

1. Қазақстан - спортшылар елі. Энциклопедиялық анықтамалық. - Алматы: "Сөздік-Словарь".
2. Қазақ энциклопедиясы, 5 том.
3. Сағындықов Е. С. / Қазақтың ұлттық ойындары. Алматы: «Рауан» баспасы, 1991.
4. Дене тәрбиесі. 1-11 сыныптарға арналған үлгі бағдарлама. - Алматы: Рауан, 1993.
5. Жұманова С. Спорттық морфология негізіндегі тәнтану. - Алматы; Рес.Бас.Каб., 1994.
6. Лесгафт П.Ф. Изб. Соб.соч. Т. 2 – М., 1952.
7. Ашмарин Б.А. Теория и методика физического воспитания. – М.: Просвещение, 1990.
8. Уақбаев Е. Қазақстанда дене тәрбиесі жүйесінің дамуы. – Алматы: Санат, 2000.
9. Икіманова Г. Саулық пен сымбат. - Алматы; Қайнар, 1991.
10. Төтенаев Б. Дене тәрбиесі. – Алматы; Мектеп, 1988.

**Сабанбаев Н.И.,** аға оқытушы  
**Карим Ж.К.,** магистрант  
Қарағанды Бөкетов университеті, Қарағанды қ.

### **ҰЛТТЫҚ АТ СПОРТЫ ТҮРЛЕРІНІҢ НЕГІЗІНДЕ БОЛАШАҚ ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ МАМАНДАРЫНЫҢ ДЕНЕ САПАЛАРЫН ЖЕТІЛДІРУ ЖОЛДАРЫ**

**Аннотация:** Ахмет Жүнісовтың айтуынша «Өзге халықтар сияқты қазақтың да ертеден қалыптасқан, атадан – балаға мұра болып жалғасып келе жатқан ұлттық ойын-сауық түрлері бар. Зер салып байқап отырсақ, ол ойын-сауықтар қазақтың ұлттық ерекшелігіне, күнделікті тұрмыс-тіршілігіне тығыз байланысты туған екен және адамға жастайынан дене тәрбиесін беруге, оны батылдыққа, ептілікке, тапқырлыққа, күштілікке, төзімділікке т.б. әдемі адамгершілік қасиеттерге баулуға бағытталған екен». Ал енді, «Қазақстан. Ұлттық энциклопедия» кітабында қазақтың ұлттық ойындарының мән-маңызы туралы былай деп жазылған: «Қазақ ұлты негізінен ұрпақ қамын басты мақсат етіп қойып, балалардың нағыз азамат болып қалыптасуына аса зор мән берген. Нәтижесінде дәстүрлі бала тәрбиесінің басты құралы ретінде ұлттық ойынды орайластырып, дамытып отырған».

**Кілт сөздер:** ұлттық спорт, ұлттық ойындар, жылқы түлігі, ат жарыстар, төзімділік, ептілік, шапшандық, шыдамдылық, аударыспақ, көкпар, ат жарыстар, күштілік, спорт, батылдық.

**Sabanbaev N.I.,** Master of Pedagogical Sciences, senior teacher  
**Karim Zh.K.,** graduate student  
Karaganda Buketov University, Karaganda

### **WAYS TO IMPROVE BODY QUALITY OF FUTURE PHYSICAL EXERCISE SPECIALISTS BASED ON NATIONAL EQUESTRIAN SPORTS**

**Annotation:** According to Ahmet Zhunisov, «Kazakh, like other nations, have national entertainments that have been formed since ancient times and continue to be inherited from father to son. If we pay close attention, those entertainments are closely related to the national characteristics of Kazakhs, daily life and are necessary to give a person physical education from an early age, to develop courage, dexterity, ingenuity, strength, endurance, etc. It is aimed at inculcating beautiful moral qualities.» And now, «Kazakhstan. In the book "National Encyclopedia» it is written about the importance of Kazakh national games: «Kazakh nation has put the care of the generation as the main goal and attached great importance to the formation of children as real citizens. As a result, the national game was coordinated and developed as the main means of traditional child education».

**Keywords:** national sport, national games, horse racing, endurance, dexterity, speed, patience, tumbling, horse racing, horse races, strength, sport, courage.

Көшпелі қазақ халқының өмірінде жылқы малының алатын орны ерекше. Жылқы - малдың патшасы, Түйе - малдың қасқасы деген нақыл сөз де бар. Қазақ халқы жылқы малын қастерлеп, жеті қазынаның бірі деседі.

Жылқы түлігі – қазақ халқына етене жақын, қадірлі, әсем де сұлу, кіршіксіз таза, кербез де тәкаппар қасиетті жануар. Ата-бабаларымыз жауға шапқанда, дәл осы жылқы малы сеімді серігі болды. Халқымыздың өмір тіршілігінде таптырмас пайдалы көмекшісіне айналды.

Ат жарыстар – спортқа қатысатын жылқы малына үлкен сын. Мұндай жарыстарға қосылған жылқылардың шабысы бөлек, жүйрік, ұшқыр, шапшаң, қарқынды болуы тиіс. Тұлпардың шапшаңдығы, төзімділігі, шыдамдылығы, күш-қайраты айқындалып, сыналады. Қазақ халқында осы жылқы жануарымен байланысты көптеген салт-дәстүрлер мен ұлттық ойындар біте қайнасып жатыр. Атап айтсақ:

Аударыспақ - спортшыдан үлкен ептілікті, күштілікті, төзімділік пен батылдықты талап ететін ұлттық спорттың бір түрі (екі салт атты бір-бірін аттан аударып алуға тырысады). Аударыспаққа тәртіп бойынша ат үстіндегі айқасты жақсы меңгерген, тиянақты дайындығы бар спортшылар ғана қатыса алады. Ал дайындығы жеткіліксіз, тәжірибесі аз спортшылар үшін бұл өте қиын. Сондықтан қазіргі тәртіп бойынша сайысқа 18 жасқа толғандар ғана қатыстырылады. Сайысқа қатынасушылар үш салмақтық категорияға бөлінеді. Аударыспаққа салмақтық категорияны енгізудің мақсаты – қатысушыларға неғұрлым теңдік жағдай туғызу. Оны спорттық сайыстың бір түріне айналдыру үшін бір-біріне тең келетін салмақтық категорияны көбейту дұрыс. Бұл категорияға бөлу соңғы кезде қалыптасты. Ертеде кез келген тілек білдіруші өз еркімен қатынаса беретін болған. Амал қанша, спорттық жарыстарда сол үш категорияның өзі де көбіне әлі де сақтала бермейді. Спорттың бұл түрінің дамуымен бірге, сөз жоқ оның салмақтық категориясы да көбейе, кеңейе беретіні күмәнсіз.

Ойында аты белді, жарамды, өзі мықты, атқа отырысы мығым, білікті жігіттер жеңіп шығады. Сайып келгенде, аударыспақта негізгі рольді ат пен ойыншы жігіттер атқарады. Оспадарлық, жұла қашу, салып қалу, қол қайыру сияқты айла-амалдарды қолдануға болмайды. Аударысу ат пен жігіттің үндескен қимыл-бірлестігіне сүйене отырып, күш-жігердің басымдығын көрсететін қалыпты, байсалды шеберлікке ұласып жатуы шарт [1].

Аударыспақ – салт аттылардың бірін-бірі ер үстінен аударып алу сайысы. Бұл ойынға қайрат-күші мол, батыл да төзімді, шапшаң қимылдап, ат құлағында ойнай білетін жігіттер қатысады. Ежелгі заманнан келе жатқан бұл ойын жаугершілік кезінде найза ұстап, қылыш шабатын жауынгерге қажетті қасиеттерді қалыптастырған. Аударыспақ қазіргі кезде де шопандар тойында, мерекелерде спорт ойынның бір түрі ретінде көрсетіліп жүр.

Жамбы ату, қазақ халқында кең тараған мергендік сынның бір түрі. Бұл спорт ептілік, икемділік қасиеттерін қажет етеді. Атпен шауып келе жатып жігіттер екпінін бәсеңдетпестен құрулы бақан үстіндегі нысананы атып құлатуға тиісті болған. Ереже бойынша жігіттер сөреде өз сәйгүліктерінің жанында болады. Төреші белгі берісімен олар аттарын тез ерттеп, шаба жөнеліп, жолындағы нысаналарды атып құлатуға тиісті. Төрешілердің ұйғарымы бойынша, нысаналар бірнешеу болады. Әрбір олимпиялық ойындардан кейін оның бағдарламаларына енген спорт түрлерінің халықаралық бірлестіктері қайта қарап, түзетулер, өзгерістер енгізін жүр. Қазір уақыт басқа. Қазақ халқының ұлттық спорт түрлерінің ережелерін де қайта қарап, заман талабына сай өзгертуге болады. Мысалы, Жамбы ату биатлонның ережесіне сай өзгертуге келеді. Тек шаңғының орнына ат керек. Сонда жаңа спорт түрі жазғы биатлон, "қазақ биатлоны" өмірге келер еді?.. [2].

Теңге ілу — ержігіт сайысына ұқсас қазақтың ұлттық ат спортына жататын ертеден келе жатқан ойындарының бірі. Теңге ілу ойыны тегіс жерде өткізіледі. Желін келе жатқан аттың үстіне отырып желісін баяулатпастан төменге тез иіліп сол және оң жағынан

орамалмен оралған теңгені көтеріп, артына тастап отыруы керек. Әрбір сәтсіз талпыныстың артына айыптық уақыт белгіленеді. Теңгені көп ілген салт атты жеңімпаз аталады. Теңге ілу алаңының ұзындығы 120 метр. Теңгені іліп алуға дейінгі ұзындық 30 метр. Теңге саны 5-еу. Теңгелердің ара қашықтығы 10 метрден. Теңге ілушілер теңгені орнынан іліп лақтырып тастауы керек. Жарысқа бекітілген ережеге сай спортшының уақыты, ілген теңгесінің санына бөліп қортындысы шығарылады.

Көкпар - ұлттық ат спорты ойындарының бірі. Ойын атауының шығу тегіне байланысты бірнеше нұсқалар бар: “көк бөрі” немесе “көк бөрте”. Тағы бір нұсқасында “көкпар” сөзіндегі “пар” бөлшегі паршалау, пәрелеу деген сөздерден шыққандығы айтылады.

Дәстүрлі қазақ қоғамында Көкпарға жасқа толған серкенің семізі тандалған. Семіз серке терісі жыртылмайды. Орташа салмағы 20-30кг-дай келеді. Басқа малдың терісі жыртылғыш болғандықтан Көкпарға тартпайды.

Көкпар – Орталық Азия халықтары арасында кең тараған ойын түрі. Ол қырғыз тілінде “көк бөрү”, “улак тартыш (тартуу)”, тәжік тілінде “бузкаши” деп аталады. Көкпар тарту сияқты ұлттық ат спорты ойындары басқа да Шығыс елдерінде де бар. Ауғанстанда кең тараған бузавиш ойыны Көкпарға өте ұқсас. Сондай-ақ, Аргентина халқының да Көкпарға ұқсас ат спорты ойыны болған.

Көкпар жігіттердің күш-жігерін, төзімділігін, батылдығы мен ептілігін, ат үстінде мығым отыруын қалыптастырады. Сонымен қатар Көкпар – аттың қалай бапталып үйретілгенін, жүйріктігін де сынайтын спорт. Көкпар жаппай және дода тартыс болып екіге бөлінеді. Жаппай тартыста әркім Көкпарды өзі иелік етуге тырысады. Дода тартыста құрамы бірдей екі топ сынға түседі. Мұны кейде марта тарту деп те атайды.

Қазақстанда 1949 ж. Көкпар жарысының жаңа ережесі бекітілді. Осыған сәйкес Көкпар жарысын арнаулы алаңда, командалық сипатта өткізу белгіленді. Ал 1958 жылдан Көкпар бәйге алаңдарда (ипподромдарда) өткізіліп келеді. Алаң көлемі қатысушылар санына байланысты. Егер әр команда 5 адамнан болса, ұзындығы 300 м, ені 100 м, 10 адам болса – 500x200 м, 15 адамнан болса – 700x300 м, 20 адамнан болса – 1000x500 м болады. Алаңның әр бұрышына қызыл жалаушалар ілініп, ал оның екі жағында диаметрі 10 м-лік шеңбер (“отау”) сызылады. Алаң ортасында диаметрі 6 м-лік шеңбердің дәл ортасына Көкпар қойылады. Жарыс басталар сәтте командалар орталық шеңбердің сыртында тұрады. Жарыс алаңындағы төрешінің хабары бойынша басталады. Көкпар тарту қатысушылардың санына байланысты 8 – 15 мин аралығында өтеді. Көкпаршылардың мақсаты – орталық шеңберде жатқан Көкпарды өз командасының “отауына” жеткізу. Көкпар “отауға” жеткізілгеннен кейін, ойын алаң ортасынан қайта басталады. Белгіленген уақыт ішінде қай команда Көкпарды өз “отауына” көп жеткізсе, сол жеңіске жетеді [3].

Тай жарыс — көне заманнан бері келе жатқан, балалардың жазда сүйіп ойнайтын ойындарының бірі. Үлкендердің ақыл-кеңесімен жарысты балалардың өздері әзірлеп, өздері өткізген. Тай жарысқа тек бір жасқа келген жылқы ғана қатынастырылған. Тайға мініп шабатын балалардың жасы 7—8 жас мөлшерінде болады. Халықтың дәстүрі бойынша әр баланың өзіне арналған бәсіре жылқысы болған. Ол жаңа туған құлын күннен бастап баланың қамқорлығына көшеді.

Жазда қатар қонып отырған ауыл балалары жиылып тайларын үйретіп, үйретілген тайларын жарыстыруға келіседі. Тай жарысы жақын қашықтықта өткізіледі. Тайға ер-тоқым салынбайды, бала жайдақ мініп шабады. Ойынды ересек балалар басқарады. Оны ат айдаушы деп атайды. Белгіленген жерге жеткенде, ат айдаушы жарысқа қатынасушыларды қатар тұрғызады да, жарыстың басталғандығы туралы белгі береді. Озып келген тай иесі жеңімпаз атанады. Бұл тек ойын ғана емес, баланы жастайынан қоғамдық өмірге, еңбекке тартып, шаруашылық жағдайымен ерте танысуға, жылқы малын танып, білуге баулиды. Жарысқа қатынасу арқылы жастайынан шабысқа жаттыға береді. Сөйтіп, тай болашақ үлкен жарыстың сынағынан өтеді. Бала өзінің жеңіске деген ерік-қайратын шындай береді [4].

Қазақ халқы ұлттық спорт түрлеріне, оның ішінде ат спорты ойындарына ежелден бері бай халық «Қазақстан Ұлттық энциклопедия» кітабында қазақтың ұлттық ойындарының

мән-маңызы туралы былай деп жазылған: «Қазақ ұлты негізінен ұрпақ қамын басты мақсат етін қойып, балалардың нағыз азамат болып қалыптасуына аса зор мән берген. Нәтижесінде дәстүрлі бала тәрбиесінің басты құралы ретінде ұлттық ойынды орайластырып, дамытып отырған». Ата-бабамыздың ұрпақтан-ұрпаққа жеткен асыл мұрасы – ұлттық ойындарымызды көзіміздің қарашығындай сақтап, кейінгі өсіп келе жатқан жас буынға үйрету, ұлттық құндылығымызды әрі қарай жандандыру бізге, дене шынықтыру мамандарына үлкен міндет.

#### Пайдаланылған әдебиеттер

1. Сағындықов Е. С. / Қазақтың ұлттық ойындары. — Алматы: «Рауан» баспасы, 1991 жыл. —176 бет. ISBN 5-625-01063-3
2. Қазақстан - спортшылар елі. Энциклопедиялық анықтамалық. - Алматы: "Сөздік-Словарь". ISBN 9965-822-57-3
3. «Қазақстан»: Ұлттық энциклопедия / Бас редактор Ә. Нысанбаев – Алматы «Қазақ энциклопедиясы» Бас редакциясы, 1998 жыл. ISBN 5-89800-123-9
4. Сағындықов Е. С. / Қазақтың ұлттық ойындары. — Алматы: «Рауан» баспасы, 1991 жыл. —176 бет. ISBN 5-625-01063-3

**Садықов К.И.,** м.ғ.д.профессор  
**Иманбетов А.Н.,** п.ғ.к., қауымдастырылған. профессор  
**Саликов Ж.К.,** п.ғ.м. аға оқытушы  
Бөкетов Қарағанды университеті, Қарағанды  
**Садыкова А.Е.,** аға оқытушы  
ҚРІМ Б.Бейсенов атындағы Қарағанды академиясы, Қарағанды

### **ЖАСӨСПІМДЕРДІ ОТАНСҮЙГІШТІККЕ ТӘРБИЕЛЕУДЕ ЖАС САРБАЗ СЫНЫПТАРЫНЫҢ РӨЛІ**

**Аннотация:** Жалпы білім беретін оқу орындарында «Жас сарбаз» сыныптарының жасөспірімдерге отансүйгіштік тәрбие беруде, оларды саяси моральдық-психологиялық жағынан тәуелсіз, отанына шынайы берілген патриоттық қасиеттерді бойына сіңірген, Отанымызды қорғауға қашанда дайын жаңа Қазақстанның болашағы үшін, Мәңгі Ел болуда отансүйгіштікке баулитын және оның негізі болып табылатын бірден – бір өмір мектебі аталмыш сыныптар екендігі баяндалған.

**Кілт сөздер:** Жас сарбаз сыныптары, жасөспірімдер, патриотизм, отансүйгіштік, Қазақстан Республикасы Қарулы Күштері, әскери қызмет және әскери қызметшілердің мәртебесі, алғашқы әскери және технологиялық дайындық.

**Sadykov K.I.,** M.D. professor  
**Imanbetov A.N.,** candidate of pedagogical sciences, decree Professor  
**Salikov J.K.,** master of pedagogical sciences senior teacher  
Karaganda Buketov University, Karaganda  
**Sadykova A. E.,** senior teacher  
Karaganda Academy named after B. Beisenov of the Ministry of Internal Affairs of the Republic of Kazakhstan, Karaganda

### **THE ROLE OF YOUNG SOLDIER CLASSES IN EDUCATING TEENAGERS TO PATRIOTISM**

**Abstract:** In educational institutions of general education, youths of the "Young Soldier" classes are given patriotism education, they are politically, morally and psychologically independ-