

**ҚАЗАҚСТАН РЕСПУБЛИКАСЫНЫҢ
БІЛІМ ЖӘНЕ ҒЫЛЫМ МИНИСТРЛІГІ**

ҚАЗАҚТЫҢ СПОРТ ЖӘНЕ ТУРИЗМ АКАДЕМИЯСЫ

Р. Р. АМАНБАЕВ

**СПОРТ ТЕОРИЯСЫ МЕН ӘДІСТЕМЕСІНІҢ
ЖАЛПЫ НЕГІЗДЕРІ**

(ОҚУ ҚҰРАЛЫ)

АЛМАТЫ, 2006

ББК 75.1я 73

А 52

Аманбаев Р. Р:

Спорт теориясы мен әдістемесінің жалпы негіздері; Оқу құралы. – Алматы, 2001. – 107 бет.

ISBN 9965-426-57-0

Бұл оқу құралында Қазақтың спорт және туризм академиясының оқу жоспарындағы модельденген бағдарлы “Дене шынықтыру және спорт теориясы мен әдістемесі” пәнінің спорт теориясы мен әдістемесі ретінде арнайы маманданған бөлімінің негізгі теориялық-әдістемелік мазмұны баяндалды.

Оқу бағдарламасына байланысты спорт әдісі мен теориясының негізгі түсініктері қарастырылған. Спорттық дайындық жүйесінің жалпы сипаттамасы берілген. Спорттық жаттығу процесінде дайындық әдістері (дене дайындығы, техникалық-тактикалық, психологиялық, интеллектуалдық), спорттық жетістіктер деңгейін анықтаушы факторлар айқындалған.

Спорттық жаттығуды болжау және жоспарлау, басқару, кешендік бақылау мәселелері айқындалған және жаттығу процесін құру негіздері берілген.

Бұл оқу құралы спорт академиясы және дене шынықтыру институттары факультеттері студенттеріне, магистранттар, аспиранттар мен біліктілігін арттыру факультеттерінің тыңдаушыларына арналған.

ББК 75.1я 73