16дан 22ге чейин. Белгисиз психологиялык климат. Үйдө "кейиштүү" мамиле болгонунун көрсөтүп турганы менен, айрым себептердин негизинде жакшы маанай басымдуулук кылаарын аныктайт.

23төн 35ке чейин. Үй-бүлөдөгү туруктуу оң психологиялык климат.

Колдонулган адабияттар:

1. Акматов К., Мурзаев С., Момонов З. – Энелер мектебин уюштуруунун технологиялары. / Бишкек, 2020.
2. Мадаминов Г. – Ата энелер сиздер үчүн. / Бишкек, 2017.
3. Муратов А., Акматов К., Тажикова Б. – Кыргыз этнопедагогикасы. / Бишкек, 2019.
4. Попи О'Нил – Не беспокойся, будь счастлив. / Москва, Издательство АСТ, 2019.

Рецензент: п.и.д., доцент Акматов К.

УДК 796
DOI 10.33514/1694-7851-2021-2-133-137

Немичева Елена Юрьевна, Карабаева Нургуль Тургунбековна
И.Арабаев атындагы КМУ, Дене тарбия кафедрасынын ага окутуучусу
Немичева Елена Юрьевна, Карабаева Нургуль Тургунбековна
старший преподаватель кафедры физического воспитания КГУ им. И. Арабаева,
старший преподаватель кафедры физического воспитания КГУ им. И. Арабаева
Elena Yurievna Nemicheva, Nurgul Turgunbekovna Karabaeva
Senior Lecturer, Department of Physical Education, KSU named after I. Arabaeva,
Senior Lecturer of the Department of Physical Education, KSU named after I. Arabaeva

УНИВЕРСИТЕТТЕ ДЕНЕ ТАРБИЯНЫ УЮШТУРУУ
ОРГАНИЗАЦИЯ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ВУЗЕ
ORGANIZATION OF PHYSICAL EDUCATION AT THE UNIVERSITY

Аннотация: Дене тарбия инсандын ажырагыс сапаты, натыйжалуу билим берүү жана кесиптик ишмердүүлүктүн шарты жана шарты, келечектеги адистин кесиптик маданиятынын жалпыланган көрсөткүчү жана өзүн-өзү өнүктүрүүнүн жана өзүн-өзү өркүндөтүүнүн максаты катары иш алып барат. Дене тарбия жеке адамдын социалдык жана маданий жашоосунун негизи, анын жалпы жана кесиптик маданиятын түп-тамырынан бери өзгөртүү. Адамды тарбиялоонун жана кесиптик даярдоонун интегралдык натыйжасы катары ал адамдын ден-соолугуна, физикалык мүмкүнчүлүктөрүнө жана жөндөмдөрүнө болгон мамилесинен көрүнөт. Жаштардын дене тарбиясын өнүктүрүү жана чыңдоо, дене тарбия жана спорт каражаттарын эмгек жана эс алуу режиминде туура пайдалануу максатында, заманбап жогорку билим берүү тутумунда "Дене тарбия" дисциплинасы түзүлгөн.

Аннотация: Физическая культура выступает как интегральное качество личности, как условие и предпосылка эффективной учебно-профессиональной деятельности, как обобщенный показатель профессиональной культуры будущего специалиста и как цель саморазвития и самосовершенствования.

Физическая культура – основа социально-культурного бытия индивида, основополагающая модификация его общей и профессиональной культуры. Как интегрированный результат воспитания и профессиональной подготовки человека она проявляется в отношении человека к своему здоровью, физическим возможностям и способностям.

Именно для того, чтобы развивать и укреплять физическую культуру молодежи, правильно использовать средства физической культуры и спорта в режиме труда и отдыха, в современной системе высшего образования создана учебная дисциплина «Физическое воспитание».

Annotation: Physical culture acts as an integral quality of a personality, as a condition and prerequisite for effective educational and professional activity, as a generalized indicator of the professional culture of a future specialist and as a goal of self-development and self-improvement. Physical culture is the basis of the social and cultural life of an individual, a fundamental modification of his general and professional culture. As an integrated result of upbringing and professional training of a person, it manifests itself in a person's attitude to his health, physical capabilities and abilities. It is in order to develop and strengthen the physical culture of young people, to correctly use the means of physical culture and sports in the mode of work and rest, in the modern system of higher education, the discipline "Physical education" has been created.

Түйүндүү сөздөр: дене тарбия, баалуулуктар, социалдык функциялар, студенттер.
Ключевые слова: физическая культура, ценности, социальные функции, студенты
Key words: physical culture, values, social functions, students

Целью физического воспитания в вузах является содействие подготовке гармонично развитых, высококвалифицированных специалистов. В формировании определенных ценностей, способных удовлетворить потребности студента, проявляется единство физического психического и социального развития.

В сфере физической культуры ценности по качественному критерию могут быть представлены как:

- материальные (условия занятия, качество спортивной экипировки, льготы со стороны общества);
- физические (здоровье, телосложение, двигательные умении и навыки, физические качества, физическая подготовленность);
- социально-психологические (отдых, развлечение, удовольствие, трудолюбие, навыки поведения в коллективе, чувства долга, чести, совести, благородства, средства воспитания и социализа-ции, рекорды, победы, традиции);
- психические (эмоциональные переживания, черты характера, свойства и качества личности, творческие задатки);
-культурные (познание, самоутверждение, самоуважение, чувство собственного достоинства, эстетические и нравственные качест-ва, общение, авторитет).

Ценностные ориентации студентов рассматриваются как способы, с помощью которых дифференцируют объекты физической культуры по их значимости. В структуре физкультурно-спортивной деятельности ценностные ориентации тесно связаны с эмоциональными, по-знавательными и волевыми ее сторонами, образующими содержа-тельную направленность личности. Характер же направленности в самой деятельности чаще зависит от того, какой личностный смысл имеет система тех или иных ценностей, определяющая действенность отношении индивида к тем объектам, ради которых эта деятельность осуществляется. Одни объекты могут вызывать эмоциональную (чув-ственную), другие — познавательную, третьи - поведенческую активность. [1]

По данным исследования по выявлению ценностных ориентаций студентов, ценности, связанные с физическим Я (физические качества, здоровье, телосложение), с функциональным содержанием деятельности (высокая подвижность, физические нагрузки, эмоциональные переживания), с актуализацией (успех, само-выражение, самоутверждение), с морально-волевыми качествами (воля, настойчивость), с чувством долга, составляют главный ранг. Поэтому в физкультурно-спортивной деятельности этим ценностям необходимо уделять особое внимание, чтобы не ослабевала ориентация на эту деятельность.

Физическая культура в вузе выполняет следующие социальные функции:

- преобразовательно-созидательную, что обеспечивает достижение необходимого уровня физического развития, подготовленности и совершенствования личности, укрепления ее здоровья, подготовку ее к профессиональной деятельности;

- интегративно-организационную, характеризующую возможности объединения молодежи в коллективы, команды, клубы, организации, союзы для совместной физкультурно-спортивной деятельности;
- проективно-творческую, определяющую возможности физкультурно-спортивной деятельности, в процессе которой создаются модели профессионально-личностного развития человека, стимулируются его творческие способности, осуществляются процессы самопознания, самоутверждения, саморазвития, обеспечивается развитие индивидуальных способностей;
- проективно-прогностическую, позволяющую расширить эрудицию студентов в сфере физической культуры, активно использовать знания в физкультурно-спортивной деятельности и соотносить эту деятельность с профессиональными намерениями;
- ценностно-ориентационную. В процессе ее реализации формируются профессионально- и личностно-ценностные ориентации, их использование обеспечивает профессиональное саморазвитие, и личностное самосовершенствование;
- коммуникативно-регулятивную, отражающую процесс культурного поведения, общения, взаимодействия участников физкультурно-спортивной деятельности, организации содержательного досуга, оказывающую влияние на коллективные настроения, переживания, удовлетворение социально-этических и эмоционально-эстетических потребностей, сохранение и восстановление психического равновесия, отвлечение от курения, алкоголя, токсикомании;
- социализации, в процессе которой происходит включение индивида в систему общественных отношений для освоения социокультурного опыта, формирования социально цепных качеств. [2]

Изучение социальных функций физкультуры в вузе позволит глубже понять содержание учебной дисциплины «Физическая культура», зафиксированной в программе для вузов в соответствии с государственным образовательным стандартом. Чтобы достичь цели физического воспитания — сформировать физическую культуру личности, нужно решить следующие воспитательные, образовательные, развивающие и оздоровительные задачи:
- понимать роль физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;
- знать научно-практические основы физической культуры и здорового образа жизни;
- формировать мотивационно-ценностное отношение студентов к физической культуре, установку на здоровый образ жизни.
- овладеть системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей и свойств личности, самоопределение в физической культуре;
- обеспечить общую и профессионально-прикладную физическую подготовленность, определяющую психофизическую готовность студентов к будущей профессии;
- приобрести опыт творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.

Обязательный минимум дисциплины «Физическая культура» включает следующие дидактические единицы, освоение которых предусмотрено тематикой теоретического, практического и контрольного учебного материала:
- физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов;
- социально-биологические основы физической культуры;
- основы здорового образа и стиля жизни;
- оздоровительные системы и спорт (теория, методика и практика) профессионально-прикладная физическая подготовка студентов.

Теоретический материал формирует мировоззренческую систему научно-практических знаний и отношение студентов к физической культуре. Эти знания необходимы, чтобы

понимать природные и социальные процессы функционирования физической культуры общества и личности, уметь их творчески использовать для профессионально-личностного развития, самосовершенствования, чтобы организовать здоровый стиль жизни при выполнении учебной, профессиональной и социокультурной деятельности. [4]

Практический раздел учебного материала состоит из двух подразделов: методико-практического и учебно-тренировочного. Первый подраздел обеспечивает операциональное овладение методами и способами (физкультурно-спортивной деятельности для достижения личностью учебных, профессиональных и жизненных целей).

Примерная тематика занятий может включать:

- методику составления индивидуальных программ физического самовоспитания;
- методические основы занятии с оздоровительной, рекреационной и восстановительной направленностью;
- основы методики самомассажа;
- методику корректирующей гимнастики для глаз;
- овладение методами оценки и коррекции осанки и телосложения;
- методы самоконтроля состояния здоровья, физического развития и другие, соотнесенные с содержанием соответствующей тематики лекций.

Важное условие закрепления и совершенствования этих методов — многократное воспроизведение: в условиях учебных занятий, во внеучебной физкультурно-спортивной деятельности, в быту, на отдыхе. [3]

Освоение второго учебно-тренировочного подраздела помогает приобрести опыт творческой практической деятельности, развить самодеятельность в физической культуре и спорте. Содержание занятий базируется на широком использовании знаний и умений в том, чтобы применять средства физической культуры, использовать спортивную и профессионально-прикладную физическую подготовку для приобретения индивидуального и коллективного опыта физкультурно- спортивной деятельности. На них студенты учатся регулировать свою двигательную активность, поддерживать необходимый уровень физической и функциональной подготовленности в период обучения, приобретают опыт совершенствования к коррекции индивидуального физического развития, учатся использовать средства физической культуры для организации активного отдыха, профилактики общих и профессиональных заболеваний, предотвращения травматизма, овладевают средствами профессионально-прикладной физической подготовки. В процессе занятий создаются условия для активизации познавательной деятельности студентов в области физической культуры, для проявления их социально-творческой активности в пропагандистской, инструкторской, судейской деятельности. [6]

Контрольный раздел занятий обеспечивает оперативную, текущую и итоговую информацию о степени и качестве освоения теоретических и методических знаний-умений, о состоянии и динамике физического развития, физической и профессионально-прикладной подготовленности студентов. Оперативный контроль создает информацию о ходе выполнения конкретного раздела, вида учебной работы. Текущий- позволяет оценить степень освоения раздела, темы, вида учебной работы. Итоговый контроль (зачеты, экзамен) выявляет уровень сформированности физической культуры студента и самоопределение в ней путем комплексной проверки.

Чтобы быть допущенным к итоговой аттестации, необходимо выполнить обязательные тесты по общефизической и профессионально- прикладной физической подготовке.

Аттестация проводится в форме устного опроса по теоретическому и методико-практическому содержанию программы. [7]

Студент, завершающий обучение по дисциплине «Физическая культура», должен:

- понимать роль физической культуры в развитии человека и под готовке специалиста;
- знать основы физической культуры и здорового образа жизни;

- иметь мотивационно- ценностное отношение и самоопределиться в физической культуре с установкой на здоровый стиль жизни.

Важны физическое совершенствование и самовоспитание, потребность в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом.

В физическом воспитании студентов используются разнообразные формы учебных и внеучебных занятии на протяжении всего периода обучения в вузе.

- теоретических, практических, контрольных;
- элективных методико-практических и учебно-тренировочных занятий;
- индивидуальных и индивидуально-групповых дополнительных занятий или консультации;
- самостоятельных занятии по заданию и ПОД контролем преподавателя;

Внеучебные занятия организуются в форме:

- выполнения физических упражнении и рекреационных мероприятий в режиме учебного дня;
- занятий в спортивных клубах, секциях, группах по интересам;
- самодеятельных занятий физическими упражнениями, спортом, туризмом;
- массовых оздоровительных, физкультурных и спортивных мероприятий. [5]

Список использованной литературы:

1. Агаджанян Н.А. Адаптация и резервы организма. -- М.: Физкультура и спорт, 1983. - 176 с.
2. Алферова Т.В. Возрастные особенности адаптации сердечнососудистой системы к локальной мышечной деятельности: Автореф. дис. ... д-ра биол.наук.- М., 1990. - 42 с.
3.Коробков А.В., Головин В.А., Масляков В.А. Физическое воспитание. -М.: Высш. школа, 1983.
4.Коц Я.М., Спортивная физиология. -М.: Физкультура и спорт, 1986.
5.Белов Р. А.; «Самостоятельные занятия студентов физической культурой»; Киев; 1988
6.Кукушкин Г. И.; «Теория физического воспитания»; М.: Физкультура и спорт; 1953
7.Данченко И. П.; «Физическое воспитание студентов»; М.: МГУ;1990
8. Мамытов А. Перспективы интеграции системы образования Кыргызстана в европейское образовательное пространство. Межд. науч. конф. Бишкек 2003. С.
9.Раевский Р.Т. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов ВУЗов. М.
10.Головин В.А. Физическое воспитание – М. 1988.
11.Методические рекомендации по физическому воспитанию №6, В.Ш. 1988

Рецензент: заслуженный тренер СССР, доцент Жарматов А.К.

УДК 796
DOI 10.33514/1694-7851-2021-2-137-141

Немичева Елена Юрьевна, Салманова Гульмира Аскарбековна
И.Арабаев атындагы КМУ, Дене тарбия кафедрасынын ага окутуучусу,
И.Арабаев атындагы КМУ, Дене тарбия кафедрасынын ага окутуучусу
Немичева Елена Юрьевна, Салманова Гульмира Аскарбековна
старший преподаватель кафедры физического воспитания КГУ им. И. Арабаева,
старший преподаватель кафедры физического воспитания КГУ им. И. Арабаева
Elena Yurievna Nemicheva, Salmanova Gulmira Askarbekovna
Senior Lecturer, Department of Physical Education, KSU named after I. Arabaeva,
Senior Lecturer of the Department of Physical Education, KSU named after I. Arabaeva

СТУДЕНТТЕРДИН ДЕНЕ ТАРБИЯСЫНДАГЫ БАСКЕТБОЛДУН РОЛУ
РОЛЬ БАСКЕТБОЛА В ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ СТУДЕНТОВ
THE ROLE OF BASKETBALL IN THE PHYSICAL TRAINING OF STUDENTS