



РГКП «НАЦИОНАЛЬНЫЙ НАУЧНО - ПРАКТИЧЕСКИЙ ЦЕНТР ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ»
МИНИСТЕРСТВА ПРОСВЕЩЕНИЯ РЕСПУБЛИКИ КАЗАХСТАН

«Дене шынықтыру мұғалімінің кәсіби кұзыреттілігі мен тәжірибесін жетілдіру» біліктілікті
арттыру курсы

Курсы повышения квалификации: «Развитие профессиональных компетенций и навыков
учителя физической культуры»

*Білім бер сапасын арттыру контексінде оқытудың мазмұны мен әдістерін жетілдіру, дене
шынықтыруды оқытудың заманауи технологиялары модулі*

**ЖОБА ТАҚЫРЫБЫ: «ДЕНЕ ТӘРБИЕСІ САБАҚТАРЫНДА ҰЛТТЫҚ ОЙЫНДАРДЫ ҚОЛДАНУ
ТИІМДІЛІГІНІҢ ТӘЖІРИБЕЛІК НЕГІЗДЕМЕСІ»**

Жоба жетекшісі: Дуйсенов Жаксылык Айболатович
*Батыс Қазақстан облысы білім басқармасы, Қаратөбе ауданы
«Соңалы жалпы орта білім беретін мектебінің» КММ дене
шынықтыру пәнінің мұғалімі.*

Орал, 2024





Мақсаты:

- ✓ Оқушылармен жасөспірімдерді ұлттық ойындар арқылы қызығушылықтарын ояту.
- ✓ Оқушылардың теориялық білімдері мен практикалық дағдыларын қалыптастыру және жүйелеу.
- ✓ Қазақ халқының ұлттық ойындарын оқушыларға ойната отырып дамыту.

Міндеттері:

- ✓ Ұлттық ойындардың шығу тарихымен танысу;
- ✓ Ұлттық ойындарды қазіргі заманғы технологиялармен ойнау әдістерімен танысу;
- ✓ Ұлттық ойындарды өткізудің ұйымдастырушылық және практикалық мәселелерін зерттеу.





МАЗМҰНЫ

КІРІСПЕ:

НЕГІЗГІ БӨЛІМ:

2.1. Дене тәрбиесі сабағында ұлттық ойындарды қолданудың өзекті мәселелері

2.2. Қазақтың ұлттық ойындарын дене тәрбиесі сабағында қолданудың жаңа әдістері

2.3. Қазақша күрес пен жамбы ату ойыны

ҚОРЫТЫНДЫ:

ПАЙДАЛАНЫЛҒАН ӘДЕБИЕТТЕР ТІЗІМІ:



Елімізде дене шынықтыру және спортты дамыту, республиканың ұлттық ерекшеліктері мен айрықша белгілеріне байланысты маңызды мәселелер қатарын шешу талаптары тұрды. Бұлардың дамуы халықтардың мәдениет түрі, ұлттық сипаты бойынша барлық социалистік дамудың қалыптасқан үрдісінен шығып, қазіргі ғылым жетістіктері негізінде болуын қажет еді. Осыған байланысты қозғалыс практикасы үшін дене шынықтыру мен спортты ұлттық және интернационалдық дамыту мәселелері маңызды мәнге ие болды.





Ұлттық ойындар - қазақ халқының ерте заманнан қалыптасқан дәстүрлі ойың-сауықтардың бір түрі. Оның бастауы алғашқы қауымдық қоғамда шыққан. Ұлттық ойындар негізінде әр халық түрлі-түрлі жаттығулар жасау жолымен дене шынықтыру ісінің негізін салды. Бертін келе шынайы спорт ойындарының шығуына түрткі бола отырып, ата - бабаларымыздан бізге байлығымыз, асыл қазынамыз.



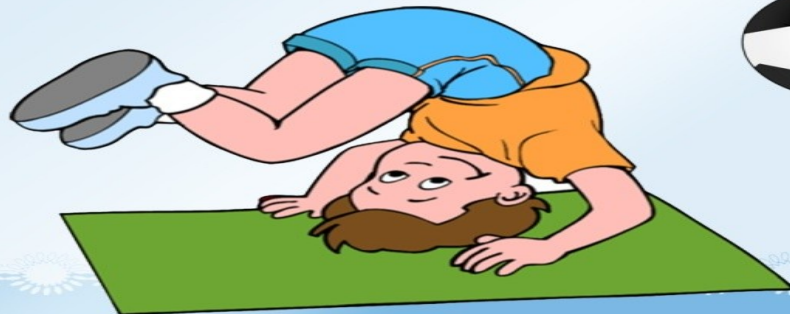
Қазақтың ұлттық ойындары - атадан балаға, үлкеннен кішіге мұра болып жалғасып келе жатқан асыл қазына. Ұлттық ойындар қазақ халқының ежелгі мәдениеті мен өнерінің ешкімнен кем болмағанын байқатады. Қазақтың ұлттық ойындарының қоғамдық және әлеуметтік маңызы аса зор.



НЕГІЗГІ БӨЛІМ

Дене тәрбиесі сабағында ұлттық ойындарды қолданудың өзекті мәселелері

Қазақтың ұлттық ойындары - атадан балаға, үлкеннен кішіге мұра болып жалғасып келе жатқан асыл қазына. Ұлттық ойындар қазақ халқының ежелгі мәдениеті мен өнерінің ешкімнен кем болмағанын байқатады. Қазақтың ұлттық ойындарының қоғамдық және әлеуметтік маңызы аса зор. Ата-бабаларымыз ұлттық ойындар арқылы ұрпақтың мықты әрі жігерлі болып өсуіне ықпал етіп, олардың береке-бірлігі мен ынтымағын жарастырып отырған. Қазақтың ұлттық ойындарының түрі өте көп.





1-сурет. Ұлттық ойындарды жүйелеу, топтау



Тағы бір мән беретін жағдай ойын барысында кейбір оқушылар тәуелсіздік танытып, өз әлінше ойын мазмұнына өзгерістер енгізуге тырысады, мұндай жағдайда баланың ойын басқа оқушылар қолдап жатса ойынды тоқтатпаған дұрыс, осыдан барып ұлт ойындары баланың еркін әрекетіне жол ашады.

Ойынның ұлттық деп атауының астарында түрлі мағына жатыр.

Олай болатыны ұлт ойындары әртүрлі ерекшелігін даралап көрсететін ұлтқа тән қасиеттерді ашып айтып көрсете алатындығымен ерекшеленеді. Екіншіден, ұлттық ойындар, ұлттық әдет-ғұрыптарды салт-сананы, дәстүрді өз ойына жақсы сіңірген, сол арқылы жас ұрпақ ана сүтімен ұлтқа тән қасиеттерді ойын барысында еркін меңгеріп бойына жастайынан дамытуға мүмкіншілік алады.



Қазақтың ұлттық ойындарын дене тәрбиесі сабағында қолданудың жаңа әдістері

Қазақтың ұлттық ойындарын дене тәрбиесі сабағында жоспарға енгізу арқылы өткізу жас буынды тәрбиелеуде теңдесі жоқ құрал. Әр сабақ сайын ұлттық ойынның үш-төрт түрін алып, солардың ойнау тәсілін үйретіп отырса, жетілдіре, қайталау арқылы пысықтап отырса, әрбір бала жадында сақтайды да, оны ойнай біледі.

Қазіргі компьютер заманында оқушыларды қызықтырып асық, бес тас ойнаңдар деп айту өте қиын іс. Әрбір баланың санасына ойынды сіңістіріп енгізу үшін біз қызықты да дұрыс әдістерді қолдануымыз керек.

Сабақтың барысында сол табиғилығын сақтай отырып, оның элементтерін ретті пайдалану сабақтың әр кезеңінде оқушылардың көңіл-күйіне психологиялық жағынан барлау жасай отырып, білгірлікке әрекет жасауды талап етеді.





Бала ойын арқылы ойлап, ойын арқылы қиялдайды. Көңіл аударарлық ойынның бір түрі – асық ойыны. Бұл ойынды тек асығы бар балалар ғана ойнайды. Асық ойнаушылардың саны шектеусіз. Бұл ойынның түпкі мақсаты – асық ұтып алу. Асық ойынының түрлері өте көп. Олар – алшы, омпы, хан, құмар, бестас т.б.



Алшы

Тәйке

Бүк

Шік

Асық ойыны өте қарапайым болып көрінгенмен, мұнда адам денесін шыңдап, сомдайтын қасиеттер, баланың «бұзылып» кетпеуі үшін, оны өзара әркетке жетелейтін қимыл қаншама. Ең бастысы, ол баланы жастайынан салауатты өмір салтына жетелейді. Адамның ойлау жүйелерінің жетілуінен бастап, бұлшықеттерінің жетілуіне, тынысалу мүшелерінің реттелуіне, өз дене мүшелерін меңгеруге, соның нәтижесінде қырағылық пен мергендікке буаулиды. Асық ойынын мектептегі дене тәрбиесі сабағында үйретіп алып, сыныптар арасында жарыс түрінде өткізуге болады.



«Тоғыз құмалақ» ойынының тақтасы.

Тоғыз құмалақ ойынының стратегиялық және тактикалық әдістерін қазіргі заман талабына сай қолданылып отырған компьютер арқылы жүзеге асыру да жаңа әдістердің бірі ретінде қарастырылады. Оқушылар күнделікті жаттығу кезінде пайдаланған әдістерін компьютерге енгізіп, бағдарлама жасап, кейін оны тәжірибе жүзінде пайдаланып отырады.

Тоғыз құмалақ ойыны жас жеткіншектерге спорт әліппесін үйретумен қатар, олардың ой-өрісін, сана-сезімін, дамытуға оқу үлгерімін жақсартуға және саналы тәрбие беруге өзіндік септігін тигізеді.

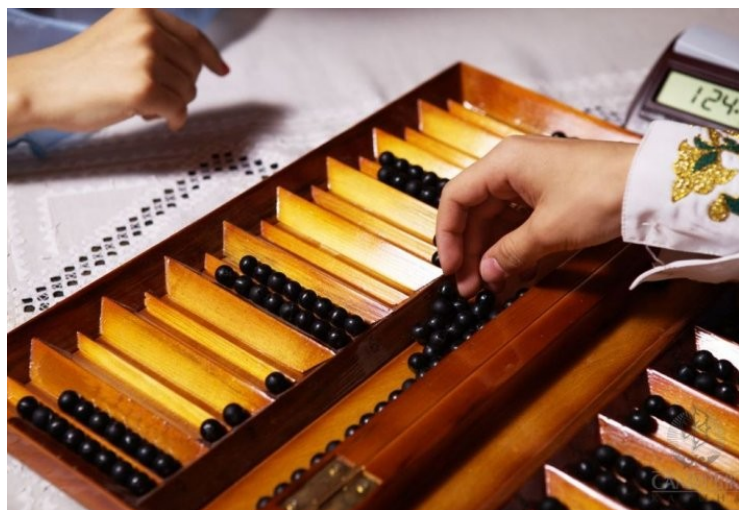


ТОҒЫЗҚҰМАЛАҚ



*Қызықтырған есепшіні, ойлыны,
Бабалардың бұл – ежелгі ойыны.
Екі адамға тең бөлінген «мал – жайы»,
Ойнау үшін тақтасы бар арнайы.*

*Бар он сегіз ұясы оның – кіші отау,
Екі қазан үлкен келген – іші отау.
Бір жүз алпыс екі – барлық құмалақ,
Сексен бірден – екі ойыншы тұр қамап.*



*Әрқайсысының сегіз ұя – «ойы» бал,
Әр ұяның дәл тоғыздан «қойы» бар.
Екі ойыншы – екі «қойшы» кезекпенен,
Түсіреді ұяға «қой» есеппен.*



фото Жеңіс Ысқабай



Қазақша күрес пен жамбы ату ойыны Қазақша күрес

Қазақ халқының өте ертеден қалыптасқан спорт ойындарының бірі – қазақша күрес. Қазақша күрес көшпелі халықтың тіршілігімен бірге жасасып келе жатқан спорт түрлерінің бірі. Қазақша күрестің басқа халықтардың ұлттық күресімен салыстырғанда өзіндік ерекшелігі бар. Қазақша күрестің аталары болып табылатын – Қажымұқан, Балуан Шолақ секілді алыптардың жолын жалғайтын талай-талай саңлақтарымыз өсіп келеді. Тек соларға дұрыс жөн сілтей білуіміз керек.



Қазақша күресте қолданатын айла-тәсілдердің негізгі түрлері:

- иықтан асыра лақтыру әдісі. Лақтырған палуан құламай орнында қалады;*
- әдіс қолданған палуан өзі құлап барып қарсыласын астына түсіру;*
- қарсыласын жамбасқа салып жығу;*
- іштен шалып жығу;*
- сырттан шалып жығу;*





Отуғар.к

Жамбы ату ойынын – көшпенділер жауынгерлердің мергендік қабілетін жетілдіру үшін қолданған. Оның басты мақсаты біріншіден, әскери-жауынгерлік дайындықты жетілдіру, екіншіден, ел арасындағы мергендерді (садақшыларды) анықтап оларды көтермелеу, үшіншіден, сыналған мергендерден арнайы топ құрып, соғыста күштік құрлым ретінде пайдаланған.





Түйіндеп айтарымыз, қазақтың ұлттық ойындарын мектепте дене шынықтыру сабақтарында қолдану жалпы білім беретін мектептердегі педагогикалық үрдістің тиімділігін арттырады, сонымен қатар дене тәрбиесі сабағының әдістемелік деңгейін жоғарлатады.

ҚОРЫТЫНДЫ

Біз оқушылардың дене шынықтырумен спортқа қызығушылықтарын тәрбиелеуде ұлттық ойындардың жас ерекшеліктеріне қарай үйрету ерекшеліктерін тиімді пайдалана білсек өз жемісін береді есептейміз. Өйткені, ұлттық ойындарды зерттеген ғалымдардың еңбектерін талдап саралай келе ұлттық ойындардың адам өміріндегі жас ерекшеліктеріне сай ойындарды ойнап келгендігіне нақты көз жеткіздік дей аламыз.

Себебі біздің ұлттымыздың көп жылдық тарихи өмірімен біте қайнасып, заман көшінен қалмай дамып, жетіліп отырғандығы, әрі өзіміздің бала күннен көріп, естіп өскен ойындарымыз екендігінде деп санаймыз.





Ең бастысы, оқу үрдісінде міндетті пәндерде оқушылардың теориялық білімін әлеуметтік қалыптастыруға мән беру керек.

- 1) Әр оқушының білімі, қабілеті қалыптасады.*
- 2) Оқушының бойындағы жетістіктері көрінеді.*
- 3) Оқушылар қиындықтарды жеңеді, әлеуетті артады.*
- 4) Жан-жақты дамуға қол жеткізеді.*





ПАЙДАЛАНЫЛҒАН ӘДЕБИЕТТЕР ТІЗІМІ

1. *Б.Төтенаев. «Қазақтың ұлттық ойындары»*
2. *«Дене тәрбиесі және спорт» журналы*
3. *«Дене тәрбиесі» оқулығы - С.Тайжанов*
4. *«Валеология» журналы*
5. *«Мектептегі тәрбие жұмысы» журналы*
6. *«Дене шынықтыру – мектепте» журналы*

