www.manas.edu.kg

КЫРГЫЗ-ТҮРК "МАНАС" УНИВЕРСИТЕТИ
Спорт илимдери факультети
Машыктыруучуларды даярдоо бөлүмү
Курстун программасы

Курстун коду	Курстун аты (Кыргызча)	Курстун аты (Түркчө)	Семестр	Апталык саат	Кредит	ECTS
BSY-430	УЛУТУК КҮРӨШ (ТАН.ГАН СПОРТ ТҮР.Н ТЕО.ЫЖ-А МЕТ.СЫ I)	MİLLİ GÜREŞ (SEÇMELİ UZMANLIK SPOR BRANŞI II)	8	2 + 4	4	7

Курстун деңгээли	Бакалавр
Курстун түрү	Тандоо
Курстун мугалими	Дайыр Жамангулов
Курстун тили	Кыргызча
Жардамчылар	*Марат Сейитказиев
Аудитория	GÜREŞ SALONU
Курстун максаты	Эркин курош боюнча даярдоону, машыгуу пландарын тузууну, козомолдоонун турлорун уйронушот

Колдонулуучу адабияттар		
	Колдонулуучу адабияттар	**Адабияттын түрү**
1	Врачебный контроль в спорте/ Sporda Doktor Kontrolü. M. 19	Китеп
2	Тренеру о юном спортсмене/ Antrenör İçin Genç Sporcu Hakkında. M. ФИС, 1982. 44-81 syf.. Китеп S.V.HRUŞEV, M.M. KRUGYI	Китеп
3	Spor Hekimliği. M. ФИС. 2009. c 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 Китеп *Грек рим курошунун техникасы жана методикасы, Уйрөтуу физикалык жана методикасы, теорисы А Д Новикова, Л М Матвеева	Китеп
6	Хрущев. С.В., Кругый.М.М. Тренеру о юном спортсмене. М. ФИС, 1982. с.44-81.	Китеп

Жетишилчү жыйынтыктар	
1	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. Жараланууже 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	Кыргызстандын дене тарбия жана спорт системасындагы эркин күрөштүн орду жана мааниси.
2. Апта	Эркин күрөштүн тактикасы. Классификациясы, түрлөрү. Ыкмалардын мунөздөмөсү.
3. Апта	Эркин күрөштүн техникасы, физикалык сапаттары. Ылдамдык, күч, чыдамкайлык, ыкчамдык, ийилчээктик.
4. Апта	Эркин күрөштүн психикалык сапаттары.
5. Апта	Эркин күрөштө даярдоонун жана өнуктүрүүнүн негиздери. Принциптери. Стадиялары.
6. Апта	Эркин күрөштүн көп жылдык даярдоонун этаптары.
7. Апта	Эркин күрөштүн физикалык даярдоонун каражаттары, методикасы.

Курстун планы	
8. Апта	Ара сынак
9. Апта	Эркин күрөштүн техникалык даярдоонун методикасы.
10. Апта	Эркин күрөштүн тактикалык даярдоонун методикасы.
10. Апта	Эркин күрөштүн тактикалык даярдоонун методикасы.
11. Апта	Жогорку квалификациядагы балбандарды даярдоо системасы.
12. Апта	Эркин күрөштүн жөндөмдүүлүктү аныктоо жана тандоо.
13. Апта	Эркин күрөштө даярдоону пландаштыруу документтери.
14. Апта	Эркин күрөштө перспективдүү, айлык, жумалык, жылдык пландаар.
15. Апта	Эркин күрөштө даярдоодогу педагогикалык жана дарыгердик көзөмөлдөө.
16. Апта	ФИНАЛ

Баалоо			
Баалоо каражаты	**Саны (даана)**	**Үлүшү (%)**	**Жалпы үлүшү**
Арасынак	1	40	**160**
Финал сынагы	1	60	
Финал сынагы	1	60	