөлуі керек, өткізу жолдарын жан-жақты қарастыруы керек, қолайлы (коллаборативті) орта туғызуы қажет. Мысалы, спорт жабдықтарын (инвентарь) қолдағы заттармен алмастыру, топтық жұмыс, жұптық жұмыс, диалогті оқыту, пәнаралық байланыс (интеграция), АКТ-ні қолдану, әр түрлі карточка, пазлдар және т. б. қолдану. Ал жекелей тапсырмаларды өз деңгейінде орындаулары үшін рейтинг шығарып, нормативті үздік тапсырған оқушыларды мектеп деңгейінде марапаттау қарастырылуда. Оқушылардың ойын талғамында да ерекшелік байқалады. Қыз балалар теннис, волейбол ойындарына қызығушылық танытса, ер балалар футбол, хоккей ойындарын таңдады. Алайда, оқушылардың тек бір жақты емес жан-жақты дамуының маңыздылығын ескере отыра, оқытуда спорт ойындарды және қозғалмалы ойындарын қосу қажет. Дегенмен, оқушылардың талғамдарын және қабілеттерін ескере отыра топтар құрылып, кішігірім үйірмелер ұйымдастыру қолға алынды. Сыныптағы оқушылардың қабілет деңгейлерінің әр түрлі болуына байланысты тапсырмаларды бергенде оларды күрделілігіне қарай бөлу керек, яғни тапсырмаларды дифференциациядан өткізу қажет. Нақтырақ айтқанда, A, B, C деңгейіндегіоқушыларға сәйкесінше күрделі, орташа, төмен күрделіліктегі тапсырмаларды беру. Көптеген тәжірибелерге сүйене отыра, бұл әдіс жоғары нәтижеге жеткізеді. Екінші кезеңде дене тәрбиесі мұғалімдермен дөңгелек үстел ұйымдастырылды. Дамытушы пәндер Әдістемелік бірлестік мұғалімдер тарапынан арнайы топ құрылды. Топ мүшелеріне дәстүрлі және кіріктірілген бағдарламаларды саралап, сауалнама қорытындыларын ескере отырып, ішінен ең оңтайлы әдіс-тәсілдерді жинақтау міндеттелді. Мақсатымыз оқушылардың сабақтағы қозғалыс белсенділігін және қызығушылығын арттыру болғандықтан, соған сәйкес тапсырмаларды құрастырдық. Орындалу қиындығының А,В,С деңгейіне сай болуын негізге алдық. Ең соңында, екі кезеңді қорытындылай келе, нәтижеге қол жеткізу үшін, сабақтағы қозғалыс белсенділігін арттыратын әрі оқушыларды қызықтыратын тапсырмаларды жинақтадық.

 Жаңашылдыққа әркімнің көзқарасы әр түрлі. Оның ішінде жасөспірімдердің жаңалықтарға ашықтығы байқалады. Өздерінің ой-пікірлері де ескеріліп таңдалғандықтан, сабақта қолданысқа енгізілген жаңа әдіс-тәсілдерді үлкен қызығушылықпен қабылдады. Нұсқаулыққа сәйкес орындауға барынша күш салды. Түрленген жаттығулар қызықтырды, бағалауды қажет ететін тапсырмаларды орындауға ынталары артқаны байқалады. Рейтингтің жоғарғы бөлігінен көрінуге деген ұмтылыс бар.

 Кішігірім үйірмелердің де жұмысы алға басып, қатысушылардың қабілеттері шыңдалуда. Ойын-жаттығулардың біраз бөлігі топтық жұмыстарға бағытталған. Соларды орындау арқылы оқушылардың ауызбіршілігі күшейді. Топтық іс-әрекетті ақылдасып істеуге, тапсырмаларды бөлісіп, өз міндеттеріне жауапкершілікпен қарап, оны тиянақты орындауға күш салуда.

 Жалпылай алғанда 8Ә сынып оқушыларының дене шынықтыру сабағына деген қызығушылығы артты. Қозғалыс белсенділігі айтарлықтай жоғарылады.

Оны төмендегі кестеден көруге болады:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Оқушы | Зерттеу басында | Зерттеу соңында |
| А | Сабақтағы белсенділігі және қызығушылығы орта деңгейде. | Жұптық, топтық жұмыстарда лидерлік қабілеті байқалады. Берілген тапсырманы тиянақты орындайды |
| В | Сабақтағы белсенділік деңгейі орташадан төмен. Тапсырмаларға қызығушылығы орташа. | Сабақта тапсырмаларды орындау барысында белсенділік танытады, қызығушылығы жоғарылады. |
| С | Сабақтағы белсенділігі мен қызығушылығы төмен. | Тапсырмаларды орындауға атсалысады. Топта жұмыс істей алады.  |

 Әр тұлғаның қабілеті әр түрлі. Сонымен қатар, жекелей алғандағы оқушылардың психологиялық және физиологиялық ерекшеліктері бары анық. Бұл 8Ә сынып оқушыларына да қатысты. Сабаққа сынып толық қатысқанымен, 100 %-дық белсенділікке қол жеткізе алмадық. Оған себеп, оқушыладың физиологиялық ерекшеліктерінің біркелкі болмауы. Сондай-ақ, спортқа қабілеттің әр түрлі болуынан, дәстүрлі ойындар барысында да сыныптың бір бөлігінің жоғары белсенділік көрсете алмауы байқалды. Дегенмен, олардың арасында ынтасы мен потенциалы бар, тек біраз дайындықты қажет ететін оқушылар бар. Оқушылардың психологиялық және физиологиялық ерекшеліктерін ескере отырып, олармен жекелей жұмыс жасау қолға алынады. Дайындықты қажет ететін В, С деңгейдегі оқушылардың белсенділігін арттыру үшін оларды қабілеті жоғары А деңгейдегі оқушылармен жұптастырамыз. Деңгейлерін теңестіру тапсырмасы беріледі. Сабақтағы жаттығулар барысында не сабақтан тыс дайындықтар жасайтын болады. Нәтижесі ең үздік жұпты марапаттау жолын қарастырамыз. Кіріктірілген бағдарлама аясында жасалған зерттеу оң нәтиже бергендіктен оларды басқа да сыныптарға қолдану жоспарлануда. Осылайша жалпы мектептің дене шынықтыру сабағындағы қозғалыс белсенділігін және қызығушылығын арттырамыз.

 Өз кезегінде бұл мектеп деңгейінде салауатты өмір салтын насихаттауға мүмкіндік береді.

 Ұлт болашағы — дені сау ұрпақ. Болашақтың жарқын болуына осылай ат салысамыз.