

Искаков Т. Б., Балтина А. С.



**БАЛАЛАРДЫҢ ДЕНЕ
ТӘРБИЕСІНДЕ ДЗЮДО
ЭЛЕМЕНТТЕРІН ҚОЛДАНУ**

Оқу құралы

ҚАЗАҚ СПОРТ ЖӘНЕ ТУРИЗМ АКАДЕМИЯСЫ

Искаков Т. Б., Балтина А.С.

**БАЛАЛАРДЫҢ ДЕНЕ ТӘРБИЕСІНДЕ ДЗЮДО
ЭЛЕМЕНТТЕРІН ҚОЛДАНУ**

Оқу құралы

Алматы, 2020

ӘОЖ 796/799(075.8)

КБЖ 75.1я73

Б 22

*Қазақ спорт және туризм академиясы шешімімен ұсынылды
(Ғылыми кеңесінің 2019 жылғы №6 хаттамасы)*

Рецензенттер:

Е.К.Насиев - PhD докторы, ҚР еңбек сіңірген жаттықтырушы,
доцент

М.О.Мырзаев - педагогика ғылымдарының кандидаты, ҚР еңбек
сіңірген жаттықтырушы, доцент

**Б72. Балалардың дене тәрбиесінде дзюдо элементтерін қолдану: Оқу
құралы /Т.Б. Искаков, А.С.Балтина/. – Алматы: ҚазСТА, 2020. – 162 б.**

ISBN 978-601-7964-52-8

Мектеп жасына дейінгі және бастауыш мектеп жасындағы балаларға арналған дзюдо күресінің элементтерімен дене тәрбиесін оқыту бойынша оқу құралы мектепке дейінгі білім беру мекемелеріндегі дене тәрбиесін реттейтін нормативтік құжаттардың негізінде әзірленген.

ЖОО-ның оқу үдерісінде қолдануға болады

ӘОЖ 796/799(075.8)

КБЖ 75.1я73

ISBN 978-601-7964-52-8

©ҚазСТА

©Т.Б. Искаков, А.С. Балтина 2020

МАЗМҰНЫ

КІРІСПЕ.....	6
1 МЕКТЕПКЕ ДЕЙІНГІ ЖӘНЕ БАСТАУЫШ МЕКТЕП ЖАСЫНДАҒЫ БАЛАЛАРДЫҢ ЖАЛПЫ СИПАТТАМАСЫ	8
1.1 Мектеп жасына дейінгі балалардың сипаттамасы.....	8
1.2 Бастауыш мектеп жасындағы балалардың сипаттамасы.....	9
2 НОРМАТИВТІК БӨЛІМ.....	10
2.1 Жаттығу үдерісін жоспарлау.....	10
2.2 Балалардың дене даярлығын бағалау.....	12
2.3 Оқу-жаттығу сабақтарын жүргізу кезінде қауіпсіздік техникасына қойылатын талаптар.....	16
3 БАҒДАРЛАМАЛЫҚ БӨЛІМ.....	19
3.1 5-6 жастағы балаларға арналған дене тәрбиесінің бағдарламалық материалы.....	19
3.2 7-8 жастағы балалардың дене тәрбиесінің бағдарламалық материалы.....	36
4 ӘДІСТЕМЕЛІК БӨЛІМ.....	47
4.1 Негізгі қимыл түрлерін орындау.....	47
4.2 Психофизикалық қасиеттерді дамыту.....	49
4.3 Тұлғалық қасиеттер мен жеке қабілеттерді қалыптастыру.....	53
ҚОСЫМШАЛАР.....	59
ҚОЗҒАЛМАЛЫ ОЙЫНДАР ЖӘНЕ ОЙЫН ЖАТТЫҒУЛАРЫ.	59
ДЗЮДО ЭЛЕМЕНТТЕРІМЕН ҚОЗҒАЛМАЛЫ ОЙЫНДАР.....	79
БАҚЫЛАУ НОРМАТИВТЕРІ.....	87
ДЕНЕ ҚАСИЕТТЕРІ МЕН ҚОЗҒАЛЫС ҚАБІЛЕТТЕРІНІҢ ДАМУ КӨРСЕТКІШТЕРІН БАҒАЛАУ МЕН ТЕСТІЛЕУ ӘДІСТЕМЕЛЕРІ.....	91
АПТА САЙЫНҒЫ САБАҚТАРДЫҢ МАЗМҰНЫ МЕН МӨЛШЕРІ.....	94
ҚОЛДАНЫЛҒАН ӘДЕБИЕТТЕР ТІЗІМІ.....	161

Искаков Т. Б., Балтинова А. С.

БАЛАЛАРДЫҢ ДЕНЕ ТӘРБИЕСІНДЕ ДЗЮДО ЭЛЕМЕНТТЕРІН ҚОЛДАНУ

Оқу құралы

Басуға 20.08.2020 ж. қол қойылды.

Пішімі 64x32/16. Көлемі 10,25 баспа табық.

RISO басылымы. Тарағымы 500 данға.

ЖС «Тангеев» баспасы

Алматы қаласы, 4-Ақсай ықшама ауданы, 73 үйі.

Телефон: 8 701 429 1232