

Бұл жерде біз ұлттық ойындарды пән аралық байланыс құралы ретінде ала отырып, оны кешенді түрде қарастыруды жөн көрдік. Сонда ұлттық ойындардың әмбебап қасиеті ашыла түседі. Ол педагогика пәніне тән категориялардың бәріне бірдей қызмет ететінін көреміз.

Әдебиеттер:

1. Лесгафт П.Ф. Таңдамалы шығармалар жинағы. Т.2 М.,1982 32-б.
2. Жарықбаев Қ.Б. Қазақ этнопедагогикасының дәріс бағдарламасы. Алматы, 1993,52-б.
3. Сағындықов Е. Қазақтың ұлттық ойындары. А., 1991.52-б.

## **Қазіргі дәуірдегі дене шынықтыру және спорт: проблемалар мен болашақ бағыттар**

Аксериков Г.Е., Масатова Н.Б., Кабдрашев М.С., Туребаев Б.К.  
Х.Досмұхамедов атындағы Атырау университеті

### **ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ САБАҚТАРЫНДА ҚОЗҒАЛМАЛЫ ОЙЫНДАРДЫ ӨТКІЗУ**

Қазіргі кезеңдегі қоғамдағы ізгілікке, рухани мәдениеттілік пен дене мәдениетін дамыту, жаңа дүниетанымдық көзқарастарын салауаттылық дағдыларымен ұштастыра отырып, жастарға жалпыадамзаттық және ұлттық құндылықтарды – тәрбие тағылымдарын меңгерту арқылы дене тәрбиесін беру өзектілігі артуда. Еліміздің мемлекеттік болмысын қалыптастыру, оның егемендігін нығайтып, ұлттық сана мен тәрбиемізді қалпына келтіре отырып, әлемдік өркениетке ұмтылудың көрсеткіштерінің бірі спорт және дене шынықтыру салаларындағы жетістіктер маңызды орын алатыны белгілі.

Бұл мәселе Қазақстан Республикасының “Білім беру туралы” Заңында, “Қазақстан – 2050” бағдарламасында, Қазақстан Республикасында дене шынықтыру мен спортты дамытудың 2025 жылға дейінгі тұжырымдамасын бекіту туралы қаулысы мен ҚР тәлім-тәрбие тұжырымдамаларында білім беру жүйесінің басты міндеттерінің бірі ретінде көрсетілген[1].

Тәуелсіз ел тірегі білімді ұрпақ десек, жаңа дәуірдің күн тәртібінде тұрған келесі мәселе – тәрбиелей отырып, білім беру, ғылымды дамыту. Өркениетті дамудың өзегі білім, ғылым, тәрбие екендігіне ешкімнің таласы жоқ[2].

Қазақстан Республикасының «Білім беру туралы» Заңында білім беру жүйесі міндеттерінің бірі – қоғамдық дамудағы жинақталған озық педагогикалық ой мен тәжірибені зерделеудің маңыздылығы туралы айтылған. Бүгінгі таңда жеке тұлғаны дамыту мәселесіне жаңаша көзқараспен қарап, оны әлемдік ғылым мен прогресс деңгейіне сәйкес, білім мен ғасырлар бойы қалыптасқан тәрбие әдістері мен тәсілдерін ұштастырып, өмір тәжірибесінен сыннан өткен әдептілік, сыпайылық адамдық пен инабаттылық, іскерлік, мейірімділік, дарындылық, қайырымдылық, еңбексүйгіштік, үлкенді сыйлау, оған ілтипат көрсету сияқты қасиеттерді, сондай-ақ жас ұрпақтан өркениетті қоғамның ерікті, өз бас бостандығын қорғай алатын, бүкіл адамзат құндылығын бағалай алатын дені сау, ой еңбегі мен дене еңбегіне бірдей қабілетті, дене күші-ақылына, ақылы-дене күшіне сай азамат тәрбиелеу қажет[3].

Қай заманда болмасын, жас ұрпақтың өнеге тұтар өзіндік ұлттық тәлім-тәрбиесі болатыны аян. Егеменді қазақ мемлекетінің болашақ ұрпақтарының сана-сезімін, ұлттық психологиясын сонау ерте замандағы ата-бабалар салт-дәстүрлермен сабақтастыра тәрбиелеу – қазіргі күннің ең өзекті мәселесі.

Халықтық даналық ойлары халық педагогикасының шамшырағы болған жазушы, ақын-жыраулар, олардың даналық сөздерінің этикалық, эстетикалық, философиялық, педагогикалық маңызы өте зор. Олардың өсиет сөздерінде, өлеңдерінде, жырларында

шәкірттерге психологиялық, этикалық кеңестер беріп, өнер-білімді игеру, ел қамын, оның келешегін ойлау мәселесі де баяндалған. Халықтың даналық сөздерінің мазмұнын ашу, жастардың дүниеге, ұлы адамдардың еңбектеріне деген сүйіспеншілік көзқарастарын қалыптастыру, адамгершілік сезімін ояту - ұрпақ тәрбиесінде басты мәселе екені сөзсіз.

Ойын баланың өмірінде маңызды орын алады. Бірақ түрлі ойындардың арасынан шапшаң қимылды ойындарды айрықша бөліп айтуға болады, өйткені оларда барлық ойынға қатысушылар өте белсенді қимыл-қозғалыс әрекеттеріне қатыстырылады. Бұл әрекеттер ойынның ережелері мен ағымына байланысты және балалардың алдына үлкендер немесе олардың өзі қойған белгілі бір шартты мақсатқа жетуге бағытталған. Ауыл және қалада жастар арасында шапшаң қимылды ойындар кең тараған. Ешбір халық мерекелері олаосыз өткен емес.

Халық арасына көп тараған шапшаң қимылды ойындар өздігінен еркін пайда болды, олардың ұзақтығы шектелмеді; ойынның қарапайым ережелері, қимылдарға қойылатын талаптар ойынға қатысушылардың жалпы келісімімен қалыптасты, ойнаушылар әрқашан қай жерде, қашан ойнауды, қайда қашуға болатынын, жүргізушіге қанша адамды ұстап алу керектігін және т.с.с. өздері шешті.

Педагогикалық ойдың дамуына байланысты халықтық ойындардың ішінен тәрбиелік маңызы өте жоғарылары біртіндеп таңдалады. Ұзақ тәжірибенің арқасында олардың мазмұны айқындалып, ережелері қалыптастырылды, арнайы тәрбиелік мақсаттарды көздеген жаңа ойындар жасалды.

Мазмұны мен балаларды ұйымдастыруы жағынан ойындардың сан алуандығы олардың ішінен күн мезгіліне, өткізілу шарттарына сай, балалардың жасына қарай, олардың деңгейін ескеріп, сондай-ақ педагогтың алдына қойған мақсаттарына тура келетіндей етіп таңдап алуға мүмкіндік береді[4].

Балалардың денін сауықтыру мен бекіту, қажетті қимылдарға бейімділігін қалыптастыру, балалардың көңіл-күйінің көтеріңкі болуына жағдай жасау, оларды тәртіп пен достық қарым-қатынастарға, өз құрдастарының арасында іс-әрекет жасауға баулу, олардың сөз байлығы мен сөйлеу дағдыларын жетілдіру-міне, педагогтың саналуан ойындық тапсырмалар арқылы іске асыра алатын тәрбиелік мақсаттары. Халық ойындарын іс-жүзінде өткізу оларды тереңірек зерттеп, іріктеуді қажет етеді. Халық ойындарына толыққанды сипаттаманы олардың пайда болуын және дамуын зерттеуді оларды этнографиялық зерттеу, педагогикалық бақылау мен пікірлерге сүйене отырып жүргізгенде ғана беруге болады.

Қазақтардың ойындарына өз кезінде Орта Азия халықтарының ойындары әсерін тигізіп отырды, сол сияқты керісінше, кейбір Орта Азия халықтары қазақтардың бірқатар қызықты ойындарын өздеріне бейімдеді.

Сіздердің назарларыңызға ұсынылып отырған қазақтардың ұлттық ойындары жоғары қызығушылыққа ие: бұл дене тәрбиесінің тамаша құралы; олар мазмұны мен сыртқы түрі жағынан да өте саналуан.

Қазақтың ұлттық ойындары командалық және командалық емес деп бөлінеді. Кейбір ойындар спорттың түрлеріне және жергілікті ойындарға дайындық ретінде қолданылуы мүмкін. Осы жұмыстың негізгі мақсаты-кейбір қазақтың ұлттық ойындарын мектеп оқушыларының дене тәрбиесі бағдарламасында пайдалануға ұсыну. Қазақтың ұлттық ойындарын оқушылармен жұмыста қолдану мынаны көрсетті бұл ойындар оқушылардың дене тәрбиесінің негізгі мәселелерін табысты шешуге, олардың денсаулығын жақсартып, өмірлік маңызды қимылдық бейімділіктерін қалыптастыруға өте пайдалы. Олар оқушыларға белгілі бір тәрбиелік әсерін тигізеді: батырлық пен батылдыққа, табандылыққа, ұстамдылыққа, ұйымшылдыққа, жолдастық өзара көмекке, саналы тәртіпке үйретеді.

Ұсынылған ойындар сауықтыру мәселелерін шешуге де өз үлесін қосады: жүру, жүгіру, секіру, лақтыру икемділіктерін дамытады. Кейбір ойындар оқушыларға гимнастика, жеңіл атлетика және спорттық ойындарда алған біліктерін жетілдіруге көмектеседі. Бұл ойындарды біз жеке спорт түрлеріне дайындық топтарына жіктедік[5].

Ұлттық ойындарда кейбір қиындықтар бар, оларды жеңу үшін оқушылар тиісті күш-жігер жұмсауы тиіс. Қазіргі заман педагогикасында білімдік және тәрбиелік мақсаттар өзара

тығыз байланыста. Сондықтан, білімдік мәселелерді шеше отырып, тәрбиелік мақсаттарды орындаймыз, ойын барысында табандылық, ұстамдылық, сабырлылық, жеңіске деген құлшыныс сияқты көптеген тұлғалық қасиеттер қалыптасады.

Қазақ ұлттық ойындарында ойыншылар арасында белгілі қарым-қатыныстар орнататын ережелер бар. Әрбір ойында ойыншылар сол ережелерге сай әрекет етуі тиіс. Ақырында, сол ережелерге сай ойыншылар тиісті іс-әрекеттерді таңдауы керек болады. Осы мақсатқа сай жинақталған ойындардың ішінен төмендегілері таңдап алынды:

#### 1.«Әуе таяқ»

Өту орны, құрал-сайманы. Алаң. Ойынға таяқтар керек: ұзындығы 8 см жуандығы 3-4 см және ұзындығы 70-80см жуандығы 3-4см.

Дайындық. Ойыншылар екі командаға бөлінеді. Әр команданың капитаны болады. Ойын басталар алдында капитандар жеребе тартады-қайсы команда ойынды бастайды. Командалар бір-бірінен 3м қашықтықта қатар түзеп тұрады. Ойынды бастаушылардың қолында ұзындығы 8см таяқтар.

Ойынның сипаттамасы. Капитан таяқты құлаштап жоғары алысқа лақтырады. Екінші команданың капитаны оны мұқият бақылап тұрады да, таяқ лақтырылғаннан кейін ол өзінің таяғын (ұзындығы 70-90см) лақтырып, ұшып бара жатқан таяққа тигізуге тырысады. Егер ол тигізе алса, оның командасы ұпай алады, сөйтіп таяқты лақтыру кезегі осы команданың келесі ойыншысына тиеді. Ал егер ол тигізе алмаса, онда таяқты лақтыру кезегі алғашқы команданың келесі ойыншысына беріледі. Ойын уақытпен шектеледі немесе келісілген ұпай санына дейін жалғасады.

Ережелері.

1. Бір ойыншыға таяқты бірнеше рет лақтыруға болмайды.

2. Ойыншыларға таяқ лақтырылып жатқан алаңда тұруға болмайды.

Ойынның педагогикалық мәнісі. Ойын кезінде қозғалыстағы нысанаға лақтыру икемділіктері жетіледі, дербестігі мен ынтасы артады, балалардың өзін-өзі сырттай бағалауына мүмкіндік жасалады, олардың ептілігі мен шапшандығы дамиды. Басым қимыл қозғалыстағы нысанаға таяқты лақтыру болып табылады.

Әдістемелік нұсқаулар. Бұл ойынға көп ойыншының қажеті жоқ. Сондықтан ойыншылар саны қырық немесе одан да көп болса, оларды қыздардың санын теңдей етіп 2-3 топқа бөлген жөн.

Бұл ойын гранат лақтыруға дайындық ретінде, сондай-ақ қозғалыстағы нысанаға лақтыру икемділіктерін жетілдіруге ұсынылады.

Балалардың қимыл-қозғалыс ойындардың қоғамдық пайдалы еңбек пен үйлестіріп жүргізудің үлкен тәрбиелік мәні бар. Мысалы, туған өлкенің табиғи байлығы мен танысу, орман шаруашылығын, қорықтарды, бассейндерді қорғау, кейбір жеңіл-желпі ауыл-шаруашылық жұмыстарын шефке алу т.б.

Сонымен мектепте дене тәрбиесі жұмыстарының сыныптан тыс барлық түрлері оқушылардың жас ерекшеліктеріне, ал оқыту процесінде әр сыныпқа арналған оқыту бағдарламаларына сәйкес жүргізіледі.

Қазақ халқы материалдық мұраларға қоса мәдени қазыналарға да аса бай халықтардың бірі. Сондай қомақты дүниелер қатарына ұлт ойындары да жатады. Бүгінгі замандастарымыз бен болашақ ұрпақтарыңыздың оларды көп үйреніп, өздерінің кім екендіктеріне барлау жасауына, ата-бабаларының психологиялық болмысы мен ойлау жүйелеріне зер салаларына, көздеген мақсаттарына саралап, жете білулеріне, дәстүрлер жалғасын өрістетіп, өткен мен бүгінгіні байланыстыра білулеріне, сөйтіп, мәңгірттік атаулыға тосқауыл қоюларына ұлттық ойындар септігін тигізеді деген пікірдеміз.

Әдебиеттер:

1 Қазақстан Республикасының «Білім туралы» Заңы.- № 319 – Астана, 2007ж.

2 ҚР Президентінің «Қазақстан-2050» стратегиясы қалыптасқан мемлекеттің жана саяси бағыты» атты Қазақстан халқына Жолдауы - желтоқсан, 2012 ж.

3 Қазақстан Республикасында дене шынықтыру мен спортты дамытудың 2025 жылға дейінгі тұжырымдамасын бекіту туралы қаулысы Қазақстан Республикасы Үкіметінің 2015 жылғы 23 желтоқсандағы № 1037 қаулысы.

4 Қазақстан Республикасы. Тәлім-тәрбие тұжырымдамасы // Қазақст мұғалімі, 1995.

5. Бүркітбаев Ә. Спорттың ұлттық түрлері және оның тәрбиелік мәні. – Алматы, 1985. – 84 б.

Ануар С.

Е.А.Бөкетов атындағы Қарағанды университеті

Аязбаев Ә.

А.Байтұрсынов ат. мектеп-гимназия Қарағанды қаласы

Мусаева А.Қ.

Токаревка орта жалпы білім беру тірек мектебі (РО)

Шакенов С.Ж.

№18 ЖББМ, Қарағанды қаласы

### **МЕКТЕП ЖАСЫНДАҒЫ БАЛАЛАРДЫҢ ДЕНСАУЛЫҒЫНА ШАҒЫ СПОРТЫНЫҢ ӘСЕРІ**

Қазақстан Республикасының әлемдік өркениетке, демократиялық дәстүрге өту жағдайында адамзат қоғамының ғасырлар бойы жинақтаған жалпы құндылықтар мұрасына ден қоюы, рухани-адамгершілік негізінде дене тәрбиесін сабақтастықта дамытып, салауатты өмір сүру дағдылары арқылы дене мәдениетін қалыптастыру өзектілігі артуда – бұл туралы Қазақстан Республикасы «Дене шынықтыру және спорт» туралы заңында айтылған болатын[1].

Оқушылардың дене тәрбиесін, жаңа технология мен озат тәжірибені ұлттық және жалпыадамзаттық құндылық қағидаларымен сабақтастыра зерттеу – бүгінгі күн талабынан туындап отырған педагогика ғылымының міндеттерінің бірі.

Жасөспірімдердің дене тәрбиесінің мәнін бүгінгі жаңа заман талабына сәйкес қарастыру – бұл адамды өзі өмір сүрген ортаның жемісі ғана емес, сол ортадағы дене мәдениеті, адамгершілік қарым-қатынасы әрекетімен көрінетін субъект деп танылуымен айқындалады.

Шаңғышының спортпен жаттығуы-шұғылданушының организміні жетілдіруге, олардың белгілі бір қимылдарын қалыптастыруға және шаңғы тебу спортындағы биік көрсеткіштерге жетудегі-ұзақ көпжылдық үдеріс [2].

Шаңғы тебу спортындағы жаттығудың басты мақсаты – бұл өз жасына келісетін биік көрсеткіштерге жету және де шаңғы тебу спортының таңдаулы төрінде шеберлікке ие болу[3].

Көпжылдық дайындық - ол тәрбиелеу, үйрету және жаттығу процестерінің жиынтығынан тұратын көрделі жүйе. Бұл процестер бір-бірімен тығыз байланысты.

Тәрбиелеу процесінде шаңғышы-спортшының өзіндік қасиеттерінің жан-жақты және үйлесімді дамуы көзделеді. Ол- еңбекке баулу, қоғамдық жұмысқа баулу және Отанымызға қорғауға тәрбиелеу. Басты мақсаттарының бірі болып:

-азаматтылық пен патриотизмді қалыптастыру;

-биік моральді жігері, үйлесімді дамыған дені сау азаматты

-үйрету процесінде спортшылар шаңғымен жүруде қажет барлық жарақтарымен танысады,

-шаңғы тебу спортының әдісін өйреніп жетілдіреді,

-керекті теориялық білім алады және спорттық практикалық нәуестемелерін өйренеді,

-тазалық пен өзін-өзі тексеруге, ұстауға үйренеді.

Арнайы денешынықтыру дайындығы-шаңғы тебу спортының белгілі бір төрінде арнайы қасиеттерді жетілдіруге бағытталған. Арнайы денешынықтыру дайындығы өзінде үш топтағы жаттығуларды құрайды: