

ҚАЗІРГІ ДЕНЕ ТӘРБИЕСІ МЕН СПОРТТЫҢ ҚҰРЫЛЫМЫ, ОНЫҢ НЕГІЗГІ ТҮСІНІКТЕРІ

Калтаев А.А.

«Дене шынықтыру және спорт» мамандығының 2 курс магистранты

Ғылыми жетекшісі: **Абишов Н.А.**, д.п.н., профессор

I. Жансүгіров атындағы Жетісу университеті, Талдықорған қаласы

E-mail: Abishev.47@mail.ru

Мақалада дене шынықтыруды мәдениеттің жалпы теориясы тұрғысынан зерттеу мәселелері қарастырылады.

Тірек сөздер: салауатты өмір салты, дене шынықтыру, тенденциялар, мәні, құрылымы, түсінігі.

В статье рассматриваются проблемы изучения физической культуры с позиции общей теории культуры.

Ключевые слова: здоровый образ жизни, физическая культура, тенденции, сущность, структура, понятие.

The article deals with the problems of studying physical culture from the perspective of the general theory of culture.

Keywords: healthy lifestyle, physical culture, trends, essence, structure, concept.

Дене тәрбиесі - жеке тұлғаны жан-жақты және үйлесімді дамытуға, оның денсаулығын нығайтуға, еңбек ету мен әскери қызметті атқаруға даярлауға бағытталған қоғам мен адамның жалпы мәдениетінің бір бөлігі.

Бұл көптеген және әр түрлі құрамдас бөліктер мен түсініктерден тұра-тын өте күрделі және сан-салалы қоғамдық құбылыс. Дене тәрбиесі өмірлік маңызды қозғалыс дағдыларын (жүру, жүгіру, жүзу және т.б.) қалыптас-тыруды, жан-жақты дене қабілеттерін (күш, шыдамдылық, жылдамдық, иілгіштік және басқалар) дамытуды қамтамасыз ететін арнайы педагогикалық процесс. Ол мектепке дейінгі мекемелерде, мектептерде, арнайы орта және жоғары оқу орындарындағы мемлекеттік оң бағдарламаларының (отбасылық дене тәрбиесінен бөтен) негізінде жүзеге асырылады және көп жағдайда қоғамдағы дене тәрбиесі мән ондағы салауатты өмір салтын қамтамасыз етеді.

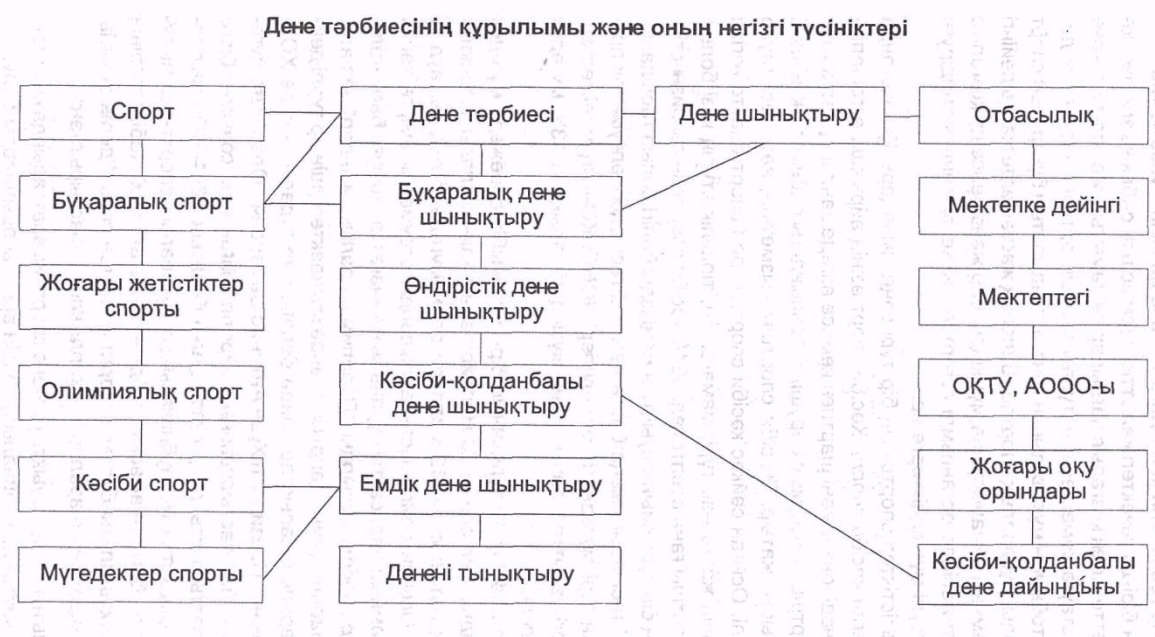
Мектепке дейінгі мекемелер мен оқу орындарындағы дене тәрбиесінің бағдарламалық мазмұны өзінің арнайы ерекшеліктеріне ие және ол бәрінен бұрын балалардың, жеткіншектердің, студенттердің денсаулығын, денесінің қалыпты дамуын, дене даярлығының қажетті деңгейін қамтамасыз етуге бағытталған.

Дене тәрбиесінің аталған құрамдас компоненттері (денсаулық, дене дамуы, дене дайындығы) өзара тығыз байланысты және жеткіншектер мен жастардың жеке тұлғасын олардың өмірлік және функционалдық жағдайын (бой, салмақ, өкпенің сымдылығы, аяқ-қолдардың үйлесімді қатынасы және т.б.) қалыптастырып дамытуда жетекші фактор болып табылады.

Дене тәрбиесінің екінші бір маңызды және көп қырлы компоненті спорт-тағы қол жеткен жетістіктерді көрсетуге бағытталған жарысушылық қызмет - спорт болып табылады [1,2,3].

Спорттық жетістіктер көп жылдық дайындықтың нәтижесінде қамтамасыз етіледі, онда адамның психикалық және дене мүмкіндіктері барынша көрініс береді. Спорттың көптеген түрлері бар, бірақ біз оның негізгі категорияларына ғана тоқталмақпыз. Бұл бәрінен бұрын халықаралық Олимпиадалық комитет басқаратын Олимпиадалық спорт.

Жоғары жетістіктер спорты Олимпиадалық спорт секілді спорттың әр түрінен өткізілетін дүние жүзінің чемпионаттарында, Олимпиадалық ой-ындарда және өзге де халықаралық жарыстарда (Азия ойындары, Дүние жүзінің, Европаның, Азияның кубогі және басқалар) ұлттық команданың құрамында өнер көрсететін қоғамдағы аз ғана адамның үлесіне тиеді.



Қоғам үшін бірінші кезектегі қажеттісі тұрмыс пен еңбек қызметіне керек дене қасиеттері мен қозғалыс дағдыларын дамытып, жетілдіруге және бір қалыпта ұстауға көмектесетін тұрғындардың әртүрлі әлеуметтік де-мографиялық тобының мұқтаждығын қанағаттандыратын бұқаралық спорт болып табылады. Бұқаралық спортпен балалық жастан егде жасқа дейінгі кез-келген адамның айналысуына мүмкіндігі бар және белсенді қозғалыс қызметінің нәтижесінде организмді өзгертуге, жеке тұлғаны жетілдіруге әсер ететін елеулі мүмкіндіктерге ие.

Жоғары жетістіктер спортының бір түрі соңғы жылдары Қазақстанда да дами бастаған *кәсіби спорт*. Кәсіби спорт өзінің айрықша өзгешелігімен ерекшеленеді, оның мәні шартпен немесе өзгеде заңды құжаттармен бекітілетін спортшы мен жұмыс берушінің арасындағы еңбек ету жөніндегі өзара байланыста жатыр. "Кәсіби спортшы қызметінің нәтижесі тауар түрінде көрінеді, осыған сәйкес кәсіби спортшы деп спорт әдетте негізгі еңбек қызметінің жалғыз-ақ түрі, мамандығы, тіршілік етудің көзі болып табылатын спортшы ғана есептеледі" [4]. Кәсіби спорттың өзі бизнестің, коммерцияның бір түрі, ойын-сауықтың маңызды бөлігі болып табылады. Өтіп кеткен XX ғасырдың, жаңа басталған XXI ғасырдың әлеуметтік про-блемаларының бірі мүгедектік мәселелері. ЮНЕСКО-ның мәліметтері бойынша қазіргі уақытта жалпы дүние жүзіндегі халықтың 13% мүгедек болып есептеледі.

Жер бетіндегі әрбір 10 тұрғынның біреуі қайсыбір дәрежеде мүгедек болып табылады, жыл сайын 20 миллион адам зақым алады, жол-көлік оқиғаларының нәтижесінде 12 миллион адам мүгедектікке ұшырауда [5]. Осыған байланысты адамдарды әлеуметтік өмірге қайта қосу ісінде қоғамның парасатты сұранысын қанағаттандыруға бағытталған *мүгедектер спорты* құрылды. "Паралимпиадалық ойындар" деп аталатын Олимпиадалық ойындарды қосқанда мүгедектер үшін әр түрлі деңгейдегі халықаралық жарыстар пайда болды. Бұл туралы көзінде ХОК-тың (МОК) бұрынғы Президенті Хуан Антонио Самаранч: "Олар бізге мүгедектер спортын ұйымдастыруды ғана үйретіп қойған жоқ, сонымен бірге шынайы парасаттылықты да үйретті" деген болатын. 2001-2005 жылдарға арналған Қазақстан Республикасында бұқаралық спортты дамытудың

Мемлекеттік бағдарламасының "дене және ақыл-ой қабілеттерінің дамуында ауытқушылығы бар адамдарға арналған спорт" деген арнайы бөлімінде төмендегідей шаралар қамқорлықпен қарастырылған:

1. Дене шынықтыру-сауықтыру және спорт ғимараттарында мүгедек-тердің жаттығумен айналысуы үшін арнайы орындарды бөлу.
2. Мүгедектердің дене шынықтыру-сауықтыру клубы туралы үлгі ережені жасап, бекіту
3. Мүгедектерді бастапқы да қалпына келтірудің, оның ішінде ден саулық сақтау мекемелері үшінде қалыпқа келтіру, бағдарламасын жасау.
4. Мүгедектердің арасында спорттық жарыстарды өткізу, халықаралық жарыстарға қатысу (9, 9-10 бет), бұл қазіргі кезде жүзеге асуда.

Өзінің атауымен-ақ *бұқаралық дене шынықтыру* қоғамдағы өзінің орнын анықтап отыр: - Қазақстан Республикасы тұрғындарының көпшілік бөлігін дене жаттығуларымен, туризммен, шынығумен және дене шынықтырудың өзге де түрлерімен айналысуға тарту; - салауатты өмір салтын қоғамда баянды ету; - еңбек өнімділігін және басқаларды арттыру[6,7,8].

Оның негізгі құрамдас бөліктерінен мыналарды ерекше бөліп айтқан жөн:

- мектептегі сыныптан тыс дене шынықтыру жұмыстарын;
- білім беру жүйесіндегі оқудан тыс кездегі дене шынықтыру түрлері;
- өндірістік дене шынықтыру;
- емдеу-сауықтыру дене шынықтыруы;
- кәсіби-қолданбалы дене дайындығы[9,10].

Кәсіби-қолданбалы дене дайындығы (КҚДД) - бұл адамды белгілі бір еңбек "қызметі мен әскери қызметке дайындауға бағытталған дене тәрбиесінің әдістері мен құралдарының жиынтығы

Адамның өндірістік қызметі үнемі организм үшін қолайлы экологиялық және өзге де факторлармен сипаттала бермейді (айқай-шу, діріл тербеліс, т.б.). Бұлардың барлығы жұмыс қабілеттілігі мен еңбек өнімділігінің төмендеуіне әкеп соғады /36, 37, 38, 39, 40/.

Түрліше кәсіптер адамның дене және қозғалыс қабілеттерінің жоғары болуын қажет етеді. Бұлар КҚДД арқылы қамтамасыз етіледі. Оның мақсаты нақты кәсіби қызметке жеке тұлғаның дене және психикалық жағынан дайын болуына қол жеткізу /41, 42, 43/.

Бір мақсатқа бағытталған дене шынықтыру бұл ретте кәсіпке үйренуді шапшаңдатуға, еңбектің тиімділігіне қол жеткізуге, кәсіби науқастану мен жарақаттанудың алдын алуға, белсенді демалыс есебінен жұмыс қабілеттілігін қалпына келтіруге себепкер болады [11]. КҚДД-ы бұдан бөтенде кәсіби қолданбалы деп аталатын дене қасиеттері (шыдамдылық, күш, жылдамдық) мен жеке тұлғаның қасиеттерін, қолдан-балы іскерліктер мен дағдыларды (жүзу, шаңғымен жүру, альпинизм, ту-ризмнің түрлері және басқалар) қалыптастырады. Нәтижесінде, КҚДД-ны адам дене шынықтыруының бір бөлігі есебінде экономикалық категорияға жатқызуға болады .

Емдік дене шынықтыру- бұл өндірістегі бірқалыптылық, газдану, тар-сыл-гүрсіл, діріл және т.б. секілді факторлардың адам организмiне әсер ететiн жағымсыз әсерлерiн жоюға, организмнiң өз жұмысын бәсеңдеткен қозғалыс және өзге де функцияларын қалпына келтiруге бағытталған сылап-сипау, су және өзге де процедуралардың, дене жаттығуларының жиынтығы. Емдік дене шынықтыру негізінен емдеу дене шынықтыру кабинеттерінде, емханалар мен санаторийлерде, сонымен бірге дене шынықтыру-сауықтыру және қалыпқа келтіру орталықтарында жүзеге асырылады.

Дене шынықтырудың келесі бір құрамдас бөлігі - *денені шынықтыру*. Бұл ретте сонымен бірге дене шынықтырудың түрлері мен құралдарын пайдалану, бос уақытты тиімді пайдалану, қажеттілікті қанағаттандыру үшін адамның негізгі кәсіби қызметінің түрлерінен кейін белсенді демалу, оның жүйкесін босаңсыту үшін табиғи күштерді пайдалану қажет .

Дене тәрбиесі бұдан бөтенде жеке тұлғаны қалыптастыратын жалпы мәдениеттілік, адамгершілікті, эстетикалық және өзге де функцияларға ие. *Спорттың қызметі*

әлеуметтік құбылыс есебінде жан-жақты және адам тіршілік - қызметінің түрліше аспектілермен байланысты. Адамның спорттық әрекеттері мен жарыстық қызметтері дене және психикалық қабілеттерінің деңгейін арттыруға себепкер болады. Адамның өз денесін жетілдіруі, жарыстардың көрермендерді көптеп тартуы және басқалар қоғамға жағымды әсер ететіндігі жалпы белгілі.

ӘДЕБИЕТТЕР:

1. Межуев В.М. Национальная культура как понятие и явление. // Библиотекосведение.-1999.-№2.- С.15-27.
2. Бальсевич В.К. Физическая культура для всех и для каждого.- М.:Физкультура и спорт, 1988.-208с.
3. Быховская И.М. Человеческая деятельность в социокультурном измерении: традиции и современность.- М.: РИО ГЦОЛИФК. 1993.- С.66.
4. Каган М.С. Человеческая деятельность.- М.: Политиздат, 1974.- С.201-202.
5. Таникеев М.Т. Социология физической культуры и спорта.- Алматы. Гылым, 1994,-151с.
6. Пономарев Н.И. Теоретические проблемы физической культуры и спорта в свете материалов XXVII съезда КПСС // Теория и практика физической культуры.-1986.-№6.- С.5-6.
7. Круглова Л.К. Основы культурологи: Учебник для ВУЗов. - СПб., 1995.-220с.
8. Потапов И.А. Культура здоровья. - Алматы: КазАСТ, 2006.-109с.
9. Жарикбаев Ж. Этнопсихология. - Алматы: КНПУ им. Абая, 2002.-178с.
10. Тулегенов Ж.М. Внедрение казахских национальных форм и средств физического воспитания в современный педагогический процесс: 13.00.01. - Алма-Ата, 1982.-142с.
11. Маргулан А.Х., Акишев К.А., Кадырбаев М.К., Оразбаев А.М. Древняя культура Центрального Казахстана. - Алма-Ата: Наука, 1966.-С.376.
12. Кульназаров А.К. Об итогах выступления Казахстанской спортивной делегации на XXIX олимпийских играх 2008 года в Пекине (КНР), и задачах по подготовке национальных сборных команд к XXX летним олимпийским играм 2012 года в Лондоне. // Вестник физической культуры ННПЦ РК.-2008.-№2.- С.31-36