

**БИЛИМ БЕРҮҮДӨГҮ ЗАМАНБАП ИНФОРМАЦИЯЛЫК ТЕХНОЛОГИЯЛАР
ИНСТИТУТУ**

КЕСИПТИК КОЛЛЕДЖ

Кесиптик окуунун программасы -050709

СИЛЛАБУС

Дисциплина: «Дене тарбия»

I. САБАКТЫН РЕГЛАМЕНТИ:

Семинар – шаршемби 12.30 (тайпа Башталгыч класстарда окутуу 1-17, 2-17)

II. САБАКТЫН РЕКВИЗИТТЕРИ ЖАНА ПРЕРЕКВИЗИТТЕРИ:

Кредиттин сааттары: (окуу планына баш ийүү

Өтүлүүчү убактысы жана жери : 5 семестр; расписаниеге баш ийүү.

Пререквизиты: Дене тарбия, Анатомия

Постреквизиты: Колдонмо дене тарбия, дене тарбия, экология.

III. МУГАЛИМДИН МААЛЫМАТЫ:

Лектор: Бекназаров Жекшенбек Амантаевич

Байланыш номери: 0504 96 86 86

ББИТИ, Корпус 1, кабинет 101

Кабыл алуу мөөнөтү: Дуйшомбу 10.00

IV. КАТЫШУУЧУЛАРГА КОЮЛУУЧУ ТАЛАПТАР:

- ✓ күндүзгү окуу бөлүмүндө окуй турган регламентке баш ийүү;
- ✓ катышуучу өзүнүн себепсиз калтырган күндөрүнө окуу жайдын мүдүрүнөн жазуу түрүндө түшүнүк кат үлгүсүндө уруксаат алуусу.
- ✓ окуу жайдын катышуучулары урматтоо менен окуу иштерине, сабактарына көңүл буруусу абзел;
- ✓ окуу жайы адилетсиздикти, тартипсиздикти, кылмыштуулукту баш ийдиртпейт;
- ✓ сабактарды себепсиз калтырууга болбойт;
- ✓ себепсиз калтырууларды актанууга болбойт;
- ✓ кеч калуу убактысы өзүн жана башкаларды сыйлабастыгын билгизет;
- ✓ даярдалган иштери (рефераттар, докладдар ж.б. иштери) өзү аткарган окуу материалдары сапаттуу болууга тийиш;
- ✓ сабак учурунда башка нерселер менен алаксыбоо;
- ✓ катышуучунун жооп берүү убагында сөзүн бөлбөө;
- ✓ сабак учурунда чөнтөк телефондорду өчүрүү керек;
- ✓ сабак учурунда, таннапис убагында катуу сүйлөгөн, тентек кылуу окуу жайдын талабына жооп бербейт;
- ✓ көпчүлүк бар жерде, окуу бөлүмдөрүндө тынчтыкты кармоого тийиш.

V. САБАКТЫН МАЗМУНУ

№	Теманын аталышы	Адабияттар	Практикалык сабактарга даярдоонун суроолору	СӨАИ тапшырмасы

1.	Тема 1. Сабакта женил атлетика боюнча коопсуздук эрежелери.	1. Физическое воспитание студентов: учеб. пособие /Л.С. Дворкин, К.Д. Чермит, О.Ю. Давыдов / Под общ. ред. Л.С. Дворкина. – Ростов н/Д: Феникс; Краснодар: Неоглория, 2008-700с. 2. Давиденко Д.Н. Здоровый образ жизни и здоровье студентов: Учебное пособие / Д.Н. Давиденко, В.Ю. Карпов.- Самара: СГПУ, 2004-112с. 3. Железняк, Ю.Д. Основы научно-методической деятельности в физической	1. Жаракатка кабылбоо жолдору. 2. Коопсуздукту камсыз кылуунун эрежелери.	Коопсуздук эрежелери боюнча дискуссия
----	--	--	--	---------------------------------------

		культуре и спорте /Юрий Дмитриевич Железняк, Павел Карпович Петров. – Москва: Академия, 2005-272с.		
2.	Тема 2. Төмөнкү старт 30 м	1. Кудрицкий, В.Н. Профессионально-прикладная физическая подготовка /Владимир Николаевич Кудрицкий. – Брест: БГТУ, 2005-276с. 2. Физическая культура и физическая подготовка: Учебник / Под ред, В. Я. Кикотя, И.С. Барчукова. –М:2013-431с 3. Герасимова Т. В. Формирование навыков здорового способа жизни методами оздоровительной физической культуры // Педагогика, психология и медико-биол. проблемы физич. воспитания и спорта. – 2009– С	1. Стартка туруу эрежелери.	Стартка туруу эрежелерин кайталоо

3.	Тема 3. Төмөнкү старт 30 м старттагы Ылдамдык	1. Методическое обеспечение физического воспитания студентов непрофильных специальностей: пособие / авт.сост.: Н.Н. Царик, Е.Б. Величко, Т.В. Грибунина. – Мозырь: УО МГПУ им. И.П. Шамякина, 2008-216с. 2. Физическая культура студента: учебник / под ред. В.И. Ильинича. – ВООК. – М.: Гардарики, 2007448с. 3. Глейberman, А. Н. Упражнения в парах / А.Н. Глейberman.–М.: Физкультура и спорт, 2013-264с.	1. Старт алуу эрежелери 2. Ылдамдыкты артыруу жолдору	Старт алуу эрежелери кайталоо
4.	Тема 4. Эстафета 4\100 м.	1. Азаренко, Л. Д. Оздоровительные основы физических упражнений / Л.Д. Назаренко. – М.: Владос, 2016-240с 2. Физическая культура и физическая подготовка: Учебник / Под ред, В. Я. Кикотя, И.С. Барчукова. – М:2013-431с	1. Эстафета чуркоонун эрежелери.	Эстафета чуркоонун эрежелерин кайталоо
5.	Тема 5. 100 м чуркоо	1. Физическая культура и физическая подготовка: Учебник / Под ред, В. Я. Кикотя, И.С. Барчукова. –М:2013-431с	1. 100 м чуркоо эрежелери 2. Нормативди толтуруу	100 м чуркоо эрежелерин кайталоо

6.	Тема 6. Узундука ордунап секирүү	1. Физическая культура и физическая подготовка: Учебник / Под ред, В. Я. Кикотя, И.С. Барчукова. – М:2013-431с 2. Кудрицкий, В.Н. Профессионально-прикладная физическая подготовка /Владимир Николаевич Кудрицкий. – Брест: БГТУ, 2005276с.	1. Узундука ордунап секирүү эрежелери 2. Нормативди толтуруу	Узундука ордунап секирүү эрежелерин кайталоо
----	-------------------------------------	--	---	--

7.	Тема 7. Атайын секирүү көнүгүүлөрү	<p>1. Физическое воспитание студентов: учеб. пособие /Л.С. Дворкин, К.Д. Чермит, О.Ю. Давыдов / Под общ. ред. Л.С. Дворкина. – Ростов н/Д: Феникс; Краснодар: Неоглория, 2008-700с.</p> <p>2. Физическая культура и физическая подготовка: Учебник / Под ред, В. Я. Кикотя, И.С. Барчукова. –М:2013-431с.</p>	<p>1. Атайын секирүү көнүгүүлөрдүн түрлөрү</p>	<p>Ондуруштогу орт коопсуздугу: орттун профилактикасы жана очуруу каражаттарын жазып келуу (конспект).</p>
8.	Тема 8. 2000 м чуркоо	<p>1. Жилкин, А. И. Легкая атлетика / А.И. Жилкин, В.С. Кузьмин, Е.В. Сидорчук. - М.: Академия, 2009. - 464 с.</p> <p>2. Физическая культура и физическая подготовка: Учебник / Под ред, В. Я. Кикотя, И.С. Барчукова. –М:2013-431с.</p>	<p>1. 2000 м чуркоо эрежелери</p> <p>2. Нормативди толтуруу</p>	<p>2000 м чуркоо эрежелерин өздөштүрүү</p>
9.	Тема 9. Бирдиктүү чуркоо горизонталдык токоолдуктарды отуу	<p>1. Решетников Н. В. Физическая культура. Учебник для студ. Сред. Проф. Образования /Ю. Л. Кислицын, Р. Л. Палтиевич, Г. И. Погадаев – М: 2013-176с.</p> <p>2. Физическая культура студента: учебник / под ред. В.И. Ильинича. – ВООК. – М.: Гардарики, 2007448с.</p>	<p>1. Горизонталдык токоолдуктарды отуунун эрежелери</p>	<p>Горизонталдык токоолдуктарды отуунун эрежелерин өздөштүрүү</p>
10.	Тема 10. 3000 м чуркоо	<p>1. Железняк Ю.Д. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте /Юрий Дмитриевич Железняк, Павел Карпович Петров. – Москва: Академия, 2005-272с.</p> <p>2. Физическая культура и физическая подготовка: Учебник / Под ред, В. Я. Кикотя, И.С. Барчукова. –М:2013-431с.</p>	<p>1. 3000 м чуркоонун эрежелери</p> <p>2. Нормативди толтуруу</p>	<p>300 м чуркоонун нормативин толтуруу</p>

11.	Тема 11. Катар даярдыгы	1. Бреславский В. И, Егизбаев Б. У, Фомин В. В.»допризывная подготовка молодежи» Б: 2004352с.	1. Аралыкты кармоо. 2. Колонога бөлүнүнүү	
12.	Тема 12. Катардагы алмашуулар	1. Бреславский В. И, Егизбаев Б. У, Фомин В. В.»допризывная подготовка молодежи» Б: 2004352с.	1.	
13.	Тема 13. Физикалык ийкемдүүлүк сапаты	1. Физическое воспитание студентов: учеб. пособие /Л.С. Дворкин, К.Д. Чермит, О.Ю. Давыдов / Под общ. ред. Л.С. Дворкина. – Ростов н/Д: Феникс; Краснодар: Неоглория, 2008-700с. 2. Давиденко Д.Н. Здоровый образ жизни и здоровье студентов: Учебное пособие / Д.Н. Давиденко, В.Ю. Карпов.- Самара: СГПУ, 2004-112с. 3. Железняк, Ю.Д. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте /Юрий Дмитриевич Железняк, Павел Карпович Петров. – Москва: Академия, 2005-272с.	1. Ийкемдүүлүктү камтыган спорттун түрлөрү	Ийкемдүүлүк тү өстүрүү жолдору боюнча кыскача доклад.
14.	Тема 14. Чыдамкайлуулукту жалпы аныктоо жана көрсөткүчтөрү	1. Кудрицкий, В.Н. Профессионально-прикладная физическая подготовка /Владимир Николаевич Кудрицкий. – Брест: БГТУ, 2005276с. 2. Физическая культура и физическая подготовка: Учебник / Под ред, В. Я. Кикотя, И.С. Барчукова. –М:2013-431с 3. Герасимова Т. В. Формирование навыков здорового образа жизни методами оздоровительной физической культуры // Педагогика, психология и медико-биол.	1. Чыдамкайлуулукту өстүрүүчү көнүгүүлөр 2. Чыдамкайлуулукту аныктоо жолдору	Чыдамкайлуулукту өстүрүүчү көнүгүүлөрүн өздөштүрүү

		проблемы физич. воспитания и спорта. – 2009– С		
15	Тема 15. Аэробикалык	1. Виленский М.Я. Физическая культура и здоровый образ жизни студента: учеб. пособие [Текст] /	1. Аэробикалык мүмкүнчүлүктөрдү жогорулатту	Аэробикалык мүмкүнчүлүктөрдү
	мүмкүнчүлүктөрдү жогорулатту жолдору	.М.Я. Виленский, А.Г. Горшков. – М.: Гардарики, 2007. 218 с. 2. Жилкин, А. И. Легкая атлетика / А.И. Жилкин, В.С. Кузьмин, Е.В. Сидорчук. - М.: Академия, 2009. - 464 с. 3. Физическая культура и физическая подготовка: Учебник / Под ред, В. Я. Кикотя, И.С. Барчукова. –М:2013-431с	жолдорунун негиздери 2. Аэробикалык мүмкүнчүлүктөрдү жогорулаттуучу көнүгүүлөрдүн түрлөрү	жогорулаттуучу көнүгүүлөрдү жасоо
16	Тема 16. Ыкчамдуулукту тарбиялоо жолдорунун негиздери	1. Виленский М.Я. Физическая культура и здоровый образ жизни студента: учеб. пособие [Текст] / .М.Я. Виленский, А.Г. Горшков. – М.: Гардарики, 2007. 218 с. 2. Жилкин, А. И. Легкая атлетика / А.И. Жилкин, В.С. Кузьмин, Е.В. Сидорчук. - М.: Академия, 2009. - 464 с. 3. Физическая культура и физическая подготовка: Учебник / Под ред, В. Я. Кикотя, И.С. Барчукова. –М:2013-431с	1. Ыкчамдуулук жөнүндө түшүнүк 2. Ыкчамдуулуктун негизги сапаттары	Ыкчамдуулуктун негизги сапаттары боюнча кыскача оозеки доклад

17	Тема 17. Ыкчамдуулуктун татаал жолдорунун мүмкүнчүлүктөрүн тарбиялоо жолдору	<p>1. Методическое обеспечение физического воспитания студентов непрофильных специальностей: пособие / авт.сост.: Н.Н. Царик, Е.Б. Величко, Т.В. Грибунина. – Мозырь: УО МГПУ им. И.П. Шамякина, 2008-216с.</p> <p>2. Физическая культура студента: учебник / под ред. В.И. Ильинича. – ВООК. – М.: Гардарики, 2007448с.</p>	1. Ыкчамдуулуктун татаал жолдорунун мүмкүнчүлүктөрүн тарбиялоо жолдору	Ыкчамдуулукту тарбиялоо боюнча доклад
----	--	--	--	---------------------------------------

VI. БАА БЕРҮҮНҮН САЯСАТЫ ЖАНА ЖОЛ-ЖОБОСУ

Катышуучунун окуусунун жыйынтыгы анын окууга жетүү баллы 100- балл менен берилет. Жетүү баасынын жыйынтыгынын баллы 60 болуусу керек.(60 баллдын 30 баллы 1-модуль, экинчи 30 баллы 2-модуль) калган 40 баллы жыйынтыктоочу контролдун негизинде төмөнкүдөй схема түрүндө.

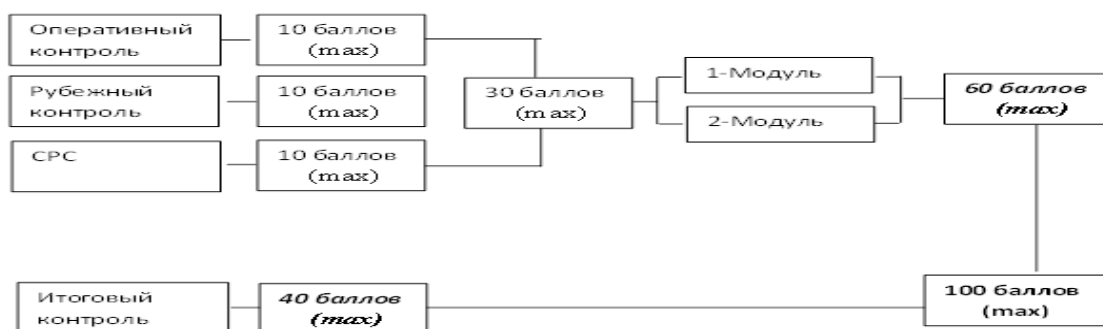


Схема 1

Окутуунун натыйжаларын баалоо масштабы

Балдар	Баа	Аныктоо	Баа ECTS	Аныктоо ECTS
85-100	5	Эң жакшы	A	“Эң жакшы”-мыкты жакшы жыйынтыкка
81-84	4	Жакшы	B	“эң жакшы”, “жакшы” эң жогоркудан төмөнкүсү
70-80			C	“жакшы” орто каталар үчүн
60-69	3	Канааттандыруу	D	“канааттандыруу” начар жыйынтык, көптөгөн жетишпегендиктери үчүн
55-59			E	“кайдыгер”-окугандар берилгендерге минималдуу талаптарга жооп берише
15-54		Канааттандыруу эмес	FX	“канааттандыруу эмес”-кайрадан баа алууга аргасыз минимумдарды тапшыруусу
0-14			F	“канааттандыруу эмес” кайрадан керек тапшырма, материалдарды жайкы семестрде дисциплина боюнча тапшыруу.

Студенттин өз алдынча ишинин темалары.

Тема 1. Сабакта женил атлетика боюнча коопсуздук эрежелери.

Тема 2. Төмөнкү старт 30 м

Тема 3. Төмөнкү старт 30 м старттагы ылдамдык

Тема 4. Эстафета 4\100 м.

Тема 5. 100 м чуркоо

Тема 6. Узундука ордуна секирүү

Тема 7. Атайын секирүү көнүгүүлөрү

Тема 8. 2000 м чуркоо

Тема 9. Бирдиктүү чуркоо горизонталдык токоолдуктарды отуу

Тема 10. 3000 м чуркоо

Тема 11. Катар даярдыгы

Тема 12. Катардагы алмашуулар

Тема 13. Физикалык ийкемдүүлүк сапаты

Тема 14. Чыдамкайлуукту жалпы аныктоо жана көрсөткүчтөрү

Тема 15. Аэробикалык мүмкүнчүлүктөрдү жогорулатту жолдору

Тема 16. Ыкчамдуулукту тарбиялоо жолдорунун негиздери

Тема 17. Ыкчамдуулуктун татаал жолдорунун мүмкүнчүлүктөрүн тарбиялоо жолдору

Студенттердин билим дэңгээлин текшерүүчү суроолор

1. Узундука ордуна секирүү эрежелери
2. Нормативди толтуруу
3. Атайын секирүү көнүгүүлөрдүн түрлөрү
4. 2000 м чуркоо эрежелери
5. Нормативди толтуруу
6. Горизонталдык токоолдуктарды отуунун эрежелери
7. 3000 м чуркоонун эрежелери
8. Нормативди толтуруу
9. Аралыкты кармоо.
10. Колонага бөлүнүү
11. Ийкемдүүлүктү камтыган спорттун түрлөрү
12. Чыдамкайлуулукту өстүрүүчү көнүгүүлөр
13. Чыдамкайлуулукту аныктоо жолдору
14. Аэробикалык мүмкүнчүлүктөрдү жогорулатту жолдорунун негиздери
15. Аэробикалык мүмкүнчүлүктөрдү жогорулаттуучу көнүгүүлөрдүн түрлөрү
16. Ыкчамдуулук жөнүндө түшүнүк
17. Ыкчамдуулуктун негизги сапаттары
18. Ыкчамдуулуктун татаал жолдорунун мүмкүнчүлүктөрүн тарбиялоо жолдору

Акыркы контролдоо боюнча окуу натыйжаларын баалоонун тартиби

Болжолдуу баалоонун, катышуучулардын өз алдынча ишинин алкагында ишке ашырылат

Жазуу жана ар кандай баалоо үчүн талаптар СӨА иштөөсүндөгү мазмунга өзгөчө басым жасоонун төмөнкү критерийлерине көз каранды:

Текшерүүчү көнүгүүлөр	Балдар			Кыздар		
	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
30 м чуркоо	4,4	4,8	5,4	4,8	5,5	6,2
60 м чуркоо	8,4	9,0	9,8	9,6	10,4	11,0
100 м чуркоо	14,0	14,5	15,5	16,5	17,5	18,5
Узундука секирүү	220	200	190	190	165	145
3000 м чуркоо (балдар)	14,00	15,00	16,00	-	-	-
2000 м чуркоо (кыздар)	-	-	-	10,30	11,30	12,30
16 кг гира көтөрүү	35	25	15	-	-	-
Тулку бойду көтөрүү (1 минутта)	50	40	30	40	30	20

Катышуучулардын иштерин ыкчам башкаруудагы болжолдуу критерийлердин баалары

Катышуучунун оозеки формада, окуунун жыйынтыктоо критерийлеринин баалары

9б.- 10б. –“эң жакшы”

7б.- 8 б. –“жакшы”

5б.- 6 б. – “канааттандырарлык” 0б.-

4 б. – “канааттандырарлык эмес”

Практикалык сабакта кроссвордун жасалуу формасынын болжолдуу түрдөгү талабы.

Кроссвордун оптималдуу сөздөрүнүн көлөмү-20. 1) Кроссворд түзүүдөн мурун тематикалык түзүлүшүн жана сөздөрдү тандоо керек, андан кийин ошого ылайык

сүрөтүн чийүүсү абзел. Сөздөрдү эмне үчүн чийүүдөн мурун ойлонуу керек, себеби биринчи түзүлүшүн чийип алып, андан соң сөздөрдү жазсаң, кээ бир сөздөр чийменин ичине туура келбей калат же сөздөр көп, аз болуп калышы мүмкүн. Эрте чийилген чиймеде төрт, беш тамгадан болсо, андан соң даярдалган сөздүн тамгасы андан көп жети, сегиз болуп калса туура келбей калат.

- 2) Кроссвордун эң туура түзүлүшү төрт тарабы симметриялуу болгон чийүү туура делет, ар бир сөз минимум эки кесилиште болуусу керек (көп болсо андан да жакшы). 3) Баарынан кызыктуу жана оор кроссворд үзүлбөгөн катары менен ар бир тамга кийинки сөз менен дал келгени. Бирок мындай үзүлбөгөн кроссворд иштегенге, ойлонууга оңой келет.
- 4) Кроссвордун жасалгалоосунда колдон келсе туурасынан баштаган оңой келет, бирок жандырмагын толтурууда эч роль ойнобойт, аны түзгөнгө жөн гана оңой болот.
- 5) Кроссвордун жолу зат атоочтун атооч жөндөмөсүнүн жекелик түрүндө, айрым гана көптүк түрүндө болууга тийиш ж.б.
- 6) Эч кандай эмоционалдуу жана кыскартылган башка сөздөр колдонулбайт. Кроссворддо кеминде экиден сөз болбошу керек (Асан Туратович, ак жоолук ж.б.) мындан сырткары ортосуна сызыкча коюлган сөздөр да болбойт (Ак-Суу, аң- сезим ж.б.).
- 7) Кроссворддун чакмагы биринчи жазылган тамганыкындай болушу керек жана номерлери коюлушу абзел. Кээ бир сөздөрдө туурасынан жана тигинен келген бирдей номер болсо, ошондой учурда бурчта бир тамгадан (окшош) башталышы мүмкүн.
- 8) Сөздүн мааниси бир гана сөздүккө баш ийиш керек.

Болжолдуу докладдын жасалуу талабы ROWER POINT форматка жооп бериши керек

- 1 Аз дегенде 8-10 слайддан. Презентациялоо мөөнөтү 7-10 мүнөт болушу керек.
- 2 Слайддын титулдук барагы болуш абзел. Презентация слайддан башталышы керек да, мазмундун аты, окуу жайдын жери (институт, тайпасы, кесиби, кафедрасы) тапшырмасы, сабактын аты, автордун аты жөнү жана жетекчисинин аты жөнү.
- 3 Мазмуну (презентациянын планы).
- 4 Мазмунда актуалдуулук, изденүүнүн багыты жана мүнөзү берилди.
- 5 Негизги бөлүк.
- 6 Жыйынтык. 3-5 тезис, эң негизги иштин жыйынтыгы айтылыт.
- 7 Колдонулган адабияттардын тизмеси.
- 8 Слайд номерленген болушу керек.
- 9 Ар бир слайддын башы берилиши керек.
- 10 Ар бир иштин башы бир стилде аткарылышы керек (өңү, шриф, өлчөмү).
- 11 Тексттин слайдынын башаты үчүн 24-36 өлчөмүндөгү пункттан турушу керек.
- 12 Чекитти башатынын аягына коюуга болбойт. Ар бир сүйлөмдөрдүн сонунда койсо болот.
- 13 Башатын узун кылып жазууга болбойт.

- 14 Ар бир слайд окшош болбого тийиш. Эгер окшош кылып жазгың келсе, мүмкүн болсо, аягында туура болот.
- 15 Шрифтер. Презентацияга жасалгалоо үчүн Arial, Tahoma, Verdana, Times New Roman, Georgia- шрифты.
- 16 Информациялык текстте шрифтин өлчөмү 18-22 пункт.
- 17 Бир слайддын ичине эч кандай бир нече текстти киргизүүгө болбойт. Ал жакка керек гана тезистерди батырууга болот.

Синквейн жөнүндө түшүнүк. Синквейн жазуунун билим берүүчүлүк бөлүгү жана максаты, эрежелери, талаптары, шарттары

Синквейн жөнүндө түшүнүк. Ыктын (стратегиянын) бул түрү, өтүлүүчү баардык окуу жайлардын сабактарында колдонулат. Бул методдо бир нече сөздөн сезимди билдирип, сөздөрдүн эң маанилүүсүн тандап, татаал идеяларды түзүп, түшүнүгүн синтездештирип, сүрөттөөгө, ой жүгүртүүгө шыктандырат. Берилген **негиз** сөздү чечмелешет. Синквейн деген сөз франсуз тилинен алынып, “беш” беш деген сөздү билдирет.

Синквейн сөз түрдө уйкаштыкты талап кылбаган, рифмалашпаган, ойду жыйынтыктоочу каражат катары колдонуп, аткаруучулардын ой жүгүртүүсүн ойготуп, ойлонулган рефлексияларды талап кылган түшүнүктөрдүн жыйындысынан “4 сап ыр”. Ал эреже – схемалардын негизинде түзүлөт.

Максаты: а) татаал жаңылык - кабарларды топтоштурат (синтездештирет)

б) аткаруучулардын билим –деңгээли, түшүнүгү байкалат, бааланат.

в) чыгармачылык көркөм- элес каражатын, алган билимин маалыматын бириктирет.

Синквейн жазуунун билим берүүчүлүк бөлүгү. Аудиторияда өтүлгөн темага жараша түзүлөт. Синквейн бир гана “манастануу” сабагын эмес, кыргыз тили сабагын да камтыйт. Себеби, зат, сын атоочтор, этиш же жана башка темага тиешелүү башка сөз түркүмдөрүн колдонуп, маанилеш- синоним сөздөрдү анализдейт, талдайт да алардын арасынан теманы “ачкан” эң керектүү сөздү тандайт. Өтүлгөн темаларга ой жүгүртүп, көрүү, угуу, мүмкүнчүлүгү ачылыт.

Эрежелери, талаптары, шарттары. Синквейн жазуудан мурун аткаруучулар төмөнкү эрежелерди, талаптарды, шарттарды өзүлөрү иштеп чыгууга окутуучу өбөлгө түзөт. Ал шарттар болжол менен:

1. Баардык ой баалуу;
2. Бир учурда сөз талашып сүйлөөбө;
3. Сөздү бөлбөө;
4. Ар бир адам өз ишин, идеясын, чечимин, көз карашын айта алат;

5. Чектегенге, сынаганга, какканга болбойт;
6. Бири – бирин угуу, сыйлашуу;
7. Шериги жана топ менен биргелешип, жардамдашып иштөө;
8. Баардык суроо маанилүү;
9. Көрсөтмө берип, идеясын таңуулабайт;
10. Берилген теманын үстүндө иштөө;
11. Белгиленген убукытты, регламентти сактоо (коргоо убактысы 5 -10 мүнөт)
12. Синквейн слайд түрүндө даярдалышы керек.

Эскертүү: теманын оор жеңилине, максат, маселесине байланыштуу кээ бирде 3 мүнөттө да жазышат.

СИНКВЕЙНДИ ЖАЗУУНУН СХЕМАСЫ:

1-сабы-----зат атооч

2-сабы-----сын атооч

3-сабы-----этиш

4-сабы темага тиешелүү сүйлөм, фраза 4 сөздөн турат

5-сабы теманын маани – маңызын берген сөз (синоним) Башкача

айтканда: 1- сабы (1сөз)

2-сабы (2 сөз)

3-сабы (3 сөз)

4- сабы (фраза (темага карай ой жүгүртүү оюу) (4 сөз)

5- сабы маңыз – маанилеш сөз (1 сөз)

КЛАСТЕР ЖӨНҮНДӨ ЖАЛПЫ ТҮШҮНҮК. Кластер англис тилинен которгондо – “шиңгил” деген түшүнүктү берет. Жүзүмдүн 1 (бир) шиңгилин – тобун элестетсеңер болот.) Кластер – топ- шиңгил бөлүштүрүү же түзүү- аткаруучулардын кандайдыр бир тема боюнча ачык жана эркин ойлонушуна жардам бере турган педагогикалык ык (стратегия) . Ал “акыл эске (мээге) чабуул” деген акыркы мезгилдеги терминди алсак, мээни түздөн –түз иштөөгө мажбурлайт. Ой жүгүртүүгө мажбурлоонун кыйыр түрү кластер түзүү болуп саналат.

VII. ДАТТАНУУ-АПЕЛЛЯЦИЯ. Эгерде катышуучу алган жыйынтыктын баасына каршы болсо анда ал ББЗИТИнин Кесиптик колледжинин жетекчилигине даттанууга акысы бар, дисциплинадан алган бааны үч күн ичинде кароого мүмкүн. Даттанууну жетекчилик тарабынан комиссия түзүлүп, кеминде үч мугалим жана бааны койгон жетекчи мугалими кайрадан карап чыгуусу керек.-если студент не согласен с результатами оценки письменного экзамена, то он имеет право подать апелляцию на имя руководителя структурного подразделения ИСИТО в течение 3-х дней после объявления результатов по данной дисциплине. Для рассмотрения апелляции руководителем структурного подразделения создается комиссия в составе не менее трех преподавателей, включая экзаменатора, выставившего оценку,

под председательством руководителем подразделения или лица его замещающего. Комиссия оценивает письменный ответ студента, данный им ранее.

VIII. АДАБИЯТТАРДЫН ТИЗМЕГИ.

Негизги жана сунушталган адабияттар:

1. Физическое воспитание студентов: учеб. пособие /Л.С. Дворкин, К.Д. Чермит, О.Ю. Давыдов / Под общ. ред. Л.С. Дворкина. – Ростов н/Д: Феникс; Краснодар: Неоглория, 2008-700с.
2. Давиденко Д.Н. Здоровый образ жизни и здоровье студентов: Учебное пособие / Д.Н. Давиденко, В.Ю. Карпов.- Самара: СГПУ, 2004-112с.
3. Железняк, Ю.Д. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте /Юрий Дмитриевич Железняк, Павел Карпович Петров. – Москва: Академия, 2005-272с.
4. Методическое обеспечение физического воспитания студентов непрофильных специальностей: пособие / авт.-сост.: Н.Н. Царик, Е.Б. Величко, Т.В. Грибунина. – Мозырь: УО МГПУ им. И.П. Шамякина, 2008-216с.
5. Физическая культура студента: учебник / под ред. В.И. Ильинича. – ВООК. – М.: Гардарики, 2007-448с
6. Виленский М.Я. Физическая культура и здоровый образ жизни студента: учеб. пособие [Текст] / М.Я. Виленский, А.Г. Горшков. – М.: Гардарики, 2007. 218 с.
7. Физическая культура и физическая подготовка: Учебник / Под ред, В. Я. Кикотя, И.С. Барчукова.
–
М:2013-431с
8. Кудрицкий, В.Н. Профессионально-прикладная физическая подготовка /Владимир Николаевич Кудрицкий. – Брест: БГТУ, 2005-276с.
9. Физическая культура и физическая подготовка: Учебник / Под ред, В. Я. Кикотя, И.С. Барчукова.
–
М:2013-431с
10. Герасимова Т. В. Формирование навыков здорового способа жизни методами оздоровительной физической культуры // Педагогика, психология и медико-биол. проблемы физич. воспитания и спорта. – 2009– С
11. Бреславский В. И, Егизбаев Б. У, Фомин В. В.»допризывная подготовка молодежи» Б: 2004-352с.
12. Жилкин, А. И. Легкая атлетика / А.И. Жилкин, В.С. Кузьмин, Е.В. Сидорчук. - М.: Академия, 2009. - 464 с.

13. Жилкин А. И. Легкая атлетика [Текст]: учебное пособие / А.И. Жилкин, В.С. Кузьмин, Е.В. Сидорчук. - М.: Академия, 2005. – 420с.