

**ҚАЗАҚСТАН РЕСПУБЛИКАСЫ БІЛІМ ЖӘНЕ ҒЫЛЫМ
МИНИСТРЛІГІ**

Қазақтың спорт және туризм академиясы

Абилдабеков Сабит Акимбайұлы

**ЖОҒАРЫ СЫНЫП ОҚУШЫЛАРЫНЫҢ
МОРФОФУНКЦИОНАЛДЫ ЕРЕКШЕЛІКТЕРІ**

Оқу құралы

АЛМАТЫ, 2018

ӘБЖ 378

ҚБЖ 74.58

A14

Пікір жазғандар:

Ю.Ғ.Телеуғалиев - *п.ғ.к., профессор*

А.Ж.Тастанов - *п.ғ.к., доцент*

Оқу құралы Қазақ спорт және туризм академиясының ғылыми кеңесінің мәжілісінде талқыланып баспаға №9 хаттамасымен 05.06.2018ж. бекітілген

A 14 **Абилдабеков С. А. Жоғары сынып оқушыларының морфофункционалды ерекшеліктері:**

Оқу құралы – Алматы: Қазақтың спорт және туризм академиясы, 2018.- 102б.

ISBN 978-601-7964-08-5

Ұсынылып отырған оқу құралы «Дене тәрбиесі және спорт» мамандарын даярлаудағы мемлекеттік стандарт пен оқу жоспарының негізінде құрылған.

Сонымен қатар, бұл оқу құралы спортпен шұғылданушы қалың оқырман мен дене тәрбиесі мамандарын даярлау мәселелерімен айналысып жүрген оқытушылармен спорт мектептерінде, колледждерде жұмыс жасаушы жаттықтырушыларға арналған.

ISBN 978-601-7964-08-5

ӘБЖ 378
ҚБЖ 74.58

© ҚазСТА,2018

© Абилдабеков С.А.,2018

МАЗМҰНЫ

Кіріспе	4
1. Тарау. Оқушылардың дене дайындығы жүйесі жөнінде заманауи анықтамалар мен ғылыми зерттеу жолдары	
1.1 Оқушылардың дене шынықтыру дайындық жүйесінің теориялық және әдістемелік негіздері.....	6
1.2 Оқушылардың дене қабілеттерін дамыту барысында морфологиялық ерекшеліктерінің қозғалыс мүмкіндіктерін дамыту жолдары.....	16
2.Тарау. Дене бітімдері әртүрлі жоғары сынып оқушыларының дене дайындығы	
2.1 Жоғарғы сынып оқушыларының дене дамуы мен дайындықтарының сипаттамасы.....	24
2.2 Биологиялық жетілуі мен дене құрылымы түрлерінің әр түрлі деңгейіндегі оқушылардың морфофункционалды дамуның сәйкестігі.....	39
2.3 Дене дайындықтарының әсерінен түрлі конституциялық түрдегі оқушылардың мектеп бағдарламасындағы жеңіл атлетика спорт түрлерінен алынған зерттеулердің көрсеткіштері.....	45
2.4 Оқушылардың жеңіл атлетика спорт түрлерінен дайындықтарын интегралды бағалау көрсеткіштері.....	60
3. Жоғары сынып оқушыларының дайындығын сараптаудың педагогикалық тәжірибесінің нәтижесін талдау	
3.1 Мектеп оқушыларының дайындығын зерттеу және сараптау нәтижелері....	74
3.2 Оқушылардың дене дайындығы құрылымының динамикалық өзгерістері..	79
3.3 Психологиялық және педагогикалық негізде алынған ғылыми нәтижелерінің арттыру жолдары.....	81
Әдебиеттер тізімі	92