

Мамандықтың оқу-әл
кешені



Нысан
ПМУ ҰС Н 7.18.2/01

Қазақстан Республикасының Білім және ғылым министрлігі
С. Торайғыров атындағы Павлодар мемлекеттік университеті
Дене шынықтыру және спорт кафедрасы

050108 Дене шынықтыру және спорт

ДИПЛОМДЫҚ ЖОБАРЛАРДЫ/ЖҰМЫСТАРДЫ ОРЫНДАУҒА ӘДІСТЕМЕЛІК НҰСҚАУЛАРЫ

Мемлекеттік емтихан
бағдарламасын
бекіту парағы



Павлодар

Нысан
ПМУ ҰС Н 7.18.2/04

БЕКІТЕМІН

Оқу ісі жөніндегі

проректор

_____ Н.Э. Пфейфер
20__ж «__»

Құрастырушы: п.ғ.к., доцент, ДШЖС кафедрасының меңгерушісі Ю.А.Мастобаев

Кафедра дене шынықтыру және спорт

050108 дене шынықтыру және спорт мамандығының студенттеріне арналған

**ДИПЛОМДЫҚ ЖОБАРЛАРДЫ/ЖҰМЫСТАРДЫ ОРЫНДАУҒА
ӘДІСТЕМЕЛІК НҰСҚАУЛАРЫ**

Бағдарлама ҚР МЖМБС 5.08. 258 - 2006 негізінде әзірленген

Кафедра отырысында ұсынылған 20__ ж. «__» _____
№ __ хаттама

Кафедра меңгерушісі _____ Ю.А. Мастобаев

Химиялық технологиялар және жаратылыстану факультетінің оқу-
әдістемелік кеңеспен құпталған
20__ж. «__» _____ № __ хаттама

ОӘК төрағасы _____ У.Д.Буркитбаева

КЕЛІСІЛГЕН

Факультет деканы _____ К.К.Ахметов 20__ж «__» _____

ЖЖӘҚБ ҚҰПТАЛҒАН

ЖЖӘҚБ бастығы _____ А.А. Варакута 20__ж «__» _____

Кіріспе

1. Бітіру жұмыстарына қойылатын жалпы талаптар

Бітіру жұмысы университеттегі оқу үрдісінің қорытынды кезеңі болып табылады және мамандандыру пәндерімен бірге түлектің біліктілігін анықтайды.

Бітірушілік білікті жұмысты жазу мен қорғауға оқу жоспары мен бағдарламасының талаптарын сәтті орындаған студент жіберіледі.

Бітірушілік білікті жұмыс – бұл материалдарды өз бетімен ғылыми түсіндіру; ол мәселенің теориялық мазмұнын тәжірибе нәтижесімен үйлестіреді.

Бітірушілік білікті жұмыстың мақсаты:

1) мамандық бойынша теориялық білімді тереңдету, кеңейту, бекіту және жүйелендіру, бұл білімді ғылыми және тәжірибелік міндеттерді шешуде қолдану.

2) дербес ғылыми-зерттеу жұмыс дағдысын дамыту, тәжірибелік міндеттерді шешу кезінде эксперименттеу әдісін меңгеру.

3) студенттердің мекемелерде, ұйымдарда, кеңестік қызметте және т.б. жерлерде жұмыс істеуге даярлығын анықтау.

2. Бітіру жұмысының тақырыбы

Бітіру жұмысының тақырыбы актуалды болуы керек, ғылым мен тәжірибенің қажеттіліктерін еске алуы тиіс. Бітіру жұмысының тақырыбы кафедрамен белгіленеді. Студентке бітіру жұмысының тақырыбын таңдау, тіпті өз тақырыбын ұсынуға құқық беріледі. Бірақ оны жасаудың орынды дәлелдері болуы тиіс. Тақырыпты таңдау кезінде студент оқытушыларға немесе кафедра меңгерушісіне кеңес алуға бара алады. Тақырыпты таңдағаннан кейін, студент кафедра меңгерушісінің атына тақырыпты бекіту туралы өтініш жазуы тиіс (Қосымша А).

Кафедра отырысында бітіру жұмыстарының тақырыбы және ғылыми жетекшілер бекітіледі. Бұл кезде студент қалауы ескеріледі, егер олар белгілі оқытушы қол астында бұрын жұмыс істеген болса.

Бекітілген тақырып, ғылыми жетекшілері көрсетілген, кафедра меңгерушісінің қолы бар студенттер тізімі деканатқа факультеттің әдістемелік кеңесінде тақырып пен жетекшіні бекіту үшін беріледі.

3. Бітіру жұмыстарын даярлауда кафедра бақылауы

Тақырыпты бекіткеннен кейін студент ғылыми жетекшіге жоспары, бітіру жұмыстарын даярлау мерзімі мен тәртібі туралы келісуге барады.

Бітіру жұмысының ғылыми жетекшісі:

1) баға береді және бөлімдер мен бөлімшелерге бөлуге көмектеседі, студент ұсынған бітіру жұмысының жұмыс жоспарына түзетулер енгізеді, бірінші нұсқауда көрсетілген уақыт, көлемді белгілейді.

2) студентпен қаншалықты ғылыми әдебиеттер, әдістемелік нұсқау орынды таңдалғанын тексереді; олардың ішіндегі ең маңыздысын таңдауға көмектеседі; тақырып бойынша толық өмірбаянды құрастыруға, ғылыми зерттеулер, тәжірибе және т.б. өткізуге көмектеседі; студентті бағдарлайды.

3) кеңес күнінде, қажет жағдайда жиі өткізілетін кездесулерде студентпен жүріп жатқан жұмыс туралы, кездесетін қиыншылықтар туралы әңгімелеседі.

Кафедра студентпен даярланып жатқан бітіру жұмысы туралы ғылыми жетекші хаттамасын оқуы мүмкін. Осы сұрақтар бойынша қажет кездерде студенттер кафедра отырысына немесе меңгерушісімен әңгімелесуге шақырылады.

4. Бітіру жұмысын даярлау

Бітіру жұмысын жазған кезде студент:

-мәселе бойынша белгілі әдебиетті, оның теориялық және тәжірибелік аспектілерін жан-жақты зерттеуі керек;

-тақырып бойынша ғылыми психологиялық-педагогикалық әдебиетті анализдеуі керек;

-ғылыми-зерттеу жұмысын жүргізіп, олардың тәжірибелік жүзеге асуын есепке ала отырып зерттеу нәтижелерін жалпылауы керек;

-мүмкіндігіне сәйкес тұлғаның, ұжымның және т.б. мәселесін зерттеуді жетілдіру бойынша өзінің ұсыныстары мен сөйлемдерін құрастыруы керек.

5. Бітіру жұмысының құрылымы мен мазмұны

Бітіру жұмысының құрылымы келесі бөліктерден тұрады:

-титулдық беті;

-тапсырма;

-аңдатпа (үш тілде: мемлекеттік, орыс және ағылшын тілінде);

-мазмұны;

-шартты белгілер, символдар, бірліктер, терминдер (қажет жағдайда) тізімі;

-кіріспе;

-тарау, тарауша, бөлім, бөлімшеден (қажет жағдайда) тұратын негізгі бөлім;

-қорытынды;

-қолданылған әдебиеттер тізімі;

-қосымша (қажет жағдайда);

Титулдық беті:

ЖОО реквизиті, факультет, кафедра атауы, даярлау бағыты, бітіру жұмыс тақырыбының атауы, курсты көрсетумен жұмыс авторының аты-жөні, оқу түрі, ғылыми жетекшінің аты-жөні, қызметі және ғылыми дәрежесі; «қорғау күні», «баға» графалары, қорғау орны және жылынан тұрады (Қосымша Б).

Мазмұны кіріспеден бастап жұмыс бөліктерін атауды әрбір тараудың басталу бетін көрсетумен қосымшаны құрайды.

Кіріспеде тақырып өзектілігі, оны тағайындау және бұл тақырыпты таңдау себептері бойынша педагогика және психология ғылымы мен тәжірибелік іс-әрекетті ашып көрсетеді; негізгі ғылыми-зерттеулерді көрсететін әдебиеттерде оның жарық көру деңгейі, өз алдына қойған студенттің мақсаты мен міндеттері көрсетіледі.

Негізгі мәтін әдетте параграфтарға бөлінген бөлімдерден тұрады. Бөлімдер мен параграфтар бірдей көлемді бөлуы керек.

Қорытындыда зерттеу нәтижесі жазылады, жалпылама түрде қорытындылар мен ұсыныстар баяндалады.

Қолданылған әдебиеттер тізімі сілтемелерде қолданылып, алфавит тізімінде құрастырылады (Қосымша В).

Қосымшада автормен дайындалған сызбалар, графиктер, кестелер және т.б. материалдар көрсетіледі.

Бітіру жұмысын жазу – бұл студенттің тақырыпты жоспар бойынша негізгі мәліметтерді жүйелі түрде баяндауы, мәселені түсінуі және бағалауы, оны шешу бойынша ұсыныстарын, тәжірибелік зерттеу анализін құрайтын ғылыми концепция.

6. Бітіру жұмысының көлемі. Хаттау. Қорғау тәртібі.

Бітіру жұмысының мәтін көлемі компьютерде 1,0 интервалы арқылы терілген 70 беттен аз болмауы керек.

Жұмыс А-4 қағазына шығарылады. Бет параметрлері: жоғарғы – 1,5 см, төменгі – 1,5 см, оң – 1 см, сол – 2,5 см.

Жұмыс мәтіні студентпен тексерілуі керек, ол қайта басу салдарынан пайда болған қателіктерге жауапты. Көп көлемді түзетілмеген қателіктері бар жұмыс қорғауға жіберілмейді.

Бітіру жұмысында беттерді жалпы нөмерлеу қолданылады. Бірінші бет – титул беті, екінші – жұмысты мазмұндау, кіріспе, әрбір тарау, қорытынды, библиография, қосымша жеке беттен басталады. Тарау атаулары бас әріптермен жазылады. Студент қолы библиографияның немесе қосымшаның соңғы бетінде қойылады.

Бітіру жұмысы арнайы папкада хатталады немесе түптеледі. Дайын күйінде ол кафедраға ұсынылады. Бітіру жұмысына қойылған талаптарды орындамаған жағдайда ғылыми жетекші оны студентке қайтарады және түзететін жерлерді көрсетеді. Егер ғылыми жетекші бітіру жұмысы қорғауға жіберілуі мүмкін деген шешімге келсе, онда оған жазбаша пікір даярлайды.

Пікірден басқа студент жұмысқа рецензия алуы керек. Рецензент осы кафедра оқытушылары немесе басқа ЖОО – ның, осы университеттің басқа кафедра оқытушылары, сәйкес біліктілік деңгейі бар осы саланың тәжірибелік қызметкері бола алады.

Пікір мен рецензияда бітіру жұмыстың жетістіктері мен жетіспеушіліктері де көрсетіледі, оның деңгейі туралы жалпы қорытынды жасалады және нақты баға берілуі мүмкін.

Пікір мен рецензияны алғаннан кейін жұмысқа енгізулер енгізуге болмайды.

Бітіру жұмысын қорғау бітіруші емтихандар мен бітіру жұмысын қорғаудың қорытынды кестесіне сәйкес емтихандық комиссия отырысында көпшілік алдында қорғалады.

Қорғау тәртібі:

-студенттің жұмысының негізгі мазмұны, өз қорытындылары мен ұсыныстары туралы қысқа (7-10 мин) баяндауы;

-студенттерге емтихандық комиссия мүшелері, басқа қатысушылар жағынан сұрақтар қою және сұрақтарға жауап беруі;

-рецензенттің сөз сөйлеуі немесе оның рецензиясын тыңдауы;

-сұрақ туралы басқа адамдардың сөйлеуі;

-студенттің пікір және рецензиядағы келтірілген мәндері туралы қорытынды сөзі.

Бағалау критерийі болып табылады:

-оның ғылыми деңгейі, тақырып сұрақтарының ашылу деңгейі, тәжірибелік, кәсіби іс-әрекеттегі мәні;

-психологиялық-педагогикалық, арнайы әдебиеттерді, тәжірибе материалдарын қолдану;

-тақырыпты өңдеудегі шығармашылық келісім;

-қорытындылардың ғылымилығы, дәйектілігі, дұрыстығы;

-баяндау стилі;

-хаттаудағы ұқыптылығы;

-жұмыс мазмұны мен оны қорғау үрдісінде байқалған кәсіби даярлық деңгейі.

Бітіру жұмыстарының тақырыбы

1 Спорттық жаттықтырудағы жоспарлау, бақылау және есеп (жалпы сипаттама).

2 Жаттықтыру үрдісін перспективті жоспарлау.

3 Жаттықтыру үрдісін жылдық жоспарлау.

4 Жаттықтыру үрдісін оперативті жоспарлау.

5 Спортшыны даярлауда жиынтықты бақылау және есеп.

6 Көпжылдық дайындық үрдісіндегі спорттық таңдау (спорттың таңдалған түріндегі мысал).

7 Дене шынықтыру гиподинамия ауруларына қарсы тұрудың негізгі факторы ретінде.

8 Дене шынықтыру денсаулық үшін қауіпті тұрмыстық құбылыстар және жаман қылықтармен күресудегі белсенді құралы ретінде.

9 Сауықтыру дене шынықтырудың түрлері, құралдары мен әдістері.

10 Сауықтыру дене шынықтыру жүйесіндегі негізгі бағыттар мен олардың сипаттамасы.

11 Дене шынықтыру-сауықтыру түріндегі әрекеттерге ересек тұрғындарды қатыстыру жолдары мен жағдайлары.

12 Сауықтыру дене шынықтырудағы тренажерлер

13 Сабақ әдістемесінің негізі (студент таңдауы бойынша): а) сауықтыру жүріспен; б) сауықтыру жүгіріспен; в) сауықтыру жүзумен, г) шаңғыда сауықтыру жүріспен, д) велосипедте сауықтыру жүріспен.

14 Сабақтың әдістемелік аспектісі (студент таңдауы бойынша): а) калланетика; б) шейпинг; в) велоаэробика; г) степ-аэробика, д) стретчинг.

15 Аквааэробика сабақ әдістемесінің ерекшеліктері.

16 Артық салмағы, арқа сүйегінің бұзылыстары бар, остеохондроз, жалпақ табандылық бар адамдарға арналған сауықтыру дене шынықтыру әдістемесі.

17 Сауықтыру дене шынықтыру жүйесінде педагогикалық және дәрігерлік бақылау.

18 Дене шынықтыру салауатты өмір сүру салтының компоненті ретінде.

19 Дене шынықтырудың аурудың алдын алуды, денсаулықты нығайтуда және шығармашылық белсенділікті сақтап қалудағы рөлі мен мәні.

20 Ересек тұрғындардың негізгі жас-жыныстық топтарының денелік дайындығын, денелік жағдайды бақылау және өзіндік бақылауын бағалау тәсілі мен критерийі.

21 Ересек тұрғындардың негізгі жас-жыныстық топтарының жалпы денелік дайындығы және кондиционды жаттығу әдістемесінің негізі.

22 Денсаулығы нашар оқушыларды (студенттерді) дене тәрбиелеудің негізі.

23 Ұзартылған күн топтарындағы төменгі мектеп жасындағы балаларды дене шынықтыру – сауықтыру сабақтарының әдістемесі.

24 Өндірістік дене шынықтырудың ұйымдастырушы-әдістемелік негізі (студент таңдауы бойынша еңбек тобының бір мысалы бойынша кәсіби-қолданбалы дене дайындығы, жұмыстан кейінгі қалпына келу, өндірістік гимнастика).

25 Дене шынықтыру-сауықтыру сабақтарында ауыртпашылықты жоспарлау негізі мен әдістеме ерекшеліктері (жүгіріс пен жүріс, жүзу, шаңғыда жүру, спорттық және қозғалмалы ойындар сабақтарындағы мысалдар негізінде жағдайды нақтылау – студент таңдауы бойынша).

26 Оңалту және сауықтыру-рекреативті дене шынықтыруда тренажерлерді қолдану.

27 Жүзу мектепке дейінгі балаларды сауықтыру құралы ретінде.

28 Атлетикалық гимнастика, шейпинг, ырғақтық гимнастика, аэробика (степ-аэробика, аквааэробика, велоаэробика, би аэробикасы және т.б.) топтарында өтетін сабақтарды жоспарлау және әдістеме ерекшеліктерінің мазмұны.

29 Дене шынықтыру құралдары арқылы төменгі сынып оқушыларының денсаулық жағдайындағы негізгі кемшіліктерді түзеу және алдын алу.

30 Спортшыларды даярлау жүйесінде алдын алу – оңату шаралары.

31 Сауықтыру-дене шынықтыру сабақтарында дөңгелектік әдісін қолдану.

Әдебиет

Жеңіл атлетика

1. Жилкин А.И., Кузьмин В.С., Сидорчук Е.В. Легкая атлетика. – М. : ИЦ Академия, 2006.
2. Кольев В.Т., Кольева В.В. Методическое пособие для самостоятельной и индивидуальной работы студентов факультета ФК и С по легкой атлетике. – Павлодар, ПИ, 2006.
3. Кольев В.Т. Подготовка бегунов на 400 метров. – Павлодар, 2006.
4. Попов В.Б. Прыжок в длину: многолетняя подготовка. – М. : Олимпия Пресс, Terra – Спорт, 2001.
5. Озалин Н.Г. Легкая атлетика. – М. : ФИС, 1989.
6. Шур М.А. Прыжки в высоту. – М. : Terra – Спорт, 2003.

Футбол

1. Голдблатт Д. Энциклопедия футбола. Самая полная информация об игре. – М. : АСТ/Астрель, 2003.
2. Крисфилд Д.В. Футбол. – М. : АСТ/Астрель, 2005.
3. Савин А.В. История футбола. Игроки, тренеры, судьи. Справ.-биограф. Словарь. – М. : Terra-Спорт/Олимпия, 2002.
4. Травкин Н.И. История футбола. Планета футбол: Путеводитель по странам и континентам. – М. : Terra-Спорт/Олимпия, 2002.

Баскетбол

1. Гатмен Б., Финнеган Т. Все о тренировки юного баскетболиста. – М. : АСТ/Астрель, 2007.
2. Портнов Ю.М. Баскетбол. – Учебник для ВУЗов. М., 1997.
3. Спортивные игры: Техника, тактика, методика обучения. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2004.
4. Фрейзер У.К., Сэчер А. Баскетбол. – М. : АСТ/Астрель, 2006.

Волейбол

1. Виера Б. Л., Фергюсон Б.Д. Волейбол. Шаги к успеху. – М. : АСТ, 2005.
2. Конева Е.В., Волков А. В., Шишкова Н.Г. Волейбол. – Калининград: Калининг. гос. универ., 2005.
3. Кунянский, Железняк. Методическое пособие по обучению игры в волейбол. – М. : Terra-Спорт, 2005.
4. Правила соревнований: официальные волейбольные правила. – М.: Олимпия, 2007.
5. Фурманов А.Г. Подготовка волейболистов. – Минск: 2007.
6. Хемберг С. Пляжный волейбол. – М. : Terra-Спорт, 2004.

Устел теннис

1. Амелин А. Настольный теннис: 6+12. М.: ФКиС, 2005.
2. Барчукова Г.В. Настольный теннис: Правила игры, судейство и организация соревнований. – М.: ФКиС, 2005.
3. Барчукова Г.В., Мизин А.Н. Настольный теннис в ВУЗе. – СпортАкадемПресс, 2002.
4. Васнецова Н.Ю. Теннис для начинающих. – М. : АСТ/Астрель, 2001.
5. Настольный теннис: Примерная программа спорт. подготовки для ДЮСШ, СДЮШОР, ШВСМ. Советский спорт, 2004.
6. Теннис- это несложно. – М. : Русаки, 2004.
7. Харченко Н. Д. Теннис-21. Точность, стабильность. Узорожье, 2006.

Шангы спорт

1. Аграновский М.А. Лыжный спорт. – М.: ФиС, 1983.
2. Бутин Н. М. Лыжный спорт. – М. : Academia, 2000.
3. Бутин Н.М. Проложи свою лыжню. – М. : Просвещение, 1985.