

## МЕКТЕП ОҚУШЫЛАРЫНЫҢ ДЕНЕСІН ЖЕТІЛДІРУДЕГІ ТАЛАПТЫҒЫН ТӘРБИЕЛЕУДІҢ КЕЙБІР ПЕДАГОГИКАЛЫҚ ТҮРЛЕРІ

Тлеухор Р.Б., «Дене шынықтыру және спорт» мамандығының 2 курс магистранты  
Ғылыми жетекшісі: Зауренбеков Б.З., PhD

*І. Жансүгіров атындағы Жетысу университеті, Талдықорған қаласы*

E-mail: [zauranbekov83@mail.ru](mailto:zauranbekov83@mail.ru)

*Мақалада дене шынықтыру, спорт және туризм арқылы жастардың денсаулығын қалыптастыру мәселелері қарастырылады. Студенттерді дене шынықтыру және салауатты өмір салты құндылықтарымен таныстырудағы университеттің рөлі.*

**Тірек сөздер:** Денсаулық, физикалық денсаулық, салауатты өмір салты, дене шынықтыру, қозғалыс белсенділігі.

*В статье рассматриваются проблемы формирования здоровья молодежи посредством занятий физической культурой, спортом и туризмом. Роль вуза в приобщении студентов к ценностям физической культуры и здорового образа жизни.*

**Ключевые слова:** здоровье, физическое здоровье, здоровый образ жизни, физическая культура, двигательная активность.

*The article deals with the problems of shaping the health of young people through physical education, sports and tourism. The role of the university in introducing students to the values of physical culture and a healthy lifestyle.*

**Key words:** health, physical health, healthy lifestyle, physical culture, motor activity.

Қазақстан Республикасында тәрбие жүйесінің бір саласы дене шынықтыру. Дене мәдениеті әрбір адамның жұмыс істеу қабілетін тиімді және ұтымды түрде жоғарылатуға бағытталған. Осыған байланысты оның дамуы бүкіл халықтың әлеуметтік жағдайының жақсаруымен еңбек ету мен тәрбие жұмысына ерекше көңіл бөлуді талап етеді. [1].

Қоғамда білім беру адам қызметінің ең ауқымды салаларының бірі болып отыр. Білім берудің әлеуметтік рөлі айтарлықтай өсті: оның бағыттылығы және тиімділігіне адамзат дамуының болашағы көп жағдайда байланысты. Қазақстанның Мәдениет және спорт министрлігінің бұйрықтарына сәйкес тәрбие жұмысы оқу-жаттығу сабақтары, жарыстар үдерісінде және күнделікті өткізіліп, және оқушының спортпен айналысуға, өзінің спорттық шеберлігін үнемі арттыруға, патриотизмді, тәжірибені тәрбиелеуге және оларды практикалық қызметінде шығармашылық қолдауға, спорттық этиканы сақтауға қажеттілігін қалыптастыру тиіс [2].

Жалпы салауаттанудың негізгі мақсаты — әрбір жеке адамның және тұтастай қоғамның денсаулығын қамтамасыз ету. [3]. Салауатты өмір салтын қалыптас-тырудың негізгі мақсаты -балалар және жастарда жас ерекшеліктеріне, құндылық бағдарларына және имандылық-еріктілігіне сәйкес салауатты өмір салтының ұғымдарын, дағдыларын және уәждерін қалыптастыру.

Дене тәрбиесінің педагогикалық мәселелерін шешуге арналған сансыз көп зерттеулерде «талап» түсінігі кең баяндалады [4]. Осылай авторлар бастапқы талап ретінде тұлғаның денесін жетілдірудегі талабын қарастырады, оның астарында адамның тіршілік ету жағдайында тиімді үйренуін қамтамасыз ететін әлеуметтік-биологиялық түрде келісілген, дене мәдениетінің – сауықтыру бағытындағы ережесіне ғылыми түрде негіз болатын адамның қызметі түсіндіріледі [5]. Мектеп оқушыларының денесін жетілдірудегі қалыптастыру процесінің мазмұны жағынан талаптың өзара байланысқан компоненттер қатарынан тұрады. Оған балалардың дене мәдениетіне жағымды қатынасы мен қызығушылығын тәрбиелеу, мектеп оқушыларын біліммен қаруландыру, оның

негізінде білімнің керектігін сендіріп қалыптастыру, өз бетінше білімнің дағдысы мен іскерлігін қалыптастыру, дене мәдениетінің жүйелі сабағына тәжірибелік үйрету жатады [6].

Демек, бұл талапты қалыптастыру мәселесі мотивациялық өріс деңгейінде сияқты, тәжірибелік қызмет өрісінде де шешілу керек, яғни ұйымдасқан және өз бетімен білім алу арқылы.

Осыған байланысты әртүрлі жастағы оқушылардың мотивациялық өрісінің даму ерекшелігі мен динамикасы туралы көптеген зерттеушілер ғылыми мәліметтік қызығушылығын ұсынады. Н.А.Симон [7] жұмысында төменгі мектеп оқушыларында мотивациялық өрістің негізгі бөліктері талаптарының қалыптасқаны көрсетілген, олар дене тәрбиесінің дұрыс ұйымдасқан процесінде жемісті дамуы. Осы кезде автор, дене мәдениетінің мемлекеттік бағдарламасы бойынша оқитын оқушылардың мотивациялық өрісі бір сыныптан екіншіге өтуі жеткілікті дамуға келмейді деп санайды. 3 сыныпқа өткендегі нәтижеде дене мәдениеті сабағына қызығушылығы төмендейді, өз бетімен дене мәдениеті – сауықтыру қызметінің мотивтері қалыптаспайды, және соның салдарынан, балалардың денсаулығы мен дене дамуына жағымсыз әсер ететін оқушылардың қозғалтқыш тәртібі төмендейді. Сол автор [8] корреляциялық талдау негізінде, балалардың дене дамуына маңызды әсері дене мәдениетінің өз бетінше дене тәрбиесі сабағында қалыптасуы мотивацияның дәрежесіне тигізетіні көрсетілген. Алынған нәтижелер авторға, өз бетінше дене тәрбиесі дене мәдениетінің – сауықтыру қызметінде мотивацияның қалыптасуына бағытталған оқу бағдарламасы төменгі мектеп оқушыларының дене дамуына әсер етудің тиімді тәсілі бола алады деген қорытындыға келді.

Орта топтағы оқушылардың мотивациялық өрісінің даму ерекшелігін қарастыра отырып, бозбалалардың жетекші қызметі қоғамдық-пайдалы қызмет бола бастауын ескеру керек, танымдық қызмет әртүрлі жағдайлардағы қатынас жүйесіне бағытталған, сапалы сана-сезімнің және өзін-өзі бағалаудың дамуында болады, оның нәтижесінде бозбалаларда өзінің туралы үлкен адам болатындығы ойжөнінде түсінік қалыптасады.

В.М.Мельниковтың ойынша [9] жасөспірім жасында сана-сезімнің қарқынды дамуы өзін-өзі тәрбиелеу талабын туғызады. Бозбалалар белсенді, әлді, батыл және т.б. болуға ұмтылады. Дәл осы жаста дене мәдениеті және спорт сабақтарының негізгі мотиві жанама түрдегі мотив – денесінің дамуы және қайратты болуын жақсарту болып табылады.

Бұл жағдай бозбала тұлғасына тәрбиелеудің әртүрлі формалары арқылы мақсатқа лайықты әсер етуге мүмкіндік туғызылып, дене мәдениеті және спорт сабақтарында талаптарды ұғыну деңгейі мен дәрежесін жоғарлатуға ықпал жасайды, олардың дамуы тұлғаның жан-жақты даму қызығушылығына сәйкес келеді. Объективті жас алғы шарттарына қарамастан дене мәдениеті және спорттағы бозбалалардың талаптары дәстүрлі мектеп дене тәрбиесінде тек жоғарламай оның, сонымен қатар әрбір келесі оқу жылында төмендеу тенденциясы болады [10]. Тек бозбалалардың 10% ғана өз бетінше дене жаттығуларымен айналасатындар, бұл жаста спортқа мектеп оқушыларының 15% дейін тартылатыны айтылған.

Көп авторлар бұл мәселенің шешілуін жалпы білім беретін мектептерде балалардың спорттық қызығушылығын ескеру арқылы секциялық тип бойынша дене мәдениеті сабақтарын ұйымдастыруда және жүргізуде көреді. Бұндай әдістемелік тәсіл дәл сол авторлардың ойынша талаптық-мотивациялық өрістің дамуын, дене мәдениеті және спорт құндылықтарын меңгеру бағдарын ынталандырады, оқушылардың дене дамуындағы дене дайындығы мен денсаулығын жоғарлауына ықпал етеді. Сонымен қатар, мектептегі дене тәрбиесінің тәжірибесі үшін маңыздысы – ол сауықтыру, білім беру және тәрбиелеу бөліктері кіретін, спорттық дайындық элементтері бар жаңа бағдарламаны жасап, енгізуге болады.

Басқа жағынан, дене мәдениеті сабағына тұрақты қызығушылығын қалыптасуына тәжірибеде алған білімі мен, дағдыларды қолдануға мүмкіндік беретін жағдай жасауға ықпал жасайтыны көрсетілген [11]. Сонымен қоса мектеп оқушыларының жарыстарға, туристтік саяхат, пікір-алысу жарыстарына міндетті түрде қатысуы білім алуы және қозғалтқыш тәжірибесінің өлшемі бойынша шығармашылық ынта элементін қолдану, дербестікті тәжірибелеу және оқушылардың ынтасын мадақтау керек .

Дене тәрбиесі тәжірибесінде басты сұрақтардың бірі мектеп оқушылардың тұрмысына дербестік сабақтарды енгізу. Әрине, ол үшін тек білім емес. Сонымен қатар дербестік сабақтардың шеберлігі және дағдыларын қалыптасу керек. Сондықтан, В.П.Лукьяненко , В.И.Лях (11) санағандай, дене мәдениеті сабағында оқушыларды жаттығулармен, өзін-өзі бақылау тәсілдерімен және өзін-өзі бағалаумен қаруландыратын нұсқаулы функцияларды күшейту керек.

Мектеп оқушыларын дене мәдениетінің дербес сабақтарына үйрету үшін бірінші қадам үй тапсырмасы болып табылатыны байқалады. Үй тапсырмасы арқылы жүйелі сабақтарға деген әдеттерін біртіндеп қалыптастарады. Оларды орындалу кезінде денесін өзін-өзі жетілдіру талабы қойылады .

Мектеп оқушыларының денесін жетілдірудегі талаптар мәселесін зерттеу қатарына үйрету процесінің қалыптасуы және жүзеге асудың маңызды факторы ретінде дене мәдениеті мұғалімінің кәсіптік білімі мен шеберлігі қарастырылады. Авторлардың ойынша [11]. мұғалімнің кәсіптік дайындығының берілген аспектісі бүгінгі күні ғылыми және әдістемелік аспектілерде жеткілікті өңдеу деңгейі жоқ. Тәжірибеде мұғалімдердің мектеп оқушылардың денесін жетілуіндегі талабын тәрбиелеуге дайындық деңгейі өте төмен екені көрсетілген. Дене мәдениеті мұғалімінің кәсіптік дайындығы барысында оның бағыттылығын тек балалардың денесінің дамуына ғана емес, сонымен қатар оқушылар денесінің жетілуіне талаптың орнықты дамуына, спорттық бағдар жұмысына ықпал жасау ұсынылады.

Осылай әдебиеттік мәліметтерді талдау және қорыту, мектептегі оқушылар денесінің жетілуіндегі талапты қалыптастыру процесі көп қырлы екенін көрсетеді және өзара байланысқан бағыттар қатарына кіреді. Мектептегі оқушылардың дене тәрбиесіндегі осы бөліктерін жемісті түрде жүзеге асыруына, жұмыстың барлық түрлері кіретін педагогикалық ықпал жасауға, соңында дербестік дене мәдениеті-сауықтыру қызметі элементтерінің, балалармен жасөспірімдер тұрмысына кіруге бағытталған кешендік жүйе мүмкіндік береді.

Дегенмен, орта топтағы мектеп оқушыларының талаптық-мотивациялық өрісін сипаттайтын көрсеткіштердің бағыттылығы мен айтылғанын зерттеу, мектептегі дәстүрлі және спорттық-бағдарланған түрде ұйымдастырылған дене мәдениеті сабағы дене тәрбиесі тәжірибесі үшін маңызды, мұнда дене мәдениеті және спорт сабағындағы талапты қалыптастыру сұрағы тым өзекті.

Жоғарыда айтылғандар берілген мәселеге қызығушылық туғызады және біздің зерттеуіміздің мәні болды.

#### **ӘДЕБИЕТТЕР:**

1. «Денешынықтыру және спорт туралы» Қазақстан Республикасының Заңы. 2014 жылғы 3 шілдедегі № 228-V ҚРЗ (2018.24.05. берілген өзгерістер мен толықтырулармен). - <http://adilet.zan.kz/kaz/docs/Z1400000228>
2. «Қазақстан Республикасының дене шынықтыру мен спортты дамытудың 2025 жылға дейінгі тұжырымдамасын бекіту туралы» Қазақстан Республикасы Президентінің 2016 жылғы 11 қаңтардағы № 168 Жарлығы. -<http://adilet.zan.kz/kaz/docs/U1600000168>
3. [https://primeminister.kz/kz/news/kultura\\_i\\_sport/prezident-zholdauin-iske-asirudene-shiniktiru-sauiktiru-keshenderinin-90-auildik-eldi-mekenderde-salinadi](https://primeminister.kz/kz/news/kultura_i_sport/prezident-zholdauin-iske-asirudene-shiniktiru-sauiktiru-keshenderinin-90-auildik-eldi-mekenderde-salinadi)
4. Есмағамбетов З. Дене тәрбиесі ілімінің негіздері. Қарағанды, 2001.
5. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. Учебник для ин-тов физ.культуры. –М.: ФКиС, 1991.-543с.

6. Переверзин И.И. Общественные и личные интересы, их учет и сочетание при планировании развития физической культуры и спорта. ТИП. Физическая культура. - 1971.-№1.-С.11-12.

7. Симон Н.А. Особенности и динамика развития мотивационной сферы учащихся младших классов в обл.физкультуры/Сборник научных трудов «Свободное время молодежи: Спорт и досуг». –Караганда, 2000. –С.58-67.

8. Мельников В.М. Психология: Учебник для ин-тов физкультуры. Под редакцией Мельникова В.М. –М.:ФКиС, 1987.-366с.

9. Малай Л.Ю.Ориентация будущего учителя физической культуры на воспитание у школьников потребности в физическом совершенствовании/Сборник научных трудов «Свободное время молодежи: Спорт и досуг». –Караганда, 2000. –С.205-210.

10. Каргин С.Т. Профессиональное взаимодействие в вузовском педагогическом процессе как условие качественной подготовки будущих учителей/Сборник научных трудов «Свободное время молодежи: Спорт и досуг». – Караганда, 2000. –С.176-185.

11. Ашмарин Б.А. Теория и методика исследований в физическом воспитании. –М.:ФКиС. 1978.-222с.