

Бапкердің жұмыс дағдылары1

CECS ИААФ II деңгейі

II деңгейлі бапкерлер қандай қасиеттерге ие болу керек және не істеу қажеттілігін білу тиіс?

БІЛІМ

(бірденені білу):

Адамдар/балалар

Оқу

Міндеттер

Жеңіл атлетика

Нәтиже факторлары
(ОФП,
жаттығулар,
ой қабілеті...)

ДАҒДЫЛАР

(істеу):

Жоспарлау/ұйымдастыру

Түсіндіру /ақпарат беру

Көрсету

Бақылау

Сараптау

Кері байланысты қамтамасыз ету

Сауалнама әдісін қолдаңыз

Тыңдау

САПА

(Болу керек):
Спортшы ортада

Ашықтық

Шынайы берілген

Адалдық

Сенімділік

Қамқорлық

Әділдік

Жауапкершілік

II деңгей II Жаттығу процесі

Жоспарлау

Істеу

Сараптау

1. Қарым-қатынасты
қалыптастыру және дамыту

2. Түсіндіру және нақтылау

3. Көрсету

4. Бақылау және талдау

5. Кері байланыс

Жаттығудағы бес
негізгі
дағдысы

Көрсетуді
қамтамасыз ету

Бақылау және
талдау

Нұсқаулық және
түсіндіру

Кері байланыс
қамтамасыз ету

қатынасты
қалыптастыру
және дамыту

Безопасная
окружающая среда

Жаттығудағы бес
негізгі дағды

тренировки

Жаттықтырушы үнемі
қауіпсіз ортаны
қалыптастыруы керек

P. Thompson 2007



3 Әрбір спортшыға
қызығушылық таныту және
құрмет көрсету

2 Күлімсіреу және
қолдау көрсету,
визуальды
байланыс

4 Спортшыларды
есімімен атау

5 Жеңіл атлетиканы
емес споршыны
жаттықтыру

1 Өзіңіздің спортшыңыздың
алдында сенімді бапкер
болыңыз

Қарым-қатынас
ты
қалыптастыру
және дамыту

Қауіпсіздік

P. Thompson 2007



Нұсқаулық және түсіндіру

- Бапкерлер жаттығуда нұсқаулық пен түсіндіруді спортшыларды ұйымдастыру үшін немесе ақпаратты беруге, сондай-ақ жаттығуға байланысты пайдаланады.
- Сіз әрқашан уақытты жоспарлаудан бастаңыз және айтқыңыз келгенді нақты жеткізуді үйреңіз.
- Сөйлесуді бастамас бұрын топқа назар аударып, оларға қызық па? Жоқ па? Соны анықтап алыңыз.
-
- Қарапайым сөйлеуді үйреніп әрі айтқанды өзгелер түсінетіндей болуын қадағалаңыз.
- Ақылды, белсенді адамдардан жиналған топтарды құрыңыз
- Әрқашан олардан сіздің айтқанды түсіне ме, көрсеткіңізді қайталап бере ала ма сол жағын тексеріп отырыңыз.

3 Қарапайым түрде баяндау

4 Спортшыларды санына және қабілеттілігі мен белсендігіне қарай топтарға бөліңіз

2 Назар аударту

5 Түсініктерін тексеріңіз **

1 Сіз айтуға дайындалып жатырсыз



Қауіпсіздік

** Түсінігін тексеріңіз, Спортшылардан қалай істегісі келетінін сұрап біліңіз

Нұсқаулық және түсіндіру

P. Thompson 2007

Демонстрация

Егер демонстрация өткізгіңіз келсе мына шешімдерді қабылдау маңызды:

- Демонстрацияның мақсаты қандай?
- Демонстрация түрі?
 - Бапкер
 - Спортшы
 - Видео
- Демонстрацияны кім орындайды?



Демонстрацияның мақсаты

Демонстрациялар түрлі мақсаттарда қолданылуы мүмкін,
Мысалы:

- жаңа дағдыларды енгізу және көрсету
Толық көлемде
- Үйренген дағдыларыңызды көрсетіп, батыл әрекет жасаңыз
- Дағдылардың жеңілдетілген үлгісін көрсетіңіз
- Ынталандыру немесе көтермелеу

3 Бір немесе екі түйінді
мәселеге ерекше
назар аудару

2 Сізді бәрі естіп, тыңдайтын
позицияны таңдаңыз

4 Сөзсіз демонстрация—
әр түрлі позицияда қайталау

5.«Сіз өзіңіз бақ сынап
көргіңіз келе ме? әлде
жай тамашалайсыз ба?
деген сауал қойыңыз.

1 Демонстрацияның мақсаты
мен түрін анықтау

Қауіпсіздік

Демонстрация

P. Thompson 2007



Бақылау

- Егер жаттықтырушыны қадағалайтын болсаңыз, оның не ойлап және нені бақылайтынын айту қиын
- Жаттықтырушылар нәтижеге көрермендермен салыстырғанда басқаша қарайды
- Барлық жаттықтырушылар «Бапкерлік көз» дағдысын дамытуы керек
- Жаңадан бастаған жаттықтырушылар бақылау кезінде қозғалысқа, дене мүшелеріне баса назар аудару керек.
- Кәсіби дағдылармен айналысатын жаттықтырушы бүкіл қозғалысты көре алады
- Дәл «Бапкердің көзі» ғана қозғалысты бақылап кейін талдау жасауға мүмкіндік береді

Талдау

- Жаттықтырушы көргенін толық түсінген соң, ол бұл әрекетті техникалық модельмен салыстыруы мүмкін
- Шеберлігі жоғары бапкер қайсысы дұрыс, қайсысы бұрыс екенін талдайды
- Сосын жаттықтырушы қандай әрекеттерді жасау керектігін шешеді

Атап айтқанда:

- демонстрация жасайды, өзіне қажетті аспектілерді айқындайды, жаңа дағдыларды меңгеру, әсіресе, спортшылар үшін қажет
- Тиісті түсініктеме береді
- Ештеңе жасамаңыз - «қайтадан жақсы көремін».

2 Техникалық моделіңізбен
салыстырып көріңіз

3 Қайсысы дұрыс, қайыс бұрыс
екенін анықтаңыз

1 Өртүрлі позициядан бірнеше
рет қараңыз

4 Қай әрекет қабылданатынын
шешіңіз



Қауіпсіздік

Бақылау және
талдау

P. Thompson 2007

Түсіндіру және кері байланыс

Түсіндіру және кері байланыс – өте қуатты құрал, жаттықтырушы өзінің шәкіртіне жаңа дағдыларды үйреніп және жоғары жетістіктерге жеткізу үшін қолдануы мүмкін:

- Жаттықтырушы түсіндіруді қалай жүргізу керектігін алдын-ала бірнеше тексеріп көру керек
- Спортшының дұрыс жасағанын тексеріп көріңіз
- Біліктілігі жоғары жаттықтырушы спортшының өзін-өзі тануын арттыру және оқу жағын күшейту үшін зерттеу әдісін пайдаланады
- Бір уақытта бір немесе екі аспектіні талқылау керек
- Спортшылардан жаңа нәрсе жасау үшін жаттықтырушы қолайлы атмосфера қалыптастыруы керек

3 Спортшының өзін-өзі тануы үшін сұрақ қойыңыз

2 Спортшы барлығын дұрыс Істегенін анықтаңыз және қорғаңыз

4 Екі маңызды мәселенің біреуін шектеңіз

5 Позитв сыйлаңыз

1 Түсіндіру жүргізбес бұрын алдын-ала бірнеше рет бақылаңыз

Түсіндіру және кері байланыс

Қауіпсіздік

P. Thompson 2007

Қорытынды

- Жаттығу процесі – бұл жоспар, іс-әрекет, талдау
- Жаттықтырушының рөлі білімді, дағды мен сапаны талап етеді
- Жаттықтырушының бес негізгі дағдысы бар, оның ішінде бапкер өз жұмысын қалай атқаратыны қосылған
- Спортшылар секілді жаттықтырушы да өзінің бапкерлік қабілетін дамыта алады
- Жаттықтырушы өзінің дағдыларын анықтап әрі соны қайталауы тиіс
- Жаттықтырушы өзінің күшті және әлсіз тұсын білуі керек сосын сол бойынша өзін дамытуы қажет

Назар аударғандарыңызға рахмет

