



**КЫРГЫЗ-ТҮРК "МАНАС" УНИВЕРСИТЕТИ**  
**Физкультура жана Спорт Жогорку Мектеби факультети**  
**Дене тарбия жана спорт мугалими бөлүмү**  
**Курстун программасы**

[www.manas.edu.kg](http://www.manas.edu.kg)

Курстун коду	Курстун аты (Кыргызча)	Курстун аты (Түркчө)	Семестр	Апталык саат	Кредит	ЕКТС
BSY-425	СПОРТТУК КҮРӨШ (ТАН.ГАН СПОРТ ТҮР.Н ТЕО.Ы Ж-А МЕТ.СЫ I)	GÜREŞ (SEÇMELİ UZMANLIK SPOR BRANŞI I)	7	2 + 4	4	7

Курстун деңгээли	Бакалавр
Курстун түрү	Тандоо
Координатор	Дайыр Жамангулов
Курстун мугалими	Дайыр Жамангулов
Курстун тили	Кыргызча
Жардамчылар	*
Аудитория	Güreş Salonu
Курстун максаты	Кесиптик педагогикалык билимдердин калыптанышы, күрөш сабагын берүү үчүн баардык чөйрөдөгү спорттук билимдерди билүү.

**Колдонулуучу адабияттар**

	Колдонулуучу адабияттар	Адабияттын түрү
1	Врачебный контроль в спорте/ Sporda Doktor Kontrolü. М. 19	Китеп
2	Тренеру о юном спортсмене/ Antrenör İçin Genç Sporcu Hakkında. М. ФИС, 1982. 44-81 syf.. S.V.HRUŞEV, M.M. KRUGYI	Китеп
3	Spor Hekimliği. М. ФИС. 2009. с 61-172. İ.V. MAKAROV	Китеп
4	Greko-Romen ve Serbest Güreş. KUPSOV, SARALAEV, ANARKULOV	Китеп
5	Окуу китептер Грек-рим курош А,Г Семонов,Н Ю Неробеев , С В Каваленко, Д А Семенов *Грек рим курошунун техникасы жана методикасы, Уйрөтүү физикалык жана методикасы, теориясы А Д Новикова, Л М Матвеева	Китеп
6	Хрущев. С.В., Кругий.М.М. Тренеру о юном спортсмене. М. ФИС, 1982. с.44-81.	Китеп

**Жетишилчү жыйынтыктар**

1	Күрөш терминалогиясын, тарыхын жана классификациясын билет. Уюштуруу, пландаштыруу жана окутуу-үйрөтүү процессини билет.
2	Күрөш сабагын берүү техникасын жана методикасы. Ар кандай контингенттерде машыктыруу жана үйрөтүү принциптеринин тизилиши.
3	Күрөшчүлөрдү даярдоодо формакологиялык камсыздануу үчүн тамактануунун өзгөчөлүктөрү.
4	Башталгыч билгичтерди билүү үчүн үйрөтүү план тизмесин жасоо. Жетиштүү жана оперативдик пландардын программасын жасоо.
5	Жаштардын спорттун жана массалык түрлөрүн өткөрө билүү, машыктыруучу сабактарды өз алдынча өткөрө билүү. Жаралануу же жарака алууда алдына ала чара көрсөтүү.
6	Тандалган актуалдуу спорт түрлөрүнүн педагогикалык текшерүү жана оңдоо технологиясы менен жана методикалык куралдар менен спортчуларды акыбалын текшерүү.

**Курстун планы**

Апта	Темасы
1. Апта	ДЮСШ да Грек-рим күрөш боюнча сабактарды уюштуруу жана өткөрүү.
2. Апта	Эркин күрөш боюнча окутуу-спорттук ишти пландоо жана каттоо.
3. Апта	Микроциклде жана макроциклде машыктыруучу процесстин түзүү методикасы.
4. Апта	Ар түрдүү квалификациядагы өспүрүм күрөшчүлөрдүн даярдоо методдору жана каражаттары.

**Курстун планы**

5. Апта	Эркин күрөш боюнча мелдештердин эрежелери, уюштуруусу жана өткөрүүсү.
6. Апта	Күрөштүн түрлөрүнүн физиологиялык мүнөздөмөсү. Күрөшчүүлөрдүн тамактануусу.
7. Апта	Күрөшчүүлөрдүн жалпы жана атайын даярдоону ыкмалары жана каражатары.
8. Апта	Ара сынак
9. Апта	Күрөшчүүлөрдүн техникалык даярдоонун методикасы.
10. Апта	Күрөшчүүлөрдүн техникалык-тактикалык даярдыктын анализи.
11. Апта	Күрөшчүүлөрдүн техникалык - тактикалык даярдыктын өркүндөтүү методикасы.
12. Апта	Күрөшчүүлөрдүн эрктик жана психикалык даярдоонун методикасы.
13. Апта	Өспүрүм күрөшчүүлөрдүн тандоонун методикасы, каражаттары, принциптери жана формалары.
14. Апта	Күрөшчүүлөрдүн даярдыктын комплекстик көзөмөлдөө жана илимий методикалык камсыздоо.
15. Апта	Жалпы кайталоо жана сынака даярдануу.
16. Апта	ФИНАЛ

**Баалоо**

<b>Баалоо каражаты</b>	<b>Саны (даана)</b>	<b>Үлүшү (%)</b>	<b>Жалпы үлүшү</b>
Арасынак	1	15	<b>40</b>
Практикалык иш (лаборатория)	1	25	
Финал сынагы	1	25	<b>60</b>
Практикалык иш (лаборатория)	1	35	