

Бала бойындағы танымдық процестер, соның ішінде қиялдың көрініс табуы үлкен маңызға ие. Қиял - баланың ойлауын мен қиялдауын қалыптастырады. Қиялды балада дамыту мен қалыптастыру өте жас кезінен қадағалап, болашақ ұрпағымыздың саналы да ақылды, ойы ұшқыр болуы үшін қиялдылықты тәрбиелеуіміз қажет. Бала дамуында танымдық процестерді жетік игерте алсақ, онда болашақ бүлдіршіндердің сана – сезімінің қалыптасуы жоғары деңгейде көрініс табатын еді.

Әдебиеттер

- 1 Қазақстан Республикасының Президенті Н.Ә. Назарбаевтың жолдауы, 2014, Астана.
- 2 Тебенова Қ.С., Рымханова А.Р. Арнайы психология. – А., 2011.
- 3 Жарықбаев Қ., Саңғылбаев О. Психология энциклопедиялық сөздік. – А., 2011.
- 4 Түрікпен – Ұлы Ж., Мұздыбаева Б. Тәрбие психологиясы. – А., 2008.
- 5 Мухина В.С. Мектеп жасына дейінгі балалар психологиясы. – А., 1986.

Медиева С.Х.

Е.А.Бөкетов атындағы ҚарМУ

БАСТАУЫШ СЫНЫП ОҚУШЫЛАРЫНЫҢ ДЕНЕ ТӘРБИЕСІ БОЙЫНША ҰСТАНЫМДАРЫ

Спорт-оқушылардың денсаулығын нығайтатын, дене күшін, қозғалыс дағдыларын және моральдық-еріктік қасиеттерін дамытатын дене тәрбиесінің құралы. Дене тәрбиесіндегі маңызды құралдарының бірі - табиғи факторлар: күн көзі, ауа, суға шомылу, душ қабылдау.

Дене жаттығулары - бұл саналы түрде орындалған қимылдар және қозғалтқыш әрекеттер. Дене жаттығулары бұлшық ет жүйесін, қан айналымын және тыныс алу мүшелерін дамытады.

Бастауыш сынып оқушыларының қатарына I-IV сыныпта оқитын 7-11 жастағы оқушылар жатады.

Бастауыш сынып жасындағы оқушылардың дене тәрбиесі міндеттері төмендегідей:

- денсаулықты нығайту, шынықтыру, жан-жақты дене дамуына көмектесу, жалпақ табандылықтың алдын алу, бала ағзасының жағымсыз сыртқы орта әсеріне қарсылық күшін қалыптастыру;

Таза ауада дене тәрбиесі жаттығуларымен айналысу, ойнау, секіру, лақтыру, шаңғы тебу, жүгіру баланың бұлшық еттерін дамытады, жүрек-қан тамыры жүйесін, тыныс алу жүйесін, сүйек-тірек аппаратын т.б. ағза жүйелерін нығайтады, шынықтырады. Баланың мүсін, тұлға түзулігі қалыптасады. Мектепте балаларды дене тәрбиесімен жүйелі, белсенді шұғылдандыру келесідей міндеттері қамтиды:

- дене тәрбиесі жаттығулары, гигиеналық дағдылар, күн тәртібі туралы арнайы білім беру. Ол білімдер: дене тәрбиесі жаттығуларының ағзаға пайдалы әсері, гигиеналық ережелер, тамақтану, демалу, жұмыс тәртіптері;

- оқушылардың өмірге керек қозғалыс ептілігі мен дағдысын қалыптастыру, оларды жаңа қозғалыстарға, қимыл-әрекеттерге үйрету. Бағдарламада берілген барлық негізгі спорт түрлерінің жаттығуларын дұрыс орындай білу;

- дене қасиеттерін дамыту. Гигиеналық дағдылар, күн тәртібі туралы арнайы білім беру. Ол білімдер: дене тәрбиесі жаттығуларының ағзаға пайдалы әсері, гигиеналық ережелер. Тамақтану, демалу, жұмыс тәртіптері;

- бастауыш сыныптарда қимыл үйлесімділігі, ептілік, икемділік қасиеттерін дамыту;

- жігерлікке, батылдыққа, қажырлылыққа, тәртіптілікке, еңбек сүйгіштікке, көпшілдікке, мәдениеттілікке тәрбиелеу. Дене тәрбиесі жаттығулары, әр түрлі қозғалмалы ойындар осы қасиеттерді дамытады;

- қозғалыс кездерінде және қозғалмайтын статикалық жаттығулар кезінде мүсін түзулігін, тұлғаны қалыптастыру. Ол үшін отырғанда, тұрғанда, жүргенде, жаттығулар жасағанда тұлғаны түзетегін арнайы жаттығулар беріп отыруымыз керек;

-оқушыларды бастауыш сыныптардан бастап Президенттік сынама сынақтары жаттығуларын меңгеруге, орындауға дайындай бастағандұрыс;

- оқушылардың дене тәрбиесі мен спортқа деген ынтасын, қызығушылығын оятып, оларды спортпен тұрақты, жүйелі шұғылдануға дағдыландыру керек[1].

Мектептің міндеті – оқушыларды дене тәрбиесі жаттығуларымен мектепте ғана емес, үйде де тұрақты айналысуға әдеттендіру. Ол әдет оқушылардың күн тәртібінде әбден қалыптасуы қажет. Осы кезден бастап дене тәрбиесі жаттығуларын орындау олардың өмір бойғы әдеттеріне айналуы керек. Ол үшін дене тәрбиесі сабақтары қызықты, әсерлі көңілді өтуі тиіс;

- оқушыларды ұйымдастыру, басқара білу дағдыларын қалыптастыру.Оқушылардың ішінен дене тәрбиесі белсенділерін дайындау.

Бастауыш сынып оқушылары көп қимылдағысы келеді. Біркелкі, ұзаққа созылатын ойындар оларды жалықтырып жібереді. Сондықтан да ойындар, жаттығулар әр түрлі, қысқа демалу аралықтарымен болса жақсы.

1-сынып оқушылары шыдамсыз, өздерін тоқтата алмайды, зейіні тұрақты емес. Бірте-бірте оларға жаттығуларды кеңістікте орындау түрінде бергенде ойланып, еске сақтап орындауға қызығып, ықыластана бастайды.

Бастауыш сынып оқушыларына денені дамыту жаттығуларын бергенде, ұл балалар мен қыз балалардың дене дамуы ерекшеліктерін ескеру қажет. Ұлдардың салмағы, бойлары үлкен, кеуделері кең, өкпенің тіршілік көлемі жоғары болады. Бұлшық ет күштері қыздарға карағанда дамыған. Олар тез жүгіреді,ұзаққа, биікке секіреді, алысқа лақтырады, күшті, әрі шыдамды. Сондықтан 2-сыныптан бастап ұлдарға ауырлық көтергенде, қашыққа, жүгіргенде, секіргенде, лақтырғанда көбірек жүктеме беруге болады. (Өйткені 1, 2-ші сыныпта ұлдар мен қыздардың дене тәрбиесі жаттығулары амалдары бірге, бөлуге келмейді). Қыздарға 3-ші сыныпта ұлдарға карағанда көбірек бірқалыпты, ырғақты, би жаттығуларын беруге болады.

Дене тәрбиесі сабағын жүргізудің төмендегідей ерекшеліктері бар:

1. Бастауыш сынып оқушыларына негізгі үйрететін жаттығулар тобы табиғи қимыл-әрекеттерді жетілдіру түрінде болып келеді. Олар: жүру, жүгіру, секіру, лақтыру, өрмелеу т.с.с.

2. Бір сабақ кезінде оқу материалын меңгеру және жетілдіру үрдісінің 2-3 міндетін ғана орындаса жеткілікті болады.

3. Сынып төмен болған сайын табан бұлшық еттерін нығайту және түзу тұлға қалыптастыру жаттығуларын беруге айрықша көңіл бөлу қажет.

4. Әрбір сабақта міндетті түрде қозғалмалы ойындар ойнату керек. 3-4 сынып оқушыларымен сабақ өткізгенде ойын жаттығулары сабақтың 50% уақытын алса дұрыс болады.

5. Оқушыларға негізгі жаттығулардың техникасын үйреткенде, оны дұрыс және нақты орындауға көп көңіл бөлу керек. Оқу үрдісі кезінде жаттығуды үйрету және жетілдірумен бірге дене қасиеттерін дамытуға бірдей көңіл бөлген дұрыс [2].

Балалардың қимыл-әрекеттерді есте сақтау қабілеттері 7-12 жас аралықтарында тез дамиды да, 13 жастан ары қарай баяулай бастайды.

Қимыл-әрекетке үйрету әдістерін қолданғанда көбінесе толық орындау әдісін пайдаланамыз. Жаттығуды бөлшектеп үйретуді анда-санда ғана, қосымша түрде қолданамыз.Қозғалыс тапсырмасын берген кезде балалар дұрыс түсінуі үшін нақты не істейтінін, қалай істейтінін айту керек. Мысалы, ұстау, жетіп алу, допты ойыншыға тигізу және т.с.с. 2, 3 сыныптарда қимыл жиілігін дамыту жаттығуларын көбірек берген дұрыс болады. Жылдамдықты дамыту жаттығуларын қысқа түрде 6-8 секунд уақытқа беру қажет.

Бастауыш сынып оқушыларымен дене тәрбиесі сабақтарын жүргізгенде негізінен білім беру міндеттерін шешеміз. Ол міндеттер: қозғалыс түрлерін меңгеру, дене тәрбиесі негіздері және салауатты өмір салты туралы негізгі теориялық мағлұматтар беру.

Елімізде қазіргі кездерде жалпы білім беретін мектептердегі бастауыш сыныптарда дене тәрбиесі сабағын көбінесе сол сыныпқа сабақ беретін бастауыш сынып мұғалімдері жүргізеді. Ол мұғалімдер арнайы және жоғарғы оқу орындарында оқығанда дене тәрбиесі мен әдістемесі пәнінен дәрістер алды, сынақтар тапсырды. Сондықтан да ол мұғалімдер дене тәрбиесі сабақтарын жүргізгенде көп ізденіп, дайындалып, мектептің дене тәрбиесі мұғалімдерінің сабақтарына қатысып, олардан үйреніп, сабақтарды мектеп бағдарламасы материалдарына сай жүргізуі керек. Ал дене тәрбиесі мұғалімдері келешек өздеріне келетін оқушылардың төрт жыл уақытын бос өткізуіне жол бергізбей, бастауыш сыныптардың оқушыларының оқу жоспарын қадағалап, көмектесіп, бастауыш сынып мұғалімдеріне арнап әдістемелік сабақтар өткізіп отырулары керек.

Бастауыш сынып мұғалімдерінің міндеті:

- бағдарлама бойынша сапалы, әдістемелік тұрғыдан дұрыс сабақ өткізу;
- дәрігерлік бақылауды дәрігерлермен бірге өткізу, бақылау қорытындысын жұмыста пайдалану;
- сабақ өткізу кезінде санитарлық-гигиеналық жағдай жасау;
- оқушылардың бәрі қолайлы спорт киім кигенін қадағалау;
- сыныптан тыс дене тәрбиесі жұмыстарына қатысу, оған барлық оқушыларды тарту;
- ата-аналар арасында тұрақты түрде дене тәрбиесі мен спорттың маңызы туралы әңгіме өткізу;
- оқушылардың дене тәрбиесі көлеміндегі алған білімін тұрақты жетілдіру;
- балаларды дене тәрбиесі мен спортпен тұрақты айналысуға қызығушылығын арттырып, ынтасын ояту;
- жоғарғы сыныптағы дене тәрбиесі мұғалімдерінің сабақтарына, әдістемелік кеңестеріне қатысу [3].

Дене тәрбиесі сабағы туралы жалпы ережеге бағына отырып мектеп сабағы әр түрлі сынып оқушыларының жас ерекшеліктеріне, бағдарламасының мазмұнына, педагогикалық міндеттерді шешудің тұтастығына, оқудың күн режиміне және өзге де жалпы білім беретін сабақтардың қатарындағы әр сабақпен шартты байланыста болып келетін ерекшеліктерге ие болады. Мұның барлығы сабақ өткізу әдістерінде дене шынықтыру сабақтарында арнайы талаптар орындауды қажет етеді.

Оқушылар дене-бітімінің дұрыс дамуы, денсаулығының нығаюы, жұмыс қабілетінің артуы сыртқы ортаның қолайсыз жағдайларына қарсы тұруға ықпал етеді. Жақсы денсаулық-адамның еңбек және қоғамның іс-әрекетке жемісті қатысуының маңызды кепілі. Оқушылардың денсаулығына қамқорлық жасауға біздің қоғамымыз мейлінше мүдделі. Сабақтарда, сабақтан тыс уақытта, спорт секцияларында дене тәрбиесін күн сайын ұйымдастырып, қолайлы жағдайлар жасау қажет.

Дене тәрбиесі саласында ырғақ, жеке гигиена, дене шынықтыру мәдениеті, туризм, спорт ерекше орын алады. Дене тәрбиесі ең басты күн тәртібін, яғни, еңбек, демалыс, тамақтану, ұйқы, бос уақыт ырғақтарын дұрыс ұйымдастыруда талап етеді. Күн тәртібін тиімді пайдалану балалардың ақыл-ойы мен дене құрылысының дұрыс дамуына, денсаулығын сақтауға көмектеседі.

Күн тәртібін бұзбау міндет. Тәртіп дегеніміз - демалыс, тамақтану, жеке гигиена және күн мен түннің пайдалы сәттерін маңызды, мазмұнды қолдану. Мектепте дене тәрбиесін мұғалім, сынып жетекшісі, тәрбиеші басқарады. Олардың жұмысының мазмұны:

- шәкірттерге оқу, еңбек және демалыс ырғағын ұтымды пайдалануды үйрету, оқушылардың денсаулығын үнемі бақылау, жұмыс қабілетін жаңсарту, оларға жағдай туғызып, қамқорлық жасау.

• оқу күні және оқу жылы бойында қозғалыс жасау, қозғалтқыш әрекетке үйрету және қозғалтқыш сапаларын дамыту, дене шынықтыру және сауықтыру жұмысын тиімді өткізу [4].

Гимнастикамен шұғылдану деген сөз-адамның өзін-өзі тіршілікке қалыптасуға дайындауы болып табылады. Гимнастикамен шұғылдану, негізінен екі бағытта жүреді. Біріншісі- гимнастиканың негізін қалайтын жалпы дамыту жаттығулары. Сондықтан, негізгі гимнастика деп аталады. Негізгі гимнастика барлық жаттығулардың негізгі жиынтығы болып табылады. Гигиеналық гимнастика - денсаулықты қалыптастыратын, таңертеңгілік бой жазу жаттығуларының жиынтығы, сондай-ақ өндірістік гимнастика және арнаулы емдеу гимнастикасы.

Бірғақты гимнастика - негізгі мақсаты әр адамның дене жағынан дамуына байланысты және жалпы денсаулығына байланысты шұғылданады. Жалпы дамыту жаттығуларының маңсатты түрде белгілі бір уақыт аралығында үздіксіз орындалуы. Атлетикалық гимнастика - жалпы дамыту жаттығуларының арнаулы мақсатты түрде дене құрылысын жетілдіру үшін қолданылады. Бірақ бұл жаттығулар арнаулы гимнастикалық жабдықтармен орындалады. Айталық батпан, қосшоқпарлы батпандармен орындалатын жаттығулар болса, сондай-ақ, тренажорлық аспап-құралдарда орындалады.

Атлетикалық гимнастика негізінен - жалпы дамыту мақсатында спорт ретінде де қарастырылады.

Екіншісі-спорттың гимнастика. Спорттың гимнастика бірнеше жекелеген спорт жаттығуларынан тұрады. Бұл жаттығулар жекеленген спорт түрі болып есептеледі. Ерлердің жабдықтары-керме, шығыршық, қоссырық, кіші және үлкен ағаш ат және еркін жаттығу. Әйелдердің жабдықтары - бөрене, үлкен ағаш ат, әр түрлі биіктегі қоссырық және еркін жаттығу[5].

Жеңіл атлетика - бүгінгі таңда тек біздің елде ғана емес, дүние жүзінде кең таралған спорт түрі. Жеңіл атлетиканың негізгі жаттығулары - тегіс жерде жүгіру, бедерлі жерде жүгіру, жүру, кедергілермен жүгіру, ұзындыққа және биіктікке секіру, лақтыру, жеңіл атлетикалық көпсайыс. Жеңіл атлетикалық көпсайыс-көпсайыс құрамына жеңіл атлетиканың жаттығуынан 10 жаттығуға дейін кіреді. Олар - жүгіру, секіру, лақтыру және кедергілерден өту. Сөре және мөре. Жарыс барысында сөреден шығу үшін жүгіруші төменгі және биік сөре жағдайында тұрады. Қысқа қашықтыққа жүгіргенде төменгі сөре жағдайында тұрады. Орта және ұзын қашықтыққа жүгіргенде биік сөре жағдайында тұрады. Жеңіл атлетиканың негізгі жаттығуы-жүгіру. Ол жеңіл атлетиканың барлық жаттығуларында қолданады. Сондықтан, кім болсын, жеңіл атлетикамен шұғылданғанда, ең алдымен жүгірудің айла-тәсілін меңгеруі керек.

Жүру. Адам баласының табиғи жүруі бар. Екінші - жүрудің спорттық түрі бар. Әрине, екеуінің айырмашылығы жер мен көктей. Спорттық жүрістің негізгі ережесі, әрбір аттаған сайын, яғни, алдыға аттаған аяқтың өкшесі жерге тимейінше итерілетін аяқты жерден көтеруге болмайды. Демек, адамның екі аяғы да жерге тимейтіндей көтеріліп кететін фазасы болмауы керек. Бұл жағдайға кез келген спортшы қалыптасып үйрене бермейді. Табиғи жүрісте көтеріліп кететін фазасы болады. Әдетте, жүгірудің әдісін білетін спортшылар төменгі сөреден шығудың әдісін жақсы меңгерген болса, жылдамдықтан көп ұтады. Бұл деген жүгіріс әдісін меңгерді деген сөз. Ал жоғарғы сөре жүгіріс әдіс-тәсілін меңгеруге айтарлықтай әсер ете қоймайды. Бірақ орта және ұзақ қашықтыққа жүгіргенде аяқты көтеріп алып, алға соза басудың өзіндік ерекшелігі бар[6].

Яғни спорттық жаттығулардың қай-қайсысын алсаңыз да адам денсаулығына пайдасы мен маңызы зор, тек қана онымен айналысуды қажет ететін дәлелдейді.

Әдебиеттер

1. Бержанов К., Мусин С. Педагогика тарихы. - Алматы: Мектеп, 1972.
2. Тайжанов С., Кулназаров А. Дене тәрбиесі. - Алматы, 2002.
3. Сейталиев К. Тәрбие теориясы. - Алматы, 1986.
4. Қоянбаев Ж., Қоянбаев Р. Педагогика. - Алматы, 1998.

5. Савин Н.В. Педагогика. - Алматы, 1983.
6. Теория и методика физического воспитания. // Под ред. Б.А.Ашмарина. - М., 1990.
7. Бастауыш сынып оқушыларын бейнелеу өнері арқылы эстетикалық тәрбиеге баулу.

Медиева С.Х.

Е.А.Бөкетов атындағы ҚарМУ

БЕЙНЕЛЕУ ӨНЕРІ АРҚЫЛЫ БАСТАУЫШ СЫНЫП ОҚУШЫЛАРЫНЫҢ ЭСТЕТИКАЛЫҚ ШЫҒАРМАШЫЛЫҚТАРЫН ҚАЛЫПТАСТЫРУ

Қазіргі таңда бастауыш мектепте оқыту барысындағы мәселелердің бірі-оқушылардың эстетикалық талғамын дамыту, сол арқылы олардың бойында адамгершілік, мейірбандық, имандылық қасиеттерін қалыптастыру. Әр баланың көркемдік ойлау қабілітін дамыта отырып, шығармашылық, қиял сезімін дамыту. Бастауыш сынып мұғалімдері эстетикалық тәрбиені кітап оқу, ән тыңдау, бейнелеу өнері мен театр, кино т.б. өнер түрлері арқылы көркем өнерге тарту, тағы басқа да жолдармен жүргізуге болатынын біліп қана қоймай, оны қалай жүзеге асыру тәсілдерін жан-жақты меңгеріп, жетілдіруі тиіс. Мұғалім эстетикалық тәрбиені балаларға өнер түрлерін меңгерту арқылы жүзеге асырады. Оқушы өзін қоршаған ортадан әсемдікті сезінуі, оны бағалай білуге талпынуы бүкіл жан дүниесіне, сезіміне әсер етеді. Төменгі сынып оқушыларына эстетикалық тәрбие берудің табысты болуы мұғалімдердің көркем талғам мен білімді игерту әдіс-тәсілдеріне байланысты. Қазіргі кезеңде бастауыш мектепте мұғалімдер эстетикалық тәрбиені халқымыздың озық, дәстүрлерін ескере отырып жүргізгендері жөн.

Бейнелеу өнері баланың ерте айналысатын іс-әрекеті. Бала өз ортасында көрген-білгенін сурет арқылы бейнелегісі келетінінен аңғаруға болады. Алғашқыда баланың салған суреті ешбір түсініксіз парақ шимайға толы болады. Білімді дұрыс жетекші ету барысында баланың алғашқы ұмтылысындағы жай шимайлары, бірте-бірте олардың суреттері пішіндік сипат алып, олар керекті біліммен қаруланады. Баланың бейнелеу өнері арқылы шығармашылық іс-әрекетін қалыптастырудың нәтижелі болуы тыңдай білудің, тыңдап қана қоймай ұғып алуы мен белсенді іс-әрекет етуі арқылы іске асырылады. Шығармашылық – адамның өмірде өзін-өзі тануға ұмтылуы, ізденуі. Өмірде дұрыс жол табу үшін адам дұрыс ой түйіп, өздігінен сапалы, дәлелді шешімдер қабылдай білуге үйренуі керек.

Баланың шығармашылық іс-әрекетін қалыптастыру, оны дамыту мәселелері де шетелдік психологтарды өткен ғасырдың 60 жылдарынан бастап қызықтыра бастады. Шығармашылық туралы пікірлер канадалық Том Вьюжек, ағылшын Д.Тэмон, А.Брэгдон сияқты психолог ғалымдардың еңбектерінде жалғасын тапты. Баланың шығармашылығын зерттеп, болжам жасауда Д.Гиллорд шығармашылық ойлаудың екі түрін бөліп қарайды. Олар: конвергенттік – логикалық ойлау (бір бағыттағы), дивергенттік балама ойлау (логикадан ауытқу). Конвергенттік ойлау тек бір ғана шешімді таба алатын, ал дивергенттік олардың пайымдауынша бірнеше шешімдер қабылдай алатын жағдайлар[1].

Оқыту үрдісінде мұғалім бейнелеу ерекшеліктерін әр уақытта нысана ету керек. Бейнелеу өнерін оқыту дегеніміз–бастауыш сынып оқушысының бойында шығармашылық іс-әрекет қалыптастырумен қатар аналитикалық, эстетикалық талдау жасай білу, сөйлей білу сияқты қасиеттерін де дамыту болып табылады. Сонда ғана бала бейнелеу өнері туындыларына терең үңіліп, ондағы адамгершілік, эстетикалық мәселелер байыбына бара алады. Мұражайлардағы өнер туындыларына сүйсіну, оларды талдау, сонымен қатар табиғатта серуендеу–баланың бейнелі ойға баруы.

Бастауыш сынып оқушысының шығармашылық іс-әрекетін қалыптастыруда шығармашылық тапсырмалар өте ұтымды.