

**"ТҰҒЫР" біліктілікті  
арттыру орталығы**



**"Центр повышения  
квалификации "ТҰҒЫР"**

**«Жалпы және арнайы білім беру жүйесіндегі бейімделген дене  
шынықтыру»**

педагогтерге арналған біліктілікті арттыру курсының  
**БІЛІМ БЕРУ БАҒДАРЛАМАСЫ**

**Сағат саны: 80 ақ.сағ.**

**Қордай 2025**

## 1. Жалпы ережелер

«Жалпы және арнайы білім беру жүйесіндегі бейімделген дене шынықтыру» педагогтерінің біліктілігін арттыру курсының бағдарламасы (бұдан әрі – Бағдарлама) Қазақстан Республикасы Білім және ғылым министрінің 2016 жылғы 28 қаңтардағы №95 және 2020 жылғы 4 мамырдағы №175 бұйрықтарына сәйкес, сондай-ақ білім берудің қолданыстағы мемлекеттік жалпыға міндетті стандарттарын (2022 жылғы 3 тамыздағы №348 бұйрық) және педагогтің кәсіби стандартын (Қазақстан Республикасы Оқу-ағарту министрінің 2025 жылғы 24 ақпандағы №3 бұйрығы) ескере отырып әзірленген.

Бағдарлама жалпы және арнайы білім беру жүйесінде ерекше білім беру қажеттіліктері бар білім алушылардың бейімделген дене тәрбиесін жүзеге асыратын педагогтердің кәсіби құзыреттерін жетілдіруге бағытталған.

### **Бағдарламаның өзектілігі**

Бағдарламаның өзектілігі ерекше білім беру қажеттіліктері бар білім алушыларда қолжетімді қозғалыс белсенділігін дамытуға, бұзылған функцияларды түзету мен өтеуге, салауатты әрі белсенді өмір салты мәдениетін қалыптастыруға бағытталған бейімделген дене шынықтыруды ұйымдастыруға қойылатын заманауи талаптармен айқындалады.

Жаңартылған білім мазмұны мен инклюзивті білім беру ортасының дамуы жағдайында бейімделген дене шынықтыруды іске асыруда іс-әрекеттік, құзыреттілікке негізделген және тұлғалық-бағдарланған тәсілдердің маңызы арта түсуде. Бейімделген дене шынықтыру түзете-дамыту ықпалының, әлеуметтік бейімделудің, қозғалыстық дербестікті қалыптастырудың, өзіне деген сенімділікті және білім алушылардың өз денсаулығы мен дене белсенділігіне оң көзқарасын қалыптастырудың маңызды ресурсы ретінде қарастырылады.

Практика көрсеткендей, бейімделген дене шынықтыруды жүзеге асыратын педагогтер білім алушылардың нозологиялық, жас және жеке ерекшеліктерін ескере отырып сабақтарды жобалауда, дене жүктемесін мөлшерлеуде, денсаулықты сақтайтын және қалыптастырушы бағалау әдістерін қолдануда, сондай-ақ қауіпсіз, эмоциялық тұрғыдан жайлы әрі дамытушы білім беру ортасын құруда белгілі бір қиындықтарға тап болады.

Бағдарламаны іске асыру бейімделген дене шынықтыру саласындағы педагогтердің әдістемелік құралдарын жаңартуға және кеңейтуге, ерекше білім беру қажеттіліктері бар білім алушылардың дене шынықтыру-сауықтыру және түзете-дамыту қызметін ұйымдастыру сапасын арттыруға, сондай-ақ жалпы және арнайы білім беру жүйесіндегі білім беру үдерісінің тиімділігін күшейтуге бағытталған.

Бағдарламаның теориялық негізін құрайды:

бейімделген дене тәрбиесі тұжырымдамасы, Сергей Петрович Евсеев әзірлеген, ол бейімделген дене тәрбиесін әлеуметтік интеграция және бұзылған функцияларды түзету құралы ретінде қарастырады;

мәдени-тарихи даму теориясы Лев Семёнович Выготский, дамытушы және компенсаторлық білім беру ортасын құрудың қажеттілігін негіздейді;

қозғалыс белсенділігі мен дене дамуы теориясы Владимир Константинович Бальсевич;

инклюзивті білім беру саласындағы заманауи тәсілдер, Michael Block еңбектерінде ұсынылған;

білім беруді дамыту және педагогтердің құзыреттілігін қалыптастырудың заманауи ғылыми тәсілдері, қазақстандық ғалымдар, соның ішінде Асия Есимжановна Абилькасымова еңбектерінде негізделген;

жаңартылған білім беру мазмұны мен құзыреттілік тәсілінің тұжырымдамалары Куляш Сагинтаевна Кудайбергенова еңбектерінде көрініс тапқан;

білім беру үдерісін жаңғырту және инновациялық педагогикалық технологиялар саласындағы зерттеулер Нурлан Нуртаевич Нурахметов еңбектерінде ұсынылған;

білім алушылардың дене және тұлғалық қасиеттерін дамытуға бағытталған ғылыми тәсілдер Бакыткуль Аманжоловна Тургынбаева еңбектерінде қарастырылған.

Бағдарлама бейімделген дене белсенділігінің ерекше білім беру қажеттіліктері бар білім алушылардың физикалық, когнитивтік және әлеуметтік дамуына оң әсерін дәлелдейтін заманауи халықаралық зерттеулердің нәтижелерін ескереді. Атап айтқанда, World Health Organization деректері тұрақты дене белсенділігінің өмір сапасын арттыру және мүмкіндігі шектеулі адамдардың әлеуметтік бейімделуіндегі маңыздылығын көрсетеді.

Сондай-ақ, бағдарламада инклюзивті білім беру саласындағы халықаралық құжаттар мен зерттеулердің ережелері, соның ішінде UNESCO ұсынымдары пайдаланылған, олар барлық білім алушылар үшін сапалы білім мен дене белсенділігіне тең қолжетімділікті қамтамасыз етуге бағытталған.

### **Жалпыұлттық басымдықтармен және әлемдік үрдістермен байланысы**

Бағдарламаның ғылыми жаңалығы:

бейімделген дене тәрбиесі, түзету педагогикасы және инклюзивті білім беру салаларындағы заманауи теориялық тәсілдерді педагогтерді даярлаудың бірыңғай практикалық-бағдарланған моделіне біріктіруінде;

классикалық ғылыми тұжырымдамаларды ерекше білім беру қажеттіліктері бар білім алушылардың дене белсенділігі мен денсаулығы саласындағы заманауи халықаралық зерттеулермен ұштастыруында;

нозологиялық және жеке ерекшеліктерді ескере отырып, қолжетімді қозғалыс белсенділігін дамытуға бағытталған практикалық-бағдарланған тапсырмалар жүйесін әзірлеуінде;

бейімделген дене тәрбиесі үдерісіне цифрлық және мониторингтік технологияларды енгізуінде;

бейімделген дене тәрбиесінің тиімділігін арттыру құралы ретінде қалыптастырушы бағалау мен педагогикалық рефлексияға басымдық беруінде.

Бағдарламаның мазмұнының стратегиялық сәйкестігі және өзектілігі

Бағдарламаның мазмұны Қазақстан Республикасының білім беру жүйесін дамытудың стратегиялық бағыттарына сәйкес келеді және өскелең ұрпақтың денсаулығын нығайтуға, тең білім беру мүмкіндіктерін қамтамасыз етуге, ерекше білім беру қажеттіліктері бар білім алушылардың қозғалыс белсенділігін дамытуға және салауатты өмір салты мәдениетін қалыптастыруға бағытталған. Жаңартылған білім мазмұны аясында функционалдық сауаттылықты, дербестікті, өз денсаулығына жауапкершілікті дамытуға, сондай-ақ білім алушылардың жеке мүмкіндіктерін ескере отырып, қолжетімді әрі тұрақты қозғалыс белсенділігіне деген орнықты уәждемені қалыптастыруға ерекше мән беріледі.

Мемлекеттік білім беру саясаты әмбебап оқу әрекеттерін қалыптастыруға және репродуктивті оқыту нысандарынан белсенді, іс-әрекеттік және түзете-дамытуға бағытталған әдістерге көшуге бағдарланған. Бұл әдістер ерекше білім беру қажеттіліктері бар білім алушылардың білім беру үдерісіне толыққанды қатысуын, олардың дене, тұлғалық және әлеуметтік қасиеттерін дамытуды қамтамасыз етеді. Осы тұрғыда бейімделген дене шынықтыру педагогінің рөлі арта түседі: ол қауіпсіз, қолжетімді және дамытушы білім беру ортасын ұйымдастырушы, білім алушылардың жеке қозғалыс мүмкіндіктерін ашуға, өзін-өзі реттеу дағдыларын, әлеуметтік бейімделуін және дене белсенділігіне оң көзқарасын қалыптастыруға ықпал ететін жетекші тұлға болып табылады.

Бағдарлама сондай-ақ педагогтердің үздіксіз кәсіби дамуы саласындағы мемлекеттік саясаттың басымдықтарына сәйкес келеді. Бұл басымдықтар әдістемелік құралдарды жаңартуға, заманауи педагогикалық, түзете-дамыту және денсаулықты сақтайтын технологияларды енгізуге, сондай-ақ білім беру үдерісінің трансформациясы мен инклюзивті білім берудің дамуы жағдайында бейімделген дене шынықтыруды жүзеге асыратын педагогтердің кәсіби ұтқырлығын арттыруға бағытталған.

#### Әлемдік үрдістермен байланысы

Бейімделген дене шынықтыру мен инклюзивті дене тәрбиесі саласындағы әлемдік үрдістер ерекше білім беру қажеттіліктері бар білім алушылардың денсаулығы мен әл-ауқатын басымдық ретінде қарастырады. Бұл үрдістер дене жүктемесін даралау мен саралауға, функционалдық мүмкіндіктер мен денсаулық жағдайын ескеруге, сондай-ақ салауатты әрі белсенді өмір салтының тұрақты дағдыларын қалыптастыруға бағытталған. Сонымен қатар белсенді, ойын және практикаға бағытталған оқыту әдістерін қолдануға, бейімделген дене шынықтыруды заманауи цифрлық және мониторингтік технологиялармен ықпалдастыруға айрықша мән беріледі.

Халықаралық педагогикалық практикада бейімделген дене тәрбиесі саласында іс-әрекеттік, түзете-дамытуға бағытталған, проблемалық және жобалық оқыту әдістері кеңінен қолданылады. Бұл әдістер білім алушылардың қозғалыс белсенділігін, негізгі дене қасиеттерін, қимыл-қозғалыс үйлесімділігін, төзімділігін және функционалдық дербестігін дамытуға бағытталған. Ерекше маңыз нозологиялық ерекшеліктерді ескере отырып, қолжетімді практикалық

қозғалыс қызметіне негізделген оқыту нысандарына, бейімделген ойын және командалық жаттығуларға, жеке жаттығу тапсырмаларына, сондай-ақ қимыл-қозғалыс дағдыларын кезең-кезеңімен меңгеруге беріледі.

Қалыптастырушы бағалаудың, педагогикалық рефлексияның және жеке тәсілдің рөлі артып келеді. Бұл бейімделген дене шынықтыруды жүзеге асыру барысында әрбір білім алушының дене дамуы деңгейін, денсаулық жағдайын, психоэмоционалдық ерекшеліктерін, қызығушылықтары мен мүмкіндіктерін ескеруге, сондай-ақ дене белсенділігіне оң уәждемені қолдауға мүмкіндік береді.

Бағдарлама аталған әлемдік үрдістерді ескере отырып әзірленген және жаңартылған білім мазмұны жағдайында жалпы және арнайы білім беру жүйесінде бейімделген дене шынықтыруды жүзеге асыруға педагогтерді заманауи, ғылыми негізделген және гуманистік бағыттағы тәсілдерге даярлауға бағдарланған.

## 2. Глоссарий

**Бейімделген дене шынықтыру** – ерекше білім беру қажеттіліктері бар білім алушылардың қозғалыс белсенділігін дамытуға, денсаулығын нығайтуға, ағзаның бұзылған функцияларын түзету мен өтеуге, сондай-ақ әлеуметтік бейімделуіне бағытталған дене шынықтыру білім беруі мен әлеуметтік қызмет саласы.

**Дене шынықтыру** – білім алушылардың жеке мүмкіндіктерін ескере отырып, дене қасиеттерін дамытуға, қозғалыс белсенділігін арттыруға, денсаулықты нығайтуға және салауатты өмір салты мәдениетін қалыптастыруға бағдарланған білім беру және әлеуметтік қызмет саласы.

**Жаңартылған білім мазмұны** – функционалдық сауаттылықты, әмбебап оқу әрекеттерін және білім алушылардың практикалық құзыреттерін қалыптастыруға бағытталған білім беру жүйесі, оның ішінде ерекше білім беру қажеттіліктері бар білім алушыларды да қамтиды.

**Қозғалыс белсенділігі** – бейімделген дене тәрбиесі үдерісінде және күнделікті өмірде денсаулық жағдайы мен функционалдық мүмкіндіктерді ескере отырып орындалатын мақсатты әрі қолжетімді қимыл-қозғалыс әрекеттерінің жиынтығы.

**Денсаулықты сақтайтын технологиялар** – білім беру үдерісінде білім алушылардың дене және психикалық денсаулығын сақтау, нығайту және дамытуға, қауіпсіздікті қамтамасыз етуге және шамадан тыс жүктемелердің алдын алуға бағытталған педагогикалық әдістер, тәсілдер мен ұйымдастырушылық жағдайлар.

**Құзыреттілікке негізделген тәсіл** – білім алушылардың білімін, білігін және дағдыларын жеке, жас ерекшелік және психофизикалық мүмкіндіктерін ескере отырып практикалық қызметте қолдану қабілетін қалыптастыруға бағытталған оқыту тәсілі.

**Іс-әрекеттік тәсіл** – білім беру үдерісін білім алушылардың белсенді, шамасына сай және мақсатты қимыл-қозғалыс қызметі арқылы ұйымдастыру,

оның білім беру, түзете-дамыту және сауықтыру нәтижелеріне қол жеткізуге бағытталуы.

**Бейімделген дене тәрбиесіндегі жеке тәсіл** – білім алушылардың дене дамуы деңгейін, денсаулық жағдайын, нозологиялық ерекшеліктерін және жеке мүмкіндіктерін ескере отырып білім беру үдерісін ұйымдастыру.

**Бейімделген дене шынықтырудағы оқытуды саралау** – білім алушылардың функционалдық және жеке ерекшеліктеріне қарай дене жүктемесінің мазмұнын, қарқындылығын және нысандарын, сондай-ақ оқыту әдістері мен құралдарын өзгермелі түрде қолдану.

**Қалыптастырушы бағалау** – оқыту үдерісінде жүзеге асырылатын, білім алушылардың дене дамуын қолдауға, педагогикалық кері байланыс беруге және бағалау шкаласын қолданбай білім беру үдерісін түзетуге бағытталған бағалау.

**Педагогикалық рефлексия** – педагогтің өзінің кәсіби қызметін, бейімделген дене тәрбиесінде қолданылатын әдістердің тиімділігін және қол жеткізілген білім беру нәтижелерін саналы түрде талдауы.

**Бейімделген дене шынықтыру педагогінің кәсіби құзыреттілігі** – ерекше білім беру қажеттіліктері бар білім алушылардың дене шынықтыру-сауықтыру және түзете-дамыту қызметін тиімді ұйымдастыруға педагогтің дайындық деңгейін сипаттайтын кешенді сипаттама.

### **3. Бағдарламаның тақырыптық бағыты**

**Бағдарламаның жаңашылдығы** ерекше білім беру қажеттіліктері бар білім алушылардың бейімделген қозғалыс белсенділігін мақсатты түрде дамытуға, бұзылған функцияларды түзету мен өтеуге, жеке қозғалыс мүмкіндіктерін қалыптастыруға бағдарлануымен айқындалады.

Бағдарлама педагогтерде бейімделген дене шынықтыру бойынша білім беру үдерісін жобалаудың практикалық біліктерін қалыптастыруға бағытталған. Бұл үдеріс білім алушылардың жеке дене мүмкіндіктерін, дене дайындығы деңгейін, денсаулық жағдайын, нозологиялық ерекшеліктерін және қолжетімді дене белсенділігіне деген уәждемесін ескеруді көздейді.

Бағдарлама іс-әрекеттік, құзыреттілікке негізделген және тұлғалық-бағдарланған заманауи педагогикалық тәсілдерді біріктіреді және бейімделген дене шынықтыруды оқытуда белсенді, ойын, түзете-дамытуға бағытталған және практикаға бағдарланған әдістерді, проблемалық-ізденіс тапсырмаларын, жобалық және зерттеушілік қызметті практикалық қолдануға бағдарланған. Ерекше назар қимыл-қозғалыс дағдыларын, қимыл үйлесімділігін, төзімділікті, өзін-өзі реттеуді, функционалдық дербестікті және білім алушылардың дене жүктемесіне саналы қатынасын дамытуға бағытталған тапсырмаларды әзірлеуге бөлінеді.

Бағдарламаның жаңашылдығы бейімделген дене тәрбиесінің дәстүрлі әдістемелерін заманауи білім беру, түзете-дамыту және денсаулықты сақтайтын технологиялармен ұштастыруынан да көрініс табады. Бұл үдеріс дене белсенділігін мониторингтеуге, өзін-өзі бақылауға, жеке ілгерілеу мен білім

алушылардың дене жағдайының динамикасын қадағалауға арналған цифрлық ресурстар мен интерактивті құралдарды пайдалануды қамтиды. Бағдарлама педагогтерді қалыптастырушы бағалау мен педагогикалық рефлексияны білім алушылардың дене дамуын, әлеуметтік бейімделуін және тұрақты қозғалыс белсенділігіне деген уәждемесін қолдау құралдары ретінде қолдануға бағдарлайды.

Бағдарлама жалпы және арнайы білім беру жүйесінде бейімделген дене шынықтыруды жүзеге асырудың жаңартылған әдістемелік тәсілін ұсынады. Бұл тәсіл ерекше білім беру қажеттіліктері бар білім алушылардың қозғалыс белсенділігін, дене қасиеттерін жүйелі дамытуға, бұзылған функцияларды түзетуге және салауатты әрі белсенді өмір салты мәдениетін қалыптастыруға негізделі отырып, білім беру үдерісінің сапасын арттыруға бағытталған.

### **Білім беру жүйесінде баламалардың болуы/болмауын талдау**

Педагог қызметкерлердің біліктілігін арттыру жүйесінде бейімделген дене шынықтыруды оқыту әдістемесін жанартуға, денсаулықты сақтайтын және түзете-дамыту технологияларын енгізуге, сондай-ақ жалпы және арнайы білім беру жүйесінде ерекше білім беру қажеттіліктері бар білім алушылармен жұмыс істейтін педагогтердің кәсіби құзыреттерін дамытуға бағытталған бағдарламалар ұсынылған. Алайда, аталған бағдарламалардың мазмұнын талдау олардың көпшілігінің фрагменттік сипатта екенін және негізінен нормативтік талаптарды теориялық тұрғыда меңгеруге немесе жекелеген әдістемелік тәсілдерді оқытуға бағытталғанын, оларды білім беру үдерісіне жүйелі түрде кіріктіру жеткіліксіз екенін көрсетеді.

Қолданыстағы бағдарламалар, әдетте, ерекше білім беру қажеттіліктері бар білім алушылардың қозғалыс белсенділігін, дене дамуын және денсаулығын нығайту мәселелерін жекелеген тақырыптар немесе модульдер шеңберінде қарастырады және бейімделген дене шынықтыруды тұтас түзете-дамыту және білім беру жүйесі ретінде қалыптастырмайды. Педагогтердің нозологиялық, жас, жеке және физиологиялық ерекшеліктерді ескере отырып бейімделген жағтығуларды, оқу тапсырмаларын, сабақтарды және әдістемелік шешімдерді әзірлеуге бағытталған практикаға бағдарланған тәсілдер жеткіліксіз деңгейде ұсынылған.

Қолданыстағы баламалардан айырмашылығы, бұл Бағдарлама бейімделген дене тәрбиесінің психологиялық-педагогикалық және физиологиялық негіздерін, бейімделген дене шынықтырудың заманауи әдістері мен технологияларын, сабақтарды жобалау және дене жүктемесін дараландыру практикасын, сондай-ақ педагогикалық рефлексия мен кәсіби өзара әрекеттестікті біріктіретін кешенді тәсілді ұсынады. Бағдарлама бейімделген дене шынықтырудың белсенді, ойын, түзете-дамытуға бағытталған және практикаға бағдарланған әдістерін педагогтердің күнделікті кәсіби қызметіне жүйелі түрде енгізуге бағытталған.

Бағдарлама бейімделген дене шынықтыруды жүзеге асыратын педагогтердің біліктілігін арттыру жүйесінде анықталған олқылықтарды толықтырады және мазмұнының тұтастығы, практикаға бағыттылығы және

бейімделген дене шынықтыру білім беру саласындағы тұрақты білім беру және түзете-дамыту нәтижелеріне бағдарлануы арқылы қолданыстағы білім беру ұсыныстарын тиімді түрде толықтырады.

#### **4. Бағдарламаның мақсаты, міндеттері және күтілетін нәтижелері**

**Бағдарламаның мақсаты** - жалпы және арнайы білім беру жүйесінде ерекше білім беру қажеттіліктері бар білім алушылардың қолжетімді қозғалыс белсенділігін, негізгі дене қасиеттерін дамытуға, бұзылған функцияларды түзету мен өтеуге, сондай-ақ салауатты әрі белсенді өмір салты мәдениетін қалыптастыруға бағытталған бейімделген дене шынықтыруды жүзеге асыру саласында педагогтердің кәсіби құзыреттілігін арттыру.

##### **Бағдарламаның міндеттері**

Қойылған мақсатқа қол жеткізу үшін Бағдарлама аясында төмендегі міндеттерді шешу көзделеді:

жалпы және арнайы білім беру жүйесінде бейімделген дене шынықтыруды жүзеге асырудың заманауи тәсілдері туралы педагогтердің кәсіби білімін кеңейту;

ерекше білім беру қажеттіліктері бар білім алушылардың дене дамуының психологиялық-педагогикалық және физиологиялық негіздерін түсінуді қалыптастыру;

бұзылған функцияларды түзету мен өтеуге бағытталған бейімделген дене шынықтырудың заманауи әдістерін, тәсілдері мен технологияларын меңгеру;

нозологиялық, жас және жеке ерекшеліктерді ескере отырып, белсенді, ойын және түзете-дамытуға бағытталған жұмыс нысандарын пайдалану арқылы бейімделген дене шынықтыру сабақтарын жобалау біліктерін дамыту;

білім алушылардың қауіпсіздігін қамтамасыз ету, дене белсенділігін мониторингтеу және жеке ілгерілеуін қадағалау үшін денсаулықты сақтайтын және цифрлық технологияларды қолдану дағдыларын жетілдіру;

бейімделген дене шынықтыру саласында педагогтердің педагогикалық рефлексияға, пәнаралық өзара әрекеттестікке және үздіксіз кәсіби дамуға дайын болуын қалыптастыру.

##### **Бағдарламаның күтілетін нәтижелері**

Бағдарламаны меңгеру нәтижесінде бейімделген дене шынықтыруды жүзеге асыратын педагогтерде төмендегі кәсіби құзыреттер қалыптасады және жетілдіріледі, олар педагогтердің мынадай қабілеттерінен көрініс табады:

ерекше білім беру қажеттіліктері бар білім алушылардың жеке және нозологиялық ерекшеліктерін ескере отырып, бейімделген дене шынықтырудың өзекті әдістері мен тәсілдерін меңгеруі;

ерекше білім беру қажеттіліктері бар білім алушылардың қозғалыс, дене шынықтыру-сауықтыру және түзете-дамыту қызметін тиімді ұйымдастыруы;

білім беру үдерісінде заманауи педагогикалық, түзете-дамыту, денсаулықты сақтайтын және цифрлық технологияларды қолдануы;

бейімделген дене шынықтыру білімінің сапасы мен нәтижелілігін арттыруды, сондай-ақ дене белсенділігінің қауіпсіздігі мен қолжетімділігін қамтамасыз етуі;

педагогикалық рефлексия мен кәсіби қызмет нәтижелеріне сүйене отырып, өзінің педагогикалық тәжірибесін жаңарту, талдау және жетілдіруі.

### **Бағдарламаның практикалық маңыздылығы**

Бағдарламаның практикалық маңыздылығы педагогтердің меңгерген білімдері, біліктері мен кәсіби құзыреттерінің жалпы және арнайы білім беру жүйесінде бейімделген дене шынықтыруды жүзеге асыру барысында тікелей білім беру практикасына қолданылуымен айқындалады.

Бағдарламаның мазмұнын меңгеру педагогтердің әдістемелік құралдарын жаңартуға және кеңейтуге, бейімделген дене шынықтыру сабақтарын ұйымдастыру сапасын арттыруға, ерекше білім беру қажеттіліктері бар білім алушылардың қолжетімді қозғалыс белсенділігін жандандыруға және олардың дене қасиеттерін, функционалдық мүмкіндіктерін тұрақты дамытуға, бұзылған функцияларды түзету мен өтеуге жағдай жасауға ықпал етеді. Сонымен қатар бағдарлама салауатты әрі белсенді өмір салты мәдениетін қалыптастыруға бағытталған білім беру ортасын құруды қолдайды.

### **5. Бағдарламаның құрылымы мен мазмұны**

Тыңдаушыларда курстың айқындалған мақсатына сәйкес кәсіби білімдерді, құзыреттерді, біліктер мен дағдыларды қалыптастыру үшін Бағдарлама мазмұны жалпы және арнайы білім беру жүйесінде бейімделген дене шынықтыруды жүзеге асыратын педагогтерді даярлаудың логикалық бірізділігі мен тұтастығын қамтамасыз ететін **6 модульді** меңгеруді көздейді.

Бағдарламаның құрылымы мазмұнды кезең-кезеңімен меңгеру қағидатына негізделген: бейімделген дене шынықтырудың заманауи бағдарларын, ерекше білім беру қажеттіліктері бар білім алушылардың дене дамуының психологиялық-педагогикалық және физиологиялық негіздерін түсінуден бастап — бейімделген дене тәрбиесінің өзекті әдістері мен тәсілдерін практикада қолдануға, денсаулықты сақтайтын және цифрлық технологияларды пайдалануға, сондай-ақ педагогтің кәсіби рефлексиясын дамытуға және үздіксіз кәсіби дамуға дайын болуына дейін.

#### **1-модуль. Бейімделген дене шынықтырудың заманауи бағдарлары**

##### **Модульдің мақсаты:**

Жалпы және арнайы білім беру жүйесінде бейімделген дене шынықтырудың заманауи бағдарлары мен басымдықтары туралы педагогтерде тұтас түсінік қалыптастыру, сондай-ақ ерекше білім беру қажеттіліктері бар білім алушылар үшін қауіпсіз, қолжетімді және дамытушы білім беру

##### **Модульдің міндеттері:**

заманауи білім беру үдерісінде және инклюзивті әрі арнайы білім беру жүйесінде бейімделген дене шынықтырудың рөлін ашу; бейімделген дене тәрбиесі саласындағы жаңартылған білім мазмұнының талаптарын түсіну; ерекше білім беру қажеттіліктері бар білім алушылардың дамуы, денсаулығын

<p>үдерісін ұйымдастырушы ретіндегі педагогтің кәсіби рөлін ұғыну.</p>	<p>нығайтуы, бұзылған функцияларды түзету мен өтеудегі бейімделген дене шынықтырудың маңызын педагогтердің санасында өзектендіру; жаңартылған білім мазмұны мен инклюзивті білім беру ортасының дамуы жағдайында бейімделген дене шынықтыру педагогінің кәсіби рөлін айқындау; қолжетімді қозғалыс белсенділігін дамытуға және салауатты әрі белсенді өмір салты мәдениетін қалыптастыруға бағдарланған бейімделген дене шынықтыру білімінің басымдықтарын түсінуді қалыптастыру.</p> <p>Модульді аяқтағаннан кейін педагогтер: бейімделген дене шынықтырудың дамуындағы заманауи үрдістерді түсінеді және өз педагогикалық практикасын жаңартуға дайын болады; жалпы және арнайы білім беру жүйесінде бейімделген дене шынықтыру білімінің заманауи мақсаттары мен басымдықтарын саналы түрде ұғынады; ерекше білім беру қажеттіліктері бар білім алушылардың дене, психоэмоционалдық және әлеуметтік дамуындағы қозғалыс белсенділігі мен бейімделген дене тәрбиесінің маңызын түсінеді; бейімделген дене шынықтыруды жүзеге асыруда заманауи, ғылыми негізделген және гуманистік бағыттағы тәсілдерді енгізуге дайын болады.</p>
<p>Модульдің сипаттамасы</p> <p>Модуль жаңартылған білім мазмұны мен инклюзивті білім беру ортасының дамуы жағдайында жалпы және арнайы білім беру жүйесіндегі бейімделген дене шынықтырудың заманауи бағдарлары мен басымдықтары туралы педагогтерде тұтас көзқарас қалыптастыруға бағытталған. Модуль аясында бейімделген дене шынықтыру білімінің мақсаттары мен нәтижелеріндегі негізгі өзгерістер қарастырылады: қимыл-қозғалыс дағдыларын формалды меңгеруден қолжетімді қозғалыс белсенділігін, негізгі дене қасиеттерін, функционалдық мүмкіндіктерді дамытуға, бұзылған функцияларды түзету мен өтеуге, сондай-ақ ерекше білім беру</p>	

қажеттіліктері бар білім алушыларда салауатты әрі белсенді өмір салты мәдениетін қалыптастыруға басымдық беру. Ерекше назар бейімделген дене шынықтыру педагогінің қауіпсіз, қолжетімді және дамытушы дене шынықтыру-білім беру ортасын ұйымдастырушы ретіндегі рөлін ұғынуға бөлінеді. Мұндай орта білім алушылардың дене белсенділігіне тұрақты уәждемесін қалыптастыруға, олардың дене, тұлғалық және әлеуметтік қасиеттерін дамытуға, сондай-ақ өз денсаулығы мен дене белсенділігіне жауапты қатынасын тәрбиелеуге ықпал етеді.

Модуль педагогтердің өз кәсіби ұстанымын қайта қарауына, әдістемелік құралдарды жанартуға деген қажеттілікті сезінуіне және бейімделген дене шынықтыруды іске асыруда заманауи, ғылыми негізделген тәсілдерді енгізуге дайын болуына жағдай жасайды. Бұл модуль кіріспе әрі тұжырымдамалық сипатқа ие, Бағдарламаның кейінгі практикаға бағытталған модульдерін меңгеруге теориялық-әдіснамалық негіз қалайды және педагогтердің кәсіби дамуға, педагогикалық рефлексияға және бейімделген дене тәрбиесі саласындағы кәсіби қызметін жетілдіруге тұрақты уәждемесін қалыптастыруға бағытталған.

2-модуль. Бейімделген дене шынықтырудың психологиялық-педагогикалық және физиологиялық негіздері

Модульдің мақсаты  
Ерекше білім беру қажеттіліктері бар білім алушылардың дене дамуының психологиялық-педагогикалық және физиологиялық ерекшеліктері туралы педагогтерде ғылыми негізделген түсінік қалыптастыру. Бұл түсінік бейімделген дене шынықтыру сабақтарын тиімді, қауіпсіз және дараланған түрде ұйымдастырудың негізі болып табылады.

Модульдің міндеттері  
Модуль аясында төмендегі міндеттерді шешу көзделеді:  
ерекше білім беру қажеттіліктері бар білім алушылардың дене дамуының жас, психологиялық-педагогикалық және физиологиялық ерекшеліктерін зерделеу; нозологиялық ерекшеліктерді ескере отырып, қимыл-қозғалыс дағдыларын, негізгі дене қасиеттерін және ағзаның функционалдық мүмкіндіктерін қалыптастыру тетіктерін ашу;  
бейімделген дене шынықтыру сабақтарын ұйымдастыру барысында білім алушылардың жеке ерекшеліктерін, дене дайындығы деңгейін және денсаулық жағдайын ескеру біліктерін педагогтерде дамыту;  
ерекше білім беру қажеттіліктері бар білім алушылардың дене, психоэмоционалдық, тұлғалық және әлеуметтік дамуындағы қолжетімді дене белсенділігінің рөлін ғылыми тұрғыда негіздеу.

Модульдің күтілетін нәтижелері  
Модульді аяқтағаннан кейін педагогтер:

	<p>эртүрлі жас топтарындағы ерекше білім беру қажеттіліктері бар білім алушылардың дене дамуының психологиялық-педагогикалық және физиологиялық ерекшеліктерін біледі; бейімделген дене шынықтыру сабақтарын ұйымдастыруда жас, жеке және нозологиялық айырмашылықтарды ескере алады; бейімделген дене тәрбиесінің әдістерін, құралдарын және нысандарын таңдаудың ғылыми негізділігін арттырады; ерекше білім беру қажеттіліктері бар білім алушылардың дене қасиеттері мен қимыл-қозғалыс дағдыларын қауіпсіз, қолжетімді және тиімді дамыту үшін жағдай жасауға дайын болады.</p>
--	--

**Модульдің сипаттамасы**

Модуль педагогтердің бейімделген дене шынықтырудың психологиялық-педагогикалық және физиологиялық негіздерін терең түсінуіне бағытталған және ерекше білім беру қажеттіліктері бар білім алушылармен сабақтарды жобалау мен жүзеге асырудың ғылыми базасы ретінде қарастырылады. Модуль аясында дене дамуының жас және нозологиялық ерекшеліктері, қозғалыс белсенділігі, қимыл-қозғалыс үйлесімділігі, төзімділік, ағзаның бейімделу мүмкіндіктері, сондай-ақ қимыл-қозғалыс дағдылары мен дене қасиеттерін қалыптастыру тетіктері қарастырылады.

Ерекше назар сабақтарды жоспарлау және өткізу кезінде білім алушылардың жеке ерекшеліктерін, денсаулық жағдайын, дене дайындығы деңгейін және психоэмоционалдық күйін ескеруге бөлінеді. Модуль педагогтерде бейімделген дене тәрбиесінің әдістері мен нысандарын саналы әрі ғылыми негізде таңдауға қабілеттілікті қалыптастырады, бұл білім беру үдерісінің қауіпсіздігін, қолжетімділігін және түзете-дамыту бағыттылығын қамтамасыз етеді. Бұл модуль әдіснамалық қызмет атқарады және ерекше білім беру қажеттіліктері бар білім алушылардың қозғалыс белсенділігін, дене қасиеттерін және функционалдық дербестігін дамытуға бағытталған бейімделген дене шынықтырудың практикаға бағдарланған әдістері мен технологияларын кейіннен меңгерудің негізі болып табылады.

**3-модуль. Бейімделген дене тәрбиесінің әдістері мен тәсілдері**

<p><b>Модульдің мақсаты</b></p> <p>Ерекше білім беру қажеттіліктері бар білім алушылардың қолжетімді қозғалыс қызметін жандандыруға, дене шынықтыру-сауықтыру және</p>	<p><b>Модульдің міндеттері</b></p> <p>Модуль аясында төмендегі міндеттерді шешу көзделеді:</p> <p>бейімделген дене шынықтыруда белсенді, интерактивті және</p>
--	--

<p>түзете-дамыту оқытудың тиімділігін арттыруға бағытталған бейімделген дене тәрбиесінің заманауи әдістері мен тәсілдерін педагогтердің меңгеруі.</p>	<p>түзете-дамытуға бағытталған әдістерді қолдану түсінігі мен біліктерін педагогтерде қалыптастыру;  ерекше білім беру қажеттіліктері бар білім алушылардың қимыл-қозғалыс дағдыларын, негізгі дене қасиеттерін, өзін-өзі реттеуін және функционалдық дербестігін дамытуға бағытталған оқу тапсырмаларын жобалау біліктерін дамыту;  білім алушылардың жеке және нозологиялық ерекшеліктерін ескере отырып, бейімделген дене тәрбиесінің ойын, проблемалық-ізденіс және практикаға бағытталған нысандарын зерделеу;  қолжетімді қозғалыс қызметінің әртүрлі түрлерін пайдалана отырып, бейімделген дене шынықтыру сабақтарын жобалау біліктерін қалыптастыру;  бірлескен қозғалыс белсенділігін, командалық өзара әрекеттестікті ұйымдастыру және дене шынықтыру сабақтарының нәтижелеріне педагогикалық рефлексия жүргізу дағдыларын дамыту.</p>
	<p>Модульдің күтілетін нәтижелері  Модульді аяқтағаннан кейін педагогтер:  бейімделген дене тәрбиесінің заманауи әдістері мен тәсілдерін меңгереді;  ерекше білім беру қажеттіліктері бар білім алушылардың мүмкіндіктеріне бейімделген белсенді, ойын және интерактивті жұмыс нысандарын пайдалана отырып сабақтарды жобалай алады;  білім алушылардың дене қасиеттерін, қимыл-қозғалыс дағдыларын және қимыл үйлесімділігін дамытуға бағытталған тапсырмаларды әзірлеп, қолдана алады;  білім алушылардың қолжетімді қозғалыс және дене шынықтыру-сауықтыру</p>

	<p>қызметіне қатысу деңгейін арттыра алады; білім беру практикасына бейімделген дене шынықтырудың дәстүрлі және заманауи әдістерін тиімді үйлестіре алады.</p>
<p><b>Модульдің сипаттамасы</b> Модуль практикаға бағытталған сипатқа ие және педагогтердің ерекше білім беру қажеттіліктері бар білім алушыларды қозғалыс қызметіне белсенді әрі қауіпсіз тартуды қамтамасыз ететін бейімделген дене тәрбиесінің заманауи әдістері мен тәсілдерін меңгеруіне бағытталған. Модуль аясында белсенді және интерактивті оқыту әдістері, ойын және түзете-дамыту жаттығулары, проблемалық-ізденіс тапсырмалары, сондай-ақ бірлескен қозғалыс белсенділігін ұйымдастыру нысандары қарастырылады. Ерекше назар қимыл-қозғалыс дағдыларын, дене қасиеттерін, қимыл үйлесімділігін, өзін-өзі реттеуді және білім алушылардың әлеуметтік белсенділігін дамытуға бағытталған бейімделген дене шынықтыру сабақтарын жобалауға бөлінеді. Модуль педагогтердің әдістемелік құралдарын кеңейтуге және бейімделген дене тәрбиесінің заманауи, ғылыми негізделген әдістерін күнделікті педагогикалық практикаға енгізуге ықпал етеді.</p>	
<p><b>4-модуль. Бейімделген дене шынықтыруда дараландыру, түзету және саралау</b></p>	
<p><b>Модульдің мақсаты</b> Ерекше білім беру қажеттіліктері бар білім алушылардың нозологиялық, жас және жеке ерекшеліктерін ескере отырып, бейімделген дене шынықтыру бойынша білім беру үдерісін дараландыруға және саралауға, сондай-ақ сабақтардың түзете-дамыту бағыттылығын жүзеге асыруға педагогтердің кәсіби біліктерін қалыптастыру.</p>	<p><b>Модульдің міндеттері</b> Модуль аясында төмендегі міндеттерді шешу көзделеді: бейімделген дене шынықтырудағы жеке және сараланған тәсілдердің мәнін ашу; білім алушылардың денсаулық жағдайына, дене дайындығы деңгейіне және функционалдық мүмкіндіктеріне байланысты дене жүктемесін дараландыру қағидаттары мен тәсілдерін зерделеу; бұзылған функцияларды түзету мен өтеуге бағытталған түзете-дамыту тапсырмалары мен жаттығуларын жобалау біліктерін қалыптастыру; ерекше білім беру қажеттіліктері бар білім алушылардың әртүрлі санаттары үшін дене тәрбиесінің мазмұнын, нысандарын және құралдарын бейімдеу дағдыларын дамыту; білім алушылардың дене жағдайын бақылау және мониторинг нәтижелері негізінде білім беру үдерісін икемді</p>

	<p>жоспарлауға және түзетуге педагогтердің дайындығын қалыптастыру.</p> <p>Модульдің күтілетін нәтижелері  Модульді аяқтағаннан кейін педагогтер: бейімделген дене шынықтыруда оқытуды дараландыру және саралау әдістерін меңгереді;  нозологиялық, жас және жеке ерекшеліктерді ескере отырып сабақтарды жобалай алады;  түзете-дамытуға бағытталған жаттығулар мен тапсырмаларды әзірлеп, қолдана алады;</p> <p>білім алушылардың денсаулық жағдайы мен функционалдық мүмкіндіктерін ескере отырып, дене жүктемесін мөлшерлеу және түзетуге дайын болады;  бейімделген дене шынықтыру сабақтарының білім беру және түзете-дамыту ықпалының тиімділігін арттырады.</p>
<p><b>Модульдің сипаттамасы</b></p> <p>Модуль бейімделген дене шынықтыруда дараланған және сараланған тәсілдерді іске асырудың практикалық біліктерін педагогтерде қалыптастыруға бағытталған. Бұл тәсілдер ерекше білім беру қажеттіліктері бар білім алушылар үшін дене шынықтыру білімінің қолжетімділігін, қауіпсіздігін және нәтижелілігін қамтамасыз етудің негізгі шарттары болып табылады. Модуль аясында сабақтардың мазмұны мен құрылымын бейімдеу жолдары, дене жүктемесін мөлшерлеу әдістері, сондай-ақ қозғалыс қызметі барысында түзете-дамыту ықпалының тәсілдері қарастырылады. Ерекше назар жеке және шағын топтық тапсырмаларды жобалауға, түзету бағытындағы жаттығуларды таңдауға, сондай-ақ білім алушылардың дене жағдайы мен қозғалыс дамуының динамикасын талдауға бөлінеді. Модуль педагогтердің білім беру үдерісін икемді құруына, педагогикалық шешімдерді уақтылы түзетуіне және білім алушылардың қозғалыс белсенділігі мен функционалдық мүмкіндіктерін тұрақты дамытуын қамтамасыз етуіне ықпал етеді.</p>	
<p>5-модуль. Бейімделген дене шынықтырудағы денсаулықты сақтайтын және цифрлық технологиялар</p>	
<p><b>Модульдің мақсаты</b></p> <p>Ерекше білім беру қажеттіліктері бар білім алушылардың қауіпсіздігін қамтамасыз етуге, сабақтардың тиімділігін арттыруға, дене жағдайын</p>	<p><b>Модульдің міндеттері</b></p> <p>Модуль аясында төмендегі міндеттерді шешу көзделеді:  бейімделген дене шынықтыру жүйесіндегі денсаулықты сақтайтын</p>

<p>және жеке ілгерілеуін мониторингтеуге арналған бейімделген дене шынықтыруда денсаулықты сақтайтын және цифрлық технологияларды қолдану бойынша педагогтердің кәсіби біліктерін қалыптастыру.</p>	<p>технологиялардың мәні мен маңызын ашу;  ерекше білім беру қажеттіліктері бар білім алушылармен сабақтарды ұйымдастыру барысында қауіпсіз білім беру ортасын қамтамасыз ету талаптарын зерделеу;  білім алушылардың шаршауының, жарақаттануының және функционалдық шамадан тыс жүктемелерінің алдын алу әдістерін қолдану біліктерін қалыптастыру;  бейімделген дене шынықтыру сабақтарын жоспарлау, ұйымдастыру және талдау үшін цифрлық технологиялар мен ресурстарды пайдалану мүмкіндіктерін меңгеру;  білім алушылардың қозғалыс белсенділігін, дене жағдайын және жеке ілгерілеуін мониторингтеу үшін цифрлық құралдарды қолдану дағдыларын дамыту.</p>
<p>Модульдің сипаттамасы</p>	<p>Модульдің күтілетін нәтижелері  Модульді аяқтағаннан кейін педагогтер:  бейімделген дене шынықтыруда қолданылатын денсаулықты сақтайтын технологиялар мен тәсілдерді меңгереді;  білім алушылардың денсаулық жағдайы мен функционалдық мүмкіндіктерін ескере отырып, сабақтарды қауіпсіз жағдайда өткізуді қамтамасыз ете алады;  бейімделген дене шынықтыру бойынша білім беру үдерісін жоспарлау және талдау үшін цифрлық ресурстар мен құралдарды қолдана алады;  цифрлық технологияларды пайдалана отырып, білім алушылардың дене белсенділігі мен жеке ілгерілеуін мониторингтей алады;  заманауи технологияларды біріктіру арқылы бейімделген дене шынықтыру сабақтарының сапасы мен нәтижелілігін арттырады.</p>

Модуль бейімделген дене шынықтырудың маңызды құрамдас бөліктері ретінде денсаулықты сақтайтын және цифрлық технологияларды педагогтердің меңгеруіне бағытталған. Модуль аясында білім беру үдерісінің қауіпсіздігін қамтамасыз ету, жарاقاتтану мен шамадан тыс жүктемелердің алдын алу, дене жүктемесін ұтымды мөлшерлеу, сондай-ақ білім алушыларда өзін-өзі бақылау дағдыларын және өз денсаулығына жауапты қатынасты қалыптастыру мәселелері қарастырылады. Ерекше назар бейімделген дене шынықтыруда цифрлық технологияларды қолдану мүмкіндіктеріне бөлінеді: электрондық күнделіктерді, цифрлық трекерлерді, қозғалыс қызметін бейнеталдауды, білім алушылардың жеке ілгерілеуін тіркеу және бағалау үшін онлайн-ресурстарды пайдалану. Модуль педагогтердің цифрлық құзыреттілігін арттыруға, әдістемелік құралдарын кеңейтуге және бейімделген дене тәрбиесінің практикасына заманауи, ғылыми негізделген және қауіпсіз технологияларды енгізуге ықпал етеді.

**6-модуль. Кәсіби даму және педагогикалық рефлексия**

**Модульдің мақсаты**  
 Жаңартылған және инклюзивті білім беру жағдайында бейімделген дене шынықтыру саласындағы өз педагогикалық қызметін талдауға, жетілдіруге және кәсіби рефлексияға педагогтердің дайындығын қалыптастыру, сондай-ақ кәсіби дамудың жеке траекториясын саналы түрде жоспарлау.

**Модульдің міндеттері**  
 Модуль аясында төмендегі міндеттерді шешу көзделеді:  
 бейімделген дене шынықтыру саласындағы өз кәсіби қызметін талдау және өзін-өзі бағалау біліктерін дамыту; ерекше білім беру қажеттіліктері бар білім алушылармен жүргізілетін білім беру, дене шынықтыру-сауықтыру және түзете-дамыту жұмыстарының нәтижелерін рефлексиялау дағдыларын қалыптастыру;  
 бейімделген дене тәрбиесінде қолданылатын педагогикалық технологиялар мен тәсілдердің тиімділігін бағалау әдістерін меңгеру; авторлық әдістемелік материалдардың элементтерін жаңартуға және әзірлеуге дайындықты қалыптастыру;  
 кәсіби өзара әрекеттестікті, педагогикалық тәжірибе алмасуды және кәсіби қауымдастықтарға қатысуды ынталандыру.

**Модульдің күтілетін нәтижелері**  
 Модульді аяқтағаннан кейін педагогтер: білім алушылардың білім беру және түзете-дамыту нәтижелерін ескере отырып, бейімделген дене шынықтыру

	<p>саласындағы өз педагогикалық практикасын талдап, түзете алады; білім беру үдерісінің сапасын арттыру құралы ретінде педагогикалық рефлексияны қолдануға дайын болады; бейімделген дене шынықтыру бойынша авторлық әдістемелік және дидактикалық материалдардың элементтерін әзірлейді; кәсіби өзара әрекеттестікке, әдістемелік ынтымақтастыққа және тәжірибе алмасуға дайын болады; бейімделген дене шынықтыру саласында әрі қарайғы кәсіби өсу мен құзыреттерді дамытудың бағыттарын айқындайды.</p>
--	---

**Модульдің сипаттамасы**

Модуль бейімделген дене шынықтыруды сапалы іске асырудың қажетті шарттары ретінде педагогтердің саналы кәсіби дамуы мен педагогикалық рефлексиясын қалыптастыруға бағытталған. Модуль аясында өз педагогикалық қызметін талдау, қолданылатын әдістер мен технологиялардың тиімділігін бағалау, кәсіби жетістіктер мен қиындықтарды ұғыну мәселелері қарастырылады. Ерекше назар кәсіби құзыреттерді өзін-өзі бағалау дағдыларын дамытуға, кәсіби өсуінің жеке траекториясын жобалауға, әдістемелік материалдарды әзірлеу мен жетілдіруге, сондай-ақ кәсіби өзара әрекеттестікті және тәжірибе алмасуды ұйымдастыруға бөлінеді. Модуль педагогтердің үздіксіз кәсіби дамуға деген тұрақты уәждемесін қалыптастыруға және бейімделген дене шынықтыру саласындағы білім беру мен түзете-дамыту қызметінің сапасын арттыруға ықпал етеді.

### 80 академиялық сағатқа арналған оқу-тақырыптық жоспар

№	Сабактың тақырыптары	Т е о р и я	Пр ак ти ка	Ө з і н ді к ж ұ м ы с	Ба рл ығ ы

1	1-модуль. Бейімделген дене шынықтырудың заманауи бағдарлары				9
1.1	Жаңартылған білім мазмұны жағдайында бейімделген дене шынықтыруды жүзеге асыруға қойылатын заманауи талаптар	1	1	1	3
1.2	ЕБҚ бар білім алушылардың қозғалыс белсенділігі мен дене дамуы – негізгі білім беру және түзете-дамыту нәтижелері ретінде	1	1	1	3
1.3	Салауатты өмір салты мәдениетін қалыптастырудағы бейімделген дене шынықтыру педагогінің кәсіби рөлі	1	1	1	3
2	2-модуль. Бейімделген дене шынықтырудың психологиялық-педагогикалық және физиологиялық негіздері				9
2.1	Білім алушылардың дене дамуының жас және нозологиялық ерекшеліктері	1	1	1	3
2.2	ЕБҚ бар білім алушылардың қимыл-қозғалыс дағдылары мен дене қасиеттерін қалыптастыру	1	1	1	3
2.3	Білім алушылардың психоэмоционалдық және тұлғалық дамуындағы бейімделген дене белсенділігінің рөлі	1	1	1	3
3	3-модуль. Бейімделген дене тәрбиесінің әдістері мен тәсілдері				16
3.1	Бейімделген дене шынықтырудағы белсенді және интерактивті әдістер	2	1	1	4
3.2	Практикаға бағытталған және түзете-дамытуға арналған қимыл-қозғалыс қызметі	1	1	1	3
3.3	Ойын нысандары мен бейімделген қимыл-қозғалыс жаттығулары	1	1	1	3
3.4	Бейімделген дене шынықтырудағы қолжетімді жарыстық нысандар	1	1	1	3
3.5	Ерекше білім беру қажеттіліктері бар білім алушыларда жиі кездесетін қиындықтар және оларды еңсеру жолдары	1	1	1	3
4	4-модуль. Бейімделген дене шынықтыруда дараландыру, түзету және саралау				16
4.1	Бейімделген дене шынықтыру бойынша заманауи сабақ: құрылымы, талаптары, қауіпсіздігі	2	1	1	4
4.2	Бейімделген дене шынықтырудағы жеке және сараланған тәсіл	1	1	1	3
4.3	Бейімделген дене шынықтыру сабақтарының түзете-дамыту бағыттылығы	1	1	1	3
4.4	Бейімделген дене шынықтыру сабақтарында қауіпсіз білім беру ортасын ұйымдастыру	1	1	1	3
4.5	Білім алушылардың денсаулық жағдайы мен функционалдық мүмкіндіктерін ескере отырып, дене жүктемесін мөлшерлеу және түзету	1	1	1	3

5	5-модуль. Бейімделген дене шынықтырудағы денсаулықты сақтайтын және цифрлық технологиялар				15
5.1	Бейімделген дене шынықтырудағы денсаулықты сақтайтын технологиялар	2	1	1	4
5.2	Ерекше білім беру қажеттіліктері бар білім алушылардың жетістіктерін қалыптастырушы бағалау және мониторингтеу	2	1	1	4
5.3	Қозғалыс белсенділігін мониторингтеуге арналған цифрлық ресурстарды пайдалану	2	1	1	4
5.4	Бейімделген дене шынықтыруды оқытудағы онлайн-құралдар мен цифрлық сервистер	1	1	1	3
6	6-модуль. Кәсіби даму және педагогикалық рефлексия				15
6.1	Бейімделген дене шынықтыру педагогінің кәсіби өсуінің шарты ретіндегі педагогикалық рефлексия	2	1	1	4
6.2	Бейімделген дене шынықтыру сабағын талдау және жетілдіру	2	1	1	4
6.3	Авторлық әдістемелік материалдар мен бейімделген бағдарламаларды әзірлеу	2	1	1	4
6.4	Әдістемелік өзара әрекеттестік және педагогикалық тәжірибе алмасу	1	1	1	3
<b>Всего</b>					<b>80</b>

## 6. Оқу үдерісін ұйымдастыру

Білім беру бағдарламасы педагог қызметкерлердің біліктілігін арттыру курстары аясында жүзеге асырылады және бейімделген дене шынықтыруды іске асыратын педагогтердің үздіксіз кәсіби дамуы қағидаттарын ескере отырып, теориялық және практикалық компоненттердің үйлесімін көздейді.

Бағдарлама жаңартылған білім мазмұны жағдайында, заманауи педагогикалық, түзете-дамыту, денсаулықты сақтайтын және цифрлық технологияларды енгізу барысында, қолжетімді қозғалыс белсенділігін, негізгі дене қасиеттерін дамытуға, бұзылған функцияларды түзету мен өтеуге, сондай-ақ жалпы және арнайы білім беру жүйесінде ерекше білім беру қажеттіліктері бар білім алушыларда салауатты әрі белсенді өмір салты мәдениетін қалыптастыруға бағытталған.

Бағдарламаның жалпы көлемі 80 академиялық сағат.

Оқыту форматы мен режимі

Бағдарлама білім беру ұйымының техникалық мүмкіндіктері мен тыңдаушылардың сұранысына байланысты келесі форматтарда жүзеге асырылады:

күндізгі (очно) формат;

цифрлық білім беру ресурстары мен платформаларын қолдана отырып қашықтан оқыту форматы;

аралас (гибридті) оқыту форматы.

Бағдарламаны іске асырудың ұсынылатын кестесі

80 академиялық сағат көлемінде бағдарламаның ұзақтығы 10 оқу күнін құрайды

(күніне 8 академиялық сағат).

Бағдарлама кімдерге арналған

Біліктілікті арттыру бағдарламасы төмендегі педагогтерге арналған:

бейімделген дене шынықтыруды жүзеге асыратын жалпы білім беру ұйымдарының дене шынықтыру мұғалімдеріне;

жалпы және арнайы білім беру ұйымдарының бейімделген дене шынықтыру педагогтеріне;

ерекше білім беру қажеттіліктері бар білім алушылармен жұмыс істейтін қосымша білім беру педагогтеріне

(спорт секциялары, үйірмелер, дене шынықтыру-сауықтыру бірлестіктері);

дене тәрбиесі және бейімделген дене тәрбиесі саласында жаңартылған білім мазмұнын жүзеге асыратын педагогтерге;

қолжетімді қозғалыс белсенділігін дамытуға, бұзылған функцияларды түзету мен өтеуге және ерекше білім беру қажеттіліктері бар білім алушыларда салауатты әрі белсенді өмір салты мәдениетін қалыптастыруға мүдделі педагогтерге;

бейімделген дене шынықтыру саласында заманауи педагогикалық, түзете-дамыту, денсаулықты сақтайтын және цифрлық технологияларды қолданатын немесе қолдануды жоспарлап отырған педагогтерге;

бейімделген дене тәрбиесі саласында әдістемелік қолдауды және кәсіби құзыреттерін дамытуды қажет ететін жас мамандарға.

Бағдарлама кәсіби өсуге, әдістемелік құралдарды жаңартуға және білім беру, дене шынықтыру-сауықтыру мен түзете-дамыту қызметінің тиімділігін арттыруға бағдарланған бейімделген дене шынықтыру педагогтеріне арналған.

Оқыту нысандары

Бағдарлама аралас оқыту нысанында іске асырылады және мыналарды қамтиды:

Күндізгі (аудиториялық) сабақтар

дәрістер;

практикалық сабақтар;

семинарлар;

тренингтер;

мастер-класстар;

топтық және жобалық жұмыс;

дене шынықтыру білім беру саласындағы педагогикалық жағдаяттарды талдау;

дене шынықтыру сабақтарын жобалау және талдау бойынша практикумдар.

Қашықтан оқыту сабақтары

вебинарлар;

онлайн-консультациялар;

цифрлық білім беру және мониторингтік ресурстармен жұмыс;  
электрондық білім беру ортасында тапсырмаларды орындау.

Тыңдаушылардың өзіндік жұмысы

бейімделген дене шынықтыру әдістерін меңгеруге және қолдануға бағытталған жеке және топтық тапсырмаларды орындау;

білім алушылардың жеке және нозологиялық ерекшеліктерін ескере отырып әдістемелік материалдар мен бейімделген дене шынықтыру-білім беру тапсырмаларын әзірлеу;

бейімделген дене шынықтыру технологияларын практикада қолдануды көрсететін мини-жобаларды дайындау;

әдістемелік әзірлемелерді, талдамалық және рефлексивтік материалдарды қамтитын бейімделген дене шынықтыру педагогінің кәсіби портфолиосын қалыптастыру.

Қорытынды аттестация

Біліктілікті арттыру бағдарламасы бойынша қорытынды аттестация сынақ нысанында өткізіледі. Баллдық көрсеткіштер тек сынақ туралы шешім қабылдау үшін қолданылады және баға болып табылмайды.

Қорытынды аттестация «есептелді/есептелмеді» жүйесі бойынша жүргізіледі және бағдарламамен көзделген теориялық және практикаға бағытталған тапсырмалардың орындалуын ескеретін жинақтаушы бағалау жүйесіне негізделеді.

Сынақ туралы оң шешім қорытынды тапсырманың ең жоғары мүмкін баллдың кемінде 70 %-ы орындалған жағдайда қабылданады. Алынған баллдар бағдарламаны меңгеру деңгейін айқындауға ғана қызмет етеді және бағалау шкаласына ауыстырылмайды.

Қорытынды аттестация бейімделген дене шынықтыруды жүзеге асыратын педагогтердің кәсіби құзыреттерінің қалыптасуын бағалауға бағытталған және келесі нысандарда өткізіледі:

Қорытынды жобаны қорғау

Бейімделген дене шынықтыруды іске асырудағы заманауи тәсілдердің практикалық қолданылуын көрсететін жеке немесе топтық әдістемелік жобаны таныстыру

(бейімделген дене шынықтыру сабағын әзірлеу, бейімделген тапсырмалар мен жаттығулар жүйесі, дене шынықтыру-сауықтыру немесе түзете-дамыту жобасы, әдістемелік өнім және т.б.).

Педагогикалық тәжірибені таныстыру

Ерекше білім беру қажеттіліктері бар білім алушылардың қолжетімді қозғалыс белсенділігін, дене қасиеттерін дамытуға, бұзылған функцияларды түзету мен өтеуге бағытталған меңгерілген әдістер мен тәсілдерді білім беру практикасына енгізу нәтижелерін ұсыну.

Қорытынды тестілеу

Оқу барысында меңгерілген бейімделген дене шынықтыру саласындағы теориялық білімдер мен әдістемелік тәсілдерді тексеру (курс ұйымдастырушыларының шешімі бойынша).

Қолданылатын білім беру технологиялары мен оқыту әдістері

Интерактивті оқыту нысандары

бейімделген дене шынықтыру саласындағы кәсіби мәселелер бойынша пікірталас-семинарлар мен топтық талқылаулар;

практикалық мастер-класстар мен воркшоптар;

бейімделген дене тәрбиесіне тән типтік жағдаяттарды қамтитын педагогикалық кейстермен топтық жұмыс.

Жобалық-бағдарланған тәсіл

бейімделген дене шынықтыру бойынша жеке және топтық жобаларды әзірлеу;

практикаға бағытталған және түзете-дамыту тапсырмаларын құрастыру;

жобалық және әдістемелік жұмыстарды қорғау және талқылау.

Цифрлық білім беру ортасы

бейімделген дене шынықтыру саласындағы цифрлық білім беру және мониторингтік ресурстарды пайдалану;

оқу және қозғалыс материалын визуализациялау;

цифрлық құралдар арқылы білім алушылардың оқу жетістіктерін, қозғалыс белсенділігін және жеке ілгерілеуін талдау.

Онлайн-оқыту

бейімделген дене шынықтыру мәселелері бойынша вебинарлар мен бейнедәрістер;

цифрлық білім беру платформаларын пайдалана отырып виртуалды сыныптар мен онлайн-сабақтар;

әдістемелік және жобалық материалдарды әзірлеу барысында бұлтты сервистерде бірлескен жұмыс.

Кейс-әдіс және жағдаяттық талдау

бейімделген дене шынықтыруды іске асыру барысында туындайтын педагогикалық жағдаяттарды талдау;

қозғалыс қызметі үдерісінде ерекше білім беру қажеттіліктері бар білім алушылардың типтік қиындықтарын қарастыру;

білім алушылардың жеке, жас және нозологиялық ерекшеліктерін ескере отырып, тиімді әдістемелік шешімдерді іздеу және негіздеу.

Рефлексия және өзін-өзі бағалау

бейімделген дене шынықтыру саласындағы кәсіби өсуі мен құзыреттерінің қалыптасу деңгейін талдау;

бейімделген дене тәрбиесінің жаңа әдістері, тәсілдері мен технологияларын енгізудің тиімділігін бағалау;

әрі қарайғы кәсіби даму мен педагогикалық қызметті жетілдіру бағыттарын айқындау.

Бағдарламаның қорытынды сипаттамасы

Аталған нысандарды, әдістер мен білім беру технологияларын қолдану бағдарламаның практикаға бағыттылығын, тыңдаушылардың жоғары деңгейде қатысуын, курс мазмұнын саналы түрде меңгеруді және бейімделген дене шынықтыруды жүзеге асыратын педагогтердің тұрақты кәсіби құзыреттерін қалыптастыруды қамтамасыз етеді.

Бағдарлама ерекше білім беру қажеттіліктері бар білім алушылардың қолжетімді қозғалыс белсенділігін, негізгі дене қасиеттерін дамытуға, бұзылған функцияларды түзету мен өтеуге, сондай-ақ білім беру жүйесінің заманауи талаптарына сәйкес салауатты әрі белсенді өмір салты мәдениетін қалыптастыруға бағытталған.

### Оқу нәтижелерін жинақтаушы бағалау кестесі (сынақ үшін)

№	Оқу қызметінің түрі	Ең жоғары балл саны	Нақты жинаған балл саны	Орындалған ы туралы белгі
1	Практикалық және жағдаяттық тапсырмаларды орындау	30		
2	Педагогикалық кейстерді талдау	15		
3	Бейімделген дене шынықтыру бойынша әдістемелік және түзете-дамыту материалдарын әзірлеу	20		
4	Рефлексиялық және талдамалық тапсырмалар	15		
5	Қорытынды әдістемелік жоба	20		
	<b>ЖАЛПЫ</b>	100	70-100 %	есептелді

### 7. Оқу-әдістемелік қамтамасыз ету

«Оқу-әдістемелік қамтамасыз ету» бөлімі бейімделген дене шынықтыруды жүзеге асыратын педагогтердің біліктілігін арттыру бағдарламасын іске асырудың дидактикалық тәсілін айқындайды, теориялық материалдың мазмұнын, оқу материалын меңгеруге арналған тапсырмалар жүйесін, сондай-ақ оларды өзіндік бағалау критерийлерін ашады. Оқу-әдістемелік қамтамасыз ету Бағдарламаның тұтастығын, модульдердің логикалық өзара байланысын және бейімделген дене шынықтыру білім беру саласында педагогтерді даярлаудың практикаға бағыттылығын қамтамасыз етеді.

Оқу-әдістемелік қамтамасыз ету төмендегілерді ескере отырып әзірленген:

жалпы және арнайы білім беру жүйесінде ерекше білім беру қажеттіліктері бар білім алушылардың жас, психологиялық-педагогикалық және физиологиялық ерекшеліктері;

дене тәрбиесі және бейімделген дене тәрбиесі саласындағы жаңартылған білім мазмұнының талаптары;

қолжетімді қозғалыс белсенділігін, негізгі дене қасиеттерін дамыту, бұзылған функцияларды түзету мен өтеу, сондай-ақ білім алушыларда салауатты

әрі белсенді өмір салты мәдениетін қалыптастыру міндеттері;  
 бейімделген дене шынықтыру педагогінің кәсіби функциялары мен әдістемелік құзыреттері.

<p>Дидактикалық тәсіл</p>	<p>Бағдарламаның дидактикалық тәсілі практикаға бағдарланған оқыту арқылы дене шынықтыру мұғалімдерінің педагогикалық, әдістемелік және цифрлық құзыреттерін қалыптастыруға және дамытуға бағытталған. Бағдарлама төмендегі тәсілдердің үйлесіміне негізделген:</p> <p>іс-әрекеттік тәсіл – оқу жағдаяттарын, қозғалыс тапсырмаларын, дене шынықтыру сабақтары мен оқу іс-әрекеттерін жобалау арқылы;</p> <p>құзыреттілікке негізделген тәсіл – педагогтердің кәсіби қызметінде дене шынықтыруды оқытудың заманауи әдістері мен технологияларын қолдану біліктерін қалыптастыру арқылы;</p> <p>тұлғалық-бағдарланған тәсіл – білім алушылардың жеке дене мүмкіндіктерін, дайындық деңгейін және денсаулық жағдайын ескере отырып;</p> <p>дамытушы оқыту тәсілі – білім алушылардың қозғалыс белсенділігін, дене қасиеттерін және функционалдық дайындығын дамытуға бағытталған;</p> <p>рефлексивтік тәсіл – педагогтердің дене шынықтыру білім беру саласындағы өз кәсіби қызметін талдау, өзін-өзі бағалау және түзетуі арқылы.</p>
<p>Теориялық материал</p>	<p>Бағдарламаның теориялық бөлігі дене шынықтыру педагогтерінде дене шынықтыру білім беруінің заманауи тәсілдері, білім алушылардың дене дамуының әдіснамалық негіздері, қозғалыс белсенділігі және салауатты өмір салты мәдениетін қалыптастыру туралы жүйелі түсінік қалыптастыруға бағытталған. Теориялық материал төмендегі нысандарда ұсынылады:</p> <p>дәрістер мен вебинарлар;</p> <p>презентациялар мен талдамалық материалдар;</p>

	<p>әдістемелік ұсынымдар мен түсіндірме мәтіндер; дене шынықтыру білім беру саласындағы педагогикалық практикалардың үлгілері. Теориялық материалдың мазмұны Бағдарлама модульдерімен логикалық түрде байланыстырылған:</p> <p>1-модуль – дене шынықтыру білім беруінің заманауи бағдарларын, дене белсенділігі мен денсаулықтың негізгі білім беру нәтижелері ретіндегі маңызын ашады;</p> <p>2-модуль – оқыту әдістерін, құралдары мен нысандарын таңдаудың негізі ретінде білім алушылардың психологиялық-педагогикалық және физиологиялық ерекшеліктеріне сүйенеді;</p> <p>3-модуль – білім алушылардың қозғалыс белсенділігін арттыруға бағытталған дене шынықтыруды оқытудың өзекті әдістері мен тәсілдерін қалыптастырады;</p> <p>4-модуль – бейімделген дене шынықтыруда дене жүктемесін дараландыру, түзету және саралау теориялық негіздерін, нозологиялық, жас, психофизикалық және функционалдық ерекшеліктерді ескере отырып жаттығулар мен қозғалыс тапсырмаларын іріктеу қағидаттарын ашады;</p> <p>5-модуль – дене шынықтыру білім беруінде қолданылатын денсаулықты сақтайтын және цифрлық технологияларды жүйелейді;</p> <p>6-модуль – кәсіби рефлексияны дамытуға, педагогикалық қызметті өзін-өзі бағалауға және дене шынықтыру мұғалімінің тұрақты кәсіби дамуына бағдарланған.</p>
<p>Оқу материалын меңгеруге арналған тапсырмалар</p>	<p>Оқу материалын меңгеруге арналған тапсырмалар практикаға бағытталған сипатта болады және жалпы әрі арнайы білім беру жүйесінде бейімделген дене шынықтырудың заманауи әдістері мен тәсілдерін қолдану біліктерін педагогтерде қалыптастыруға бағытталған.</p> <p>Бағдарлама аясында келесі тапсырма түрлері қолданылады:</p>

	<p>бейімделген дене шынықтыру бойынша өз сабақтарын және ерекше білім беру қажеттіліктері бар білім алушыларды оқытуға байланысты типтік педагогикалық жағдаяттарды талдау;</p> <p>колжетімді қозғалыс белсенділігін, негізгі дене қасиеттерін дамытуға, бұзылған функцияларды түзету мен өтеуге бағытталған тапсырмалар мен жаттығуларды әзірлеу;</p> <p>бейімделген дене шынықтыру бойынша практикаға бағытталған, ойын және түзете-дамыту тапсырмаларын жобалау;</p> <p>белсенді, интерактивті және сараланған оқыту әдістерін пайдалана отырып сабақ фрагменттерін модельдеу;</p> <p>авторлық бейімделген дене шынықтыру-білім беру тапсырмалары мен мини-жобаларды әзірлеу.</p> <p>Тапсырмалар Бағдарлама модульдері бойынша бөлінген және оқытудың логикалық сабақтастығын қамтамасыз етеді: бейімделген дене шынықтырудың теориялық негіздерін түсінуден бастап – оларды практикада қолдануға және педагогтердің кәсіби рефлексиясына дейін.</p>
<p>Өзін-өзі бағалау критерийлері</p>	<p>Өзін-өзі бағалау критерийлері</p> <p>Бейімделген дене шынықтыруды жүзеге асыратын педагогтердің саналы кәсіби өсуін қалыптастыру үшін Бағдарламада оқу нәтижелерін өзін-өзі бағалау жүйесі қарастырылған.</p> <p>Өзін-өзі бағалау төмендегі критерийлер негізінде жүзеге асырылады:</p> <p>бейімделген дене шынықтыруды іске асыру бойынша практикалық тапсырмаларды орындаудың толықтығы мен сапасы;</p> <p>әзірленген бейімделген дене шынықтыру-білім беру және түзете-дамыту материалдарының әдістемелік негізділігі;</p> <p>тапсырмалардың ерекше білім беру қажеттіліктері бар білім алушылардың жас, жеке, психологиялық-педагогикалық және физиологиялық ерекшеліктеріне сәйкестігі;</p>

	<p>қолжетімді қозғалыс белсенділігін, негізгі дене қасиеттерін дамытуға, бұзылған функцияларды түзету мен өтеуге арналған заманауи әдістер мен тәсілдерді қолдану қабілеті;</p> <p>бейімделген дене тәрбиесі саласындағы өз педагогикалық қызметін талдау және рефлексиялау деңгейі;</p> <p>әзірленген материалдар мен әдістемелік шешімдерді бейімделген дене шынықтыру практикасына енгізуге дайындық.</p> <p>Өзін-өзі бағалау чек-листер, рефлексивтік парақтар және талдамалық тапсырмалар арқылы жүргізіледі, қорытынды аттестацияға әсер етпейді және бейімделген дене шынықтыру педагогінің кәсіби дамуының құралы болып табылады.</p>
--	---

## **8. Оқу нәтижелерін бағалау**

### **8.1 Бағалаудың мақсаттары мен қағидаттары**

Бейімделген дене шынықтыруды жүзеге асыратын педагогтердің біліктілігін арттыру бағдарламасы аясында оқу нәтижелерін бағалау Бағдарлама мазмұнын меңгеру деңгейін объективті және жүйелі түрде тексеруге, сондай-ақ жалпы және арнайы білім беру жүйесінде бейімделген дене тәрбиесін тиімді ұйымдастыру үшін қажетті кәсіби, әдістемелік және цифрлық құзыреттердің қалыптасу деңгейін бағалауға бағытталған.

Бағалау жүйесі педагогтердің төмендегі қабілеттерін анықтауға бағдарланған:

бейімделген дене шынықтыруды іске асыруда заманауи тәсілдерді қолдану;

ерекше білім беру қажеттіліктері бар білім алушылардың қолжетімді қозғалыс белсенділігін, негізгі дене қасиеттерін дамыту және салауатты әрі белсенді өмір салты мәдениетін қалыптастыру;

білім алушылардың жас, жеке, психологиялық-педагогикалық және физиологиялық ерекшеліктерін ескере отырып, бейімделген дене шынықтыру-білім беру тапсырмалары мен сабақтарын жобалау;

бейімделген дене шынықтыруда белсенді, ойын, түзете-дамытуға бағытталған және практикаға бағдарланған оқыту әдістерін пайдалану;

бейімделген дене тәрбиесі үдерісінде қалыптастырушы бағалауды жүзеге асыру және сапалы педагогикалық кері байланысты қамтамасыз ету.

Бағалау кешенді әрі практикаға бағытталған сипатқа ие және тек теориялық білімді тексерумен шектелмей, тыңдаушылардың алған білімдері мен дағдыларын бейімделген дене шынықтыруды іске асырудың нақты педагогикалық тәжірибесінде қолдана алу біліктерін талдауға бағытталған.

Бағалаудың негізгі қағидаттары

Айқындылық пен объективтілік

Бағалау Бағдарламаның мақсаттары мен күтілетін оқу нәтижелерін көрсететін, алдын ала айқындалып, тыңдаушыларға жеткізілген нақты критерийлер негізінде жүзеге асырылады. Критерийлер барлық қатысушылар үшін бірыңғай болып табылады және нәтижелердің объективтілігі мен салыстырмалылығын қамтамасыз етеді.

Сараланған тәсіл

Бағалау педагогтердің жеке ерекшеліктерін, кәсіби тәжірибесін, әдістемелік дайындық деңгейін және білім беру қажеттіліктерін ескереді. Бағалау үдерісінде тыңдаушылардың кәсіби өсу динамикасына назар аударылады.

Үздіксіз кері байланыс

Бағалау педагогтердің кәсіби дамуын қолдауға, педагогикалық рефлексияны дамытуға және бейімделген дене шынықтыру білімінің сапасын арттыруға бағытталған тұрақты әрі конструктивті кері байланыспен қатар жүреді.

8.2 Бағалаудың негізгі әдістері мен нысандары

Оқу нәтижелерін бағалау әдістері мен нысандары

Бейімделген дене шынықтыруды жүзеге асыратын педагогтердің оқу нәтижелерін бағалау өзара байланысты әдістер мен нысандар кешенін қолдану арқылы жүзеге асырылады. Бұл кешен теориялық білімді, практикалық біліктерді және кәсіби құзыреттерді меңгеру деңгейін жан-жақты бағалауды қамтамасыз етеді.

Ағымдағы бағалау

Теориялық материалды меңгеруге арналған тапсырмалар

Ағымдағы бақылау аясында тыңдаушылар төмендегілерді түсіну деңгейін тексеруге бағытталған тесттік, талдамалық және жазбаша тапсырмаларды орындайды:

ерекше білім беру қажеттіліктері бар білім алушылардың бейімделген дене шынықтыруы мен дене тәрбиесіне қойылатын заманауи талаптар;

әртүрлі нозологиялық топтағы білім алушылардың дене дамуының, қозғалыс белсенділігінің және функционалдық мүмкіндіктерінің ерекшеліктері;

бейімделген дене шынықтырудағы қалыптастырушы бағалау қағидаттары;

белсенді, ойын және түзете-дамытуға бағытталған оқыту әдістері;

қауіпсіз және дамытушы білім беру ортасын құрудағы бейімделген дене шынықтыру педагогінің рөлі.

Практикалық тапсырмалар

Практикалық тапсырмалар педагогтердің кәсіби біліктерін бағалауға бағытталған және мыналарды қамтиды:

білім алушылардың қолжетімді қозғалыс белсенділігін, негізгі дене қасиеттерін дамытуға, бұзылған функцияларды түзету мен өтеуге арналған бейімделген тапсырмалар мен жаттығуларды әзірлеу;

бейімделген дене шынықтыру сабақтарының фрагменттерін жобалау;

дидактикалық, дене шынықтыру-білім беру және түзете-дамыту материалдарын әзірлеу;

білім алушылардың оқу жетістіктерін, қозғалыс белсенділігі деңгейін және дене дайындығын талдау, соның негізінде педагогикалық тұрғыдан негізделген шешімдерді таңдау;

бейімделген дене тәрбиесінде қалыптастырушы бағалау элементтері мен педагогикалық кері байланысты әзірлеу.

Топтық және жеке тапсырмалар

Бағалау жеке және топтық нысандарда жүргізіледі және төмендегілерді айқындауға бағытталған:

кәсіби өзара әрекеттестікке және командалық жұмысқа қабілеттілік;

бейімделген дене шынықтыру саласындағы әдістемелік шешімдерді талқылау, дәлелдеу және негіздеу біліктері;

жобалық қызмет барысында тыңдаушылардың дербестік, жауапкершілік және белсенділік деңгейі.

### 8.3 Бағалау критерийлері

Бағалау төмендегі критерийлер топтары негізінде жүзеге асырылады:

Теориялық дайындық

Бағаланады:

жалпы және арнайы білім беру жүйесінде бейімделген дене шынықтыруды іске асырудың заманауи тәсілдерін түсіну;

білім алушылардың қолжетімді қозғалыс белсенділігін, негізгі дене қасиеттерін дамытуға, сондай-ақ бұзылған функцияларды түзету мен өтеуге арналған әдістерді білу;

бейімделген дене шынықтырудағы қалыптастырушы бағалау қағидаттарын түсіну;

ерекше білім беру қажеттіліктері бар білім алушылардың дене дамуының жас, психологиялық-педагогикалық және физиологиялық ерекшеліктерін білу.

Практикалық біліктер

Бағаланады:

бейімделген дене шынықтыру бойынша сабақтар мен бейімделген тапсырмаларды жобалау білігі;

белсенді, ойын, түзете-дамытуға бағытталған және практикаға бағдарланған оқыту әдістерін қолдану қабілеті;

білім алушылардың жеке мүмкіндіктерін ескере отырып, дене шынықтыру-сауықтыру, түзету және оқу тапсырмаларын әзірлеу білігі;

бейімделген дене тәрбиесі саласындағы өз педагогикалық практикасын талдау және түзету қабілеті.

Әдістемелік және жобалық жұмыстардың сапасы

Бағаланады:

әзірленген бейімделген материалдардың әдістемелік негізділігі;

жұмыстар құрылымының логикалылығы және бейімделген дене тәрбиесінің қойылған мақсаттарына сәйкестігі;

әзірленген тапсырмалардың, жобалардың және әдістемелік шешімдердің практикада қолданылу мүмкіндігі;

ұсынылған жұмыстардың аяқталғандық, тұтастық және әдістемелік тұрғыдан дұрыстығы.

Дербестік және рефлексия

Бағаланады:

оқу және практикалық тапсырмаларды орындау барысындағы дербестік деңгейі;

жұмыстарды орындаудың белгіленген мерзімдерін сақтау;

кәсіби қызметке педагогикалық рефлексия және өзін-өзі бағалау жүргізу қабілеті;

бейімделген дене шынықтыру саласында әрі қарай кәсіби дамуға және құзыреттерді жетілдіруге дайындық.

8.4 Бағалау құралдары

Бағалау жүйесін жүзеге асыру үшін төмендегі құралдар қолданылады:

Тестілеу және сауалнама жүргізу

Қолданылады:

бейімделген дене шынықтыру саласындағы теориялық білімді меңгеру деңгейін бағалауға арналған диагностикалық және қорытынды тесттер;

тыңдаушылардың кәсіби қажеттіліктерін анықтау және олардың кәсіби даму динамикасын талдау мақсатындағы кері байланыс сауалнамалары.

Портфолио

Тыңдаушының жеке портфолиосы қалыптастырылады, оның құрамына мыналар кіреді:

орындалған оқу және практикалық тапсырмалар;

әдістемелік және бейімделген дене шынықтыру-білім беру әзірлемелері;

бейімделген дене шынықтыру бойынша жобалар мен материалдар;

педагогтің кәсіби өсуін көрсететін талдамалық және рефлексивтік материалдар.

Жобалық жұмыс және қорғау

Бағалау қорытынды әдістемелік жобаны қорғау нысанында жүзеге асырылады. Жоба мазмұнына мыналар кіруі мүмкін:

бейімделген дене шынықтыру сабағы;

бейімделген тапсырмалар мен жаттығулар жүйесі;

дене шынықтыру-сауықтыру немесе түзете-дамыту жобасы;

бейімделген дене шынықтыру саласындағы әдістемелік өнім.

Бағалау барысында жобалық қызметтің нәтижесімен қатар, оны орындау үдерісі де ескеріледі.

Онлайн-бағалау құралдары

Оқыту үдерісінде:

тапсырмаларды орындау, тестілеу және педагогикалық кері байланыс алу үшін цифрлық білім беру платформалары;

оқу нәтижелерін өзін-өзі бағалау мен рефлексиялауға арналған электрондық нысандар қолданылады.

Бағдарламаны меңгеру деңгейін айқындау және сынақ туралы шешім қабылдау кестесі

Бағдарламаны меңгеру деңгейі	Меңгеру нәтижелерінің сипаттамасы	Алған балдары	Қорытынды шешім
Жоғары деңгей	Тыңдаушы Бағдарламаның мазмұнын толық көлемде меңгерді, кәсіби құзыреттерінің қалыптасқанын көрсетті, дене шынықтыруды оқытудың заманауи әдістері мен технологияларын практикалық қызметінде қолдана алады.	85–100	Есептелді
Жеткілікті деңгей	Тыңдаушы Бағдарламаның негізгі мазмұнын меңгерді, кәсіби құзыреттерінің жеткілікті деңгейде қалыптасқанын көрсетті, қорытынды тапсырманы орындау барысында елеусіз кемшіліктерге жол берді.	70–84	Есептелді
Жеткіліксіз деңгей	Тыңдаушы кәсіби құзыреттердің қажетті деңгейде қалыптасқанын көрсете алмады, қорытынды тапсырма ішінара орындалған немесе елеулі әдістемелік қателіктермен орындалған.	менее 70	Есептелмеді

## 9. Курстан кейінгі сүйемелдеу

Бейімделген дене шынықтыруды жүзеге асыратын педагогтердің біліктілігін арттыруға арналған білім беру бағдарламасы тыңдаушыларына курстан кейінгі сүйемелдеу — оқыту аяқталғаннан кейін педагогтердің кәсіби құзыреттерін қолдауға және дамытуға бағытталған ұйымдастырушылық, әдістемелік және консультациялық іс-шаралар жүйесін білдіреді.

Курстан кейінгі сүйемелдеу педагогтердің үздіксіз кәсіби дамуына, сондай-ақ жалпы және арнайы білім беру жүйесінде ерекше білім беру қажеттіліктері бар білім алушылардың қолжетімді қозғалыс белсенділігін, негізгі дене қасиеттерін дамытуға, бұзылған функцияларды түзету мен өтеуге және салауатты әрі белсенді өмір салты мәдениетін қалыптастыруға бағытталған бейімделген дене шынықтырудың заманауи әдістері мен технологияларын практикада енгізуге бағдарланған.

Курстан кейінгі сүйемелдеудің мақсаттары

Курстан кейінгі сүйемелдеу төмендегілерге бағытталған:

педагогтердің меңгерген білімдерін, біліктері мен әдістемелік тәсілдерін бейімделген дене шынықтыруды жүзеге асыру практикасына тұрақты түрде қолдануын қолдау;

бейімделген дене тәрбиесінің заманауи әдістері мен технологияларын енгізу барысында туындайтын кәсіби және әдістемелік қиындықтарды еңсеруге жәрдемдесу;

кәсіби қарым-қатынасқа, тәжірибе алмасуға және бейімделген дене шынықтырудың тиімді практикаларын таратуға жағдай жасау;

бейімделген дене шынықтыруды жүзеге асыратын педагогтердің педагогикалық рефлексиясын және саналы кәсіби өсуін дамыту.

Курстан кейінгі сүйемелдеу төмендегі форматтарда жүзеге асырылады:

қашықтан (онлайн) формат — вебинарлар, онлайн-консультациялар, виртуалды дөңгелек үстелдер, дене шынықтыру білімі мәселелері бойынша әдістемелік семинарлар;

аралас (очно-қашықтан) формат — онлайн-коммуникацияны қолдана отырып өткізілетін мерзімді бетпе-бет кездесулер, әдістемелік семинарлар мен тренингтер;

цифрлық формат — дене шынықтыру саласындағы білім беру онлайн-платформаларын, кәсіби қауымдастықтарды және цифрлық ресурстарды пайдалану.

Курстан кейінгі сүйемелдеудің формалары мен әдістері

1. Консультация беру және әдістемелік қолдау

бағдарламаның оқытушылары мен сарапшылары тарапынан бейімделген дене шынықтыруды іске асыру мәселелері бойынша педагогтерге арналған жеке және топтық онлайн-консультациялар;

әзірленген бейімделген дене шынықтыру-білім беру, түзете-дамыту тапсырмалары мен жобаларын бейімделген дене тәрбиесі практикасына енгізуді әдістемелік сүйемелдеу;

ерекше білім беру қажеттіліктері бар білім алушылармен жұмыс барысында туындайтын кәсіби және әдістемелік қиындықтарды талдау және педагогикалық тұрғыдан негізделген шешімдерді бірлесе іздестіру.

2. Вебинарлар мен мастер-класстар өткізу

ерекше білім беру қажеттіліктері бар білім алушылардың қолжетімді қозғалыс белсенділігін, негізгі дене қасиеттерін дамытуға, бұзылған функцияларды түзету мен өтеуге арналған тақырыптық вебинарлар;

бейімделген дене шынықтыруда белсенді, ойын, денсаулықты сақтайтын және цифрлық оқыту әдістерін практикада қолдану бойынша мастер-класстар;

жалпы және арнайы білім беру жүйесінде бейімделген дене шынықтыруды іске асырудың табысты педагогикалық тәжірибелерін талдау және практикалық кейстерді қарастыру.

3. Кәсіби онлайн-платформалар мен қауымдастықтар

тәжірибе және әдістемелік материалдар алмасу мақсатында цифрлық платформада бейімделген дене шынықтыру педагогтерінің кәсіби қауымдастығын ұйымдастыру;

әдістемелік әзірлемелердің, авторлық бейімделген дене шынықтыру-білім беру тапсырмалары мен жобаларының электрондық базасын орналастыру және жаңарту;

педагогтердің кәсіби өзара әрекеттестігі мен желілік ынтымақтастығын қолдау.

4. Кәсіби іс-шаралар және тәжірибе алмасу

бейімделген дене шынықтыруды іске асыру мәселелері бойынша Бағдарлама

түлектерінің қатысуымен дөңгелек үстелдер, әдістемелік семинарлар және педагогикалық кездесулер өткізу;

жалпы және арнайы білім беру жүйесінде бейімделген дене тәрбиесінің өзекті мәселелері мен даму перспективаларын талқылауға бағытталған кәсіби пікірталастар мен практикаға бағдарланған іс-шараларды ұйымдастыру;

әдістемелік әзірлемелердің, бейімделген дене шынықтыру-білім беру және түзете-дамыту жобаларының байқауларын өткізу.

#### 5. Мониторинг және кері байланыс

курстан кейінгі сүйемелдеудің тиімділігін және бейімделген дене шынықтыру әдістерінің білім беру практикасына енгізілу деңгейін бағалау мақсатында Бағдарлама түлектеріне тұрақты сауалнамалар мен сұрау салулар жүргізу;

бейімделген дене шынықтырудың заманауи әдістері мен технологияларын қолдану барысындағы кәсіби қиындықтар мен табысты тәжірибелер туралы кері байланысты жинау, талдау және қорытындылау;

бейімделген дене шынықтыруды жүзеге асыратын педагогтердің анықталған кәсіби қажеттіліктерін ескере отырып, курстан кейінгі сүйемелдеудің формалары, әдістері мен мазмұнын түзету.

#### Курстан кейінгі сүйемелдеудің ұзақтығы

Курстан кейінгі сүйемелдеу біліктілікті арттыру бағдарламасы аяқталғаннан кейін 6–12 ай аралығында жүзеге асырылады. Бұл кезең бейімделген дене шынықтыруды іске асыратын педагогтерге:

бейімделген дене шынықтырудың жаңа әдістері, тәсілдері мен технологияларын практикада қолдануға бейімделуге;

меңгерілген тәсілдерді білім беру практикасына енгізу барысында уақтылы әдістемелік және консультациялық қолдау алуға;

ерекше білім беру қажеттіліктері бар білім алушылармен нақты педагогикалық қызмет барысында игерілген кәсіби құзыреттерді бекітуге және кеңейтуге мүмкіндік береді.

#### Қорытынды сипаттама

Жақсы ойластырылған курстан кейінгі сүйемелдеу жүйесі оқыту нәтижелерінің тұрақтылығын қамтамасыз етеді, бейімделген дене шынықтыру білімінің сапасын арттыруға ықпал етеді және бейімделген дене шынықтыруды жүзеге асыратын педагогтердің ұзақ мерзімді кәсіби өсуіне жағдай жасайды.

Курстан кейінгі сүйемелдеуді іске асыру алынған кәсіби, әдістемелік және цифрлық құзыреттерді бекітуге және практикада қолдануға, педагогикалық рефлексияны дамытуға, сондай-ақ ерекше білім беру қажеттіліктері бар білім алушыларды бейімделген дене тәрбиесі саласындағы педагогтердің әдістемелік қызметін жетілдіруге бағытталған.

### 10. Негізгі және қосымша әдебиеттер тізімі

#### Заңдар және нормативтік-құқықтық актілер

##### 1. Қазақстан Республикасының Конституциясы.

<https://adilet.zan.kz/rus/docs/K950001000>

2. «Білім туралы» Қазақстан Республикасының 2007 жылғы 27 шілдедегі № 319-III Заңы. <https://adilet.zan.kz/rus/docs/Z070000319>

3. «Бастауыш, негізгі орта және жалпы орта білім беру деңгейлерінің жалпы білім беретін пәндері мен таңдау курстары бойынша үлгілік оқу бағдарламаларын бекіту туралы» Қазақстан Республикасы Оқу-ағарту министрінің 2022 жылғы 16 қыркүйектегі № 399 бұйрығы. <https://adilet.zan.kz/rus/docs/V2200029767>

4. «Педагогтердің біліктілігін арттыру курстарын ұйымдастыру және өткізу, сондай-ақ педагог қызметін курстан кейінгі сүйемелдеу қағидаларын бекіту туралы» Қазақстан Республикасы Білім және ғылым министрінің 2016 жылғы 28 қаңтардағы № 95 бұйрығы. <https://adilet.zan.kz/rus/docs/V1600013395>

5. «Білім беру ұйымдары педагогтеріне арналған кәсіби стандарттарды бекіту туралы» Қазақстан Республикасы Оқу-ағарту министрінің 2025 жылғы 24 ақпандағы № 31 бұйрығы. <https://adilet.zan.kz/rus/docs/G25HP000031>

6. «Мектепке дейінгі, орта, техникалық және кәсіптік, орта білімнен кейінгі білім беру, сондай-ақ қосымша білім беру ұйымдарының тиісті түрлері мен типтерінің қызметінің үлгілік қағидастарын бекіту туралы» Қазақстан Республикасы Білім министрінің 2022 жылғы 31 тамыздағы № 385 бұйрығы. <https://adilet.zan.kz/rus/docs/V2200029031>

7. «Мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың, бастауыш, негізгі орта және жалпы орта, техникалық және кәсіптік, орта білімнен кейінгі білім берудің мемлекеттік жалпыға міндетті стандарттарын бекіту туралы» Қазақстан Республикасы Оқу-ағарту министрінің 2022 жылғы 3 тамыздағы №348 бұйрығы. <https://adilet.zan.kz/rus/docs/V2200029031>

8. «Қазақстан Республикасында мектепке дейінгі, орта, техникалық және кәсіптік білім беруді дамытудың 2023–2029 жылдарға арналған тұжырымдамасын бекіту туралы» Қазақстан Республикасы Үкіметінің 2023 жылғы 28 наурыздағы № 249 қаулысы. <https://adilet.zan.kz/rus/docs/P2300000249>

9. «2024–2029 жылдарға арналған жасанды интеллектті дамыту тұжырымдамасын бекіту туралы» Қазақстан Республикасы Үкіметінің 2024 жылғы 24 шілдедегі №592 қаулысы. <https://adilet.zan.kz/rus/docs/P2400000592>

10. Қазақстан Республикасы Оқу-ағарту министрлігінің ресми сайты ([www.edu.gov.kz](http://www.edu.gov.kz))

### **Негізгі әдебиеттер**

1. Абиькасымова А.Е. Педагогика және оқыту әдістемесі: теориясы мен практикасы. – Алматы: Білім, 2020. – 312 б.

2. Құдайбергенова К.С. Қазіргі білім берудегі құзыреттілік тәсіл. – Алматы: Өрлеу, 2021. – 256 б.

3. Тұрғынбаева Б.А. Білім беру үдерісінде білім алушылардың дене және тұлғалық қасиеттерін дамыту. – Алматы: Мектеп, 2021. – 198 б.

4. Мұхамеджанова Т.М. Білім алушылардың дене дамуы мен қозғалыс белсенділігінің психологиясы. – Алматы: Білім, 2020. – 176 б.

5. Сманов А.К. Жалпы білім беру жүйесінде дене шынықтыруды оқыту әдістемесі. – Алматы: Мектеп, 2020. – 224 б.

6. Сейталиев А.С. Дене шынықтыру құралдары арқылы білім алушылардың функционалдық сауаттылығын қалыптастыру. – Алматы: Өрлеу, 2021. – 210 б.

7. Бектаева К.Б. «Дене шынықтыру» пәні бойынша білім беру үдерісін ұйымдастыру. – Алматы: Мектеп, 2022. – 240 б.

8. Алимкулова Г.К. Дене шынықтыруды оқытудағы белсенді және интерактивті әдістер. – Алматы: Білім, 2020. – 180 б.

9. Евсеев С.П. Бейімделген дене тәрбиесі: оқулық. – Мәскеу: Кеңес спорты, 2016. – 584 б.

10. Евсеев С.П. Бейімделген дене тәрбиесінің теориясы мен ұйымдастырылуы. – Мәскеу: Спорт, 2019. – 368 б.

11. Бальсевич В.К. Барлығы үшін және әрбір адамға арналған дене тәрбиесі. – Мәскеу: Дене тәрбиесі және спорт, 2018. – 192 б.

12. Лях В.И. Дене тәрбиесінің теориясы мен әдістемесі. – Мәскеу: Ағарту, 2020. – 320 б.

### **Қосымша әдебиеттер**

1. Төлегенова С.Ж. Білім беру үдерісінде білім алушылардың қозғалыс белсенділігі мен дене мәдениетін дамыту. – Алматы: Рауан, 2021. – 168 б.

2. Қалиева А.М. Жалпы білім беру жүйесінде дене шынықтыруды оқытудың заманауи әдістемесі. – Алматы: Мектеп, 2022. – 260 б.

3. Ермекова Г.Ж. Дене шынықтыру мұғалімінің кәсіби құзыреттілігі. – Алматы: Өрлеу, 2021. – 200 б.

4. Асмолов А.Г. Дене тәрбиесі үдерісінде әмбебап оқу әрекеттерін қалыптастыру. – Мәскеу: Просвещение, 2021. – 176 б.

5. Кларин М.В. Дене шынықтыру-сауықтыру біліміндегі инновациялық оқыту модельдері. – Мәскеу: Юрайт, 2020. – 192 б.

6. Селевко Г.К. Дене тәрбиесіндегі заманауи білім беру технологиялары. – Мәскеу: Народное образование, 2021. – 256 б.

7. Поливанова К.Н. Білім алушылардың жас ерекшелік психологиясы және дене дамуы. – Мәскеу: Юрайт, 2020. – 208 б.

8. Загвязинский В.И. Дене шынықтыру білім беру жүйесіндегі оқыту мен тәрбиелеу теориясы. – Мәскеу: Академия, 2021. – 320 б.

9. Шапкова Л.В. Бейімделген дене тәрбиесінің жеке әдістемелері. – Мәскеу: Кеңес спорты, 2017. – 464 б.

10. Дмитриев А.А. Арнайы білім берудегі дене тәрбиесі. – Мәскеу: Академия, 2018. – 256 б.

11. Block M.E. Бейімделген дене тәрбиесі бойынша мұғалімге арналған нұсқаулық. – Балтимор: Paul H. Brookes, 2016.

12. Лебединский В.В. Балалардың психикалық дамуындағы бұзылыстар. – Мәскеу: Академия, 2017. – 304 б.

13. Виктор Иванович Дубровский. Емдік дене тәрбиесі. – Мәскеу: Владос, 2019. – 608 б.

14. Елифанов В.А. Емдік дене тәрбиесі және массаж. – Мәскеу: ГЭОТАР-Медиа, 2020. – 528 б.