

Пайдаланылған әдебиеттер тізімі

1. Қазақстан Республикасының жалпы білім беретін мектептері педагогтерінің біліктілігін арттыру курстарының Бағдарламасы, үшінші басылым, «НЗМ» ДББҰ, 2012.
2. Бешімбаева Қ.Е. Білім алушының тілдік құзыреттілігін жетілдірудегі критериалды бағалау жүйесі. Әдістемелік нұсқау, 11-бет.
3. Мұғалімге арналған нұсқаулық «Информатика» пәні бойынша педагог кадрлардың біліктілігін арттыру курсының білім беру бағдарламасы. «Назарбаев Зияткерлік мектептері» ДББҰ Педагогикалық шеберлік орталығы, 2016.
4. Мұғалімге арналған нұсқаулық «Оқыту үшін бағалау және оқуды бағалау», 55-бет, 107-бет.

Мусаева А.Қ., Академик Е.А.Бөкетов атындағы Қарағанды мемлекеттік университеті, Дене мәдениеті және спорт, ДШЖС-42 тобының студенті
(*Ғылыми жетекшілер – п.ғ.к., доцент А.Н.Иманбетов., п.ғ.к., профессор Н.Р. Раматов*)

ӘЙЕЛДЕР СПОРТЫНЫҢ МҮМКІНДІКТЕРІ МЕН КЕЙБІР МӘСЕЛЕЛЕРІ

Қазіргі таңда Қазақстан Республикасының әлеуметтік-экономикалық дамуы барысында саяси-идеологиялық, рухани тұрғыдан жаңаруына сай жас ұрпақты салаутты рухта тәрбиелеу өзекті мәселеге айналып отыр[1].

Мұндай мазмұндағы мемлекеттік талап-міндеттер, бүгінде жас ұрпақты деншынықтырумен айналысуға шақыруы жалпы ұлттық сипатқа ие болып отырғандығын көрсетеді. Бұл бағыттағы күрделі тәрбие үдерісі әр отбасынан бастау алып, білім беру жүйелерінде үздіксіз, кешенді жүргізілуін талап етеді[2].

Жастарды салаутты өмір салтына шақыруда тәрбиенің құрамдас бөлігі және біздің анықтауымызша жастардың отанға деген сезімін қалыптастыруға бағытталатын мақсатты ұйымдастырылған және басқарылатын психологиялық-педагогикалық үдеріс болып табылады. Спорттағы жетістіктер, ерлік патриотизмнің ең жоғары әлеуметтік белсенділігі тұрғысында жеке тұлғаның мінез-құлқы мен санасында нақты сапалық көріністерді білдіреді.

Әлемдегі дамыған елдер қатарына теңесу тікелей өз отанын сүйетін, отаншыл ұрпақ тәрбиесіне тікелей байланысты болатынын ескерсек, өскелең ұрпақты тек рухани-мәдени таным арқылы, тарихи сана негізінде, тәрбиелеу бүгінгі мемлекетіміздің басты ұстанымы болып отыр[3].

Сондықтан, Елбасы –өзінің бағдарламаларында біз басқа өркениетке ұмтылған елдер секілді өскелең ұрпақты салаутты өмір салтын ұстанып деншынықтырумен күнделікті шұғылдануға талпынуымыз қажет екенін ескертеді[4].

Біз барлық оқу орындарында, оның ішінде арнайы мамандандырылған спорт мектептеріндегі спорттық жаттығуларда, әйелдер спорты түрлерінде бұл мәселелерде ғылыми педагогикалық тұрғыда арнайы зерттеудің қажет екендігі анықталды.

Алдағы уақытта Қазақстанды әлемге мойындататын нағыз шынайы қазақстандық рухы бар, отаншыл жастар ғана таныта алады.

Жалпы қай қоғам болмасын сол қоғамға лайықты ұрпақ тәрбиелеуге тырысқан. Біз қозғағалы отырған әйелдер спорты қазақстанда кенже қалып қойған саланың бірі. Әйелдер болашақ жас ұрпақты өмірге келтіретін ана десек, қай кезде болмасын ұрпақ тәрбиесінде өзекті мәселе болған.

Республикамыздағы спорт мектептері мардымсыз жұмыс жүргізіуде деген сауал туатыны белгілі, осы тұрғыда әйелдер спорты осы мардымсыз дамыған болып қалуда. Біздің тандап алып отырған мәселе осы жағдайлардан туындап отыр.

Әйелдер спорты көрші ресей мемлекетінде де даму үстінде. Сондықтанда оқу-жаттығуларына арналған әдістемелік құралдар аздық етіп отыр.

Шет елдік зерттеушілер ғылыми еңбектерге шолу жасау барысында түйгеніміз, болашақ спортшылар дайындайтын арнайы спорт мектептерінде немесе еліміздің намысын қорғап жүрген спорт мектептеріне қатысты мәселе арнайы ғылыми-зерттеу жұмысы ретінде қарастырылмаған және де бұлар туралы мұрағат құжаттары, озық тәжірибелер тарихи-педагогикалық тұрғыда толық қанды зерделенбеген.

Бұл айтылғандардан әйелдер спортының дамуына ат салысып, жеткілікті дәрежеде назар аударылмайтындығы арасында және арнайы спорт мектептеріндегі әйелдер спорты арқылы

болашақ спортшылармен жұмыс барысында оларға денсаулықты нығайту бағытында тәрбие жүргізуге мүмкіндіктің молдығы мен бұл бағытта арнайы теориялық және әдістемелік тұрғыда зерттеудің болмауы айқындалды.

Алдағы уақытта арнайы спорт мектептерінде қыз балаларды денешынықтыру мен спортқа баулуда қайшылықтарды шешудің жолдарын іздестіру, біздің зерттеу жұмысымыздың тақырыбын анықтауға негіз болып отыр.

Жалпы қазіргі уақыттахалықаралық спорт қауымдастықтары мойындаған қазақстанда жақсы дамыған әйелдер спортына мына спорт түрлерін жатқызуға болады:

- Әйелдер күресі;
- Дзюдо;
- Самбо;
- Волейбол;
- Көркем гимнастика;
- Ауыр атлетика;
- Бокс;
- Коньки;
- Шаңғы;
- Биатлон.

Спорт түрлерінің қыз балалардың ағзасына ауырлық түсірететін белгілі. Сондықтан қыз балалар грек-рим күресімен шұғылдана алмайды. Өйткені әйелдер ағзасына өте көп ауырлық түсетіні дәлелденді. Жалпы біз зерттеуімізде әйелдердің мына спорт түрлерімен әуестенбеуіне ұсыныстар берер едік. Ауыр атлетика, Бокс, Хоккей, Футбол, Күрес түрлері, бодибилдинг, пауэрлифтинг, аралас жепке-жек т.б. спорт түрлері.

Мысалы осындан отыз жыл бұрын біз білетін хоккей, футбол ойындарының әйелдердің айналысатыны туралы естімеген де едік. Ал ауыр атлетика, бодибилдинг, пауэрлифтинг, аралас жепке-жек спорт түрлерімен әйелдердің айналысуына қарсымыз. Теледидардан осы жазда футболдан Францияда өткен әлем біріншіліктері күнделігінде әйелдер футболы ерлер футболымен барлық жағынан тең болу керек деген пікірлер білдірілді.

Бұл жағдайда әйелдер мен ерлер футболының ойын жылдамдығы, динамикасы мен тартымдылығы жер мен көктей екендігін байқап жүрміз. Осыдан ер футболшылар мен әйел футболшының алатын ақшасының да айырмашылығы едәуір болатыны сөзсіз.

Ал хоккей ойынына келетін болсақ орыс халқында мынадай өлең сөздері бар «Хоккей играет настоящи мужчины- трус не играет хоккей». Бұл дегеніміз хоккей ойынның тек ер кісілерге ғана тән екендігін көрсетеді. Хоккейді нағыз ерлер спорты деп атауында көп гәп бар. Ондағы күштік әдістер мен ауыр жарақаттар, шайбаның бетке тиіп, тісті сындыруы аруларға тән еместігінде болып отыр.

Осындай жәйттерде көптеп келтіруге болады. Бірақ қазіргі заманғы жаһандық интеграция спортың да жаһандық болуына себепші болып отыр. Дегенмен өз ел мен халықтың өз ерекшелігі мен пәлсафасы бар. Қазақ қыздарына өздеріне тән емес спорт түрлерімен айналысу қандайда бір жаһандықты қажет етпейді деп ойлаймыз.

Біз бұнымен әйелдердің спортпен шұғылдануына қарсылық білдірмейміз, бірақ әйел затына тән емес спорт түрлерімен айналыспауына шақырамыз. Әйелдер, әсіресе қазақ әйелдері көрем гимнастика, волейбол, гимнастика, жеңіл атлетика спортымен шұғылданғаны дұрыс деген пікірдеміз.

Осы жерде орыс халқының мына фраза тағы еске келеді «Физкультура лечит, спорт колечит». Жалпы әйелдердің спортпен шұғылданғанынан гөрі денешынықтырумен шұғылданғаны дұрыс болар еді - деген пікірдеміз.

Спорттағы ауыр жаттығулар мен оқу-жаттығу жиындары, осылардың барлығы адам ағзасына әсер етіні белгілі. Сондықтан әйел затының келешекте ана атанатынын ескере отырып, мұндай ауыр жүктемені алмағаны дұрыс болар еді.

Қорыта келе, біз өз зерттеуімізде әйелдердің ерекше жаратылған жандар екенін және олардың ауыр спорт түрлерімен шұғылданбауын ескертуді мақсат еткен болатынбыз. Бұл жерде біз әлемдік спорттан қалып қоямыз деген қорқыныш болмауы тиіс. Өйткені жоғарыда атлған спорт түрлерінен Қазақстан мемлекетті әлемдік әйелдер спортына ешқандай әсер етпейді. Осы жағдайларды ескере келе қыз балалардың болашақ аналарға тән спорт түрін таңдаса екен дегенді айтпақпыз.

Пайдаланылған әдебиеттер тізімі

- 1 Мемлекет басшысы Нұрсұлтан Назарбаевтың «Қазақстан жолы-2050: Бір мақсат, бір мүдде, бір болашақ» атты Қазақстан халқына Жолдауы 17 қаңтар 2014 жыл;
- 2 Қазақстан Республикасы «Дене шынықтыру және спорт» туралы заңы 3-ші шілде 2014 жыл № 228-V
- 3 ҚР Президенті Н.Назарбаевтың Қазақстан халқына «Нұрлы жол - болашаққа бастар жол» Жолдауы 11 қараша 2014 жыл;
- 4 ҚР Президентінің «Қазақстан-2050» стратегиясы қалыптасқан мемлекеттің жаңа саяси бағыты» атты Қазақстан халқына Жолдауы 14 желтоқсан 2012 жыл.

Мықтыбеков С.Д., Академик Е.А.Бөкетов атындағы Қарағанды мемлекеттік университеті, ДМЖС факультеті, ДШЖС- 21 топ
(*Ғылыми жетекші – аға оқытушы Дүйсебаев Б.Т.*)

ОҚУШЫЛАРДЫҢ ДЕНЕ ДАЙЫНДЫҒЫ ДЕҢГЕЙІНЕ ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ САБАҒЫНЫҢ ӘСЕРІ

Қазақстан республикасының дамып келе жатқан елдердің қатарына қосылу мақсатында, қазіргі жасөспірімдердің саналы азамат болып, тұлға ретінде дамуына барлық жағдайлар жасалуда. Өркениетті қоғам үшін қымбат қазына – жеке тұлға, оның даму, қалыптасуы мен өмірі десек, бүгінгі жас ұрпақтың осы қымбат қазынаны бағалай білуі аса маңызды.

Қазіргі таңда елімізді шет елдерге танытуда спорт түрлері бойынша жетістіктер аз емес. Спортшылардың спорттық және мәдени жеке тұлғалық дамуының халықаралық талаптары мен стандарттарының спорттық жоғары деңгейі олардың әлеуметтік-педагогикалық қамтамасыз етілуі қалыптасуда.

90-шы жылдардың басында дене тәрбиесі сабақтарын ұйымдастыру мен өткізудің альтернативтік формаларын құруға қажеттілігі оқушыларды денелік тәрбиелеу бағдарламаларының тиімді нұсқаларының пайда болуына әкеледі.

Көтерілетін мәселенің маңыздылығы оқушылардың қозғалыс белсенділігінің төмендеуі аясында олардың ақыл-ой еңбегінің қарқындылығының күрт өсуіне байланысты студенттердің денсаулық жағдайының, дене бітімінің дамуы мен дене дайындығының нашарлауы орын алуына байланысты артады.

Бірақ барлық бағдарламалар толық көлемде барлық аймақтық жағдайды, ұлттық дәстүрлерді, оқытушы мен балалардың талаптарын ескеруге рұқсат етпейді. Сондықтан мектептегі дене тәрбиесін қайта құруға бағытталған зерттеулер жалғасуда.

Олармен ең алдымен оқытушының шығармашылық ынтасын жоғарлатумен пайдаланылатын құралдар мен әдістердің құрамын кеңейтумен байланысты.

Волейболмен шұғылдану – денсаулықты нығайту мен оны дамытудың әсерлі құралы. Волейбол өзінің жеңілдігімен, қозғалғыштығымен, техникалық-тактикалық тәсілдерінің алуан түрлілігімен, әсерлі көріністерімен қызықтырып қана қоймай, сонымен бірге жекешілдік және ұжымшылдығымен және де көптеген мамандардың пікірінше, жан-жақты дене дамуы үшін қажетті тиімді құрал болып табылады.

Волейболдың танымалдылығы мен оны дене тәрбиесі жүйесінде қолдану, біріншіден, ойынның кез-келген жастағы адамдарға қол жетімділігімен, ойын ережесінің, құрал-жабдықтардың қарапайымдылығымен, ойын сайысының әсерлі көріністерімен, оны жан-жақты дене дамыту мен денсаулықты нығайту үшін пайдалану және жастардың бос уақытын ұйымдастыру барысында әсерлі әрі пайдалы белсенді демалыс түрі ретінде пайдалану мүмкіндігіне себепші болады [1].

Арнайы әдебиеттерді талдау барысында көргеніміз: әртүрлі спорт біліктілігі бар волейболшылардың дене және техникалық дайындығына үлкен көңіл бөлінеді. Бірақ жасөспірім волейболшылардың арнайы дайындық кезіндегі дене қасиеттері мен спорттық техникалық элементтерінің өзара байланысының даму деңгейі жүйелі зерттелмеген, сондықтан бұл проблема маңызды әрі өзекті болып отыр.

Волейбол спорттың кеңінен таралған түрі, ол халықаралық құрметке бөленді. Волейбол ойнау үшін келесі қасиеттер қажет: жылдам жүгіру, қозғалыс бағытын жылдам өзгерту, жоғары секіру, күш- қуатты, епті, төзімді болу. Ойын кезіндегі сезімділік, ойынмен айналысатындардың жүрек- тамыр жүйесі демалыс аппараттарының жоғары соғуына