

**«Әл-Фараби атындағы ҚазҰУ»  
КЕАҚ  
Ғылыми кеңес отырысында  
13.05.2023 ж. № 10 хаттамамен  
БЕКІТІЛДІ**

**D005 - «Дене шынықтыру мұғалімдерін даярлау»  
білім беру бағдарламалары тобына  
докторантураға түсушілерге арналған  
емтихан бағдарламасы**

**1. Жалпы ережелер.**

1. Бағдарлама «Жоғары және жоғары оқу орнынан кейінгі білімнің білім беру бағдарламаларын іске асыратын білім беру ұйымдарына оқуға қабылдаудың үлгілік қағидаларын бекіту туралы» Қазақстан Республикасы Білім және ғылым министрінің 2018 жылғы 31 қазандағы № 600 бұйрығына (бұдан әрі – үлгілік қағидалар) сәйкес жасалды.

2. Докторантураға түсу емтиханы эссе жазудан, докторантурада оқуға дайындығына тест тапсырудан (бұдан әрі – ОДТ), білім беру бағдарламалары тобының бейіні бойынша емтиханнан және сұхбаттасудан тұрады.

<b>Блогы</b>	<b>Балы</b>
1. Эссе	10
2. Докторантурада оқуға дайындық тесті	30
3. Білім беру бағдарламасы тобының бейіні бойынша емтихан	40
4. Сұхбаттасу	20
Барлығы/ өту ұпайы	100/75

3. Түсу емтиханының ұзақтығы – 4 сағат, осы уақыт ішінде оқуға түсуші эссе жазады, докторантурада оқуға дайындық тестінен өтеді, электрондық емтихан билетіне жауап береді. Сұхбаттасу ЖОО қабылдау емтиханының алдында өткізіледі.

**2. Түсу емтиханын өткізу тәртібі.**

1. D005 - «Дене шынықтыру мұғалімдерін даярлау» білім беру бағдарламалары тобына докторантураға түсушілер мотивациялық эссе жазады. Эссе көлемі – 250-300 сөзден кем болмауы керек.

2. Электрондық емтихан билеті 3 сұрақтан тұрады.

## **Білім беру бағдарламасы тобының бейіні бойынша емтиханға дайындалуға арналған тақырыптар.**

**«Дене шынықтыру және спорттың ғылыми-педагогикалы негіздері» пәні**

**Тақырыбы: Дене шынықтыру және спорт адамзат мәдениетінің бір бөлігі ретінде.**

**Тақырыпшалары:** Дене шынықтыру пәнінің мазмұны. Қазіргі дене тәрбиесі жүйесінің қағидалары. Дене мәдениетінің негізгі ұғымдары мен бағыттары. Кәсіби қолданбалы дене шынықтыру. Жоғары оқу орындарындағы дене шынықтыру және спорт. Дене тәрбиесінің мақсаты мен міндеттері. Дене шынықтыру және спорттың негізгі құрамдас бөліктері. Оқушылардың дене тәрбиесі сабағын ұйымдастыру формалары.

**Тақырыбы: Дене тәрбиесі жүйесіндегі жалпы дене және спорттық дайындық.**

**Тақырыпшалары:** Ағзаның функционалдық жүйелері. «Бейімделу», «дене қаблеттері әрекетсіздік», «функционалдық жүйе» ұғымдарға анықтама беру. Дене шынықтыру мен спорттың адам ағзасына әсері. Бағытталған дене шынықтыру жаттығуларының әсерінен организмнің функционалдық жүйелерінің және олардың жетілуі. Қоғамдағы дене шынықтыру мен спорттың даму деңгейі мен жағдайының көрсеткіштері.

**Тақырыбы: Салауатты өмір салты. Салауатты өмір салтын қамтамасыз етудегі дене шынықтыру және спорт орны.**

**Тақырыпшалары:** Адам денсаулығы жетекші фактор ретінде. Салауатты өмір салтын қалыптастыру бағыттары. Жастар арасында қазіргі уақыттағы танымал дене жаттығуларының түрлері. Салауатты өмір салтының негізгі компоненттері. Қазіргі адам денсаулығына қауіп факторлары және олардың алдын алу.

**Тақырыбы: Дене тәрбиесі және спорт сабақтарын ұйымдастырудың әдістемелік принциптері.**

**Тақырыпшалары:** Жалпы және арнайы дене шынықтыру. Дене шынықтыру және спорттағы жаттығу жүктемесі және демалыс. Бұқаралық спорт және жоғары жетістіктер спорты. Демалудың жаттықтыру жүйесінің құрамы ретіндегі әсері. Дене тәрбиесі жүйесіндегі жалпы дене және спорттық дайындық. Жұмыстың сабақтық және сабақтан тыс түрлері. Дене қасиеттерін дамытудың және қозғалыс әрекеттерін үйретудің негізгі құралдары мен әдістері. Дене тәрбиесі сабағын ұйымдастыруға қойылатын талаптар. Дене жүктемелерінің әсер ету қарқындылығы мен сипатына қарай бөлінуі.

**Тақырыбы: Дене шынықтыру және спорт сабақтарын ұйымдастыру жүйесіндегі педагогикалық бақылау.**

**Тақырыпшалары:** Педагогикалық бақылаудың түрлері мен әдістері. Дене қаблеттері, әдіс-тәсілдік (техникалық) дайындықты және функционалдық жағдайды сынау. Студенттердің дене шынықтыру дайындығына Президенттік тесттер әсері.

**Тақырыбы: ЖОО дене шынықтыру және спортты медициналық қамтамасыз ету.**

**Тақырыпшалары:** Медициналық бақылаудың негізгі түрлері. Медициналық-педагогикалық бақылау. Адам ағзасының, дене қаблеттерін және функционалдық жағдайын медициналық-биологиялық бақылау әдістері. Дене қаблеттері мүмкіндіктерін бақылау әдістері. Дене шынықтыру және спортта өзін-өзі бақылау. Өзін-өзі бақылаудың объективті және субъективті көрсеткіштері.

**Тақырыбы:** ЖОО спорттық шаралар мен жарыстарды ұйымдастыру және өткізу.

**Тақырыпшалары:** Спорттық жарыстардың мәні. ЖОО спорттық жарыстарды ұйымдастыру және өткізу. Жаппай сауықтыру, дене шынықтыру және спорттық жарыстар.

**Тақырыбы:** ЖОО дене шынықтыру және спорт жүйесіндегі инновациялық технологиялар.

**Тақырыпшалары:** Дене шынықтырудың инновациялық технологиялары, оның мақсаты, міндеттері және дене шынықтыру және спорт маманын кәсіби тәрбиелеудегі маңызы. Маманды кәсіби даярлаудағы инновациялық технологиялардың орны. Сабақтарды ұйымдастыру және формалары. Студенттерге қойылатын талаптар. Кәсіптік білім берудегі жаңа педагогикалық технологиялар. «Дене шынықтыру және спорт» мамандығы бойынша білім алған жоғары оқу орнының түлегіне қойылатын талаптар. Мұғалімнің инновациялық іс-әрекетінің моделі.

**Тақырыбы:** Халықтың салауатты өмір салтын қалыптастырудағы дене тәрбиесі және спорттың рөлі.

**Тақырыпшалары:** Денсаулықты қорғау және салауатты өмір салты. Оңтайлы дене жаттығуын орындау - салауатты өмір салтын қалыптастырудың ең маңызды шарты. Дене тәрбиесі және спорт арқылы салауатты өмір салтына тәрбиелеу.

**Тақырыбы:** ЖОО оқу процесінде дене тәрбиесі және спорт бойынша ғылыми зерттеу жұмыстарын ұйымдастыру.

**Тақырыпшалары:** Ғылым және ғылыми зерттеулер. Зерттеу жұмысын орындау процесінің кезеңдері. Ғылыми зерттеулерге дайындық.

### **«Спорт теориясы мен әдістемесі» пәні**

**Тақырыбы:** Дене шынықтыру жүйесіндегі спорт.

**Тақырыпшалары:** Спорттың әлеуметтік орны. Спорт классификациясы. Дене шынықтыру жүйесіндегі спорт.

**Тақырыбы:** Спортшыларды дайындау көп жылдық және жан-жақты үрдіс ретінде.

**Тақырыпшалары:** Жарыс жүйесі. Спорттық жаттығулар жүйесі. Спорттық жаттығу мен бәсекені толықтыратын және олардың әсерін оңтайландыратын факторлар жүйесі.

**Тақырыбы:** Жаттығу процесінде спортшыларды дайындау.

**Тақырыпшалары:** Спортшылардың әдіс-тәсілдік (техникалық) дайындығы. Спортшылардың тәсілдік (тактикалық) дайындығы. Спортшылардың дене қаблеттері және психологиялық дайындығы. Спортшылардың интеллектуалды және интегралдық дайындығы.

**Тақырыбы:** Спорттық жаттығулар.

**Тақырыпшалары:** «Спорттық жаттығулар» түсінігінің анықтамасы. Спорттық жаттығулардың мақсаты мен міндеттері. Спорттық жаттығулардың негізгі қағидалары.

**Тақырыбы:** Спортшыларды дайындаудағы жоспарлау, бақылау және есепке алу негіздері.

**Тақырыпшалары:** Жоспарлау, спортшыларды дайындауда қолданылатын жоспар түрлері. Бақылау спортшыларды дайындаудағы басқару түрі ретінде. Атқарылған жұмысты есепке алу спортшыларды дайындауды басқару элементі ретінде.

**Тақырыбы: Ұзақ мерзімді спорттық жаттығулардың кезеңдері. Ұзақ мерзімді оқытудың жалпы құрылымы және оны анықтайтын факторлар.**

**Тақырыпшалар:** Спортшы жаттығуларының ұзақтығы мен құрылымына әсер ететін факторлар. Бастапқы дайындық кезеңінде шешілетін міндеттер. Бастапқы спорттық мамандандыру кезеңінде шешілетін мәселелер. Мамандандыру кезеңінде шешілетін міндеттер. Спорттық жетілдіру кезеңінде шешілетін міндеттер. Спорттық ұзақ өмір сүру кезеңінде шешілетін міндеттер.

**Тақырыбы: Олимпиадалық (төрт жылдық) циклдардағы жаттығуларды құру.**

**Тақырыпшалары:** Спорттық жаттығулар дайындығының негізгі қағидалары. Әртүрлі спорттық біліктіліктегі спортшыларға арналған төрт жылдық оқу кезеңдерін құру ерекшеліктері.

**Тақырыбы: Оқу-жаттығу барысын жоспарлау, ұйымдастыру және өткізу.**

**Тақырыпшалары:** Оқу макроциклдерінің құрылысы. Макроцикл туралы түсінік. Макроциклдердің түрлері. Әртүрлі макроциклдердің комбинациясы. Оқу мезоциклдерінің құрылысы. Мезоциклдердің түрлері. Мезоциклдердің ұзақтығы мен бағыты. Мезоциклдердің түрлері. Әртүрлі типтегі әртүрлі мезоциклдердің негізгі міндеттері. Оқу-жаттығу микроциклдерінің құрылысы. Микроциклдің ерекшеліктері. Микроциклдердің түрлері. Әртүрлі микроциклдердегі жүктемелердің көлемі мен қарқындылығының арақатынасы.

**Тақырыбы: Спорттағы іріктеу. Спорттағы өнімділікті анықтайтын факторлар**

**Тақырыпшалары:** «Іріктеу», «бағдар», «мамандандыру» ұғымдары. «Бейімділік», «дарындылық», «қабілет» ұғымдары. Спортшыларды дайындаудың әртүрлі кезеңдеріндегі іріктеудің талаптары. Спортшыларды дайындаудың әртүрлі кезеңдеріндегі іріктеу әдістері.

**Тақырыбы: Спортшыларды дайындаудың әртүрлі кезеңдерінде модельдеу.**

**Тақырыпшалары:** Спорттық жаттығулардағы модельдеу. Спорттық іріктеу мәселесіне байланысты жетекші спортшылардың үлгілік сипаттамалары.

**Тақырыбы: Спорттағы болжам.**

**Тақырыпшалары:** Спорттағы болжамның мақсаты мен орны. Қысқа мерзімді, орта мерзімді, ұзақ мерзімді жоспарлау ұғымдары. Спортшыларды дайындаудың әртүрлі кезеңдеріндегі болжау мәселелері. Болжамдардың нәтижелілігінде жаттықтырушы көрегенділігінің рөлі.

**Тақырыбы: Қазіргі спорттың даму барысын талдау.**

**Тақырыпшалары:** Жоғарғы спортты дамытудың негізгі бағыттары. Қазақстандағы спортты дамытудың өзекті мәселелері. Қазақстандағы бұқаралық, олимпиадалық және кәсіпқой спорттың даму болашағы.

**Тақырыбы: Оқыту-жаттықтыру үрдісін жоспарлау әдістемесі.**

**Тақырыпшалары:** Мониторинг қызметін жоспарлау. Спортшыларды дайындаудың әртүрлі кезеңдеріндегі бақылау. Спортшыларды дайындау процесіндегі есеп құжаттары. Мониторинг (интегралды бақылау) басқару функциясы ретінде. Мониторинг нәтижелері бойынша оқу-жаттығу барысын түзету.

### 3. Пайдаланылған әдебиеттер тізімі.

#### Негізгі:

1. Ахметов С. М. Инновационные процессы в системе профессионального образования. М, Тип ФК. 2004.
2. Ботагариев Т.А. Дене шынықтыру теориясы мен әдістемесі. Оқу құралы. – Ақтөбе: Ақтөбе мемлекеттік педагогикалық институты, 2013. –207 б.
3. Тлеуов Э. Дене тәрбиесі спорт ілімі мен әдістемесі: Оқу құралы. Шымкент, 2009.
4. Виленский М. Я. Физическая культура и здоровый образ жизни студента: учеб.пособие / М. Я. Виленский. – М.: Гардарики, 2007. – 218 с.
5. Уанбаев Е.К. Дене мәдениеті және спорттың ілімі мен әдістемесі: Оқу құралы.- Өскемен, 2009.
6. Дубровский В.М. Спортивная физиология. – М.: Изд-во ВЛАДОС-ПРЕСС, 2005.
7. Еланцев А.Б., Тулеуханов С.Т., Маутенбаев А.А., Мадиева Г.Б. Физиологические основы физического воспитания и видов спорта: учебное пособие. – Алматы: Қазақ университеті, 2011. – 127 с.
8. Железняк Ю.Д. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте. М.: Академия, 2005.-272с.
9. Зайцев Г.К. Валеология: культура здоровья: кн. для учителя и студ. пед. спец./ Г. К. Зайцев, А. Г. Зайцев. – Самара: БАХРАХ-М, 2003. – 272 с.
10. Каудыров Т.Е. Право интеллектуальной собственности в Республике Казахстан, Алматы: Жеті жарғы, 1999 – 68с.
11. Костюченко В.Ф., Кульназаров А.К. Профессионализм в сфере физической культуры. – Алматы: Казстатинформ, 2004. – 143 с.
12. Курамшин Ю.Ф. Теория и методика физической культуры. – М.: Физкультура и спорт, 2012. – 240 с.
13. Құлназаров А.Қ., Қошаев М.Н. Дене тәрбиесі және спортты дамытуға ақпараттық технологиялар мен компьютерлік жаңартуды енгізу. Алматы, 2011.
14. Лечебная физическая культура: учебник для студентов вузов, обучающихся по специальности 022500 - Физ. культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физ. культура) / [С. Н. Попов, Н. М. Валеев, Т. С. Гарасева и др.]; под ред. С.Н. Попова. – 2-е изд., стер. – М.: Academia, 2005. – 168 с.
15. Мадиева Г.Б. Формирование физической культуры студенток: учеб. пособие. – Алматы: Қазақ университеті, 2004. – 103 с.
16. Марчук, С.А. Организационные и содержательные аспекты физической культуры в профессионально-педагогическом вузе. Учеб. пособие / Под ред. С.А. Марчук, Т.А. Бобылевой. – Екатеринбург: Изд-во ГОУ ВПО «Рос.гос. проф.-пед. ун-т», 2006. – 193 с.
17. Матвеев Л.П. Общая теория спорта. – М.: Физкультура и спорт, 2010. – 340 с.
18. Менхин Ю.В. Физическое воспитание: теория, методика, практика. – М.: Физкультура и спорт, 2016. – 311 с
19. Митяева А.М. Здоровьесберегающие педагогические технологии: учеб. пособие. / А.М.Митяева. – М.: Академия, 2008. – 192 с.
20. Павлов А.В. Современные проблемы науки: учеб. пособие /А.В. Павлов, Е.В. Пономаренко. – Тюмень: Изд-во ТюмГУ, 2007. – 286 с.
21. Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте: Учебник для ин-тов ВУЗов физ. воспитания и спорта. – Киев: Олимпийская литература, 1997. – 583 с.
22. Полат Е.С. Современные педагогические и информационные технологии в системе образования : учеб. пособие для студ. вузов / Полат Е.С. ; Бухаркина М.Ю. - 2-е изд., - М : Академия, 2008. - 368 с.

23. Селуянов В.Н., Шестаков М.П. Научно-методическая деятельность. М.: ФиК, 2005. - 288с.
24. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения : учебник [для тренеров] : в 2 кн. / В. Н. Платонов. — К.: Олимп. лит., 2015. — Кн. 1-2 — 2015. — 680 с.: ил. ISBN 978-966-8708-88-6
25. Солодков В.М., Сологуб Е.Б. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная: учебник для высших учебных заведений физической культуры. – М.: Терра-Спорт, Олимпий Пресс, 2001.
26. Теория и методика физического воспитания в 2 томах. Том 2.: Учебник для студентов высших учебных заведений физического воспитания и спорта / Под.ред. Т.Ю. Круцевич. – К.: Олимпийская литература, 2003 г. – 390 с.
27. Теория и методика физической культуры: Учебник / Под. ред. проф. Ю.Ф. Курамшина. – 2-е изд., испр. – М.: Советский спорт, 2004. – 464 с.
28. «Дене шынықтыру» типтік оқу жоспары (жоғары оқу орындарының барлық мамандықтары мен бағыттары үшін). Алматы, 2016 ж
29. Торосян В.Г. История и философия науки: учебник для вузов. — М., 2012.
30. Физическая культура студента: Учебник / Под ред. В.И. Ильинича. – М.: Гардарики, 2000. – 8 с.
31. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учебное пособие для студентов высших учебных заведений. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Издательский центр «Академия», 2001.-480с
32. Шепетюк М.Н. Обучение в спортивной борьбе. – Алматы: КазАСТ, 2003. – 76 с.
33. Юшков А.В. Основы планирования научных исследований. Қазақ университеті, 2004.

#### **Қосымша:**

1. Қазақстан Республикасының 27 шілде 2007 жылғы № 319-III «Білім беру туралы» Заңы.
2. Қазақстан Республикасының 2 желтоқсан 1999 жылғы № 490 «Дене тәрбиесі мен спорт туралы» Заңы.
3. ҚР Білім және Ғылым Министрінің 2 қыркүйек 2008 жылғы № 498 «Қазақстан Республикасындағы дене тәрбиесі мен спортты дамытудың 2007-2011 жылдарға арналған Мемлекеттік бағдарламасын жүзеге асыру туралы» бұйрығы.
4. Қазақстан Республикасы тұрғындарының дене дайындығының Президенттік тесттары туралы Ереже (ҚР Үкіметінің 12 маусым 2002 жылғы №637 шешімімен бекітілген).
5. Мирзоев О.М. Восстановительные средства в системе подготовки спортсменов / Оқтай Мирза оғлы Мирзоев.- М.: Физкультура и спорт, 2005.-
6. Спортивная медицина : учеб. пособие / под. ред. В. А. Епифанова.- М.: ГЭОТАР-Медиа, 2006.
7. Пилоян Р,А. Основы научно-исследовательской деятельности. М.: МГАФК. 1997.- 66с.
8. Қазақстан Республикасының Патент құқығы.- Алматы: Дәнекер, 2001 - 31 б.