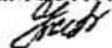


КОСТАНАЙ ОБЛЫСЫ ӘКІМДІГІ БІЛІМ БАСҚАРМАСЫНЫҢ
«КОСТАНАЙ ЖОҒАРЫ ПОЛИТЕХНИКАЛЫҚ КОЛЛЕДЖІ» КМҚК
КГКП «КОСТАНАЙСКИЙ ПОЛИТЕХНИЧЕСКИЙ ВЫСШИЙ КОЛЛЕДЖ»
УПРАВЛЕНИЯ ОБРАЗОВАНИЯ АКИМАТА КОСТАНАЙСКОЙ ОБЛАСТИ

КЕЛІСІЛДІ/СОГЛАСОВАНО

Директордың ӨӘЖ орынбасары
Заместитель директора по УМР

 Каипбаева Ж.Ш.

колы/подпись

Т.А.Ә./Ф.И.О.

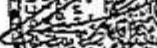
«13» 04

2022 ж./г.

БЕЖІМЕН/УТВЕРЖДАЮ

Колледж директоры/

Директор колледжа:

 Каткенов К.А.

колы/подпись Т.А.Ә./Ф.И.О.

2022 ж./г.



Дене тәрбиесі және АӘТД
кафедрасының пәндік онкүндігін өткізу
ЖОСПАРЫ/
ПЛАН
проведения предметной декады кафедры
физической культуры и НВТП

« 18 » апреля - « 28 » апреля 2022 ж./г.

Костанай 2022 г.

№	Открытый курс/ дата проведения	Наименование мероприятия	Модуль, предмет	Открытый/ закрытый/ место/ оры/ проведения	Категория/ участники	Организатор/ ответственные за выполнение
1.	18.04.22	Открытие лекции				Хусаннинова А.Т.
2.	18.04.22	Профориентационный турнир по волейболу.	Физическая культура	Большой спортзал	Школьники	Преподаватели физической культуры.
3.	20.04.22	Соревнование по бразильской борьбе.	НБ и ТП	Большой спортзал	I курсы	Фатхудинов Р.Р., Нурканов М.К.
4.	20.04.22	Товарищеский турнир по настольному теннису.	Физическая культура	Большой спортзал	Преподаватели.	Щербак В.В.
5.	20.04.22	Тренинг «Конфликты и его решения»	Самообразование	317	ТЗ-27	Сабанова А.Ж., Абдикаримова А.С.
6.	20.04.22	Бейне сабак «Компьютер»	Химия	317	ХП-21	Шингелбаева Р.ИИ.
7.	21.04.22	Открытый урок по биологии на тему «Способы улучшения сельскохозяйственных растений и животных с помощью методов селекции»	Биология	304	Б-1	Хусаннинова А.Т.
8.	22.04.22	Открытый урок «Семейные роли личности»	Самообразование	304	ХП-22	Сабанова А.Ж.
9.	22.04.22	Военно-спортивная эстафета.	НБ и ТП	Большой спортзал	I курсы	Фатхудинов Р.Р., Нурканов М.К.
10.	22.04.22	Открытый урок по химии «Извлечение органических веществ»	Химия	304	ХП-22	Мухтарова Л.ИИ.
11.	21.04.22.	Видеурок на тему «Иррациональный выбор на жизненном пути»	Самообразование	304	ПО-2	Пушкарева А.В.
12.	26.04.22	Ашык сабак «Доплы жогардан беру»	Дене тарбияси	Большой зал	ДС-19	Койинбек И.К.
13.	26.04.22	Ашык сабак «Доплы жогардан жана толенинен еки колмен беру техникасын үйрөтү»	Дене тарбияси	Большой зал	ПО-1	Жоломанов М.М.
14.	21.04.22	Открытый урок по физической культуре «Соревнование по передаче мяча»	Физическая культура	Большой зал	ДС-18	Щербак В.В.

15.	21.04.22	11 ⁴⁰	Открытый урок по физической культуре «Передача мяча, способы передачи, броски мяча в кольцо»	Физическая культура	Большой зал	Э-12	Петрущенко В.И.
16.	25.04.22	13 ³⁰	Открытый урок по физической культуре «Обучение техники верхней и нижней подачи мяча»	Физическая культура	Спортзал	ЭС-20	Уразов Д.Б.
17.	25.04.22	13 ⁰⁰	Тренинг «Техники для проработки эмоционального выгорания»	Психология	304	Преподаватели	Сабанова А.Ж Абдикаримова А.С.
18.	28.04.22	15 ⁰⁰	Областной турнир по волейболу	Физическая культура	Спортзал	Преподаватели колледжей.	Шишкин В.В.

Кафедра отырысында карастырылды/

Рассмотрено на заседании кафедры

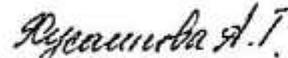
2022 ж. « 10 » 02 № 4 хаттама/

Протокол № 4 от « 10 » 02 2022 г.

Кафедра менеджменті/

Заведующий кафедрой

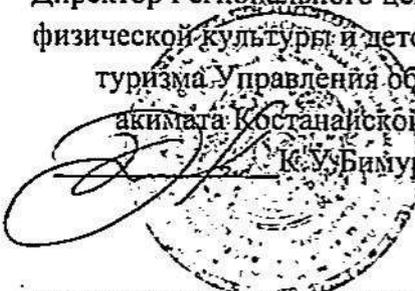

колы/подпись



Т.А.Ә./ Ф.И.О.

Согласовано:

Директор Регионального центра
физической культуры и детско-юношеского
туризма Управления образования
акимата Костанайской области
К.У.Бимурзин.



Утверждаю:

Директор Костанайского
политехнического высшего колледжа
К.А.Каткенов

ПОЛОЖЕНИЕ

**о проведении турнира по волейболу среди учебных заведений Костанайской области
«Кубок директора Костанайского политехнического высшего колледжа»**

Цели и задачи:

Популяризация волейбола.

Пропаганда здорового образа жизни.

Профориентация учащихся школ Костанайской области.

Укрепление дружественных связей между учебными заведениями.

Подготовка сборных команд для участия в соревнованиях

Время и место проведения:

Соревнования проводятся 16 апреля 2022 года в 10:00 часов в спортивном зале
Костанайского политехнического высшего колледжа по адресу: г.Костанай
пр-т Кобланды батыра 3.

Руководство проведением:

Общее руководство подготовкой и проведением соревнований осуществляет коллектив
физической культуры Костанайского политехнического высшего колледжа.

Участники соревнований:

К участию в соревнованиях приглашаются сборные команды девушек
общеобразовательных школ Костанайской области. Состав команды 10 участниц +
тренер-представитель.

Условия проведения турнира:

Турнир проводится по официальным правилам волейбола. Заявки заверенные
руководителем учебного заведения и медицинским работником о допуске игроков
предоставляются при прибытии на турнир.

Награждение:

Команда занявшая первое место награждается кубком, второе и третье место почетными
грамматами. Лучшие игроки в номинациях награждаются почетными грамотами и ценными
призами.

Данное положение является официальным приглашением на турнир.

Контактный телефон 87777959868 Шишкин Владимир Викторович



УТВЕРЖДАЮ

Заместитель директора

по воспитательной работе

Дюсекеева Л.К.

«20» апреля 2022 года



ПОЛОЖЕНИЕ

конкурса по гражданской обороне.

1. ОБЩЕЕ ПОЛОЖЕНИЕ

Проводится в рамках реализации программы «Рухани жаңғыру» и недели ЦМК физкультуры и НВиТП. Конкурс проводится среди студентов первого курса. Настоящее Положение определяет порядок проведения, содержания, требования к участникам конкурса, который проводится 20 апреля 2022 года в Костанайском политехническом высшем колледже.

2. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ

- создание условий для патриотического и духовно-нравственного воспитания молодежи;
- развитие военно-прикладного спорта среди студентов колледжа;
- повышение имиджа Вооруженных Сил Республики Казахстан, пропаганда воинской службы, здорового образа жизни и активного отдыха, содействие начальной военной и технологической подготовке;
- формирование активной жизненной позиции у молодежи.

3. ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ КОНКУРСА

- 3.1. Проведение конкурса запланировано 20 апреля 2022 года.
- 3.2. Место проведения: актовый зал колледжа.
- 3.3. Организаторы конкурса преподаватели - организаторы НВиТП.

4. УЧАСТНИКИ КОНКУРСА

- 4.1. В конкурсе принимают участие студенты 1 – ого курса.
- 4.2. Состав команды: 4 человека.
- 4.4. Экипировка команд:
 - форма одежды спортивная, ремень (для выполнения норматива по одеванию ОЗК в виде плаща).

5. УСЛОВИЯ ПРОВЕДЕНИЯ КОНКУРСА

Конкурс проводится по четырём направлениям (этапам):

1 этап - Викторина, 2 этап-выполнение нормативов № 1 (одевание противогаза), 3 этап- норматив №4А одевание общевойскового комплекта в «виде плаща», 4 этап – норматив №5 одевание защитного костюма Л-1. Каждой команде вручается «маршрутные листы». Согласно «маршрутного листа» проходят четыре этапа конкурса.

114

5.1. Викторина. Команда отвечает на вопросы викторины по разделу НВиТП «Гражданская оборона» (10 вопросов). Каждый вопрос оценивается в 1 балл.

5.2. Одевание противогаза.

Порядок и условия выполнения норматива №1.

Противогазы находятся в походном положении. Надевания противогаза по команде «Газы» выполняется в следующем порядке:

- необходимо закрыть глаза, задержать дыхание;
- взять за утолщённые края маску таким образом, чтобы большие пальцы были снаружи, остальные находились внутри; расположить нижнюю часть маски под подбородком, затем резким движением вверх и назад натянуть маску на голову, так чтобы очки находились против глаз, и не было складок на маске;
- после этого необходимо устранить перекося, складки, сделать полный выдох, затем открыть глаза, восстановить дыхание.

Штрафные очки добавляются за ошибки:

- при надевании противогаза не закрыты глаза;
- не задержано дыхание при надевании и не сделан выдох после надевания противогаза;
- маска нацета с недопустимым перекосям;
- в результате надевания противогаза образованы складки, которые позволяют внешнему воздуху проникать под маску. Каждое Штрафное очко 2 секунды времени.

5.3. Порядок надевания ОЗК «в виде плаща».

Надевание ОЗК (плащ в рукава), проводят по команде «Плащ в рукава, чулки, перчатки надеть, газы!»

Положить ОЗК на землю, оставляя на себе противогаз в походном положении, накинуть плащ. Надеть защитные чулки, застегнуть хлястики, начиная с нижних и завязать обе тесьмы на пояском ремне.

Надеть противогаз. Накинуть капюшон на голову и застегнуть борта плаща, оставляя противогазовую сумку под плащом. Надеть перчатки.

Надеть петли рукавов на большие пальцы кистей рук поверх перчаток. Выполнив норматив, подать установленный сигнал.

Штрафные очки добавляются за ошибки:

Переворачивание ленты на чулке. Закрепление веревки чулок на обводной веревке противогаза (необходимо закрепление узлом на поясе, либо на бретельке пояса). Не застегнутые шпеньки. Неправильное надевание чулок (перепутаны правый и левый). Петли плаща не одеты на большие пальцы. Не надет капюшон.

Каждое Штрафное очко 5 секунд времени.

5.4. Одевание защитного костюма Л-1.

Защитная одежда в сложенном виде находится около обучаемых.

По команде «Защитную одежду (Л-1) надеть, Газы» Обучаемые надевают легкие защитные костюмы (Л-1) и противогазы.

- надеть брюки с чулками, застегнуть хлястики;
- перекинуть лямки брюк через плечи накрест и пристегнуть их к брюкам;

- надеть рубашу и откинуть капюшон за голову, а шейный клапан подбрать под рубашу;
- застегнуть на шпенок промежуточный хлястик рубашки;
- надеть противогазную сумку;
- перевести противогаз в «боевое» положение, надеть подшлемник и капюшон;
- тщательно расправить рубашу на груди и под подбородком;
- обернуть вокруг шеи шейный клапан и застегнуть его;
- надеть защитные перчатки, обхватив резинкой запястья рук, надеть петли рукавов на большие пальцы рук. Выполнив норматив, подать установленный сигнал.

Штрафные очки добавляются за ошибки:

- шейный клапан не застегнут или не опущены рукава поверх перчаток;
- при надевании повреждены средства защиты;
- допущены ошибки, определяющие оценку «неудовлетворительно» при надевании противогаза (норматив №1).

Каждое Штрафное очко 5 секунд времени.

6. ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ, НАГРАЖДЕНИЕ ПОБЕДИТЕЛЕЙ

По итогам конкурса определяются три общекомандных места.

Призеры награждаются грамотами колледжа.

7. СОСТАВ ЖЮРИ И СУДЕЙСТВА

Состав жюри: начальник службы безопасности колледжа, медицинская сестра колледжа, заведующая кафедры физкультуры НВ и ТП. Состав судейства: преподаватели – организаторы НВ и ТП и воспитанники кружка «Жас Сарбаз».

Преподаватель - организатор НВ и ТП



Нурканов М.К.



Қазақстан Республикасының білім және ғылым
Министретво образования и науки Респу...
Қостанай облысы әкімдігінің білім басқармасы
КМҚК «Қостанай жоғары политехникалық колледжі»
КГКН «Қостанайский политехнический институт»
Управления образования акимата Костанайской области

КЕЛІСІЛДІ/СОГЛАСОВАНО
Директор/Заместитель
орынбасары/орынбасары
...ора по УМР
...К.Ш
« 10 »
2022 ж.



БЕКТЕМІНІЗ Б. Б.
Директор/Заместитель
...
« 10 »



САБАҚТАҢ ТЫС ІС-ШАРАЛАР
ӘДІСТЕМЕЛІК ӘЗІРЛЕУ АЖАСТ
МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА
ВНЕКЛАССНОГО МЕРОПРИЯТИЯ

Дисциплина: Психология
Тақырып/Тема: Конфликты и пути их разрешения
Топ/Группа: ТЗ-27
Мамандық/Специальность: 07211200 «Әлеуметтік жұмыс және
и комбикормовое производство»
Әзірлеген оқытушы/Разработал преподаватель: Сабанова А.С.
Абдиқаримова А.С.

Кафедра отырысында талқыланды
№ 4 хаттаманың № 16 12
Рассмотрено на заседании
Протокол № 4 от 16 12

Конфликты и пути их разрешения

сабак такырыбы/тема тренинга

Модуль/пән атауы/Наименование модуля/дисциплины Психология
Дайындаган педагог/Подготовил педагог Сабанова Айгуль Жамаловна
Абдикаримова Айнур Сапырбеккызы

2021 жылгы « 20 » 04 / « 20 » 04 2022 года

1. Жалпы мәліметтер/Общие сведения

Курс, оқу жылы, топ/Курс, группы ТЗ-27

2. Мақсаты, міндеттер/Цели, задачи

Тренинг мақсаттары/Цели тренинга: исследование конфликтов, причины их возникновения и способов их разрешения.

Задачи:

- познакомить обучающихся с понятием «конфликт», его составными частями;
- ознакомление обучающихся с различными стилями разрешения конфликтных ситуаций;
- применение навыков конструктивного разрешения конфликтов;
- развить у обучающихся способность к выработке собственных способов эффективной коммуникации.

Көрнекі құралдар/Оборудование:

2.1 Тренинг барысында білім алушылар игеретін кәсіби білімдер тізбесі/Перечень профессиональных умений, которыми владеют обучающиеся в процессе тренинга: Развивать навыки самостоятельного разрешения конфликтов, оценивать процесс и анализировать свой вклад в него.

3. Тренинг жабдықтау/Оснащение тренинга

3.1 Техникалық құралдар, материалдар/Техническое оснащение, материалы: интерактивная доска, презентация, ватман, фломастеры, маркеры, медиафайл

4. Тренинг барысы/Ход тренинга

Тема сегодняшнего тренинга «Конфликты и пути их разрешения».

Цели тренинга: исследования конфликтов, причины их возникновения и способов их разрешения.

Задачи:

- познакомить учащихся с понятием «конфликт», его составными частями;
- ознакомление учащихся с различными стилями разрешения конфликтных ситуаций;
- применение навыков конструктивного разрешения конфликтов;
- развить у учащихся способность к выработке собственных способов эффективной коммуникации.

Участники: 1 курс

Количество участников: группа по 15-20 человек.
Условия проведения: аудитория со свободной зоной.

Организационный момент. Позитивный настрой

В начале тренинга психолог задает ситуацию-провокацию. Двое выходят 2 учащихся. Им дается игровое задание: быстро и красиво нарисовать здание. Учащиеся начинают рисовать. Психолог останавливает игру, чтобы начать все сначала, потому что учащиеся допустили ошибку. Он останавливает игру несколько раз, перебивает учащихся и выдвигает новые и новые претензии: здание должно быть объемным, а крыша – современная и т.д. Затем психолог дает возможность закончить рисунок. После чего он сообщает, что все равно художники не успели выполнить задание, например, нарисовали жилой дом, а надо было сделать. Поэтому победителей в игре нет.

- Вам понравилась такая игра?
- Уч-ся после выполнения задания расстроены.
- Почему?
- Что произошло в данной ситуации? (конфликт)
- Почему рисунок не получился? (комментарии уч-ся: плохо объяснили, не поняли и т.д.)
- Что не было сделано до начала работы? (не обговорили задание до выполнения рисунка)
- Можно было избежать конфликта? (можно)
- Как? (ответы студентов)

Колледж – это пространство, где каждый день встречаетесь сотни – детей и взрослых. Немудрено, что в их совместной деятельности возникает множество конфликтных ситуаций. Целью нашего сегодняшнего занятия будут «конфликты» и то, как их нужно правильно разрешать. У нас здесь научиться вести себя так, чтобы конфликтов в жизни стало меньше. Начала давайте сыграем в игру:

Упражнение «5 упражнений»

Физические и психологические упражнения для поднятия настроения.

1. Походите. Когда мы подавлены, то негативные эмоции «придавливают» нас к земле. Ни о какой упругой походке и речи не идет, мы просто волочим ноги по земле, шаркая обувью. Чтобы преодолеть это состояние походите на цыпочках несколько минут. В это время старайтесь натянуть струну, словно вы стремитесь взлететь вверх.
2. Попрыгайте. Это упражнение многим известно еще со школьных лет. Вам необходимо стать, поставив ноги вместе и сцепив руки в замок. Руки по швам. Из этого положения совершите прыжок, во время которого одновременно разведите ноги шире плечи и сделайте руками хлопок над головой.

головой, а затем вернитесь в исходное положение. Пятнадцать-двадцать повторов помогут вам разогнать кровь и почувствовать прилив энергии.

3. Станьте суперменом. Вы заметили, что супергерои так и держатся. Их поза всегда излучает максимальную уверенность. В каждом упражнении вам надо почувствовать себя суперменом. Встаньте в устойчивую позу, выпрямите спину и расправьте грудь. Можете еще и пояс поставить на пояс для усиления эффекта, а также включить бодрую и вдохновляющую музыку.

4. Празднуйте. Поднимите руки вверх так, словно вы только что выиграли, не позволяйте им безвольно висеть. Вам может казаться это странным, поэтому найдите повод. Вы можете отпраздновать, что вы здоровы, что у вас есть друзья и семья, любимая работа или просто что это солнечный день и прекрасная погода. Повод для радости найдется всегда.

5. Улыбайтесь. Прямо вот станьте и улыбайтесь. Мозг начнет думать, что у вас действительно есть для этого повод и послать соответствующие сигналы. И через несколько минут вы поймете, что действительно чувствуете себя лучше.

Психолог: тренинг посвящен способам эффективного общения. Многие дети просто не научены мирно решать конфликты. Причиной конфликтов между подростками становится их нервозность, неспособность выдерживать напряжение, привычка к агрессии.

Уточнение понятия "конфликт", "конфликтная ситуация", поиск причин конфликтов, освоение навыков конструктивного разрешения конфликтов - таково содержание тренинга.

Основная часть

А теперь давайте поговорим о том, что же такое конфликт.

Конфликт — это такое отношение между субъектами во время взаимодействия, которое характеризуется их противоположно направленными мотивами (потребностями, идеями, идеалами, идеями, идеалами, идеями, идеалами) или суждений (мнений, взглядов, оценок).

Упражнение «Салфетка»

Существуют разные способы выхода из конфликта.

В ходе этой игры мы рассмотрим некоторые из них. Разделимся на группы. Раздать задания (скачать и распечатать типичные конфликтные ситуации).

Вывод психолога Получились разные узоры. Если внимательно присмотреться можно найти похожие творения. Если мы не встретим, хотя инструкция звучало для всех одинаково.

Так происходит и с людьми. Общаясь друг с другом, передавая информацию по-разному, что ведет к непониманию друг друга, напряжению в отношениях, а значит возникает опасность конфликта. Давайте разберем простые действия для выхода из конфликтной ситуации.

Мини-лекция

Техника «Я-высказывания» — эффективный приём, позволяющий снизить и смягчающий эмоциональное напряжение и предупреждающий возникновение конфликтных ситуаций.

Вывод : слова , что говоришь и как говоришь играют огромную роль в восприятии информации

Любой человек так же сложен, интересен, глубок , как и вы. Попробуйте не наступить, а уступить. Не захватить, а отпустить. Не показать, а протянуть ладонь. Не спрятать, а поделиться. Не выслушать. Не разорвать , а склеить.

Наш тренинг подходит к своему логическому завершению. Важно помнить что , конфликт может стать коренным образом изменить жизнь! Постарайтесь ,чтобы эти изменения были в лучшую сторону.

Рефлексия «Дружеская ладонка»

Обведите контур своей ладони тем цветом, на который вы настроены сейчас и напишите на ней свое имя. Затем передайте контуром ладонки вашему соседу с право, и пусть как вы пожелания или комплимент на ладонке. Послание должно иметь содержание, личностную обращенность, любым образом указывая на стороны конкретного человека

Пусть эти ладонки несут тепло и радость наших встреч. Пусть в этих встречах, а может быть, и помогают в какой-то сложной ситуации

Әдебиет/Литература:

1. Гришина Н. В. Психология конфликта. СПб., 2008.
2. Пископшель А. А. Конфликтное взаимодействие. М., 1997.
3. Основы психологии и педагогики: практикум для студентов педагогических специальностей и всех форм обучения / И. Г. Шунейко, А. В. Савельев, Е. А. Доморацкая, Д. А. Пархоменко — Минск : БГУИР, 2008. — 144 с. — (Методическая справочная литература)



Қазақстан Республикасының білім және ғылым министрлігі
Министерство образования и науки Республики Казахстан
Қостанай облысы әкімдігінің білім басқармасының
«Қостанай жоғары политехникалық колледжі» КМҚК
КГКП «Костанайский политехнический высший колледж»
Управления образования акимата Костанайской области»

КЕЛІСІЛДІ/СОГЛАСОВАНО
Директордың ОӘЖ орынбасары/
Заместитель директора по УМР
Біраш Аманбаева А.С.
қолы/подпись Т.А.Ә./Ф.И.О.
« 19 » 04 2022 ж.

БЕКІТЕМІН/УТВЕРЖДАЮ
Директордың ОІЖ орынбасары/
Заместитель директора по УР
Шурбанова Ш.А.
Т.А.Ә./Ф.И.О.
2022 ж.



**АШЫҚ САБАҚТЫҢ
ӘДІСТЕМЕЛІК ӘЗІРЛЕМЕСІ/
МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА
ОТКРЫТОГО УРОКА**

Модуль: _____
Пән/Дисциплина: Биология
Тақырып/Тема: Способы улучшения сельскохозяйственных растений и животных с помощью методов селекции.
Топ/Группа: Б-1
Мамандық/Специальность: 04110100 «Учет и аудит» (по отраслям)
Әзірлеген оқытушы/Разработал преподаватель: Хусаинова А.Т.

Кафедра отырысында қарастырылды
№ 4 хаттама «10» 02 2022ж.
Рассмотрено на заседании кафедры
Протокол № 4 от «10» 02 2022г.
А.Т. Хусаинова А.Т.
қолы/подпись Т.А.Ә./Ф.И.О.

Қостанай 2022

Способы улучшения сельскохозяйственных растений и животных с помощью методов селекции.

сабақ тақырыбы/тема занятия

Модуль/пән атауы/Наименование модуля/дисциплины Биология

Дайындаған педагог/Подготовил педагог Хусаинова А.Т.

2022 жылғы «21» сәуір /«21» апреля 2022года

1. Жалпы мәліметтер/Общие сведения

Курс, оқу жылы, топ/Курс, группы 1, Б-1

Сабақ типі/Тип занятия: Объяснение нового материала

2. Мақсаты, міндеттер/Цели, задачи: изучать способы улучшения сельскохозяйственных растений и животных с помощью методов селекции.

Образовательная – познакомить учащихся с основными методами селекции, обеспечить усвоение базовых понятий сорт, порода.

научить различать сорта и гибриды.

Воспитательная – подчеркнуть роль трудолюбия, любви к своему делу, свойственной увлечённым селекционерам.

Развивающая – расширить познания учащихся о современных методах селекции.

Задачи: Обеспечить формирование представлений о селекции различных организмов: растений, животных, микроорганизмов; изучить основные направления селекции, методы и достижения современной науки; ознакомить учащихся с понятиями «Сорт», «Порода».

Оқу сабақтары барысында білім алушылар игеретін кәсіби біліктердің тізбесі/Перечень профессиональных умений, которыми овладеют обучающиеся в процессе учебного занятия: организационные, лидерство, умение работать в команде, умение работать с онлайн репутацией, вовлеченность в профессию.

3. Сабақты жабдықтау/Оснащение занятия:полное.

3.1 Оқу-әдістемелік құрал-жабдықтар, анықтамалық әдебиеттер/Учебно-методическое оснащение: методический материал.

3.2. Техникалық құралдар, материалдар/Техническое оснащение, материал:интерективная доска,интернет-ресурсы.

4. Сабақтың барысы/Ход занятия.

4.1. Ұйымдастыру кезеңі/Организационная часть:

Приветствие студентов.

Создание положительного эмоционального настроения «Доброе пожелание». Какие действия помогут (глаголы- одобрения) лучше понять тему. Напишите

такое пожелание себе на стикере. Работать будете на листах А-4. Обратная связь(хлопки).

Критерии оценивания:

Студенты:

- знают о способах улучшения пород методами сельскохозяйственных растений и животных;
- могут описать способы улучшения пород методами сельскохозяйственных растений и животных;
- формируют новые знания и применяют их в жизни.

1.АМО урока: «Цветной дождь».

Группа делится на подгруппы с помощью цветных полосок бумаги, которые предварительно раздаются в случайном порядке студента.

2.Подведение к теме урока.

АМО урока:«Инфо-угадайка»

Дескрипторы.

- 1.Угадывают фрагменты из Интернет-ресурса. Студенты смогут понять, о чем пойдет речь на уроке. (о селекции).

Правильно тема урока. Способы улучшения сельскохозяйственных растений и животных с помощью методов селекции».

Цель урока. 10.2.5.1 изучать способы улучшения сельскохозяйственных растений и животных с помощью методов селекции.

Почему вы считаете эту тему актуальной?

Запишите у себя на листах А-4. Обсуждаем. (выступает из каждой группы).

4.II. Жаңа тақырыпты зерделеу/Изучение нового материала:

Жоспар/План

1.АМО урока: «Корзина идей» - использование знаний теоретического материала, гипотезы. (читаем). Пишут идеи, кидают в корзину.

Дескрипторы:

- 1.Объясняют ранее изученный материал.
- 2.Записывают идеи, предположения. (5 баллов.)

Начать я бы хотела урок с цитаты Мичурина.

Садоводство... является после полеводства одним из самых полезных для здоровья народонаселения занятий и самым продуктивным в смысле доходности, не говоря уже об облагораживающем и смягчающем влиянии его на характер человека. И.С.Мичурин.

Баллы.

2. АМО: Презентация о селекции. (сорт, порода).

Вопросы.

1. Дайте понятие селекции
2. Назовите сорта растений.
3. Назовите породы животных.
4. Значение селекции.

Дескрипторы:

1. Объясняют понятие селекции.
2. Приводят примеры новых сортов и пород растений и животных.
3. Анализируют значение науки селекции. (20 баллов.)

3. АМО урока: «Инфо-карусель». Ф.О. групповая.

На разных столах лежит материал каждого метода селекции. В стиле карусели изучают каждый метод. На столах QR-код с дополнительной литературой.

Дескрипторы:

1. Изучают информацию в стиле карусели
2. Анализируют данную информацию.
3. Обсуждают в группах.
4. Изучают материал по QR-коду. (20 баллов.)

4. АМО урока: Финансовая грамотность.

Решают задачи на финансовую грамотность.

Дескрипторы:

1. Обсуждают данное задание.
2. Делают вывод по данному заданию.

5. АМО урока: «Составить рассказ - предположение с ключевыми словами». 1-2 группы составляют рассказ о селекции растений.

3-4 группы составляют рассказ о селекции животных.

Дескрипторы:

1. Составляют рассказ из данных ключевых слов.
2. Сравнивают между группами данные рассказы. (20 баллов)

6. АМО урока: «Перепутанные цепи»

На доске таблица с точные и не точные ответы. Правильно распределить ответы.

Дескрипторы:

1. Знакомятся с таблицей.
2. Находят ошибки в таблице.
3. Аргументируют свои ответы. (20 баллов)

IV. Бекіту/Закрепление:

АМО урока: «Ромашка»

Дескриптор урока:

- 1.Срывают лепестки с ромашки.
- 2.Поочередно отвечают на вопросы, написанные на каждом лепестке.
- 3.Делают вывод по данной теме.(15 баллов)

V. Қорытынды жасау/Подвести итоги:

1. Сабақ бойынша рефлексия/Рефлексия по занятию

АМО урока: «Незаконченная фраза».

Учащимся предлагается продолжить незаконченные фразы, тем самым подвести итог урока:

«Я быстро справился с заданием, потому что...»;

«Мне больше понравилось выполнять задания...»;

«Сегодня я узнал (научился)...»

«У меня возникли трудности, т.к...»

Оценивание с помощью приложения Plickers.

6. Үй тапсырмасы/Домашнее задание: Биология, часть 2

Е.А.Очкур, Ж.Ж.Курмангалиева, стр 125-130

Сабақ жоспарының берілген тармақтары міндетті болып табылады. Оқытушы пән ерекшеліктерін және білім алушылардың қажеттіліктерін ескере отырып, қосымша элементтерді енгізе алады/Данные пункты поурочного плана являются обязательными. Преподаватель имеет право внести дополнительные элементы с учетом особенностей предмета и потребностей обучающихся.





Қазақстан Республикасының білім және ғылым министрлігі
Министерство образования и науки Республики Казахстан
Қостанай облысы әкімдігінің білім басқармасы
«Қостанай жоғары политехникалық колледжі» ҚТЖ
КГКП «Костанайский политехнический высший колледж»
Управления образования акимата Костанайской об.

КЕЛІСІЛДІ/СОГЛАСОВАНО

Директор ОҚУ БӨЛІМІ
Заместитель директора по УМР

Жаппаева Ж. Ш.

«20 12 ж.

2022 ж.

БЕКТЕМНІ УТЫРЖАН

Директор

Заместитель

«20 12 ж.

2022 ж.

АШЫҚ САБАҚТЫҢ
ӘДІСТЕМЕСІК ӘЗІРЛЕУСІ
МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА
ОТКРЫТОГО УРОКА

Пән/Дисциплина: Самопознание
Такырып/Тема: «Социальные роли личности»
Топ/Группа: ХП-22
Мамандық/Специальность: 07210300 «Хлебобулочная и кондитерское производство»
07210300 «Нан пісіру, макарон өндірісі»
Әзірлеген оқытушы/Разработал преподаватель: Сабаева А. А.

Кафедра отырысында қарастырылды
№ 4 хаттамасымен 16.12.22
Рассмотрено на заседании
Протокол № 4 от 16.12.22
А. А. Сабаева
Коллегия

Қостанай 2022

Социальные роли личности

сабақ тақырыбы/тема занятия

Модуль/пән атауы/Наименование модуля/дисциплины Самопознание

Дайындаған педагог/Подготовил педагог Сабанова А.Ж.

20__ жылығы «сә» сә /«сә» сә 20__ ж. о. а.

1. Жалпы мәліметтер/Общие сведения

Курс, оқу жылы, топ/Курс, группы ХП-22 I курс

Сабақ типі/Тип занятия комбинированный

2. Мақсаты, міндеттер/Цели, задачи

2.1 Оқу сабақтары барысында білім алушылар игеретін кәсіби біліктер... тізбесі/Перечень профессиональных умений, которыми овладеют обучающиеся в процессе учебного занятия

Цель урока:

Расширить представление обучающихся об общечеловеческой ценности ненасилие через осознание социальной роли личности.

Задачи урока:

- обогатить внутренний мир учащихся через знакомство с духовным наследием человечества;
- дать понятие основных ролей матери и отца;
- провести анализ особенности воспитания мальчиков и девочек в современной семье.

3. Сабақты жабдықтау/Оснащение занятия

3.1 Оқу-әдістемелік құрал-жабдықтар, анықтамалық әдебиеттер/Учебно-методическое оснащение, справочная литература

Самопознание: Учебник для 11 кл. общеобразоват. шк. Г. А. Омарова, А. К. Рысбаева, Е. М. Лосева, А. Б. Сапарбаева. – Алматы: ИПЦ «Бөбек», 2020. – 172 с., ил.

3.2 Техникалық құралдар, материалдар/Техническое оснащение, материалы: медиафайл, доска, учебник самопознания 11 класс, листы А4 и цветные карандаши, карточки и дополнительные материалы.

4. Сабақтың барысы/Ход занятия

4.1. Ұйымдастыру кезеңі/Организационная часть:

Взаимное приветствие учителя и обучающихся, определение отсутствующих. Проверку внешнего состояния кабинета и проведения подготовленности обучающихся к уроку; организацию внимания.

Позитивный настрой.

Закройте глаза. Сядьте поудобнее. Представьте на минуту, что вы держите в руках теплый, солнечный лучик. Если солнце у тебя в ладошке, то и в самую темную ночь найдешь правильную дорогу, встретишь добрых...

друзей. Бережно и осторожно держите в своих руках маленькое солнышко. Откройте глаза посмотрите, кто сидит с вами рядом. Улыбнитесь ему. Осторожно передайте свое солнышко друг другу, это символ вашей дружбы и любви. Пусть солнечный лучик поможет вам стать ближе друг к другу, объединит всех вас. Обнимитесь. И пожелайте друг другу хорошего дня.

Объявление темы урока: «Социальные роли личности» (На доске вывешена тема урока).

Изложение целей урока:

Расширить представление обучающихся об общечеловеческой ценности ненасилие через осознание социальной роли личности.

4.II. Өткен материалды қайталау және тексеру/Опрос и проверка пройденного материала:

Домашнее задание было рассказать о «Вашем внешнем и внутреннем мире»

4.III. Жаңа тақырыпты зерделеу/Изучение нового материала:

Жоспар/План

1. Работа над цитатой урока

Как обычно я начну наше занятие с цитаты:

*Благодарю соль, дающую вкус еде;
благодарю девушку, соединяющую между собой народ.*

Казахская поговорка

1. Какова основная мысль цитаты?
2. Определите ключевые слова цитаты.
3. Какие ассоциации возникают у вас при чтении цитаты?

2. Чтение рассказа «Домалак ана- символ материнства» в учебнике самопознание 11 класс стр 92-93

Домалак ана (Нурила) – одна из легендарных матерей казахского народа, жена прославленного батыра Байдибека Калмагер прародительница родов Семиречья.

У казахов Домалак ана почитается как символ материнства.

Однажды Байдибек би отправился в Туркестан посетить мажир Мухаммад Ахмета Ясауи. На ночлег он остановился у смотрителя мажир Мухаммад Мизамбека. Милостивая дочь хозяина приглянулась Байдибеку ее красивой внешностью, но и учтивыми манерами, острым умом

Эта встреча закончилась тем, что отец Байдибека Каралак поставил третью юрту, женив своего сына в третий раз.

Нурила, хотя и была хрупкого телосложения, но энергичной и деятельной в движениях. По одной из версий, ее имя происходит от перенесенного значения мама, святая мать, которое впоследствии трансформировалось в слово Нурила. По другим сведениям, Домалак ана (буквально «круглая мать») так прозвали из-за маленького роста.

Домалак ана обладала даром пророчества. Своим самым известным предсказанием она сделала своему мужу Байдибеку, когда у него удрисан...

лошадей. Но он не послушался ее и погнался за похитителями. В результате схватка оказалась смертельной: погибли шесть сыновей Байдибека.

Домалак ана вошла в память народа как скромная, добрая и излучавшая свою любовь на всех детей. Народ очень любил и уважал ее. Она славилась глубокой мудростью, чистой душой и святостью. Она могла разрешать спорные ситуации, примиряла враждующих, объединяла народ в борьбе против захватчиков.

Известен случай, когда Домалак ана победила в словесной борьбе Бухар хана и отстояла для своего рода удобное расположение для стоябища. Домалак ана вошла в память народа как скромная, добрая и излучавшая свою любовь на всех детей.

Предания рассказывают, что Домалак ана посоветовала своему сыну Тлеуберды, которого в народе звали Жарыкнак, передать свое тело Дулату, самому сметливому и находчивому внуку. Жарыкнак так и сделал. Но Албан и Суан обиделись на решение отца и откочевали на востоке. Домалак ана благословила Дулата, и его род стал многочисленным. Албан одумался и вернулся, попросив у бабушки прощение. Она пробила его. Но Суан так и не вернулся...

Предания гласят, что перед смертью Домалак ана сказала: «Постарайтесь трудитесь хоронить меня около Байдибека. Приведите белую лошадь и погрузите на него мои останки и идите вслед за ним. Где верблюд упадет на колени, там мне и суждено будет покониться».

Так и сделали. Позже внук Домалак ана Дулат при помощи Бухары Абдулла Шери, который соорудил над могилой Домалак ана четырехъярусный купольный мавзолей. В течение последующих веков несколько раз реставрировали.

В наше время Мавзолей Домалак ана является памятником архитектуры и объектом исторического наследия. Почти каждый легендарной матери приезжают тысячи людей.

Домалак ана стала для казахов символом материнства и любви к роду.

1. За что народ любил и уважал Домалак ана?
2. Какую роль сыграла эта женщина в жизни своего народа?
3. Какими качествами обладала Домалак ана?
4. Почему ее до сих пор почитают?

3. Беседа с аудиторией. Ответьте на вопросы:

Сейчас с вами разберем что такое социальные роли личности. Социальная роль личности — это совокупность ожиданий, которые общество предъявляет к людям, когда они занимают определенные социальные позиции в иерархии. У одного и того же человека могут быть разные роли. Например, в семье — мать или отец, а в колледже — студент или преподаватель. Приведите примеры.

- 1 Расскажите как вы считаете какая роль у матери?
- 2 Какая роль у отца?
- 3 какая твоя роль?

4. Рассказывание притчи (беседа).

Притча «E-mail»

Один мужчина потерял работу. Через несколько месяцев упорных поисков он узнал, что в местном отделении Microsoft требуется сотрудник. Он предложил свою кандидатуру. Директор по персоналу провел с ним собеседование и поздравил, сказав: «Место за вами! Оставьте мне, пожалуйста, свой e-mail для того, чтобы я мог сообщить вам дату и время, когда вы должны будете приступить к работе». Мужчина, смущенный, ответил, что у него нет e-mail'a; на что директор расстроено прошептал: «Если у вас нет e-mail'a, виртуально вы не существуете, и мы не найдем вам работу». Мужчина ушел расстроенный, в кармане у него оставалась только мелочь.

Он немного подумал и пошел на оптовый овощной рынок и купил около 10 килограммов помидоров. И пошел он от дома к дому, предлагая свой товар. Меньше чем за два часа он удвоил свои деньги. Он проделал эту операцию, поужинал в маленьком ресторанчике и вернулся домой с теми же деньгами, с которыми начал свой торговый день. Он понял, что он сможет выжить, и каждый день вставал все раньше, а возвращался все позднее. Так с помощью настойчивости и удачи он сумел купить машину и грузовичок, который со временем поменял на большой грузовик.

Через три года у него был уже свой небольшой транспортный бизнес. Через пять лет он стал хозяином одной из главных дистрибуторских сетей по продовольственным товарам.

Один раз он принимал у себя страхового агента и тот, по завершении беседы, попросил у предпринимателя его электронный адрес, чтобы переслать страховой договор. Хозяин ответил, что e-mail'a нет. Агент сказал: - Если вы смогли возвести такую империю без своего представительства в интернете, то я даже не могу себе представить, что было, если бы оно у вас было! Бизнесмен ответил: Учитель не сообщает последнюю фразу притчи и предлагает учащимся досказать ее за себя. Он был бы уборщиком в Microsoft.

- Вопросы:*
1. Почему мужчину не взяли на работу дворником?
 2. Какой выход нашел герой притчи?
 3. В чем заключался успех героя притчи?
 4. Что помогло ему остаться в гармонии с собой?

Для закрепления нашей темы, я вам задам несколько заданий. У каждого ученика учебника приклеены разноцветные стикеры, разделитесь на группы по цветам. Я вам раздам чистые листы А4 и цветные карандаши.

Задание 1. Создайте проект в виде схемы на тему: «Кто мы и что мы должны сделать для человечества». 7-10 мин +по 3 мин защита

Задание 2. На столе лежат карточки с названием одной социальной роли. Вам нужно будет креативно подать к ее воплощению, нужно будет кратко описать ее и всей группой описать ее. 7-10 мин + по 3 мин защита

Пока студенты выполняют задание раздать оценочные листы.

4.IV. Бекіту/Закрепление:

Тренинг «Играем роли»

Разыграть ситуацию, нужно постараться вжиться в этот образ в процессе ходе тренинга.

Ситуация. Вы пошли гулять и задержались с друзьями на улице, когда ваш телефон разрядился, а время 23.05 часов, вы знаете что должны быть дома, но друзья не пускают. Родители переживают

1 – роль родителей (2 человека)

2 – роль детей (2 человека)

3 – роль друзей (2-3 человека)

Затем пусть ребята поделятся своими впечатлениями. Спросить у ребят трудно ли было вжиться в роль? Играть ее? Какая роль была труднее? Если поменяемся ролями.

Преподаватель: У каждого из нас свой путь, своя жизненная философия. Но у всех есть одна общая обязанность: нести в душе немеряную любовь к жизни. Быть Человеком! Вечные вопросы человечности: «Кто Я?», «Куда Я иду?», «Каково мое предназначение?» сопровождают нас всю жизнь. Жизнь требует от каждого свой собственный ответ. В чем же состоит смысл жизни? В самой жизни. В реализации своих истинных возможностей, в совершенствовании, в получении радости и удовольствия от жизни и другим людям. Смысл жизни также в её познании, полноте и обилии любви и гармонии, в счастье и радости. Истинное счастье приходит к тому кто умеет благодарить жизнь за те маленькие радости, которые дарит каждому. Счастлив тот, кто развил в себе благодарное отношение к жизни, кто научился высоко ценить маленькие чудеса, встречающиеся на своем жизненном пути.

4.V. Қорытынды жасау/Подвести итоги:

Оценивание будут делать сами студенты по балльной системе выполнения всех заданий в группе:

Оценочный лист:

	ФИ (кому ставят оценку)

	ФИ (кто оценивает)				
1 задание	10	20	30	40	50
2 задание	10	20	30	40	50

Сейчас сидя по группам по часовой передайте свою карточку для оценки. Ваша задача оценить друг друга. Выберите баллы, которые оцениваете человека который сидит рядом, и обведите цифру в баллов.

4.VII. Эдабиет/Литература:

1. Самопознание: Учебник для 11 кл. общеобразоват. школ. М.: Просвещение, 2009. – 172 с., ил.
А. К. Рысбаева, Е. М. Лосева, А. Б. Сапарбаева
2. Электронный источник <https://schoolpsycholog.ucoz.com/publ/3-1-1>
3. Социальные статусы и социальная роль
<https://www.klerk.ru/boss/articles/411364/>

5. Сабак бойынша рефлексия/Рефлексия по занятию

Рефлексия «Закончи предложение»

1. Сегодня я узнал (а)
2. Для меня было трудно....
3. Мне запомнилось....



6. Үй тапсырмасы/Домашнее задание

стр. 100 задание № 4

Расскажите о современных людях, которые меняют мир к лучшему.

Сабак жоспарынын берінен тармактары міндетті болып табылады. Оқушылардың қажеттіліктерін ескере отырып, қосымша объективті бағалау поурочного плана являются обязательными. Преподаватель имеет право на учет особенностей предмета и потребностей обучающихся.



УТВЕРЖДАЮ

Заместитель директора
по воспитательной работе
Дюсекеева Л.К.

«20» апреля 2022 года

**ПОЛОЖЕНИЕ**

военно-спортивной эстафеты

1. ОБЩЕЕ ПОЛОЖЕНИЕ

Проводится в рамках реализации программы «Рухани жаңғыру» и декады ЦМК физкультуры и НВиТП. Военно-спортивная эстафета проводится среди студентов первого курса. Настоящее Положение определяет порядок проведения, содержания, требования к участникам военно-спортивной эстафеты, который проводится 22 апреля 2022 года в Костанайском политехническом высшем колледже.

2. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ

- создание условий для патриотического и духовно-нравственного воспитания молодежи;
- развитие военно-прикладного спорта среди студентов колледжа;
- повышение имиджа Вооруженных Сил Республики Казахстан, пропаганда воинской службы, здорового образа жизни и активного отдыха, содействие начальной военной и технологической подготовке;
- формирование активной жизненной позиции у молодежи.

3. ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ ВОЕННО-СПОРТИВНОЙ ЭСТАФЕТЫ

3.1. Проведение военно-спортивной эстафеты запланировано 22 апреля 2022 года. Начало военно-спортивной эстафеты в 14.00 (после доп. занятий).

3.2. Место проведения: спортивный городок колледжа.

3.3. Организаторы военно-спортивной эстафеты - преподаватели - организаторы НВиТП.

4. УЧАСТНИКИ ВОЕННО-СПОРТИВНОЙ ЭСТАФЕТЫ

4.1. В военно-спортивной эстафете принимают участие студенты 1 – ого курса.

4.2. Состав команды: 5 человек.

4.3. Экипировка команд:

- форма одежды спортивная,
- бинты для наложения повязки «Челюсть».

5. УСЛОВИЯ ПРОВЕДЕНИЯ ВОЕННО-СПОРТИВНОЙ ЭСТАФЕТЫ

5.1. Военно-спортивная эстафета состоит из 6 этапов: преодоление препятствия, неполная разборка и сборка автомата, снаряжение магазина

патронами, стрельба из пневматической винтовки, метание гранаты, оказание первой медицинской помощи.

Преодоление полосы препятствия

Условия упражнения:

Участники пробегают по гимнастической лестнице, затем перепрыгивают следующую лестницу.

Неполная разборка и сборка АК-74

Условия упражнения:

Участники бегут к столу, где разбирают и собирают автомат.

Снаряжение магазина патронами

Условия упражнения:

Участники бегут к столу, где сначала разряжают магазин, затем снаряжают магазин патронами (15 штук).

Упражнение по стрельбе из пневматической винтовки.

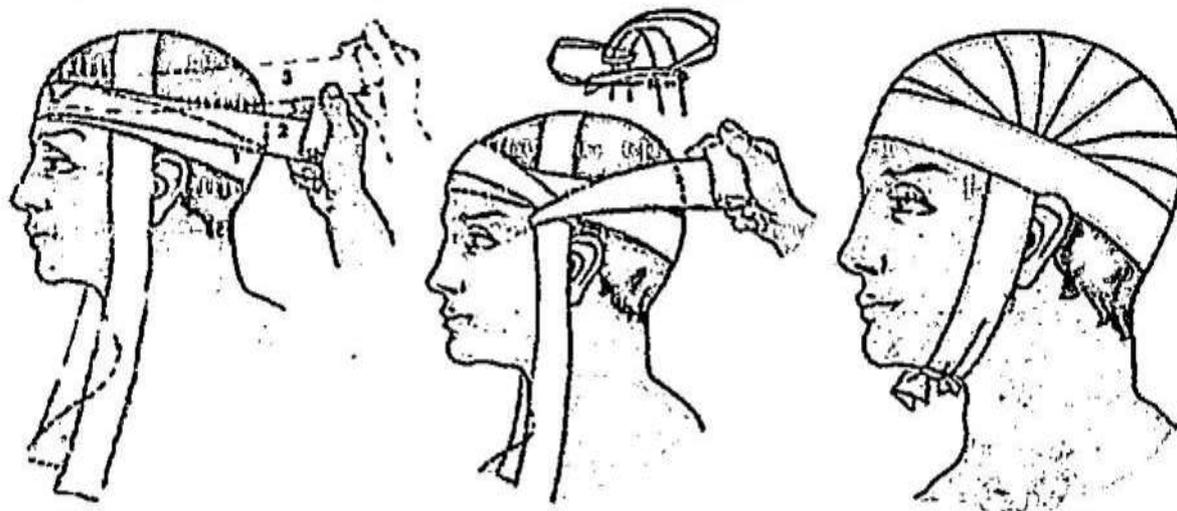
Условия упражнения:

Участники бегут к огневому рубежу, и изготавливаются для стрельбы, сидя с колена и производят 1 выстрел. Цель – мишень с кругами (5 шт) расстояние до цели 10 м; количество пульк – 5 шт.

Оказание первой медицинской помощи

Условия упражнения:

Участники бегут к медицинским носилкам, где находится пострадавший участник команды. Накладывают повязку на голову пострадавшему. Повязка по типу чепца является разновидностью круговой (наряду с другим методом – шапочкой Гиппократ), что определяется формой головы. Техника наложения проста, проводится быстро и не вызывает затруднений.



Алгоритм выполнения перевязки:

1. От бинта отрезают кусок чуть короче метра, сгибают пополам, определяя середину. Этой частью бинт накладывают на темя, опуская концы перед ушами. Эти концы удерживает в слегка натянутом состоянии пострадавший или ассистент.
2. Делают два первых витка горизонтально вокруг головы прямо над бровями.
3. Дойдя до завязки, бинт обводят вокруг нее петлей и продолжают слегка по косой вести к затылочной части.
4. Обводят бинт вокруг противоположной завязки и ведут вокруг лба чуть выше первых круговых витков.
5. Продолжают поэтапно накладывать бинт, пока не будет покрыта вся волосистая часть головы. Последние витки приходятся на теменную часть.
6. Делают два горизонтальных закрепляющих витка.
7. В конце перевязки оборачивают конец бинта вокруг одной из завязок и завязывают крепкий узел.
8. Закрепляют завязки-лямки под подбородком так, чтобы их можно было развязать во время еды (бантом).

5.3. Оборудование. Гимнастические скамейки (4шт), макеты автомата АК-74(2 ед), учебные патроны (30 шт), пневматическая винтовка(2 ед), мишень (2 шт), пульки, медицинские носилки (2 шт).

6. ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ, НАГРАЖДЕНИЕ ПОБЕДИТЕЛЕЙ

По итогам военно- спортивной эстафеты определяются три общекомандных места. Призеры награждаются грамотами колледжа.

7. СОСТАВ ЖЮРИ И СУДЕЙСТВА

Состав жюри: начальник службы безопасности колледжа, медицинская сестра колледжа, заведующая кафедры физкультуры НВ и ТП. Состав судейства: преподаватели – организаторы НВиТП и воспитанники кружка «Жас Сарбаз».

Преподаватель - организатор НВиТП

Нурканов М.К.



Қазақстан Республикасының білім және ғылым министрлігі
Министерство образования и науки Республики Казахстан
Қостанай облысы әкімдігінің білім басқармасының
«Қостанай жоғары политехникалық колледжі» КМҚК
КГКП «Костанайский политехнический высший колледж»
Управления образования акимата Костанайской области»

КЕЛІСІЛДІ/СОГЛАСОВАНО
Директордың ОӘЖ орынбасары/
Заместитель директора по УМР
[Signature] Мухтарова Г.Н.
колы/подпись Т.А.Ә./Ф.И.О.
«25» 04 2022ж.

БЕКІТЕМІН/УТВЕРЖДАЮ
Директордың ОӘЖ орынбасары/
Заместитель директора по УР
[Signature] Мухтарова Г.Н.
колы/подпись Т.А.Ә./Ф.И.О.
«25» 04 2022ж.

**АШЫҚ САБАҚТЫҢ
ӘДІСТЕМЕЛІК ӘЗІРЛЕМЕСІ/
МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА
ОТКРЫТОГО УРОКА**

Модуль: _____
Пән/Дисциплина: Химия
Тақырып/Тема: Введение в органическую химию
Топ/Группа: XII-22
Мамандық/Специальность: 07210300 «Хлебопекарное, макаронное и кондитерское производства»
Әзірлеген оқытушы/Разработал преподаватель: Мухтарова Г.Н.

Кафедра отырысында қарастырылды
№ 4 хаттама «10» 02 2022ж./
Рассмотрено на заседании кафедры
Протокол № 4 от «10» 02 2022г.
[Signature] Сурешкина А.Т.
колы/подпись Т.А.Ә./Ф.И.О.

Введение в органическую химию

сабақ такырыбы/тема занятия

Модуль/пән атауы/Наименование модуля/дисциплины: Химия

Дайындаған педагог/Подготовил педагог: Мухтарова Г.Н.

2022 жылғы «22» сәуір /«22» апреля 2022 года

1. Жалпы мәліметтер/Общие сведения

Курс, оқу жылы, топ/Курс, группы: 1, ХІІ-22

Сабақ типі/Тип занятия: Комбинированный

2. Мақсаты, міндеттер/Цели, задачи: создание условий для изучения понятий, структуры, классификации органической химии. Изучать органическую химию и применяемые ею структурные и молекулярные формулы и их применение.

Образовательная – ознакомить обучающихся с основными видами применения и использование органических веществ в разных сферах деятельности.

Воспитательная – формировать навыки работы с формулами, понятиями прививать трудолюбие, любовь к предмету.

Развивающая – расширить круг знаний обучающихся о свойствах органических веществ.

Задачи: Формировать представления у видах формул, применяемых в органической химии; ознакомить обучающихся с понятиями синтетических органических веществ.

2.1 Оқу сабақтары барысында білім алушылар игеретін кәсіби біліктердің тізбесі/Перечень профессиональных умений, которыми овладеют обучающиеся в процессе учебного занятия: организационные, лидерские, умение работать в команде, умение отвечать на вопросы, высказывая свое мнение.

3. Сабақты жабдықтау/Оснащение занятия:полное

3.1 Оқу-әдістемелік құрал-жабдықтар, анықтамалық әдебиеттер/Учебно-методическое оснащение: методический материал

М.К.Оспанова, К.С.Аухадиева, Т.Г.Белоусова «Химия» 10 класс, 2 часть

3.2 Техникалық құралдар, материалдар/Техническое оснащение, материалы: интерактивная доска, интернет-ресурсы

4. Сабақтың барысы/Ход занятия

4.1. Ұйымдастыру кезеңі/Организационная часть:

Приветствие студентов. Проверка посещаемости.

Создание положительного эмоционального настроения «Доброе пожелание» какие действие помогут (глаголы-одобрения) лучше понять тему. Напишите такое пожелание себе на стикере. Работать будете на листах А-4. Обратная связь (хлопки).

Сообщение темы и целей занятия. Организация работы в группе

Критерий оценивания

- Знают структурную формулу органических веществ;
- Знают классификации органических веществ;
- Изучают молекулярную формулу органических веществ.

Студенты в результате изучения темы будут способны:

- сформировать понятие о классификации углеводов. Объяснить использование органических веществ в различных областях деятельности человека.
- выявить, что органические соединения являются основными компонентами организма и окружающей среды.
- формировать новые знания и применяют их в жизни.

1. АМО урока: «Радуга»

Группа делится на подгруппы с помощью цветных полосок бумаги, которые предварительно раздаются в случайном порядке студента.

4.П. Өткен материалды қайталау және тексеру/Опрос и проверка пройденного материала:

1. АМО урока: Опрос домашних заданий через приложение *Quizizz*.

Каждый студент должен ответить на вопросы самостоятельно не используя учебник. Результаты тестирования будут отображены на интерактивной доске.

За этого задание студенты получают

Вопросы:

1. Связи в молекуле алканов:
 - 1) Двойное
 - 2) Тройное
 - 3) Одинарное
2. Укажите молекулярную формулу этана:
 - 1) C_2H_6
 - 2) C_2H_2
 - 3) C_6H_6
3. Укажите формулу вещества, относящегося к классу "Алканы":
 - 1) C_4H_{10}
 - 2) C_5H_{10}
 - 3) C_6H_{18}
4. Общая формула гомологического ряда алканов:
 - 1) C_nH_{2n+2}
 - 2) C_nH_{2n-2}
 - 3) C_nH_{2n}

5. Природный газ содержит главным образом:
 - 1) Пропан
 - 2) Бутан
 - 3) Метан
6. Для алканов характерна гибридизация:
 - 1) Sp^2
 - 2) Sp^3
 - 3) Sp^4
7. Угол между атомами углерода в молекулах алканов составляет:
 - 1) 80
 - 2) 109
 - 3) 90
8. Формулы только алканов записаны в ряду:
 - 1) C_2H_6 C_3H_8 C_4H_{10}
 - 2) C_2H_2 C_3H_6 C_4H_8
 - 3) CH_3 C_3H_7 C_4H_9
9. Для алканов характерна изомерия:
 - 1) Положения кратной связи
 - 2) Углеродного скелета
 - 3) Геометрическая
10. Для алканов не характерна реакция:
 - 1) Полимеризация
 - 2) Изомеризации
 - 3) Термического разложения

Дескрипторы:

Количество правильных ответов	0-5	12,5 баллов
	5-8	20 баллов
	8-10	25 баллов

**4.Ш. Жаңа тақырыпты зерделеу/Изучение нового материала:
Жоспар/План**

Подведение к теме урока

Объяснение темы по презентации Power Point

Презентация об органической химии

АМО урока: «Мозговая-атака»

1. Что вы узнали об органической химии?

2. В каком веке термин «органическая химия» вошел в науку?

3. Кто из ученых впервые вел термин «органическая химия»?

Студенты работают в команде. Вся группа делится на 4 команды.

Задача каждой команды должна раскрыть случайно выбранную подтему. Для выполнения студенты будут использовать интернет-ресурсы и учебники.

Время на выполнение задания: 15 мин;

Защита проекта: 7 мин;

Темы для раскрытия:

- использование органических веществ в медицине;

- классификация углеводов
- применение органических соединений в сельском хозяйстве
- отличия органических веществ от неорганических

Дескрипторы:

Оригинальность подготовки, оформление материала	12,5 баллов
Полнота раскрытия темы	20 баллов
Умение анализировать информацию	25 баллов

2. АМО урока: «Викторина»

Вопросы по «Викторине»

Ответы на вопросы после презентации по теме. Общее количество вопросов 10.

Опрос по новой теме будет через приложение **Kahoot!**

За этого задание студенты получают 25 баллов

1. Эмпирическая формула

- 1) Показывает мольные соотношения элементов в соединениях
- 2) Показывает качественный и количественный состав в молекуле
- 3) Химического соединения содержит информации о структуре и числе атомов в молекуле

2. Структурные (пространственные)

- 1) Отражают порядок соединения атомов в молекуле
- 2) Отражают структура соединения атомов в молекуле
- 3) Отражают состав соединения атомов в молекуле

3. Укажите, какие из перечисленных соединений являются органическими:

- 1) Na_2CO_3
- 2) C_3H_8
- 3) $\text{Al}(\text{NO}_3)_3$
- 4) NaCl

4. Теория химического строения органических соединений была создана:

- 1) М.В.Ломоносовым
- 2) Д.И.Менделеевым
- 3) А.М.Бутлеровым
- 4) Я.Берцелиусом

5. Названия «органические вещества» и «органическая химия» ввел в науку:

- 1) М.В.Ломоносов
- 2) Д.И.Менделеев
- 3) А.М.Бутлеров
- 4) Я.Берцелиус

6. В каком ряду органических соединений находятся только углеводороды:

- 1) C_2H_6 , C_4H_8 , $\text{C}_2\text{H}_5\text{OH}$;
- 2) CH_3COOH , C_6H_6 , CH_3CONH_2 ;
- 3) C_2H_2 , C_3H_8 , $\text{C}_{17}\text{H}_{36}$;
- 4) $\text{C}_6\text{H}_5\text{NO}_2$, CH_2Cl_2 , $\text{C}_3\text{H}_7\text{NH}_2$

7. В каком ряду органических соединений находятся только алканы:

- 1) C_2H_6 , C_3H_8 , C_4H_{10} ;
- 2) C_2H_2 , C_4H_8 , C_6H_6 ;
- 3) $\text{C}_{10}\text{H}_{20}$, C_8H_{16} , C_3H_6 ;
- 4) CH_4 , C_2H_4 , C_4H_6 .

8. Что относится к продуктам переработки нефти?

- 1) красителей
- 2) электричество
- 3) железно
- 4) галогены

9. Какие формулы применяются в органической химии

- 1) Молекулярные, эмпирические, структурные
- 2) Молекулярные, неэлектролитные
- 3) Электролитные, пространственные, эмпирические

10. Что показывает молекулярная формула

- 1) Показывает качественный и количественный состав в молекуле
- 2) Показывает структурный состав в молекуле
- 3) Показывает количественный состав в молекуле

Дескрипторы:

Количество правильных ответов	0-5	12,5 баллов
	5-8	20 баллов
	8-10	25 баллов

IV. Бекіту/Закрепление:

АМО урока: «Карточки»

Студенты берут карточки с вопросами по теме с доски.

Поочередно отвечают на вопросы, написанные на каждой карточке.

Дескрипторы:

Правильно отвечает на вопросы	12,5 баллов
Найдет правильную молекулярную формулу	20 баллов
Из молекулярной формулы составляет структурную	25 баллов

V. Қорытынды жасау/Подвести итоги:

1. Сабақ бойынша рефлексия/Рефлексия по занятию

АМО урока: «Продолжи фразу»

Рефлексия по занятию будет через приложение [learningapps.org](https://www.learningapps.org)

Студенты выбирают свой цвет и продолжают тему:

Я научился...

Я узнал...

Я запомнил...

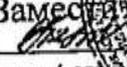
Я повторил...

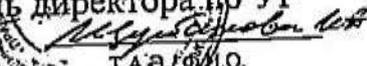
6. Үй тапсырмасы/Домашнее задание: Домашнее задание: Химия, 11 класс часть 2

М.К.Оспанова, К.С. Аухадиева, Т.Г.Белоусова, стр.45-50

Сабақ жоспарының берілген тармақтары міндетті болып табылады. Оқытушы пән ерекшеліктерін және білім алушылардың қажеттіліктерін ескере отырып, қосымша элементтерді енгізе алады/Данные пункты поурочного плана являются обязательными. Преподаватель имеет право внести дополнительные элементы с учетом особенностей предмета и потребностей обучающихся.

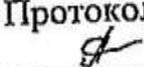
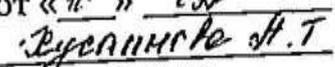
Қазақстан Республикасының білім және ғылым министрлігі
Министерство образования и науки Республики Казахстан
Қостанай облысы әкімдігінің білім басқармасы
КМҚК «Қостанай жоғары политехникалық колледжі»
КГКП «Костанайский политехнический высший колледж»
Управления образования акимата Костанайской области»

КЕЛІСІМДІ СОЛАСОВАНО
Директордың ОҚЖ орынбасары/
Заместитель директора по УМР

колы/подпись Т.А.Ж.И.О.
« 25 » 04 2022 ж.

БЕКІТЕМІН ТҮТІРГІЗДІМ
Директордың ОҚЖ орынбасары/
Заместитель директора по УР

колы/подпись Т.А.Ж.И.О.
« 25 » 04 2022 ж.

АШЫҚ САБАҚТЫҢ
ӘДІСТЕМЕЛІК ӘЗІРЛЕМЕСІ/
МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА
ОТКРЫТОГО УРОКА

Модуль: ЖБП 10 «Дене тәрбиесі»
Пән/Дисциплина: Дене тәрбиесі
Тақырып/Тема: Баскетбол. Допты жоғарыдан және төменнен беру.
Топ/Группа: 1ЭС-19
Мамандық/Специальность: «Электрмен қамтамасыз ету»
Әзірлеген оқытушы/Разработал преподаватель: Қойшыбек Н.Қ.

Кафедра отырысында қарастырылды
№ 4 хаттама «11» 02 2022 ж.
Рассмотрено на заседании кафедры
Протокол № 4 от «11» 02 2022 г.
 
колы/подпись Т.А.Ж.И.О.

Қостанай 2022

Сабақ тақырыбы: Баскетбол Допты жоғарыдан және төменнен екі қолмен беру техникасын үйрету

сабақ тақырыбы/тема занятия

Модуль/пән атауы/Наименование модуля/дисциплины
ЖБП 10 «Дене тәрбиесі»

Дайындаған педагог/Подготовил педагог : Қойшыбек Н.Қ.
2022 жылғы «26» _сәуір_«26» _апреля_ 2022 года

1. Жалпы мәліметтер/Общие сведения

Курс, оқу жылы, топ/Курс, группы _1ЭС-19, 1 курс

Сабақ типі/Тип занятия: _Аралас

2. Максаты, міндеттер/Цели, задачи:

- Баскетбол ойынында допты жоғарыдан және төменнен қабылдау және беру техникасын үйрету.

- Баскетбол ойнау кезінде қозғалыс дағдыларды қалыптастыру

Білімділік: Баскетбол ойынының техникасын үйрету.

Дамытушылық: Жылдамдық, ептілікті, төзімділікті, икемділікті дамыту.

Тәрбиелік: Ұқыптылыққа, сенімділікке тәрбиелеу

2.1 Оқу сабақтары барысында білім алушылар игеретін кәсіби біліктердің тізбесі/Перечень профессиональных умений, которыми овладеют обучающиеся в процессе учебного занятия:

- Барлық студенттер орындай алады:

1. Баскетбол доптарымен жұмыс істегенде қауіпсіздік ережелерді білу

2. Допты лақтырғаннан кейін екі қолмен жоғарыдан беру.

3. Допты лақтырғаннан кейін екі қолмен төменнен қабылдау.

- Студенттердің көпшілігі орындай алады:

1. Баскетбол доптарымен жұмыс істегенде қауіпсіздік ережелерді білу

2. Әріптестің лақтыруынан кейін екі қолмен допты өзінің үстінде көтеруді орындау

3. Екі қолмен төменнен допты қабылдау және беру.

- Кейбір студенттер орындай алады:

1. Баскетбол доптарымен жұмыс істегенде қауіпсіздік ережелерді білу

2. Қорғаныс және шабуыл әрекеттерін ұйымдастыра білу

3. Жаттығу ойынында техникалық әрекеттерді қолдану

3. Сабақты жабдықтау/Оснащение занятия:

3.1 Оқу-әдістемелік құрал-жабдықтар, анықтамалық әдебиеттер/Учебно-методическое оснащение, справочная литература:

- ғаламтор ресурстары

- С. Қасымбекова-әдістемелік құрал, Баскетбол, Алматы, "Атамұра" ""

- Биданов және тағы басқа, Елшиев және баскетбол – дене тәрбиесі факультетінің басқа да бағдарламалары бар. Шымкент – 2000.

3.2 Техникалық құралдар, материалдар/Техническое оснащение, материалы:

- Баскетбол доптары, секундомер, ысқырық

4. Сабақтың барысы / Ход занятия

САБАҚ ЖОСПАРЫ-КОНСПЕКТІСІ

Сабақтың жоспарланған кезеңдері/ Запланированные этапы урока	Сабақта жоспарланған жаттығулардың түрлері/ Виды запланированных упражнений на уроке	Методические указания
<p>Сабақтың басталуы/ Начало урока 20 - 25 минут</p>	<p><u>Хабарламаны бағалау критерийлері:</u> <u>Теориялық материалды меңгеру. КЕ.-10 б.</u> <u>Жүгіру. қыздыру және АЖЖ-10 б.</u> <u>ЖДЖ-10 б.</u> <u>Қалыптастырушы тапсырма №1-20 б.</u> <u>Қалыптастырушы тапсырма №2-20 б.</u> <u>Оқу-жаттығу ойыны -30 б.</u></p> <p><u>Ұйымдастыру бөлімі</u> Топты жалпы құру, баяндау, сәлемдесу, сыртқы түрін тексеру, шақыру. Сабақтың тақырыбы мен мақсатын таныстыру. Дене шынықтыру сабағында оқушыларға қауіпсіздік ережелерін еске түсіру. Саптық жаттығулар орнында және қозғалыста <u>Жүру:</u> - аяқтың ұшымен; - өкшемен; - бүгілген тізеде. <u>Жүгіру:</u> <u>Диагональ бойынша арнайы жүгіру жаттығулары (АЖЖ)</u> Жалпы дамыту жаттығулары (ЖДЖ) орнында</p>	<p>Тапсырмаларды дұрыс орындау. кателерді түзету</p>

<p>Сабактың ортасы/ Середина урока 45-50 мин</p>	<p>1. Баскетбол доптарымен ЖДЖ Жаттығулар жұптарда орындалады</p> <ul style="list-style-type: none"> • Допты аяқ астына алып жүру (сегіздік); • Допты әртүрлі бағытта қозғалыста белге айналдыру; • Допты қолдан қолға жоғарыдан беру; <p>• Доппен түзу қолмен оңға, солға желпілу;</p> <p>• Доппен түзу қолмен еңкею: алға, артқа, солға және оңға;</p> <p>2. Баскетбол доптарымен арнайы жаттығулар:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Белгі бойынша допты жоғары лақтыру және тік қолмен секіру кезінде допты қағып алу; • Белгі бойынша допты жоғары лақтырып, саусақтарыңызбен толық отырып қабылдау; • Белгі бойынша допты жоғары лақтырып, төменнен қабылдау; • Белгі бойынша секіріп, екі қолмен допты еденге лақтырып, допты төменнен және жоғарыдан қабылдау. <ul style="list-style-type: none"> • Допты серіктеске бастың артынан лақтыру; • Доппен жоғары секіру және допты серіктеске кері серпілу үшін екі қолмен еденге лақтыру; • Допты серіктеске оң және сол қолмен лақтыру; • Допты серіктеске ілмекпен лақтыру; • Оң және сол қолмен допты білекпен соғу <p>Қалыптастырушы тапсырма № 1 Жұппен жұмыс:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Допты өз үстінен бірнеше рет беру және ауыспалы биіктікте жоғарыдан және төменнен серіктеске пас беру; <p><i>Қабілет деңгейін саралау</i></p> <p>А тобы Допты қағып алу арқылы беру</p> <p>В тобы Ең аз қателермен жіберу.</p> <p>С тобы Өзіңіздің үстіңізден допты жоғарыдан 2-3 рет көтеріп серіктеске жоғарыдан</p>	<p>топты жұпқа бөлу допты беру техникасын түзету, қателерді түзету</p> <p>Студенттер бір-біріне қарама-қарсы 2-3 м қашықтықта орналасады. Бірінші нөмір өз үстінен 2-3 жоғарғы пас жасайды және 0,5-2 метр биіктікте допты серіктесіне жоғарғы беріліспен жібереді, содан кейін ол допты ұстап алып, сол тапсырманы орындайды. Ең жақсы дайындалған студенттер бір-біріне жоғары пас беруді өздерімен асырмай орындай алады.</p> <p>Бірінші нөмір допты 1,5-2 метр биіктіктегі серіктесіне жоғарғы</p>
--	---	--

	<p>беру <u>Дескрипторлар:</u> - бастапқы позицияны қабылдайды - допты берудің дұрыс техникасын көрсетеді; - нақты қозғалыс әрекеттерінің техникасын көрсетеді; <u>Бағалау критерийлері:</u> 1. Доптармен жұмыс істеу кезіндегі қауіпсіздік талаптарын орындайды 2. Допты ең аз қателікпен беру техникасын орындайды. 3. Типтік қателерді уақытында көрсетіп, түзете білу.</p> <p>Қалыптастырушы тапсырма №2</p> <ul style="list-style-type: none"> • Жоғарыдан беру және төменнен допты қабылдау; <p><u>Дескрипторлар:</u> - бастапқы позицияны қабылдайды - өз үстінен допты көтеруді жүзеге асырады; - жоғарыдан екі қолмен серіктеске беруді орындайды</p> <p><u>Бағалау критерийлері:</u> 1. Доптармен жұмыс істеу кезіндегі қауіпсіздік талаптарын орындайды 2. Допты ең аз қателікпен беру техникасын орындайды. 3. Типтік қателерді уақытында көрсетіп, түзете білу.</p> <p>Ойындар бөлімі/Учебная игра Оқу-жаттығу ойыны</p>	<p>беріліспен жібереді, екінші нөмір допты төменнен қабылдап, допты қағып алады да, сол тапсырманы қайталайды. <u>Саралау</u> Төменгі қабылдаудан кейін ең жақсы дайындалған оқушылар допты қағып алмай, жоғарғы беріліспен кері жібереді. Тапсырманы дұрыс орындау техникасын түзету, қателерді түзету</p> <p>Үйренген әдіс-тәсілдерді бекіту үшін топ екі-үш бірдей командаға бөлініп, берілген тапсырма бойынша оқу ойыны өткізіледі, осылайша олар тікелей оқу ойыны барысында алған білім, білік, дағдыны қолданады. Ойын ережесін сақтауға, командалық іс-әрекетке, қажетті нәтижеге жету үшін қорғаныс және шабуыл әрекеттерін ұйымдастыра білуге назар аударылады. Жаттығу ойыны кезінде қателер мен кемшіліктерге назар аударылады.</p>
--	---	---

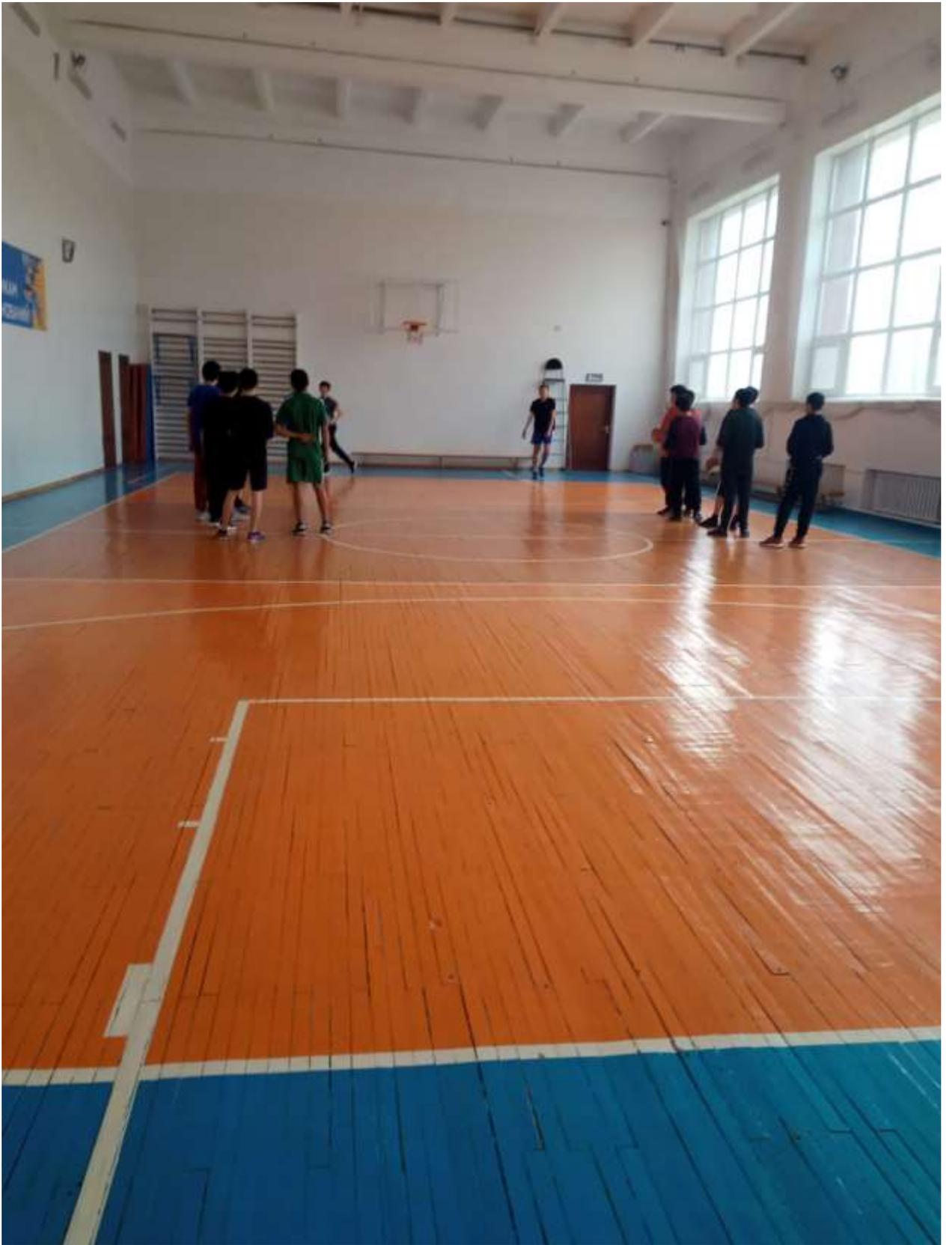
<p>Сабақтың соңы/ Конец урока</p> <p>5-10 минут</p>	<p>Сапқа тұрғызу, сабақты қорытындылау. <u>Рефлексия:</u> - оқушы не білді, не үйренді (волейбол ойынының ережесін сақтау) - түсініксіз болып қалған нәрсе (жаттығуларды орындау кезінде қателерді табу және жою) - ойын сапасын арттыру үшін қандай жұмыс істеу керек (допты тез және дәл беру)</p> <p><u>Үй тапсырмасы:</u> - баскетбол ойынының ережесін қайталау - күн сайын жатып, екпінмен қолды бүгіп жазу</p>	<p>сабақ барысын, оқушылардың сабақ барысындағы тәртібін талдау</p>
---	--	---

Әзірлеген/Подготовил:

Оқытушы

Преподаватель Н.К.
Қолы/подпись

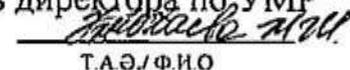
Қойшыбек Н.К.
АТЖ/ФИО



Қазақстан Республикасының білім және ғылым министрлігі
Министерство образования и науки Республики Казахстан
Қостанай облысы әкімдігінің білім басқармасы
КМҚК «Қостанай жоғары политехникалық колледжі»
КГКП «Костанайский политехнический высший колледж»
Управления образования акимата Костанайской области»

КЕЛІСІЛДІ/СОГЛАСОВАНО

Директордың ОӘЖ орынбасары/
Заместитель директора по УМР

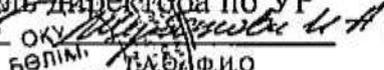
колы/подпись

Т.А.Ә./Ф.И.О

«25» 04 2022ж.

БЕКІТЕМІН/УТВЕРЖДАЮ

Директордың ОӘЖ орынбасары/
Заместитель директора по УР

колы/подпись

Ф.И.О

«23» 04 2022ж.



**АШЫҚ САБАҚТЫҢ
ӘДІСТЕМЕЛІК ӘЗІРЛЕМЕСІ/
МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА
ОТКРЫТОГО УРОКА**

Модуль: **ЖБП 10 «Дене тәрбиесі»**

Пән/Дисциплина: **Дене тәрбиесі**

Тақырып/Тема: **Волейбол. Допты жоғарыдан беру.**

Топ/Группа: **1ПО-1**

Мамандық/Специальность: **«Бағдарламалық қамтамасыз ету»**

Әзірлеген оқытушы/Разработал преподаватель: **Жоломанов М.М.**

Кафедра отырысында қарастырылды

№ 4 хаттама «10» 02 2022 ж./

Рассмотрено на заседании кафедры

Протокол № 4 от «10» 02 2022 г.

колы/подпись

Т.А.Ә./Ф.И.О.

Қостанай 2022

Сабақ тақырыбы: Допты жоғарыдан және төменнен екі қолмен беру техникасын үйрету

сабақ тақырыбы/тема занятия

Модуль/пән атауы/Наименование модуля/дисциплины

ЖБП 10 «Дене тәрбиесі»

Дайындаған педагог/Подготовил педагог : Жоломанов М.М.

2022 жылғы «26» сәуір «26» апреля 2022 года

1. Жалпы мәліметтер/Общие сведения

Курс, оқу жылы, топ/Курс, группы _1ПО-1, 1 курс

Сабақ типі/Тип занятия: _Аралас

2. Мақсаты, міндеттер/Цели, задачи:

- Волейбол ойынында допты жоғарыдан және төменнен қабылдау және беру техникасын үйрету.

- Волейбол ойнау кезінде қозғалыс дағдыларды қалыптастыру

Білімділік: Волейбол ойынының техникасын үйрету.

Дамытушылық: Жылдамдық, ептілікті, төзімділікті, икемділікті дамыту.

Тәрбиелік: Ұқыптылыққа, сенімділікке тәрбиелеу

2.1 Оқу сабақтары барысында білім алушылар игеретін кәсіби біліктердің тізбесі/Перечень профессиональных умений, которыми овладеют обучающиеся в процессе учебного занятия:

- Барлық студенттер орындай алады:

1. Волейбол доптарымен жұмыс істегенде қауіпсіздік ережелерді білу

2. Допты лақтырғаннан кейін екі қолмен жоғарыдан беру.

3. Допты лақтырғаннан кейін екі қолмен төменнен қабылдау.

- Студенттердің көпшілігі орындай алады:

1. Волейбол доптарымен жұмыс істегенде қауіпсіздік ережелерді білу

2. Әріптестің лақтыруынан кейін екі қолмен допты өзінің үстінде көтеруді орындау

3. Екі қолмен төменнен допты қабылдау және беру.

- Кейбір студенттер орындай алады:

1. Волейбол доптарымен жұмыс істегенде қауіпсіздік ережелерді білу

2. Қорғаныс және шабуыл әрекеттерін ұйымдастыра білу

3. Жаттығу ойынында техникалық әрекеттерді қолдану

3. Сабақты жабдықтау/Оснащение занятия:

3.1 Оқу-әдістемелік құрал-жабдықтар, анықтамалық әдебиеттер/Учебно-методическое оснащение, справочная литература:

- ғаламтор ресурстары

- С. Қасымбекова-әдістемелік құрал, Волейбол, Алматы, "Атамұра""

- Биданов және тағы басқа, Елшиев және волейбол – дене тәрбиесі факультетінің басқа да бағдарламалары бар. Шымкент – 2000.

3.2 Техникалық құралдар, материалдар/Техническое оснащение, материалы:

- Волейбол доптары, волейболдық тор, секундомер, ысқырық

4. Сабақтың барысы / Ход занятия

САБАҚ ЖОСПАРЫ-КОНСПЕКТІСІ

Сабақтың жоспарланған кезеңдері/ Запланированные этапы урока	Сабақта жоспарланған жаттығулардың түрлері/ Виды запланированных упражнений на уроке	Методические указания
Сабақтың басталуы/ Начало урока 20 - 25 минут	<p><u>Хабарламаны бағалау критерийлері:</u> <u>Теориялық материалды меңгеру. КЕ.-10 б.</u> <u>Жүгіру, қыздыру және АЖЖ-10 б.</u> <u>ЖДЖ-10 б.</u> <u>Қалыптастырушы тапсырма №1-20 б.</u> <u>Қалыптастырушы тапсырма №2-20 б.</u> <u>Оқу-жаттығу ойыны -30 б.</u></p> <p><u>Ұйымдастыру бөлімі</u> Топты жалпы құру, баяндау, сәлемдесу, сыртқы түрін тексеру, шақыру. Сабақтың тақырыбы мен мақсатын таныстыру. Дене шынықтыру сабағында оқушыларға қауіпсіздік ережелерін еске түсіру. Саптық жаттығулар орнында және қозғалыста <u>Жүру:</u> - аяқтың ұшымен; - өкшемен; - бүгілген тізеде. <u>Жүгіру:</u> <u>Диагональ бойынша арнайы жүгіру жаттығулары (АЖЖ)</u> Жалпы дамыту жаттығулары (ЖДЖ) орнында</p>	Тапсырмаларды дұрыс орындау, қателерді түзету

<p>Сабақтың ортасы/ Середина урока 45-50 мин</p>	<p>1. Волейбол доптарымен ЖДЖ Жаттығулар жұптарда орындалады</p> <ul style="list-style-type: none"> • Допты аяқ астына алып жүру (сегіздік); • Допты әртүрлі бағытта қозғалыста белге айналдыру; • Допты қолдан қолға жоғарыдан беру; <p>• Доппен түзу қолмен оңға, солға желпілу;</p> <p>• Доппен түзу қолмен еңкею: алға, артқа, солға және оңға;</p> <p>2. Волейбол доптарымен арнайы жаттығулар:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Белгі бойынша допты жоғары лақтыру және тік қолмен секіру кезінде допты қағып алу; • Белгі бойынша допты жоғары лақтырып, саусақтарыңызбен толық отырып қабылдау; • Белгі бойынша допты жоғары лақтырып, төменнен қабылдау; • Белгі бойынша секіріп, екі қолмен допты еденге лақтырып, допты төменнен және жоғарыдан қабылдау. <ul style="list-style-type: none"> • Допты серіктеске бастың артынан лақтыру; • Доппен жоғары секіру және допты серіктеске кері серпілу үшін екі қолмен еденге лақтыру; • Допты серіктеске оң және сол қолмен лақтыру; • Допты серіктеске ілмекпен лақтыру; • Оң және сол қолмен допты білекпен соғу <p>Қалыптастырушы тапсырма № 1 Жұппен жұмыс:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Допты өз үстінен бірнеше рет беру және ауыспалы биіктікте жоғарыдан және төменнен серіктеске пас беру; <p><i>Қабілет деңгейін саралау</i></p> <p>А тобы Допты қағып алу арқылы беру</p> <p>В тобы Ең аз қателермен жіберу.</p> <p>С тобы Өзіңіздің үстіңізден допты жоғарыдан 2-3 рет көтеріп серіктеске жоғарыдан беру</p>	<p>топты жұпқа бөлу</p> <p>допты беру техникасын түзету, қателерді түзету</p> <p>Студенттер бір-біріне қарама-қарсы 2-3 м қашықтықта орналасады. Бірінші нөмір өз үстінен 2-3 жоғарғы пас жасайды және 0,5-2 метр биіктікте допты серіктесіне жоғарғы беріліспен жібереді, содан кейін ол допты ұстап алып, сол тапсырманы орындайды. Ең жақсы дайындалған студенттер бір-біріне жоғары пас беруді өздерінен асырмай орындай алады.</p>
--	--	---

Дескрипторлар:

- бастапқы позицияны қабылдайды
- допты берудің дұрыс техникасын көрсетеді;
- нақты қозғалыс әрекеттерінің техникасын көрсетеді;

Бағалау критерийлері:

1. Доптармен жұмыс істеу кезіндегі қауіпсіздік талаптарын орындайды
2. Допты ең аз қателікпен беру техникасын орындайды.
3. Типтік қателерді уақытында көрсетіп, түзете білу.

Қалыптастырушы тапсырма №2

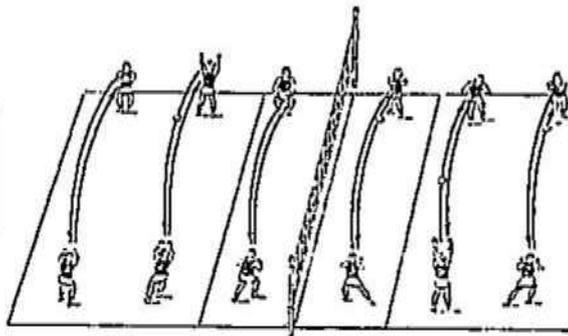
- Жоғарыдан беру және төменнен допты қабылдау;

Дескрипторлар:

- бастапқы позицияны қабылдайды
- өз үстінен допты көтеруді жүзеге асырады;
- жоғарыдан екі қолмен серіктеске беруді орындайды

Бағалау критерийлері:

1. Доптармен жұмыс істеу кезіндегі қауіпсіздік талаптарын орындайды
2. Допты ең аз қателікпен беру техникасын орындайды.
3. Типтік қателерді уақытында көрсетіп, түзете білу.



Ойындар бөлімі/Учебная игра
Оқу-жаттығу ойыны

Бірінші нөмір допты 1,5-2 метр биіктіктегі серіктесіне жоғарғы беріліспен жібереді. екінші нөмір допты төменнен қабылдап, допты қағып алады да, сол тапсырманы қайталайды.

Саралау

Төменгі қабылдаудан кейін ең жақсы дайындалған оқушылар допты қағып алмай, жоғарғы беріліспен кері жібереді. Тапсырманы дұрыс орындау техникасын түзету, қателерді түзету

Үйренген әдіс-тәсілдерді бекіту үшін топ екі-үш бірдей командаға бөлініп, берілген тапсырма бойынша оқу ойыны өткізіледі, осылайша олар тікелей оқу ойыны барысында алған білім, білік, дағдыны қолданады. Ойын ережесін сақтауға, командалық іс-әрекетке, қажетті нәтижеге жету үшін қорғаныс және шабуыл әрекеттерін ұйымдастыра білуге назар аударылады.

Жаттығу ойыны кезінде қателер мен кемшіліктерге назар аударылады.

<p>Сабақтың соңы/ Конец урока</p> <p>5-10 минут</p>	<p>Сапқа тұрғызу, сабақты қорытындылау.</p> <p><u>Рефлексия:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - оқушы не білді, не үйренді (волейбол ойынының ережесін сақтау) - түсініксіз болып қалған нәрсе (жаттығуларды орындау кезінде қателерді табу және жою) - ойын сапасын арттыру үшін қандай жұмыс істеу керек (допты тез және дәл беру) <p><u>Үй тапсырмасы:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - волейбол ойынының ережесін қайталау - күн сайын 3 × 20 рет жатып, екпінмен қолды бүгіп жазу 	<p>сабақ барысын, оқушылардың сабақ барысындағы тәртібін талдау</p>
---	---	---

Әзірлеген/Подготовил:

Оқытушы

Преподаватель


қолы/подпись

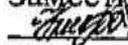
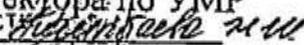
Жоломанов М.М.

АТЖ/ФИО

Қазақстан Республикасының білім және ғылым министрлігі
Министерство образования и науки Республики Казахстан
Қостанай облысы әкімдігінің білім басқармасының
«Қостанай жоғары политехникалық колледжі» КМҚК
КГКП «Костанайский политехнический высший колледж»
Управления образования акимата Костанайской области»

КЕЛІСІЛДІ/СОГЛАСОВАНО

Директордың ОӘЖ орынбасары/
Заместитель директора по УМР

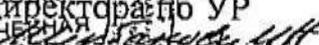
  

колы/подпись _____

« 21 » _____ 2022 ж.

БЕКІТЕМІН/УТВЕРЖДАЮ

Директордың ОӘЖ орынбасары/
Заместитель директора по УР

колы/подпись _____

« 21 » _____ 2022 ж.

АШЫҚ САБАҚТЫҢ
ӘДІСТЕМЕЛІК ӘЗІРЛЕМЕСІ/
МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА
ОТКРЫТОГО УРОКА

Модуль: БМ03 Развитие и совершенствование физических качеств

Пән/Дисциплина: Физическая культура

Тақырып/Тема: Совершенствование ведения и передач мяча в баскетболе

Топ/Группа: 2 ЭС-18

Мамандық/Специальность: 0902000 «Электроснабжение» (по отраслям)

Әзірлеген оқытушы/Разработал преподаватель: Щербаков В.В.

Кафедра отырысында қарастырылды

№ ___ хаттама « ___ » _____ 20 ж./

Рассмотрено на заседании кафедры

Протокол № ___ от « ___ » _____ 20 ___ г.

колы/подпись

Г.А.Ә./Ф.И.О

Қостанай 2022

36

Тема занятия: Совершенствование ведения и передач мяча в баскетболе
сабак такырыбы/тема занятия

Модуль/пән атауы/Наименование модуля/дисциплины
БМ03 Развитие и совершенствование физических качеств

Дайындаған педагог/Подготовил педагог : Щербаков В.В.
2022 жылғы «21» _сауэр_«21» _апреля_ 2022 года

1. Жалпы мәліметтер/Общие сведения

Курс, оқу жылы, топ/Курс, группы _2ЭС-18

Сабак типі/Тип занятия: _комбинированный

2. Мақсаты, міндеттер/Цели, задачи:

Овладеть умениями и навыками в технике выполнения ведения и передач мяча.

2.1 Оқу сабақтары барысында білім алушылар игеретін кәсіби біліктердің тізбесі/Перечень профессиональных умений, которыми овладеют обучающиеся в процессе учебного занятия:

-Все обучающиеся будут уметь:

1.Знать технику безопасности при работе с баскетбольными мячами

2.Ведение мяча в медленном темпе

3.Различать передачи мяча и выполнять передачи мяча на месте

-Большинство обучающихся будут уметь:

1.Знать технику безопасности при работе с баскетбольными мячами

2.Ведение мяча правой и левой рукой попеременно в среднем темпе

3.Различать передачи мяча и выполнять передачи мяча в движении

-Некоторые обучающиеся будут уметь:

1.Знать технику безопасности при работе с баскетбольными мячами

2.Ведение мяча с изменением направления, разной высотой отскока мяча

3.Различать передачи мяча и выполнять передачи мяча в движении

4.Применять технические действия в учебно-тренировочной игре

3. Сабакты жабдықтау/Оснащение занятия:

3.1 Оқу-әдістемелік құрал-жабдықтар, анықтамалық әдебиеттер/Учебно-методическое оснащение, справочная литература:

-интернет ресурсы

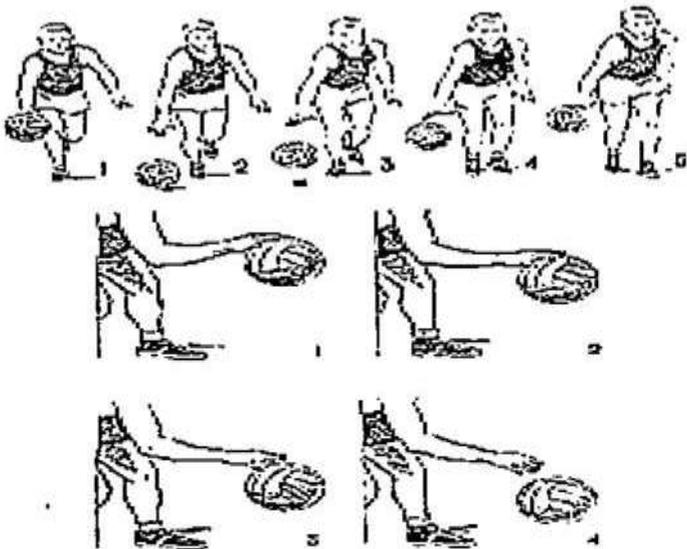
-«Физическое воспитание» Н.К. Коробейников, А.А. Михеев 67., стр. 264

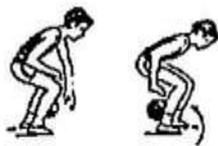
3.2 Техникалық құралдар, материалдар/Техническое оснащение, материалы:

-Баскетбольные мячи, секундомер, баскетбольные кольца, свисток, фишки

4. Сабактың барысы/Ход занятия

<p>Сабақтың жоспарланған кезеңдері/ Запланированные этапы урока</p>	<p>Сабақта жоспарланған жаттығулардың түрлері/ Виды запланированных упражнений на уроке</p>	<p>Методические указания</p>
<p>Сабақтың басталуы/ Начало урока 20 - 25 минут</p>	<p>1) Построение, сдача рапорта, сообщение задач урока. Сообщение критерий оценивания: Владение теоретическим материал.ТБ.-10 б. Беговая разминка и СБУ-10 б. ОРУ-10 б. Формативное задание №1-20 б. Формативное задание №2-20 б. Формативное задание №3-30 б.</p> <p>2) «Налево в обход шагом марш!» а) Ходьба: - обычная; - спортивная. б) Бег: - обычный; - с высоким подниманием бедра; - с захлестыванием голени; - приставными шагами левым боком, правым боком; - с изменением направления движения; - обычный. в) Ходьба: - спортивная; - обычная; «Через середину в колонну по два марш!»</p> <p>3) ОРУ на месте 3.1 ИП: стойка ноги врозь; 1-4- круговые движения головой влево, вправо. 3.2 ИП: стойка ноги врозь, руки в стороны; 1-4- круговые движения в плечевых суставах вперед; 5-8- то же назад. То же в локтевых суставах. То же в лучезапястных суставах. 3.3 ИП: стойка, руки на пояс; 1-3- пружинящие наклоны до касания ладонями пола; 4-ИП. 3.4- ИП: основная стойка; 1-3- пружинящие выпады левой; 4-ИП. То же правой.</p>	<p>Чёткость выполнения команд Спина прямая, голову поднять.</p> <p>Дистанция два шага. Туловище не наклонять. Не подпрыгивать.</p> <p>По свистку поворот и бег в противоположном направлении</p> <p>Следить за осанкой. Следить за осанкой</p> <p>Дистанция на вытянутые руки. Больше амплитуда вращений.</p> <p>Колени прямые. спина прямая. Выпад глубже. Как можно сильнее отталкиваться от пола для более высокого прыжка.</p>

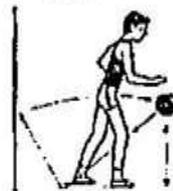
	<p>3.5-ИП: основная стойка: 1-4- выпрыгивания, руки вверх.</p>	
<p>Сабақтың ортасы/ Середина урока 45-50 мин</p>	<p>1. Совершенствование технике ведения мяча. Построение в две колонны лицом к кольцу. Первая колонна выполняет ведение мяча к кольцу и бросает, 2 колонна бежит и подбирает мяч после отскока. 1 встают во вторую колонну в конец, 2 в 1.</p> <ul style="list-style-type: none"> - ведение мяча «змейкой» - ведение мяча правой и левой рукой - ведение мяча между фишек <p>Формативное занятие. Выполнение ведения. Обучающиеся по расчету делятся на группы по семь человек и с двух сторон площадки поочередно выполняют ведение правой (левой) в движении</p> <p>Дискрипторы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - теоретически владеет знаниями выполнения ведения, - правильность выполнения ведения в различных темпах, - умеет вовремя исправлять технические ошибки - применяет технические приемы в игровой практике 	<p>Объяснение техники безопасности при занятиях баскетболом (не отвлекаться, выполнять передачу только после сигнала, смотреть на отдающего и на мяч).</p> <p>Возможные ошибки: ведение одновременно двумя руками, мяч проносится на открытой ладони, бег с мячом</p> <p>При неправильном выполнении ведения индивидуально исправлять ошибки учащихся. Дифференциация Расстояние до кольца: 5-6 метров Обратить внимание на технику и правильность подачи.</p>



Ведение мяча вокруг ног в одну сторону, затем в другую



Стоя на коробе, ведение мяча попеременно с руки на руку, под выкатывающей вперед ногой



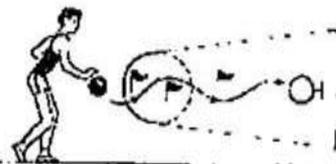
Ведение мяча, стоя спиной к стене с последующим ударом по мячу так, чтобы мяч отскочил, ударился в стену и от нее отскочил с другой стороны от игрока



Ведение одновременно двух мячей правой и левой рукой



Ведение мяча вдоль боковых и лицевых стен парашолью с изменением способов передвижения и ведения



Ведение с обводкой стены и броском в кольцо



Передача двух мячей в прыжок

Соблюдать Технику Безопасности при игре баскетбол и правила игры.

2. Построение в парах лицом друг к другу на расстоянии 6-8 метров.

Передачи мяча:

- двумя из-за головы
- двумя из-за головы с отскоком об пол
- одной от плеча (правой)
- одной от плеча (левой)
- двумя от груди
- двумя от груди с отскоком об пол
- верхняя;
- нижняя.

Формативное занятие. Выполнение передач на месте.

Обучающиеся по расчету делятся на пары и становятся лицом друг к другу. По команде выполняют передачи мяча между собой.

Дискрипторы:

- теоретически владеет знаниями выполнения передачи,
- правильность выполнения передачи,
- умеет вовремя указать и исправлять технические

	<p>ошибки</p> <ul style="list-style-type: none"> -различают передачи мяча -выполняют передачи мяча на месте и в движении <p>Подвижная игра- «Удержки мяч». Группа делится на подгруппы из 5 человек, которые держа мяч в руках встают в центральный круг. По команде начинают ведение мяча (чеканить мяч) внутри круга. Цель игры- не дать сопернику выбить мяч и при этом постараться выбить мяч соперника. Применять в игре ранее изученные технические приемы и техники. Наиболее слабым разрешается выполнять «двойное ведение»</p>	<p>Мяч вести дальней рукой от противника, другой заграждать мяч.</p>
<p>Сабақтың соңы/ Конец урока</p> <p>10 минут</p>	<p>Построение, подведение итогов урока, выставление оценок.</p> <p>Рефлексия:</p> <ul style="list-style-type: none"> - что узнал обучающийся, чему научился (следовать правилам игры в баскетбол) - что осталось непонятным (находить и устранять ошибки при выполнении упражнений) - над чем необходимо работать, чтобы улучшить качество игры (быстро и точно выполнять передачи, подачу мяча) <p>Домашнее задание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - технические приемы в баскетболе. - Комплекс ОРУ - пробежки -жестикауляция судьи (поиск в интернете) 	

Әзірлеген/Подготовил: Щербаков Виктор Вячеславович

Оқытушы/өндірістік оқыту шебері/

Преподаватель/мастер производственного обучения


КОЛЫ/ПОДПИСЬ

Қазақстан Республикасының білім және ғылым министрлігі
Министерство образования и науки Республики Казахстан
Қостанай облысы әкімдігінің білім басқармасы
КМҚК «Қостанай жоғары политехникалық колледжі»
КГКП «Костанайский политехнический высший колледж»
Управления образования акимата Костанайской области»

КЕЛІСІЛДІ/СОГЛАСОВАНО
Директордың ОӘЖ орынбасары/
орынбасары/Зам. директора по УМР

Жайық Кайпбаева Ж.Ш.
колы/подпись Т.А.Ә./Ф.И.О.
«25» 04 2022ж.

БЕКІТЕМІН/УТВЕРЖДАЮ
Директордың ОӘЖ орынбасары
Заместитель директора по УМР

Жайық Жусайнова А.Г.
колы/подпись Т.А.Ә./Ф.И.О.
«25» 04 2022ж.



САБАҚТАҢ ТЫС ІС -ШАРАЛАР
ӘДІСТЕМЕЛІК ӘЗІРЛЕМЕСІ/
МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА
ВНЕКЛАССНОГО МЕРОПРИЯТИЯ

Дисциплина: Психология

Тақырып/Тема: Техники для проработки эмоционального
выгорания

Топ/Группа: преподавательский состав

Әзірлеген оқытушы/Разработал преподаватель: Сабапова А.Ж.,
Абдикаримова А.С.

Кафедра отырысында қарастырылған
№ 4 хаттама «10» 02 2022 ж.

Рассмотрено на заседании кафедры
Протокол № 4 от «10» 02 2022 ж.

Ж
колы/подпись

Хусайнова А.Г.
Т.А.Ә./Ф.И.О.

Қостанай 2022

Техники для проработки эмоционального выгорания

сабак такырыбы/тема тренинга

Модуль/пән атауы/Наименование модуля/дисциплины Психология

Дайындаган педагог/Подготовил педагог Сабанова Айгуль Жаныбаевна,

Абдикаримова Айнур Сапырбеккызы

2022 жылғы «26» 04 /«26» 04 2022 года

1. Жалпы мәліметтер/Общие сведения

Курс, оку жылы, топ/Курс, группы Преподавательский состав

2. Мақсаты, міндеттер/Цели, задачи

Тренинг мақсаттары/Цели тренинга: профилактика психологического здоровья педагогов, ознакомление педагогов с приемами саморегуляции..

Задачи:

- Знакомство с понятием эмоционального выгорания;
- Обучить педагогов способам регуляции психоэмоционального состояния;
- Повышение уровня сплоченности педагогического коллектива;
- Снижение уровня эмоционального выгорания преподавателей.

Көрнекі құралдар/Оборудование:

2.1 Тренинг барысында білім алушылар игеретін кәсіби біліктердің тізбесі/Перечень профессиональных умений, которыми овладеют обучающиеся в процессе тренинга: Развивать навыки креативного и творческого мышления, обладают способами регуляции психоэмоционального состояния.

3. Тренинг жабдықтау/Оснащение тренинга

3.1 Техникалық құралдар, материалдар/Техническое оснащение, материалы: Медиафайлы, канцелярские товары.

4. Тренинг барысы/Ход тренинга

Тема сегодняшнего тренинга «Техники для проработки эмоционального выгорания».

Цели тренинга: профилактика психологического здоровья педагогов, ознакомление педагогов с приемами саморегуляции.

Задачи:

- Знакомство с понятием эмоционального выгорания;
- Обучить педагогов способам регуляции психоэмоционального состояния;
- Повышение уровня сплоченности педагогического коллектива;
- Снижение уровня эмоционального выгорания преподавателей.

Участники: преподавательский состав

Количество участников: группа по 15-20 человек.

Условия проведения: территориальная площадь колледжа.

Организационный момент. Позитивный настрой

Приветствие.

Я рада вас приветствовать сегодня здесь. Мне очень приятно, что вы пришли. Я надеюсь, что наше занятие пройдет в приятной дружественной обстановке. Тема занятия-тренинга "Техники для проработки эмоционального выгорания". Тема для всех нас близкая и знакомая. Для начала давайте разберем почему и из-за чего происходит эмоциональное выгорание.

Общеизвестно, что профессия педагога - одна из наиболее энергоемких. Для ее реализации требуются огромные интеллектуальные, эмоциональные и психические затраты.

В последние годы проблема сохранения психического здоровья педагогов стала особенно актуальной. Современный мир диктует свои правила: выросли требования со стороны родителей к личности педагога, его роли в образовательном процессе. Преобразования в системе образования также поднимают планку: приветствуется творческий подход к работе, новаторство, проектная деятельность, педагогические технологии.

Увеличивается не только учебная нагрузка, вместе с ней растет и нервно-психическое напряжение личности, переутомление. Различного рода перегрузки усугубляются многочисленными страхами: страх быть покинутым, не найти поддержки; страх оказаться непрофессионалом; страх перед контролем.

Такая ситуация достаточно быстро приводит к эмоциональному истощению педагогов, известному как "синдром эмоционального выгорания". "Эмоционально выгоревшие" педагоги отличаются повышенной тревожностью и агрессивностью, категоричностью и жесткой самоцензурой. Эти проявления значительно ограничивают творчество и свободу, профессиональный рост, стремление к самосовершенствованию.

В результате личность педагога претерпевает ряд таких деформаций, как негибкость мышления, излишняя прямолинейность, поучающая манера говорить, чрезмерность пояснений, мыслительные стереотипы, авторитарность. Педагог становится своеобразной "ходячей энциклопедией": он знает, что нужно, как нужно, когда, зачем и почему, и чем все это закончится. Но при этом он становится абсолютно закрытым и невосприимчивым к любым новшествам и переменам.

Эмоциональное выгорание - это своего рода выработанный личностью механизм психологической защиты в виде полного или частичного исключения эмоций в ответ на психотравмирующие воздействия. Профессиональная деятельность педагогов изобилует факторами, провоцирующими эмоциональное выгорание: высокая эмоциональная загруженность, огромное число эмоциогенных факторов, ежедневная и ежечасная необходимость сопереживания, сочувствия, ответственность за жизнь и здоровье детей. К тому же педагогические коллективы, как правило, однополюсы, а это - дополнительный источник конфликтов. В результате педагог становится заложником ситуации эмоционального выгорания, пленником стереотипов эмоционального и профессионального поведения.

Психологическая причина болезни	В каком органе проявляется болезнь	Повторяйте себе несколько раз в день
Долгая неразрешенная эмоциональная проблема	Высокое давление	Я с радостью отпускаю прошлое, я спокоен
Самокритика, страх	Головная боль	Я люблю и одобряю себя
Ощущение обреченности, тяжелые мысли, горечь	Желудок	Я люблю себя. Я с радостью освобождаюсь от прошлого.
Черствость, отказ от радости	Сосуды	Я принимаю радость и хочу замечать все хорошее. Любовь наполняет меня с каждым ударом сердца.
Хроническое нытье	Печень	Я ищу радость и любовь, везде ее нахожу.

Естественные приемы регуляции организма:

- смех, улыбка, юмор;
- размышления о хорошем, приятном;
- различные движения типа потягивания, расслабления мышц;
- наблюдение за пейзажем за окном;
- рассматривание комнатных цветов в помещении, фотографий и других приятных или дорогих для человека вещей;
- мысленное обращение к высшим силам (Богу, Вселенной, великой идее);
- "купание" (реальное или мысленное) в солнечных лучах;
- вдыхание свежего воздуха;
- чтение стихов;
- высказывание похвалы, комплиментов кому-либо просто так.

Конечно, нужно правильно уметь расслабляться, владеть техниками управления своим психоэмоциональным состоянием.

В результате саморегуляции могут возникать три основных эффекта:

эффект успокоения (устранение эмоциональной напряженности);
 эффект восстановления (ослабление проявлений утомления);
 эффект активизации (повышение психофизиологической реактивности).

Упражнение "Лимон"

Цель: управление состоянием мышечного напряжения и расслабления.

Сядьте удобно: руки свободно положите на колени (ладонями вверх, плечи и голова опущены). Мысленно представьте себе, что у вас в правой руке лежит лимон. Начинайте медленно его сжимать до тех пор, пока не почувствуете, что "выжали" весь сок. Расслабьтесь. Запомните свои ощущения. Теперь представьте себе, что лимон находится в левой руке. Повторите упражнение. Вновь расслабьтесь и запомните свои ощущения. Затем выполните упражнение одновременно двумя руками. Расслабьтесь. Насладитесь состоянием покоя.

Упражнение "Сосулька" ("Мороженое")

Цель: управление состоянием мышечного напряжения и расслабления.

Встаньте, пожалуйста, руки поднимите вверх и закройте глаза. Представьте, что вы - сосулька или мороженое. Напрягите все мышцы вашего тела: ладони, плечи, шею, корпус, живот, ягодицы, ноги. Запомните эти ощущения. Замерьте в этой позе. Заморозьте себя. Затем представьте, что под действием солнечного тепла вы начинаете медленно таять. Расслабляйте постепенно кисти рук, затем мышцы плеч, шеи, корпуса, ног и т.д. Запомните ощущения в состоянии расслабления. Выполняйте упражнение до достижения оптимального психоэмоционального состояния. Выполним упражнение еще раз.

Упражнение "Конфета"

Цель: раскрепощение, развитие творческого мышления.

Материалы и оборудование: конфеты.

Инструкция. Выберите одну конфету, которая отражает ваше настроение, мироощущение, убеждение или которая вам просто понравилась. Расскажите, почему вы выбрали эту конфету. (Учителя объясняют свой выбор.)

Основная часть.

Упражнение «Гусеница»

Цель: повышение уровня согласованности внутригруппового взаимодействия, командообразование.

Инструкция: Участники образуют две команды. Команды становятся друг за другом в колонну, держа соседа впереди за талию. После этих приготовлений, ведущий объясняет, что команда – это гусеница, и теперь не может разрываться. Гусеница должна пройти марафон до финиша.

Упражнение «Попади в цель»

Цель: снятие эмоционального напряжения.

Инструкция: участникам тренинга нужно будет лопнуть как можно больше шариков.

Упражнение «55»

Цель: развить креативное мышление, творческий подход к решению ситуации, сплочение коллектива.

Инструкция: участники должны смастерить интересный образ из подручных средств.

Завершение

Какие чувства вы испытывали во время выполнения упражнения?

Наверное, вы чувствовали, как меняется ваше эмоциональное настроение. Вот вы громко говорили, вы подвигались и у вас повысилось эмоциональное состояние, естественно, уровень энергии.

У вас улучшилось настроение, поднялась энергия, есть некое эмоциональное раскрепощение и легкость. И у вас сейчас состояние воздуха, и это состояние для нас является ресурсным. Понятие ресурсное состояние подразумевает такую совокупность эмоции и энергии, которая оптимально подойдет для той или иной деятельности. Для того, чтобы написать годовой отчет вам нужно состояние земля. Чтобы вы не прыгали, а сидели в теплом кресле, темной комнате и со страхом не ошибиться заполняли нужные графы. Для того, чтобы танцевать на дне рождений у друзей – ресурсным состоянием является воздух: радостное, энергии куча. Когда вы провозжаете в

командировку близкого человека – состояние воды. Вы грустите. Ну и наконец, когда вы занимаетесь спортом, приходите на тренировку в хорошем ресурсном состоянии является огонь. Наушники в уши, запускаете музыку огненную, правильно? Тяните железо, тренер говорит : не расслабляемся , огонь-огонь! В этом состоянии земля не подходит. Для каждой деятельности есть свое ресурсное состояние и даже для того, чтобы уснуть вам нужно состояние земля. А так мы сейчас находимся в состоянии воздуха ну или что-то еще не находится, но хочет , я хочу провести одно упражнение. Все максимально настроились на позитив, сейчас будем у друг-другу классную позитивную энергию просыпать и под музыку поехали

следующее упражнение (музыка энергичная)

Уважаемые гости , на этой доброй ноте мы заканчиваем наш тренинг. Всем спасибо за активное участие. И в конце хочу вам сказать одну очень классную фразу «Если жизнь подбрасывает тебе лимоны, сделай из них лимонад».







Утверждаю:
Директор Костанайского
политехнического высшего колледжа
К.А. Каткенов

ПОЛОЖЕНИЕ

о проведении турнира по волейболу среди коллективов физической культуры Костанайской области посвященный 60-летию Каткенова Кусанна Амангельдиновича.

I. Цели и задачи

- укрепление дружественных связей между коллективами физической культуры;
- привлечение населения к систематическим занятиям физкультурой и спортом;
- формирование здорового образа жизни и организация культурно- спортивного досуга.

II. Руководство проведением турнира

Общее руководство подготовкой и проведением соревнований осуществляет коллектив физической культуры Костанайского политехнического высшего колледжа.

III. Участники турнира

В соревнованиях принимают участие коллективы физической культуры Костанайской области. Состав команды произвольный (на площадке, во время игры, должно быть не менее 4 мужчин и 2 женщины.)

I подгруппа

1. Торгайский гуманитарный колледж

2.. ТОО "ЭПК-forfait"

3. Костанайский политехнический
высший колледж (1)

2 подгруппа.

1. Аркалыкский политехнический колледж

2. АО "Народный Банк Казахстана"
Костанайский филиал

3. Костанайский политехнический
высший колледж (2)

IV. Сроки и место проведения турнира

Соревнования проводятся 29-30 апреля 2022 г. в 14:00 часов в спортивном зале Костанайского политехнического высшего колледжа по адресу: г. Костанай пр-т Кобланды батыра 3.

V. Награждение

Команды занявшие призовые места награждаются кубками и почетными грамотами. Лучшие игроки по номинациям почетными грамотами и памятным призами.

Данное положение является официальным приглашением на турнир



