**ДЕНЕ ТӘРБИЕСІ САБАҚТАРЫНДАҒЫ ЖЕКЕ ТӘСІЛ**

Бұл мақалада дене шынықтыру сабағында жеке тәсілдің қажеттілігі көрсетілген.

Уаспс мақалдағы балалардық денешініктиру сабағында жекеше адис-тусилдин кажеттигин курстады.

Бұл мақалада балалардың дене тәрбиесіне жеке көзқарастың қажеттілігі көрсетілген.

 Қазіргі білім беру парадигмасы пәнді оқытуға белгілі бір талаптар қояды. Негізгі талаптардың бірі - қозғалыс әрекеті процесінде өзін-өзі бақылау және өзін-өзі реттеу дағдыларын қалыптастыруға жеке көзқарас қажеттілігі. Балалардың дене шынықтыру мен спортқа қызығушылық танытуы үшін оларды қызықтыру керек, атап айтқанда дене шынықтыру іс-шараларын оларды қызықтыратындай етіп ұйымдастыру керек, осылайша олар мүмкіндігінше қозғалады және өздерінің белсенді әрекеттерінің нәтижелерін көреді. Негізгі физикалық сапалардың даму деңгейімен анықталатын жақсы дене дайындығы оқу, еңбек және спорт жұмыстарының барлық түрлерінде жоғары көрсеткіштердің негізі болып табылады. Оқушылардың дене дайындығының жоғары деңгейі тек білім сапасымен ғана емес, сонымен қатар қалалық дене шынықтыру жарыстарына белсенді қатысуымен расталады. Жалпы мектептік дене шынықтыру және спорттық іс-шаралар балалардың дене тәрбиесі процесінің маңызды құрамдас бөлігі болып табылады. Балалардың дене тәрбиесінде қозғалыс қабілеттерін дамыту маңызды орын алады. Тәжірибе көрсеткендей, көптеген балалар жүгіруде, секіруде, лақтыруда жоғары нәтижеге қол жеткізе алмайды, өйткені қимылдың нашар техникасы оларға кедергі келтіреді, бірақ негізінен моторлық қасиеттердің жеткіліксіз дамуы - күш, жылдамдық, төзімділік, ептілік, икемділік. Жоғарыда келтірілген мәліметтердің барлығы балалардың қимыл-қозғалыс қабілеттерін дамытудың құралдары мен әдістерін саралап таңдауға ғылыми негіздеме беруге, дене шынықтыру сабақтары мен әр түрлі спорт түрлеріне арналған бағдарламалардың мазмұнын нақтылауға және дозаларын дәлірек анықтауға мүмкіндік береді. физикалық белсенділік. Бұл жұмыстың маңыздылығы, тіпті бір жастағы балалардың қозғалыс дайындығының әр түрлі деңгейіне, жаттығу жүктемесіне және қоршаған орта факторларына реакциясының типологиялық және жеке сипаттамаларына байланысты. Балалардың типтік сипаттамаларына сүйене отырып, мен балалардың белгілі бір топтарына тән белгілерді бөліп көрсетемін: мысалы, дене шынықтыру тұрғысынан және оларда өздеріне жеке көзқарасты қажет ететін балаларды атап өтемін. Бұл дайындық медициналық тобының балаларына немесе денсаулығына байланысты арнайы медициналық топқа тағайындалған балаларға қатысты, олар белгілі бір жағдайларға байланысты басқалармен айналысады. Мұғалім мен бала ретінде физикалық дайындықтың бастапқы көрсеткіштерінің объективті бейнесін көруге мүмкіндік беретін алдын-ала есепке алу нәтижелері негізінде күшті, орташа және әлсіз оқушыларға шартты саралау пайда болады. Бұл есепке алудың нәтижелері тек оң нәтижеге ие - бұл балалардың физикалық дамуындағы ауысуларды анықтайтын бастапқы нүкте. Солардың негізінде мен тиісті жаттығуларды таңдаймын, жеке тапсырмалар әзірлеймін. Балалардың физикалық дайындығы жағынан мықты менің сыныптағы тірегім: олар материалдарды сабақтарда бекітуге, өз бөлімшелеріндегі жаттығулардың дұрыс орындалуын бақылауға, ойындарға қатысуға көмектеседі. Мен осы топтың балаларына арналған жаттығуларды олардың қиындықтарымен тойтарыс бермейтін, сонымен бірге оларды аяқтау үшін белгілі бір стрессті қажет ететін етіп таңдаймын. Мен үшін бастысы, менің сабақтарымда оқушы сәттілік жағдайында болады, сондықтан дене тәрбиесіне деген қызығушылық пайда болады, демек, олардың жұмысы үшін жетістіктер мен марапаттар болады. Мысалы, ілулі тартылу ер балалардың көпшілігі үшін күрделі мәселе болып табылады.