



Қазақстан Республикасының білім және ғылым министрлігі
Қазақ спорт және туризм академиясы

Кәсіби спорт және жекпе-жек факультеті
Ұлттық спорт түрлері кафедрасы

Дипломдық жұмыс тақырыбы:



«Кекушинкай каратэ-додағы аяқ және қол соққылары мен тосқауылдарының ерекшеліктері»

5В010800 - «Дене шынықтыру және спорт»
білім беру бағдарламасы



Орындаған: КСЖЖЖФ 4-6 тобының студенті Р.А. Доскали
Ғылыми жетекшісі: п.ғ.к., профессор Ж.И. Жунусбеков

Алматы, 2020

Зерттеудің өзектілігі

Зерттеу проблемасының ғылыми әзірлену дәрежесі көп жылдық дайындық кезеңдерінде спорттық шеберлікті қалыптастырудың жалпы заңдылықтары мен ерекшеліктерін ескере отырып, жекпе-жекте жастардың спорттық дайындық процесін басқарудың оңтайлы жолдарын іздестіруде.

Жас каратэшілердің арасында жас - жыныстық және жеке-типологиялық айырмашылықтардың болуы мен жас каратэшілердің бастапқы спорттық дайындық кезеңінде оқу-жаттығу процесіндегі спорттық даярлығын басқарудың теориялық және әдістемелік мәселелерінің жетіспеуі арасындағы елеулі қарама-қайшылықтарды қалыптастыруға мүмкіндік береді.





Зерттеу мақсаты – кекушинкай каратэ-додағы аяқ және қол соққылары мен тосқауылдарының ерекшеліктерін анықтау.

Зерттеу нысаны – кекушинкай каратэ-додағы спорттық даярлаудың оқу-жаттығу үрдісі.

Зерттеу пәні - кекушинкай каратэ-додағы спорттық даярлау процесін басқарудың педагогикалық шарттары.

Зерттеудің міндеттері

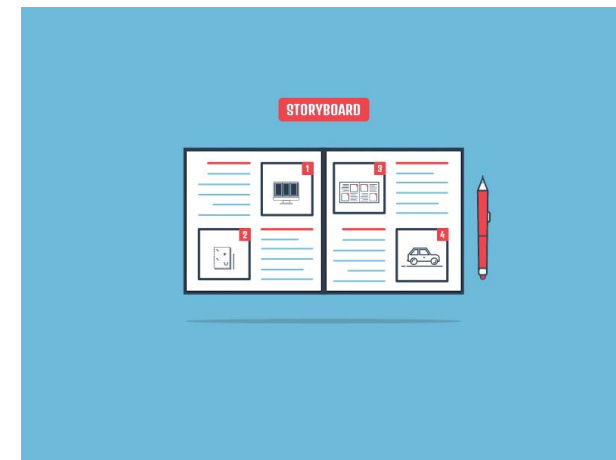
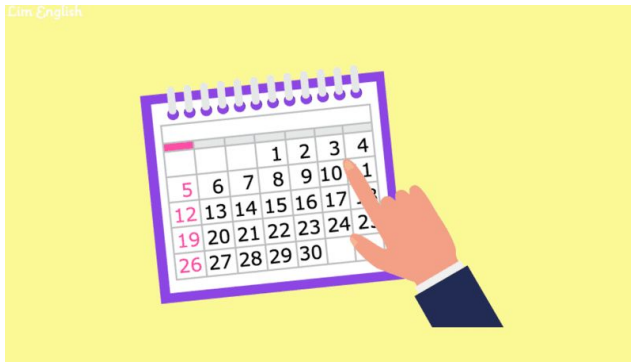
Зерттеу мақсаттарын іске асыру үшін келесідей міндеттер шешілді:

- кекушинкай каратэ-додағы спорттағы дайындық процесінің теориялық алғышарттарын анықтау.

- кекушинкай каратэ-додағы тактикалық-техникалық дайындығының заңдылықтарын және бастапқы спорттық мамандану кезеңінде шұғылданатындардың моральдық-ерік қасиеттерін анықтау.

- кекушинкай каратэ-додағы аяқ және қол соққыларын жетілдіруге негізделген жаттығу үдерісін бағалау және әдістемелік ұсынымдар әзірлеу.





Зерттеу әдістері

- Өзін-өзі бақылау
- Сауалнама
- Сұхбат

Бірқатар зерттеушілер эксперимент деп санауға болатын сұраққа жауап бере отырып, эксперименталды қызметті қандай да бір басқадан ажыратуға мүмкіндік беретін критерийлерді ерекшелейді. Мұндай өлшемдер болуы мүмкін:

- 1. эксперимент мақсатының болуы;
- 2. сипаттама ғылыми тілінің болуы;
- 3. эксперименттің арнайы жасалған шарттарының болуы;
- 4. диагностика тәсілдерінің болуы;
- 5. эксперименттеу мәніне әсер ету тәсілдерінің болуы;
- 6. жаңа педагогикалық білімінің болуы.



КЕКУШИНКАЙ КАРАТЭ-ДОДАҒЫ СПОРТТЫҚ ДАЯРЛЫҚТЫҢ ЕРЕКШЕЛІКТЕРІ

Жоғары спорт шеберлігіне қатысты жас каратистерді даярлауды басқару жүйесінің мақсатты бағыты жас спортшының жас ерекшеліктерін ғана емес, ең бастысы, спорттық жетілдіру кезеңіне тән критерийлер аспектісінде көп жылдық жаттығудың әр түрлі кезеңдерінде оның дайындығына жауап беруі тиіс талаптарды ескереді. Сондықтан каратистердің жаттығу процесін құру және жоспарлау кезінде жас спортшының жас заңдылықтарын ғана емес, сонымен қатар болашақта спорттық жетілдіру кезеңінде оған ұсынылатын сұраныстарды да ескеру қажет.



Зерттеудің ұйымдастырылуы

Бірінші кезеңде ізденуші ретінде философиялық, психофизиологиялық, психологиялық-педагогикалық және шетелдік деректер, зерттеу мәселесі бойынша диссертациялық жұмыстар талданды.

Екінші кезеңде - каратэ бойынша дәстүрлі оқу бағдарламалары бойынша жұмыс істейтін жас спортшылардың жарыс қызметін өзін-өзі бағалауды зерделеуге бағытталған эксперименталды-аналитикалық эксперимент өткізілді.

Осы зерттеуде 32 адамнан тұратын спортшылардың қатысуымен қалыптастырушы педагогикалық сараптама өткізілді: 16 спортшы бақылау тобын құрды, 16 адам эксперименталды топта болды.

Үшінші бақылау-жалпылау кезеңінде бағалау эксперименті жүргізілді, алынған деректерді статистикалық өңдеу, логикалық талдау және жүйелеу жүзеге асырылды.



ҚОРЫТЫНДЫ

Модельдік сипаттамаларды қолдану негізінде спортшылардың жаттығу және жарыс іс-әрекетінің параметрлерін басқару және түзету проблемалары бойынша теориялық материалдарды жалпылау кезінде баяндалған теориялық тәсілдер оларды практикалық іске асырудың негізгі ерекшеліктері мен жолдарын айқындауға мүмкіндік берді. Біздің кейінгі зерттеулеріміз жас каратистердің көп жылдық дайындығын басқару әдістемесін әзірлеу негізіне алынады.

Көп жылдық дайындық кезеңдерінің, макроциклдердің және жаттығу кезеңдерінің сипаттамаларын әзірлеу ең жоғары спорттық нәтижелерді көрсету үшін оңтайлы деңгейге жету мақсатында спорттық шеберліктің қалыптасуының негізгі заңдылықтарын сақтауды көздеуі тиіс.



Назарларыңызға рақмет

