«Қ. ҚҰЛАЖАНОВ АТЫНДАҒЫ ҚАЗАҚ ТЕХНОЛОГИЯ ЖӘНЕ БИЗНЕС УНИВЕРСИТЕТІ» КОЛЛЕДЖІ

«Бекітемін»
Директордың оқу-ісі жөніндегі орынбасары
_____________ Айтжанова Ш.Р.
"30" 10 2025 ж

Дене тәрбиесі пәнінен әдістемелік құрал
"Қазақтың ұлттық ойындарын дене шынықтыру пәнінде қолдану"

Астана 2025 ж

Сканировано с CamScanner

Қ.Құлажанов атындағы «Қазақ технология және бизнес университеті» АҚ колледжі әдістемелік кеңесінің отырысында қаралды
(2025жылғы «30 10 , №2 хаттама)

Рецензенттер:
Шамшиев Нурлан Сарсенбаевич – алғашқы әскери дайындық пәні оқытушысы, педагог зерттеуші.
Ажигулова Гульжан Турсынханова – орыс тілі және әдебиеті пәнінің оқытушысы, педагог зерттеуші.

Әзірлеуші: Кайрлин Серик Молкарбекулы – дене тәрбиесі пәнінің оқытушысы.

ТҮСІНІК ХАТ

Бұл әдістемелік құрал қазақтың ұлттық ойындарын колледж оқушыларына үйретудің негізгі принциптері мен тәсілдерін қарастырады. Қазақтың ұлттық ойындарын — дене тәрбиесі жүйесінде студенттердің физикалық дамуына ықпал ететін, қозғалыс дағдыларын қалыптастыратын және әлеуметтік қарым-қатынастарды дамытуға бағытталған спорт түрі. Әдістемелік құралда ұлттық ойындардың пайда болуы мен даму тарихы, оның дене тәрбиесіне тигізетін әсері, техникалық дағдыларды үйрету әдістемесі, студенттердің психологиялық дамуына қатысты аспектілер, сондай-ақ қауіпсіздік ережелері жан-жақты баяндалған.

Бұл әдістемелік құрал ұлттық ойындарды студенттерге үйретуді тиімді әрі нәтижелі етіп ұйымдастыруға арналған маңызды нұсқаулық болып табылады. Ол физикалық жаттығуларды үйрету арқылы студенттердің денсаулығын нығайтып, оларды қоғамға бейімдей отырып, болашақтағы кәсіби спорттық жетістіктеріне алғашқы қадам жасауға мүмкіндік береді.

Әдістемелік құралда ұлттық ойындардың дене тәрбиесіне тигізетін әсері, студенттерге үйретудің әдістемелік тәсілдері, психологиялық аспектілері, ойындар мен жаттығуларды ұйымдастыру, сабақтардағы тиімді әдіс-тәсілдер қарастырылған. Әр бөлімде студенттердің дене және әлеуметтік дамуына қатысты теориялық және практикалық бағыттар қамтылған, сонымен қатар ойын мен жаттығулардың әртүрлі әдістері ұсынылған. Сонымен қатар, оқушыларға ойын кезінде қауіпсіздік ережелерін сақтауды үйретуге арналған арнайы бөлім де бар.

Құралдың маңызы оқу үдерісінде ұлттық ойындарды оқытудың барлық аспектілерін қамту арқылы оқушылардың дене тәрбиесін толыққанды дамытуға бағытталған. Студенттердің физикалық, психологиялық және әлеуметтік дамуына оң әсер ету мақсатында жасалған әдістемелер мен ұсыныстар мектепте және қосымша сабақтарда қолданысқа енгізілетін болады.

Әдістемелік құралдың материалдары ұлттық ойындарды қызығушылықты арттыруға, оның ойыншыларын дайындауға, сондай-ақ студенттерді дене шынықтыруға баулуға бағытталған. Ұсынылған әдістемелер мен жаттығулар колледж студенттерінің дене тәрбиесі сабақтарында, спорттық жарыстарда және басқа да дене шынықтыру іс-шараларында қолданылуы мүмкін. Әдістемелік құрал мұғалімдерге ұлттық ойындарды студенттерге тиімді үйрету жолдарын ұсына отырып, олардың физикалық, әлеуметтік және психологиялық дамуына оң әсер етуге бағытталған.

МАЗМҰНЫ

1.Кіріспе.....5

2.Қазақтың ұлттық ойындарының зерттелуі.....7

3.Қазақтың ұлттық ойындарын дене шынықтыру пәнінде қолдану.....15

4. Ұлттық ойындардың оқушыларға тиімділігі және нәтижелері.....23

5. Қорытынды.....24

6.Пайдаланылған әдебиеттер.....25

КІРІСПЕ

Қазақтың ұлттық және спорттық ойындарының да өзіндік тарихы, даму жолдары,қалыптасу кезеңдері бар. Қазіргі кейбір тарихи деректерге қарағанда, бізге жеткен ұлт ойындарының біразы сонау көне заманнан басталады. Демек Қазақстан жеріндеқалыптасқан алғашқы қауымдық құрылыс халқымыздың ұлттық ойындарын да тұғызған. «Бес тас», «Асық»,«Садақ ату», сияқты ұлт ойындары шамамен алғанда осыдан бес мыңжылдар бұрын ойналғандығы жайында айта келіп ағылшын ғалымы З.Маккей «Бұл ойындардың барлығы дерлік Азия елдерінде тайпалы одақтардың арасында тарағанға ұқсайды» - дейді.

Ұлт ойындары көгамның өзгеруі, әлеуметтік – экономикалық жағдай негізінде толығып, тұрмысқа сіңіп, өзгеріске ұшырап отырған.

Мысалы, Қазақстан жеріндегі алғашқы қауымдастық құрылыста қалыптасқан «Аң аулау», «Таяқ жүгірту», «Садақату», «Қақпа тас», «Қарагие» ойындары келесі дәуірлерде қайталану толығу процесінде «Аң аулау», «Құс салу», «Жамбы ату», болып аттары өзгеріп, мазмұны сақталып қалды.

Ұлттық мұраның бай қазынасының бірі – қазақтың ұлттық ойындары көп салалы, көп қырлы құбылыс, ол тек ойындық сала емес, мәні жағынан да балабақша тәрбиеленушілерінің рухани өресі кең өсіп – жетілуіне, эстетикалық мәдениетінқалыптастыруға тәрбиелейтін негізгі құралдардың бірі. Ұлы педагог В.Сухомлинский «Ойынсыз, музыкасыз, ертегісіз, шығармашылықсыз, қиялсыз толық мәніндегі ақыл-ой тәрбиесі болмайды» дейді, демек, шәкірттің ақыл-ойы, парасаты ұлттық салт-сананы сіңіру арқылы байи түспек. Фольклортанушы ғалымӨ.Дәулетов «Қазақ балаларының ойындары» деген еңбегінде адамның жас ерекшелігін үш топқа бөледі: «...өмірге келгеннен бастап жеті жасқа дейінгі бала, жеті жастан он бес жасқа дейінгі балалар, он бес пен жиырма жас аралығындағы жастар...». Осының негізінде қазақтың ұлттық ойындарын үш топқа бөліп қарастырып, бірінші топқа, сол жастағыларға лайықты: «санамақ, тәй-тәй, айгөлек, соқыр теке, қуыршақ, алақан соқпақ, ақ серек-көк серек» т.б. ойындарын, ал одан кейінгі топқа: «тақия тастамақ, тартыс, сиқырлықоржын, бәйге, көкпар, асық, хан талапай, теңге алу, қыз қуу, орамал тастамақ, ақсүйек, күрес» т.б. ойындарын жатқызуға болады. Мұндай ойындар баланы тез ойлауға, тапқырлыққа баулып, жаңа сөз тақырыптарды жылдам меңгеруге ықпал етеді, сөз тіркесіне, ұйқастыруға дағдыландырады

Біз болашақ ұрпағымызға тілімізді ғана үйретіп қоймай, салт-санамызды, дәстүрімізді мирас етіп қалдырып, ұрпақтан – ұрпаққа жалғасуына жағдай жасауымыз қажет.

Бұл ретте ойындардың мәні өте зор. Оларды қолдану негізінен дене тәрбиесі сабақтарында, спорттық жарыстар, серуендер кезінде жүзеге асады. Орайы келсе тіл дамыту мен көркем әдебиет сабақтарында да пайдаланған жөн. Себебі осы пәндерде санаға көбірек салмақ түседі. Сондай кезде өтетін тақырыпқа байланысты қимыл –қозғалыстар, жаттығулар, жаңылтпаштар, дене тәрбиесі, сергіту уақыттарынұйымдастырса, баланың денесі ширап, көңілі көтеріліп, сабақ материалдарынқабылдау сапасы да артады. Балалар ойын барысында еркін тапқырлық әрекет байқатады, сезіну, қабылдау, ойлау, қиялдау, зейін қою, ықылас, ерік және т.б. түрлі психикалық түйсік пен сезімділікке тәрбиеленеді.

Халық ойынын көп ойнаған, халық фольклорынан мол сусындаған бала сол халықтың тынысымен дем алатыны және сол ойындар арқылы өз халқының салт – дәстүріне, туған жерінің географиялық жағдайына, яғни табиғат ерекшеліктеріне мән беріп өсері сөзсіз.

Балалар ойынында кейде өлең-тақпақтар жиі кездеседі. Ол өлең-тақпақтардыңнегізгі мақсаты тапқырлыққа, шапшаңдыққа, ептілікке баулу, қиялына қанат беріп,ойын ұштау, өз бетімен іскерлікке, қысылған жерде дұрыс шешім қабылдауға тәрбиелеу. Бұған қоса кез-келген ойынның аяғында жеңу бар да, жеңілу бар. Жеңгендер әрі қарай өз биігінде қалуға тырысса, жеңілгендер айып тартады. Ол көбінесе тақпақ айту, ән салу, би билеу түрінде болады. Бұдан қай ойынның да түпкі нысанасы - балалардың бойында өнердің, білімнің, тәрбиенің нұрын себу, өлең, тақпақ айтуға төселдіру екенін аңғару қиын емес.

Қазақтың ұлттық ойындарының зерттелуі

1. Ұлттық ойындарды оқу және тәрбие үрдісінде пайдаланудың өзектілігі

Қоғамымыздың іргетасын нығайту үшін бүгінгі жастарға үлгілі, өнегелі тәрбие беру - қазіргі міндеттердің бірі. Оқушыда жалпы адамзаттық құндылықтар мен адамның айналадағы дүниемен жеке тұлғалық қатынасын (этикалық, эстетикалық, адамгершілік тұрғысынан) тәрбиелеу мақсатын халқымыздың мәдени рухани мұрасының, салт-дәстүрінің озық үлгілерін оның бойына дарыту арқылы жүзеге асыруға болады. Осымен байланысты бағдарлама халқымызға тән әдептілік, қонақжайлық, мейірімділік, т.б. сияқтықасиеттер, табиғатқа деген қарым-қатынасындағы біздің халыққа тән ерекшеліктер. Жас ұрпақ өз халқының мәдениетімен, асыл мұраларымен ұлттық әдебиеттер арқылы танысып келеді. Халық ойынды тәрбие құралы деп таныған. Ойынды сабақта қолдану оқушылардың ой-өрісін жетілдірумен бірге, өз халқының асыл мұраларын бойына сіңіріп, кейінгі ұрпаққа жеткізе білу құралы. Бірақ оны жүргізуге арналған нақты әдістемелік құралдар жоқтың қасы. Зерттеу жұмысында орыс тілінде жазылған әдебиеттер қолданылды. Соның нәтижесіндеқазіргі таңда тақырыптың өзектілігі туындап отыр. Халық педагогикасының адам, отбасы, өскелең жас ұрпақты тәрбиелеу туралы арман-мақсаттарын, орныққан пікірлерін, ұсыныстарын қамтып көрсететін педагогикалық идеялар мен салт-дәстүрлері өткен мен қазіргінің арасындағы байланысты көрсетеді. Ол тарихи даму барысындағы әлеуметтік мәні бар ақпаратта (білім, білік) т.б. жиналып, ұрпақтан ұрпаққа беріліп отырады. Ең алдымен, халық педагогикасы өскелең ұрпақтың еңбек пен өмір сүру бейнесініңнегізі болып, оларды келешектегі қызметіне дайындайды. Біздің халықтықпедлагогикада еңбек тәрбиесі өте ертеден бастау алады. Ертеден келе жатқан еңбек тәрбиесінің әдіс-тәсілдер құралы, сөз жоқ, еңбек болып табылады. Еңбек адамныңқалыптасуы мен тәрбиеленуінде бір ұрпақтан екінші ұрпаққа өмірлік тәжірибе береді және халықтың даму барысында шешуші роль атқарады. Еңбек ету кезінде адамның дене, ақыл-ой, эстетикалық дамуы мен еңбек тәрбиесі катар жүреді.

Халықтық педагогиканың ең бір көне тиімді құралдарының біріне ойын жатады. Ойын арқылы бала қоршаған ортаны өз бетінше зерделейді.

Сөйтіп, өзінің өмірден байқағандарын іске асырып, қоршаған адамдардың іс-әрекетіне еліктейді. Соның нәтижесінде өзі көрген жағдайларды отбасылық тұрмыс пен қызмет түрлерін жаңғыртады. Мәселен, қазақтың ұлттық ойындары: «Бәйге», «Көкпар», «Алтын сақа», «Хан талапай», «Қыз қуу», «Тоғызқұмалақ» т.б.

балалардың еңбекке деген карым-катынасы мен кабілеттерін арттырады.

Ойын дегеніміз – адамның ақыл-ойын дамытатын, кызыктыра отырып ойдан-ойға жетелейтін, тынысы кең, алыска меңзейтін, киял мен канат бітіретін ғажайып.

Жас ұрпақ өз халкының мәдениетімен, асыл мұраларымен ұлттық әдебиеттер аркылы танысып келеді. Халык ойынды тәрбие кұралы деп таныған. Ойынды сабакта колдану оқушылардың ой-өрісін жетілдірумен бірге, өз халкының асыл мұраларын бойына сіңіріп, кейінгі ұрпакка жеткізе білу кұралы. Бірак оны жүргізуге арналған накты әдістемелік кұралдар жоктың касы. Зерттеу жұмысында орыс тілінде жазылған әдебиеттер колданылды. Соның нәрсе. нәтижесінде казіргі танда такырыптың өзектілігі туындап отыр.

Халык педагогикасының адам, отбасы, өскелең жас ұрпакты тәрбиелеу туралы арман-максаттарын, орныккан пікірлерін, ұсыныстарын камтып көрсететін педагогикалык идеялар мен салт-дәстүрлері өткен мен казіргінің арасындағы байланысты көрсетеді. Ол тарихи даму барысындағы әлеуметтік мәні бар акпаратта (білім, білік) т.б. жиналып, ұрпактан ұрпакка беріліп отырады. Ең алдымен, халыкпедагогикасы өскелең ұрпактың еңбек пен өмір сүру бейнесінің негізі болып, оларды келешектегі кызметіне дайындайды. Біздің халыктык педагогикада еңбек тәрбиесіәте ертеден бастау алады. Ертеден келе жаткан еңбек тәрбиесінің әдіс-тәсілдеркұралы, сөз жоқ, еңбек болып табылады. Еңбек адамның калыптасуы мен тәрбиеленуінде бір ұрпактан екінші ұрпакка өмірлік тәжірибе береді және халыктыңдаму барысында шешуші роль аткарады. Еңбек ету кезінде адамның дене, акыл-ой, эстетикалык дамуы мен еңбек тәрбиесі катар жүреді. көне

Халыктық педагогиканың ең бір тиімді кұралдарының біріне ойын жатады. Ойын аркылы бала коршаған ортаны өз бетінше зерделейді. Сөйтіп, өзінің өмірден байқағандарын іске асырып, коршаған адамдардың іс-әрекетіне еліктейді. Соның нәтижесінде өзі көрген жағдайларды отбасылык тұрмыс пен кызмет түрлерін жаңғыртады. Мәселен, казактың ұлттық ойындары: «Бәйге», «Көкпар», «Алтын сака», «Хан талапай», «Қыз куу», «Тоғызкұмалак» т.б. балалардың еңбекке деген карым-катынасы мен кабілеттерін арттырады.

Ойын дегеніміз – адамның акыл-ойын дамытатын, кызыктыра отырып ойдан-ойға жетелейтін, тынысы кең, алыска меңзейтін, киял мен канат бітіретін ғажайып нәрсе. Е.Сағындыков өз еңбегінде: «Қазактың ұлт ойындары такырыпка өте бай және әр алуан болады», - дей келіп, ұлт ойындарын негізінен үш салаға бөліп топтастырған.

Ә.Диваев «Игры киргизских детей» атты еңбегінде тарихта алғаш рет казактыңұлттык ойындарын үш топка бөліп карастырады. Қазак балаларының ұлттык ойынына токталғандардың бірі – орыс ғалымы А.Алекторов. Мәселен, оның «О рождении и воспитании детей киргизов, правилах и власти родителей» (Орынбор, 1891) атты еңбегінн атауға болады.

М.Жұмабаев ойындарды халык мәдениетінен бастау алар кайнар көзі, ойлауқабілетінің өсу кажеттілігі, тілдің, дене шыныктыру тәрбиесінің негізгі элементі деп тұжырымдайды. Кезінде ұлттык ойындарды зерттеген авторлар катарында М.Тәнекеев, Б.Төтенаев, М.Балғымбаев, Ә.Бүркітбаев, т.б. есімдерін атауға болады. Кеңес Одағы кезіндегі ұлттык ойындардың маңызы мен кажеттілігін көрегендікпенкарастырған ғалым Б.Төтенаев «Қазактың ұлттык ойындары» (Алматы, 1994) атты еңбегінде казак ойындарын бірнеше топка бөліп, ойын шарттарын жазып, жастарүшін тәрбиелік мәнін зерделеп, ойын білдірген. Сабакта және тәрбиеде, яғни балабакшалар мен бастауыш мектептерде ұлттыкойынды ұтымды пайдаланса, алдымен еңбекке баулу және дене шыныктыру пәндерінде окушылардың өз бетімен жұмыс жасау дағдыларын калыптастыру шарттары теориялык тұрғыдан негізделсе, онда окушылардың білімге деген құштарлығын арттыруға және халыктың асыл мұрасын бойына сіңіріп, ұлттыксананы калыптастыруға болады.

2. Қазак халкының ұлттық ойындарының зерттелуі

Қай халыктың болмасын, оның ұлттық ойындарының белгілі бір максаты менәлеуметтік-психологиялык тұрғыдан ерекше қасиеттері болады. Сондыктан халыкарасында калыптаскан ойындар туралы сипаттамалык жинактар, деректер жәнекұжаттар дұрыс зерттеу мен талдауды кажет етеді.

Ұлттык дәстүрлі халык ойындарының ел арасындағы беделі, тарихи қоғамдағы алатын орны және болашак ұрпакты өсірудегі кажеттілігі, оның шығу тарихы туралы ғылыми тұрғыдан бізге дейінгі ғалымдар да көп ізденді. Осы мәселеге байланысты зертелеген ғылыми еңбектерді біз хронологиялык шектігіне карай бірнеше топка бөліп карастырамыз.

1. Орыстың отарлау саясаты кезеңіндегі алғашкы орыс әскери шенеуніктері мен миссионерлерінің көшпенділер хақындағы зерттеу жұмыстары;

2. Кеңес заманы кезеңіндегі Орта Азия және Қазакстан халыктарының ұлттыкойындары туралы жазылған ғылыми еңбектер;

3. Мектеп жасына дейінгі балаларды дене шыныктыруға баулу әдістерін педагогикалык сипаттағы бағыт-бағдарлама тұрғысынан зерттелген жинактар.

4. Тәуелсіз егеменді елдер кезеңіндегі (1992 жылдан бүгінге дейін) аталған такырыпка катысты ізденістер.

Сканировано с CamScanner

Алғашқы топтама еңбектің тарихнамалық тізгінін Ә.Диваевтың еңбегін талдаудан бастайық. Ол өзінің «Игры киргизских детей» атты еңбегінде тарихта алғаш ретқазақтың ұлттық ойындарын үш топқа бөліп қарастырады.

Ә.Диваев алғашқы топтағы ойын түріне рулық-қауымдық құрылыс кезеңінде өмірге келген ойындарды, екінші топтамадағы дәстүрлі ойындарға қозғалыс ойындарын,үшінші топқа – спорттық ойын түрлерін жатқызады.

Ізденуші этнографтыңдәлелдеуінше, халық ойындары балалардың іс-әрекетін, қимыл-қозғалысын дамытумен қатар денсаулығын шыңдауда тездетуші үрдіс әрекетін атқарады.Ә.Дивaев: «Как киргизы развлекают детей» деген мақаласында: «бала бас бармағын көтеріп оған пайғамбарымыз не дейді деп көк аспанға қарап, құдай тәңірінен рұқсат сұраған», - дей келіп, «Бес саусақ» ойыны мен саусақ атауларын алға тартады және аталған мақалада саусақ пен қимыл-қозғалыс жасау әрекеті негізінде баланы тәрбиелеп, шыныктырудың үлкен даналық философиялық мағынасы жатқандығы сөз етіледі.

Қазақ балаларының ұлттық ойынына тоқталғандардың бірі – орыс ғалымы А.Алекторов. Мәселен, оның «О рождении и воспитании детей киргизов, правилах и власти родителей» (Орынбор, 1891) атты еңбегін атауға болады.

Автор бұл еңбегінде көшпенді қазақ халқының өмір сүру салтындағы баланыңдүниеге келген сәтінен бастап өсу динамикасына дейін ұлттық ойын мен қимыл-қозғалыс әрекетінің алатын орны және балғындардың денсаулығы мен дене мүшесінің қалыптасып дамуындағы жеке халық ойындарының қажетті жақтарын ашып көрсетеді.

Қазақтың белгілі ғалым ағартушылары А.Құнанбаев, Ш.Уәлиханов, Ы.Алтынсарин халық ойындарының балаларға білім берудегі тәрбиелік мәнін жоғары бағалап, өткен ұрпақтың дәстүрі мен алтын құрметтеп, адамдардың ойы мен іс-әрекетін танып түсінуде жастардың эстетикалық, адамгершілік ой талабыныңөсуіне оның атқаратын қызметін жоғары бағаласа, М.Жұмабаев ойындарды халықмәдениетінің бастау алар қайнар көзі, ойлау қабілетінің өсу қажеттілігі, тілдің, дене шынықтыру тәрбиесінің негізгі элементі деп тұжырымдайды. Ұлттық ойындар халық тәрбиесінің дәстүрлі табиғатының жалғасы.

Ежелден дәстүрлі ойындарда халықтың өмір сүру әдісі, тұрмыс-тіршілік еңбегі, ұлттық дәстүрлері, батырлық-батылдық туралы түсінігі, адалдыққа, күштілікке ұмтылуы, шыдамдылық, т.б.құндылықтарға мән берілуі – халық данышпандығының белгісі.

Бұл жерде айта кететін бір жайт, Қазақ КСР Халық Комиссарлар Кеңесінің 1943 жылғы шешіміне сәйкес 1949 жылы

жарық көрген «Краткий сборник казахских народно-национальных видов спорта» атты еңбегі М.Гуннердің толықтырып, өңделген кітабы. XX ғасырдың басында көшпенді халықтар: қазақ, өзбек, қырғыз, түркімен,қалмақ, т.б. отар елдері туралы этнографиялық деректер жинақтап, олардың ұлттықмәдениетінің тармағы – халық ойындары, оның ішіндегі құрамдас бөлшегі болар ойынын жинап зерттеуді

Түркістан генерал-губернаторы арнайы шенеуніктер мен миссионер ғалымдарға жүктеген.

Кеңес дәуірі жылдарында қазақтың ұлттық дәстүрлі халық ойындары күн тәртібіндегі өзекті мәселе болғанына қарамастан, сол тоталитаризм кезінде дәстүрліұлттық ойындарды зерттеген авторлар қатарында М.Тәнекеев, Б.Төтенаев, М.Балғымбаев, Ә.Бүркітбаев, т.б. есімдерін атауға болады. Әсіресе М.Тәнекеевтіңқазақтың ұлттық және дәстүрлі ойындарын зерттеген деректерінің өзі жеке мәселе. Оның негізгі еңбектері Қазақстандағы спорт пен дене тәрбиесі саласына арналған. Ең бастысы, ол дене тәрбиесінің халықтық педагогикасы сияқты көкейтесті мәселесінің негізін қалаған М.Тәнекеевтің авторлығымен шыққан алғашқы туынды «Казахские национальные виды спорта и игры» (Алматы, 1957).

Бұл зерттеуінде ізденуші қазақтың «Тоғызқұмалақ» ойынының ереже тәртіптерін таразылап, халықойынының қажетті жақтарын ашып, сонымен қатар басқа да ұлттық қозғалмалы, спорттық ойын түрлеріне тоқталып, анықтама беріп жіктеп, құнды мұрағат деректеріне сүйене отырып, ғылыми сараланған пікірлер айтады. Ғалым негізіненҚазақстандағы Қазан төңкерісіне дейінгі кезеңде дене тәрбиесі мәдениетінің дамуын талдай отырып, тарихта тұңғыш рет, дене мәдениеті мен спорттың екі даму бағытынқара халықтық және ақсүйектік деп көрсетіп, оны формациялық әдістемеге сүйеніп, яғни таптық тұрғыдан қарастырады. Сонымен бірге ғалым зерттеуіне әскериқолданбалы маңызы бар кейбір спорт және ойын түрлерінің өрлеуіне отаршыл Ресей патшалық өкіметінің саяси көзқарасын көрсетеді. Кеңестік кезеңдегі ұлттықойындардың маңызы мен қажеттілігін көрегендікпен қарастырған ғалым Б.Төтенаев «Қазақтың ұлттық ойындары» (Алматы, 1994) атты еңбегінде дәстүрлі қазақойындарын бірнеше топқа бөліп, ойын шарттарын жазып, жастар үшін тәрбиелік мәнін дәлелдеп,ойын зерделеген. Аталған автор қаламынан халықтың этнопедагогика мен ұлттық ойындар арасындағы байланыс және ойындардың ертеңгі болашаққа керекті қасиеттілігін зерттеген басқа да қомақты ізденістер дүниеге келеді.

Е.Сағындықовтыңавторлығымен жазылған ғылыми монография «Ұлттық ойындарды оқу-тәрбие ісінде пайдалану» (Алматы, 1993) деп аталады. Ғылыми еңбекте қазақ мектептерінде I-VI

сыныптарда қазақ халық ойындарын жекелеген классификацияларға топтап, оны сабақта және сабақтан тыс тәрбие жұмыстарында қолдану әдістері анықталып, қазақхалық ойындарына педагогикалық талдау жасалып, оқу үрдісінде пайдалануқажеттілігі негізделеді.

Ә.Бүркітбаевтың авторлығымен 1985 жылы жазылған «Спорттық ұлттық ойын түрлері және оның тәрбиелік мәні» жинағында ұлт спорты түрлері мен ұлттық спорт ойындарының балалардың күнделікті өміріндегі алатын орны, тәрбиелік маңызы және ат спорты мен ұлттық ойындардың ережесікарастырылса,

М.Балғымбаевтың «Қазақтың ұлттық спорт ойыны түрлері» (Алматы,1985) атты еңбегіндегі ат спортына қатысты бәйгені бастап жорға жарыс, аударыспақ, жамбы ату, аламан бәйге, т.б. жарыс түрлеріне салыстырмалы талдау жасалады. Бала өміріндегі ұлттық және спорттық қимыл-қозғалыстың және ойынның алатын орны, формасы және мазмұны үлкен адамның тұрмыстық күйімен, еңбек түрімен және мазмұнымен салыстырылса, қаладағы қажеттіліктің бір түсы адамды дағдыға үйрету екендігін байқаймыз. Бұл кезде дене шынықтыру мен ақыл-ойын ақыл-ой дамуына, жалпы түсінік пен ұғымның қалыптасуында, маңызды ойлау операциялары: талдау, салыстыру, қорыту, қабілетіне қажетті организм деп аударған. М.Контарович, Л.Михайлованың авторлығымен жазылған еңбекте жыл мезгіліне сәйкес қыс айларында ойналатын ойындар, топ болып ойнайтын, жеке бір балаға арналған далада өткізілетін қимыл-қозғалыс ойындарының әдістемелік нұсқауы берілген. Ойын түрлері мен шарттарын бала жасына қарай бөліп классификация жасап, бірнеше халық ойындарын ұсынған. Олардың ішінде «Қояндар» (2-3 жасарларға), «Аңшы мен ит және қояндар» (4 жастағылар үшін), «Торғай мен мысық» (5-6 жастағыларға арналған) қозғалмалы ойындарын зерттеп, қолданысқа түсірген. А.Быкованың басшылығымен баспадан шыққан «Физическое воспитание в детском саду» кітабында балабақшаның әр тобында жас ерекшелігіне қарайөткізетін қарым-қатынас ойындарын ұйымдастыру және оны өткізу әдістері, т.б. мәселелер қарастырылған. Мысалы, қозғалып ойнау барысында алғашқы күннен бастап балаларды өзін-өзі тежеуге үйрету, сонымен қатар барлық баланың қабылдауқабілеті бірдей емес екендігі, яғни белсенділер мен жайбасар әлсіз балалар арасындағы тепе-теңдікті сақтау қасиеті, оларды әр түрлі ойынға тарту арқылы шыңдау, ұмтылдыру, бірнеше рет бір ойынды ойнату барысындағы баланыңфизиологиялық өзгерісімен қатар психологиялық тұрғыдан сенімділігінің артуығылыми еңбектің құндылығын жоғарылатады. Осы орайда соңғы жылдары біздіңқарастырып отырған ізденіс тақырыбымызға орай бірнеше ғылыми еңбектер жарыққөрді.

Е.Мұхиддинов қазақтың ұлттық ойындарын дамыған қоғамдағы әлеуметтік-экономикалық құрылыммен байланысты қарастырады.

Дене шынықтыру пәнінің теориялық дәлелдемесін қазақтың ұлттық ойындарының тәжірибелік жағымен біртұтас алып қарайды. А.Құралбекұлы мен С.Әкімбайұлы жалпы білім беретінқазақ мектептерінің дене шынықтыру жүйесінде қазақ этнопедагогикасы материалдарына, оның ішінде халық шығармашылығы мен ұлттық ойындарды тиімді пайдаланудың ғылыми теориялық-әдістемелік негіздеріне сүйене отырып талдау жасаса, А.Айтпаеваның ғылыми еңбегінде орыс тілінде оқытатын мектептердің бастауыш сынып оқушыларын тәрбиелеу құралы ретінде қазақхалқының ойындарын пайдаланудың теориялық-әдістемелік негіздері жасалып, олардың тәрбиелік мүмкіндіктері айқындалған.

Оқу үрдісінде ұлттық ойын элементтерін пайдалану сабақтың тақырыбы мен мазмұнына сай алынады.

Сонда ғана оның танымдық, тәрбиелік маңызы арта түседі. Оқушыларды әсіресе, «Сиқырлы қоржын», «Көкпар», «Асық» секілді ұлттықойындарға қатыстыру өте тиімді екеніне көз жеткізу қиын емес. Бұл ойындарды жаңа материалды бекіту немесе қайталау кезінде қолдану керек деген пікір бар. Оқушы ойынның үстінде не соңында өзінің қатысу белсенділігіне қарай түрлі баға алуы мүмкін.

Мұғалім әр оқушының еңбегін бағалап, ынталандырып отыруы тиіс. Ойынның тәрбиелік маңызы мынада: ол баланы зеректікке, білгірлікке баулиды.

Бабаларымыздың асыл қазыналарына деген көзқарасын құрметтеуге сөз әсемдігін сезінуге үйретеді. Батылдыққа, өжеттікке тәрбиелейді. Ендеше еңбекке баулу сабағын ұлттық ойындар арқылы сабақтасытырып түсіндіру пән тақырыптарын тез, жылдам меңгеруге ықпал етеді.

Оқушының сөздік қорын байыта түседі. Қазақтың белгілі ғалым ағартушылары Абай Құнанбаев, Шоқан Уалиханов, Ыбырай Алтынсарин халық ойындарын балаларға білім берудегі тәрбиелік мәнін жоғарыбағалап, өткен ұрпақтың дәстүрі мен салтын құрметтеп, адамдардың ойы мен іс-әрекетін танып түсінуде жастардың эстетикалық адамгершілік ой талабының өсуіндеоның атқаратын қызметін жоғары бағалады.

Қазақтың ұлттық дене шынықтырумәдениеті жеке тұлғаның жалпы мәдениетінің құрамдас бір бөлігі ретінде мектептегі кезеңнен қалыптаса бастайды. Сондықтан оны пайдалану

Сканировано с CamScanner

тек қозғалғалмалыбіліктілік, дағдыларды дамытып қана қоймайды, сонымен қатар мектеп оқушыларынан қазақтың ұлттық спорт түрлеріне деген көзқарасын қалыптастырып, дене жаттығулары мен ойындарын өз беттерінше дамытуға тәрбиелеп, оқу-ойын материалдарын бір жүйе ретінде олардың руханилығын, адамгершілігін, дене тәрбиесін тәрбиелеуге баулуды қарастырады. Бұндай жағдай ҚазақстанРеспубликасының оқушыларының көпшілігін де ұлттық спортпен, ұлттықойындармен, дене жаттығуларымен жүйелі түрде айналысуға деген мұқтаждықтың, осы саладағы өз бетінше
жүргізілетін сабақтардың ғылыми негізделгенәдістемесінің жоқтығын, сонымен қатар көптеген жалпыға міндетті білім беру мекемелерінде, мектептерде (әсіресе, ауыл мектептерінде) оқудың материалдықбазасының нашарлығынан,
оқушылардың оқитын орындары да қашықтаболғандықтан, мектептен тыс сабақтар мүлдем жүргізілмейді.

Осы жоғарыда айтқанмәселелердің бәрі аталған тақырыптың әлі де болса жан-жақты толық зерттеудіқажет ететіндігін көрсетеді. Ұлттық ойындарды мазмұны мен күрделілігінебайланысты және балалардың жас ерекшіліктерін ескере отырып, төменгі, орта жәнежоғарғы сынып оқушылары ойнайтын ойындар деп бөлуге болады. Қажеттіойындарды өтілетін сабақ не
жаттығудың алдында тұрған педагогикалықміндеттеріне байланысты таңдап алу қажет.

Денетәрбиесі сабағында жәнежаттықтыру кезінде қозғалыс ойындарын, оның ішінде ұлттық ойындарын қолдануарнайы үйрену міндеттерін шешуге
көмектеседі. Ұлттық және эстафеталыққозғалыс ойындарын ұйымдасты ра отырып оқушылардың қызығушылығын арттыру,ұйымшылдыққа, батылдыққа және салауатты өмірге тәрбиелеу. Ұлттық ойындарды спорттық ойын сабақтарында, жеңіл атлетика, гимнастика сабақтарында, жалпы
дене қуаты дайындығы және жаттықтыру сабақтарында кеңінен қолдан уға болады.Ұлттық ойындардың дене
тәрбиесі сабағын жоғары әдістемелік деңгейде сапалыөткізудегі пайда сы мол.

Жалпы ойындарды жүйелі түрде пайдалану, қиыншылықтарды жеңуге, еңбексүйгіш субъект ретінде тәрбиелеуге ықпал етеді.
Ұлттық ойындар жаттығулар көмегімен оқушыларды жаттығуға керек психикалыққүйге түсіреді. Көңіл күйді көтеру, көңілдену, тактикалық ойлауды дамыту, сыртқықоршаған ортаны тез сезіну,келешек істелетін жұмыстарға дайындалу, жинақталуқасиеттерін қамтамасыз етеді.

Ойын жаттығуларын ойша қайталау арқылы барлық ықылас зейінді аударуғанегізделеді. Ұлы педагог В.И.Сухомлинский: «Ойынсыз, музыкасыз, ертегісіз,
шығармашылықсыз, қиялсыз толық мәніндегі ақыл-ой
тәрбиесі болмайды», - дейді. Демек, шәкірттің ақыл-ойы, парасаты ұлттық салт-сананы сіңіру арқылы баии түседі. Оқу үрдісінде ұлттық ойын элементтерін пайдалану сабақтың тақырыбы мен мазмұнына сай алынады. Сонда ғана оның танымдық, тәрбиелік маңызы арта түседі. Соның нәтижесінде өзі көрген жағдайларды отбасылық тұрмыс пен қыз мет түрлерінжаңғыртады. Мәселен, қазақтың ұлттық ойындары: «Бәйге», «Көкпар», «Алтын сақа», «Хан талапай», «Қыз қуу», «Тоғызқұмалақ» Ақ серек,көк серек», «Соқыртеке», «Асық ойыны», «Ине, жіп және түйіншек», «Әтештер қақтығысы», «Қызылту», «Мысық пен Тышқан»,«Теңге алу», т.б.
балалардың еңбекке деген қарым-
қатынасы мен қабілеттерін арттырады. Ойын дегеніміз – адамның ақыл-ойын дамытатын, қызықтыра отырып ойдан-ойға жетелейтін, тынысы кең, алысқаменьзейтін, қиял мен қанат бітіретін ғажайып нәрсе. Оқушыларды әсіресе, «Сиқырлықоржын», «Көкпар», «Асық» секілді ұлттық ойындарға қатыстыру өте тиімді екеніне көз жеткізу қиын емес. Бұл ойындарды жаңа материалды бекіту немесе қайталаукезінде қолдану керек деген пікір бар. Оқушы ойынның үстінде не
соңында өзініңқатысу белсенділігіне қарай түрлі баға алуы мүмкін. Мұғалім әр оқушының еңбегінбағалап, ынталандырып отыруы тиіс. Ойынның тәрбиелік маңызы мынада: ол баланы зеректікке, білгірлікке баулиды.

Қазақтың ұлттық ойындарын дене шынықтыру пәнінде қолдану

Бабаларымыздың асыл қазыналарына деген
көзқарасын құрметтеуге сөз әсемдігін сезінуге үйретеді.
Батылдыққа, өжеттіккетәрбиелейді. Ендеше еңбекке баулу сабағын ұлттық ойындар арқылысабақтасытырып түсіндіру пән тақырыптарын тез, жылдам меңгеруге ықпал етеді. Оқушының сөздік қорын байыта түседі. Ұлттық спорт түрлері мен халық ойындары жеткіншек ұрпақты үйлесімді тәрбиелеудің ажырамас бөлігі болып табылады.Қазіргі дене
шынықтыру практикасында ғасырлар бойы
сомдалған және сыннанөткен халық ойындары мен ұлттық спорт түрлері құралдары арқылы жеткіншекұрпақты тәрбиелеудің бай тәжірибесін пайдалану қажет. Ойын баланың барлыққабілетінің дамуына, айналасындағы дүние жайлы

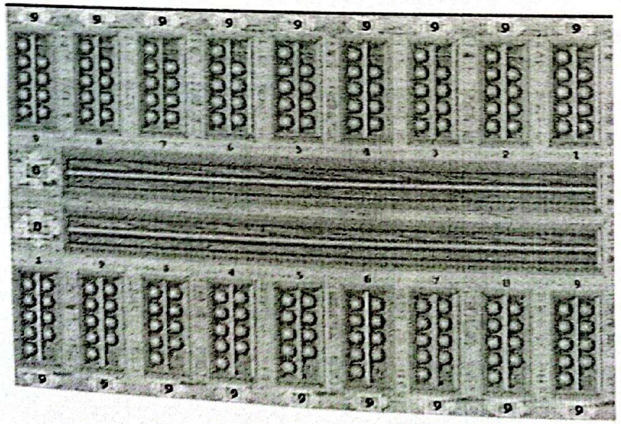
түсініктерінің кеңейуінекөмектеседі. Халқымыз ойындарғы тек балаларды алдандыру, ойнату әдісі депқарамай, олардың мінез-құлқының қалыптасу құралы деп ерекше бағалаған. Ойын балалардың негізгі іс-әрекеті ретінде психологиялық, анатомиялық-физиологиялық, педагогикалық маңызы зор қызметтер атқарады. Ойын баланың даму құралы, таным көзі, білімділік, тәрбиелік, дамытушылық мәнге ие бола отырып, адамның жеке тұлға реттінде қалыптасуына ықпал етеді. Ойынды әрбір адам ойнап өседі, ойынды көп ойнаған адамның дүниетанымы кең, жаны таза, жүрегі нәзік, нағыз сезімтал тұлға болмақ. Ал кей балалар ойында шынайы өмірді бейнелесе, кей балалар ішкі сезімін білдіреді. Ойынның дамуына

және баланың ойынға араласуына әсер ететінқызықты ойынның түрлері өте көп. Халық арасында «Денсаулық -зор байлық» деп тегін айтылмаған. Демек, кезінде ұлттық ойындарды көп ойнап, жүгіріп, далада, таза ауада жүру –жас организмнің дұрыс та сергек өсуінің көзі болған және де балалар ойын ойнаған кезде көпшіл, Отанның болашақ азаматы болуға, халқына адал қызмететуге бағытталған. Сондықтан білім берудің жаңа технологиясын пайдаланып, дене

тәрбиесі пәнін жаңа технологиялық әдіспен оқушылардың жас ерекшеліктеріне, денсаулықтарына байланысты, ұлттық ойындарды спорттық ойын түрлеріне, сабақтың мазмұнына қарай іріктеп алып пайдалануға кез келген дене тәрбиесімұғалімінің мүмкіндігі бар деп санаймын.

Тоғызқұмалақ ережесі

Тоғызқұмалақ ойыны арнайы тақтада екі адам арасында ойналады. Ойын тақтасы – 2 қазан, 18 отау, 162 құмалақтан тұрады. Ойын басында әр ойыншыға бір қазан, тоғыз отауға тоғыз-тоғыздан салынған сексен бір құмалақ тиесілі.



Алғашқы жүріс жасаған ойыншыны – бастаушы, қарымта жүріс жасаған ойыншыны – қостаушы деп атайды. Кейде бастаушы үшін – ақ жағы, қостаушы үшін қара жағы деген тіркестерді де қолданамыз. Бұл жерде - №1 №2 №3 №4 №5 №6 №7 №8 №9 - отаулар

Берілген диаграммада бастаушының отаулары төменгі жағында, ал қазандағықұмалақтар саны жоғарғы жағында орналасқан.

Жүріс жасау ерекшеліктері

Жүріс ойыншылар тарапынан кезектесіп жүріледі. Жүрісті кімнің жасайтыны жеребемен немесе қарсыластардың келісімімен анықталады.

1.Жүріс жасау үшін өз жағыңыздағы отаулардың бірінен біреуін орнынақалдырып, қалған құмалақтарды қолға алып, солдан оңға қарай бір-бірлеп таратамыз. Тарату сәтінде құмалақтар өз отауларымыздан асып кететін болса,қарсыластың отауына таратамыз. Егер соңғы құмалақ қарсыластың тақ сандықұмалағы бар отауына түсіп, ондағы құмалақтарды жұп қылса (2, 4, 6, 10, 12), сол отаудағы құмалақтар ұтып алынып, өз қазанымызға салынады.

Егер соңғы құмалақ қарсыластың жұп санды құмалағы бар отауына түсіп (3құмалақтан басқа), тақ қылса немесе өз отауымызға түссе, құмалақ ұтып алынбайды.

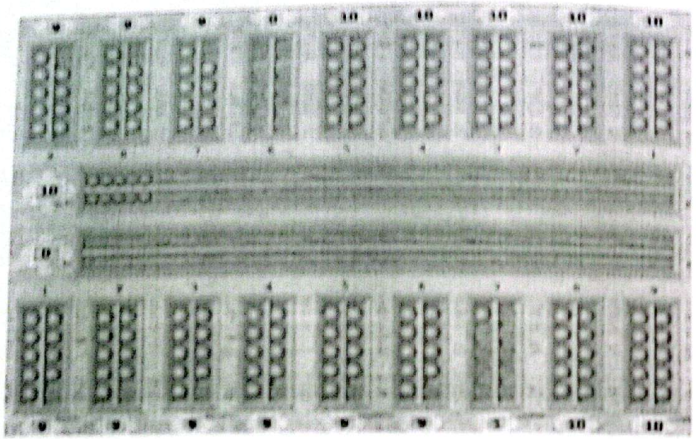
Мәселен, жоғарыдағы тақтадағы алғашқы жағдайда бастаушы №7 отаудағы 9құмалағын таратса, соңғысы қарсыласының №6 отауына барып түседі және ондағы 9 құмалақ соңғы құмалақпен 10 болып, ұтып алынады және қазанға салынады.

Сол кезде тақтада төмендегідей жағдай қалыптасады.

2.Отаудағы жалғыз құмалақ көрші отауға жүргенде орны бос қалады.

3.Жүріс жасаған кезде отауларға құмалақ салмай немесе 2-3 құмалақ бөліп алып жүруге болмайды.

Сканировано с CamScanner



Тұздық алу ережесі

Тоғызқұмалақ ойынында құмалақтан басқа ойында бір рет қарсы ластың отауынұтып алуға да болады. Оны ежелде – "тұзды үй", қазіргі тілде – тұздық деп атайды.

4.Тұздық алу үшін жүріс жасаған кезде, қарсыластың екі құмалағы бар отауына таратқан құмалағыңыздың соңғысын түсіру керек.

Сонда сол отауда қалыптасқан 3 құмалақпен бірге отау да ұтып алынып, ойынның аяғына дейін сіздің меншігіңізге айналады.

Енді жүріс жасалған сайын тұздық алынған отауға түсетін бір құмалақ, міндеттітүрде сіздің қазаныңызға салынып отырады.

Тұздық алынған отауға арнайы белгі қойылады. Жазбаша түрде – X деген шартты таңбамен белгіленеді. Мәселен, төмендегі диаграммаға қарайық.

Осы жағдайда қостаушы ойыншы №7 отаудағы 10 құмалағын тарату арқылы, соңғы құмалағын бастаушының №7 отауына түсіріп, ондағы 2 құмалақты үшеу етіп, осы құмалақтарды ұтумен қатар, осы отауға тұздық жариялайды.

Ендігі кезде бүкіл ойын барысында №7 отау – қостаушының меншігіне айналады.

5.Тұздық ойында бір рет алынады және №9 отаудан ешқашан алынбайды.

6.Тұздық аттас отаулардан алынбайды.

Мысалы, жоғарыдағы диаграммадағы жағдайда қостаушы ойыншы №7 отаудан тұздық алды, енді бастаушы ойыншы ойын барысында бұл отаудан тұздық алуғақақысы жоқ.

"Атсырау" ережесі

Ойын аяқталуға жақындаған сайын әр ойыншының отауларындағы құмалақ таусыла бастайды.

Әр құмалақ ұтып алынған сайын немесе тұздыққа түскен сайынқарсыластардың жүріс мөлшері кеми береді. Сондықтан ойын соңындақарсыластардың бірінің отауларында жүріс жасай алмайтын жағдай да кездеседі.

7.Ойыншылардың бірінің отауларындағы құмалақты біріншітаусып алып, жүріссізқалуы – атсырау деп аталады.

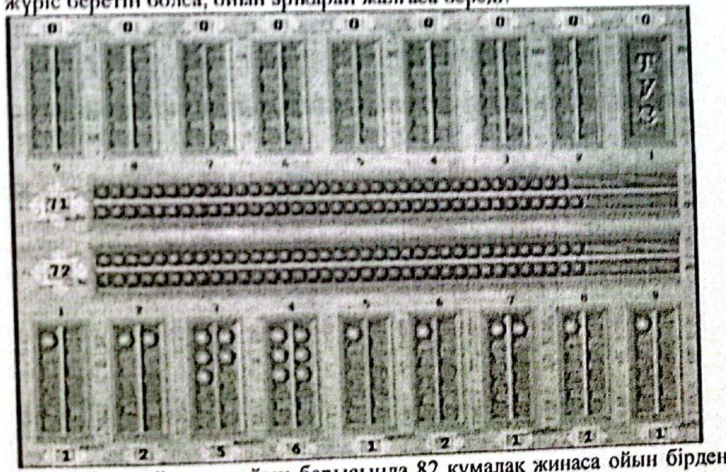
8.Атсырауға ұшыраған ойыншының қарсыласы бұл жағдайда қосымша бір жүріс жасап, барлық құмалақтарды өз қазанына салып алады. Мысалы: Осы тақтадағы жағдайда жүріс қостаушыдан. Ол №9 отаудағы 3 құмалағын таратады.

Өз кезегінде бастаушы №1 отауға түскен 1 құмалақты жүреді. Қостаушы №9 отаудағы жалғыз құмалақты 1 отауға салады.

Бастаушы кез келген отаудағы құмалақпен, мәселен, 6 отаудағы 2 құмалақтың бірін орнына қалдырып екіншісін 7 отауға көшіреді. Осы жағдайда бастаушы отауларындағы барлық құмалақтарды (19 құмалақты) қазанына салып, ойынныңесебін жүргізеді.

Есеп 90-72 Бастаушы ұтты.

9.Егер "атсырау" жағдайында қосымша жүріс жүрілген кезде, құмалақтар амалсыздан қарсыластың отауларының біріне түсіп, жүріс беретін болса, ойын әріқарай жалғаса береді.



Егер ойыншы ойын барысында 82 құмалақ жинаса ойын бірден тоқтатылады.

Қорыта айтқанда, қазақтың ұлттық ойындарын тек қана қазақ зерттеушілері емес, соның ішінде басқа ұлт зерттеушілеріде зерттеп өз еңбектерінде мұра етіп қалдырған.

Сканировано с CamScanner

Қазақтың ұлттық ойындарын дене шынықтыру сабағында қолдану қазақтың патриоттық сезімін қалыптастыру ғана емес, ол өз орнына міндетті болып табылады.Қазақтың ұлттық ойындарының басқа халықтардың ұлттық ойындарынан айырмашылығы - оның шығу, пайда болу тегінің ерекшелігіне байланысты белгілі бір тәрбиелік мақсат бірлігін көздейтіні. Еліміздің егемендік алуы Қазақстандағы дене шынықтыру, ұлттық ойындар мәселесіне басқаша сын көзбен қарауды талап етеді.

Бабаларымыздың асыл қазыналарына деген көзқарасын құрметтеуге сөз әсемдігін сезінуге үйретеді. Батылдыққа, ептілікке тәрбиелейді. Еңбекке баулу сабағын ұлттық ойындар арқылы сабақтасытырып түсіндіру пән тақырыптарын тез, жылдам меңгеруге ықпал етеді. Оқушының сөздік қорын байыта түседі.

Жалпы ойынның қандай түрі болмасын, атадан балаға, ұрпақтан-ұрпаққа ауысып отырады. Халық ойындары өмірлік қажеттіліктен туады да, психологиялық жағынан денсаулық сақтауға негізделеді. Тапқыр да алғыр, шымыр да епті, қайратты дақажырлы бала өсіруді армандамайтын отбасы жоқ. Демек ойынның өзі бала үшін біліктің, тәлімнің қайнар көзі болып табылады. Балаларға ұлттық ойындардыүйретіп, оған өзгеше әр беріп, жаңартып өткізіп отыруды ата-аналар, тәрбиешілер бір сәт те естен шығармағандары абзал. Өйткені жас бүлдіршіндер ойнай да, күле де, ойлай да білсін!

Ұлттық ойындар бала тәрбиесінде негізгі екі жауапты рөл атқарады: біріншіден, жаттығулар жасап, ұлт ойындарын ойнаған кезде дене дамуы жақсарса, екіншіден,ұлт ойындарының мазмұнын, ойлау тәртібін түсіндірген кезде ұлттық әдет – ғұрпымыздан, өткен өмірімізден хабар алады. Егер балабақшада жұмыс стиліұлттық дәстүр, салт – санаға бағытталған болса, мысалы, барлық топ бөлмелері, залдар қабырғаларындағы тұскиіз,ою, сырмақ, домбыра, қамшы, ер сияқты заттардың өзі күнделікті баланың көз алдында болғандықтан осы бұйымдарға көздері қанық болып өседі.

Дене шынықтыру пәнінде қазақтың ұлттық ойындарын қолдану, тарихынан мағлұмат беру, оқушылар бойында патриоттық сезім қалдырары сөзсіз.

Асық ату ойыны

Асық ату ойыны «Бес ойынының 1.1 «Бес табан» ойыны R3 (ø300см) шеңберде ойналады, шеңбердің ,ату сызығының , көн сызығының ені (2-3см) болуы тиіс,шеңбердің екі жағындағы ату сызық (асық тігілген көнен қашықтығы) 3 метр оңға және солға сызылады. -Шеңбердің сыртқы негізгі қима кіші сызық ұзындығы15см және 45С градус белгі сызығы болуы тиіс. ортасына көн сызығы (115см) сызылады және оған екі жағынан паралелль сызық (15см) түседі және

13 асық тігіледі, бірінші болып 7 асықты атып алған команда немесе жеңімпаз - Әр команда үш ойыншыдан тұрады. 1-сақа, 2-сақа, 1.2 Ату кезеңін төреші сақаларды иіру арқылы анықтайды және жалпы ойын кезеңдерінде таза 15 минутта уақыт тоқтайды, тең есеп тіркелген жағдайда қосымша 3 минут беріледі. Ойын 2 жеңіске дейін жалғасады.Ойынға қатысушылар ату сызығынан (115см) кезек бойынша шеңбердің ішіндегі көндегі асықтарды атады. Мұнда көнге тігілген кеней асықтардың арасы бір сақа тең болуы және алшысы жағынан бүк , Елімз шік тәуелсіздк болып тігіледі. 1.3 Ату кезінде сақа тиген кеней асық шеңбер сызығынан өтуге міндетті, егер асықты сызықтан шығарып алса ойыншыға мүмкіндік береді, төреші ойыншыға шеңбердің R3 сыртынан яғни белгіленген ортадағы сызықтан көндегі кеней асықтарды атуға рұхсат береді, атқан асығы шеңберден шықса ,ойын ары жалғасын табады, шығара алмаса кезек ату сызығынан қарсылас ойыншыға беріледі.

БЕС АСЫҚ ОЙЫНЫ ЕРЕЖЕСІ (Қыздар, ойыны) Әр ойыншыда бес асықтан болады. Асықтың салмағы (11гр. ені 2см; ұзындығы 3.5см) кем болмауы керек, (ұсақ малдың асығы ойын алаңына қатыстырылмайды) ал жоғары болуына рұқсат. Асықтар сіңірінен жақсылап тазартылған болсын. Төрт асық бір түспен, хан басқа түспен боялады. Түстерді таңдау ойыншының өз еркінде. Ойыншының киім нысаны спорт үлгісінде немесе ұлттық үлгіде болуы шарт, мәсі немесе Ойын мазмұны. Ойын кезегі асықтарды иіру арқылы анықталады. Асығы алшысынан түскен ойыншы ойнау кезегіне ие болады. Бірінші ойыншы ойынның ережесін бұзғанша Кейін ойынға екінші, үшінші ойыншы кезегімен кіріседі. 6 ж.,7 ж.,12 және ұпайдан басқа ойындар бір қолмен ойналады. Ойыншы жерден (кілемнен) асықтарды алғанда, асық алатын қолы басқа асықтарға тимеуі және кілемде жатқан ойын асықтары бір- біріне тимеуі керек және де асықтарды иірген кезде, ойнап жатқан кездерде қол да, асықтар да дене мен киімге жанаспауы керек. Екінші қолы тізесінің үстінде болуы шарт. Әр жаттығудан кейін ойынды бекіту. Әр жаттығуда хан бірден алынады, басқа жағдайда ойын кезегі келесі ойыншыға өтеді. Егер ойын барысында ереже бұзылса, кезек келесі ойыншыға кейін беріледі. Абылайхн Ойын жалғасы әрекеттің бұзылған жерінен басталады. 1. «Бірлік». Ойыншы кілемге бес асықты иіріп тастайды, міндетті түрде ханды алады, (Хан ойнын жүргізетін негізгі асық болып есептеледі). Ойыншы ханды жоғарыға лақтырып, кілемде жатқан асықтардың бірін алып, лақтырған ханды қағуы керек. Хан қайта жоғары лақтырылып, кілемдегі шашылған асықтардың екіншісі, үшінші, алынады. 4 2. «Екілік». Бес асық шашылады. Хан жоғарыға лақтырылып, кілемнен екі асық алынады да бірліктегідей лақтырылған хан қағылып алынады. Кейін тағы екеуі алынады. Кілемнен алынған асықтар бөлек жиналады. 3. «Үштік». Бес асық шашылады. Хан жоғарыға лақтырылып, кілемнен үш

асық алынады.   Хан қайта қағылады. Кілемде қалған жалғыз асық ханды жоғары лақтырып, қаз бөлек халқының тарихынд алынады, хан қайта 4. «Төрттік». Барлық бес асықты алақанда ұстайды. Хан жоғарыға лақтырылып, қалғандары бірден кілемге қойылады да лақтырылған асық қағылып алынады. Кейін хан жоғарыға лақтырылып, төртеуі жиылып алынып, лақтырылған хан қағылады. 5. «Жалақ». Барлық асықтар алақанға жиналады, хан жоғары лақтырылып, қалған төрт асықты қапсыра ұстап, сұқ саусақ үш немесе бес рет (келісім бойынша) алға немесе артқа қарай үйкеліп кілемге жалатылады, шамалап 5 см (ерсілі – қарсылы үйкеуге, кілемді нұқуға болмайды). Ханды құлатпай қағып алу керек. 6. «Алақан». Асықтар кілемге шашылады, қолдың алақаны үстіне қаратылып, кілем үстіне сырт жағымен қойылады, хан жоғарыға лақтырылып, кілемдегі асықтардың біріншісі алынып, алақанға қойылады, хан қайта қағылады. Екінші, үшінші, төртінші асық та осылай ойналады, соңында ханды алақанға қоямыз. Асықтар алақанға ғана жиналады, егер білезіктің үстіне қарай асықтың тұмсығы болса да кемңгр шығып кетсе мелкт категе қайрткеі,септеледі. 7. «Төрт бұрыш». Төрт асық шаршы бойынша (шамамен 20*20см. ересектер, 15*15см. жасөспірімдер) қойылады. Ойыншы асығын жоғарыға лақтырып, шаршылай тігілген асықтарды бірден жинап, лақтырылған асықты қағып алуы 8. «Алмастыру» Асықтар кілем үстіне шашылады. Хан жоғарыға лақтырылып, кілемнен бір асық алынып, лақтырылған асық қағылады. Ойыншының қолында екі асық болады. (Хан екінші қолдың көмегінсіз алға яғни саусақтарғ ауыстырылады). Ол жоғарыға лақтырылып, қолда қалған екіншісі кілемде жатқан басқа асықпен алмастырылады да лақтырылған хан қағылып алынылады. Осылайша, асықтарды алмастыра отырып, олар бір жерге жинастырылады. Соңында хан жоғары лақтырылады, қолға төрт асық жиналып алынады да хан қайта 9. «Үндемес» Бірліктегі әрекет қайталанады, бірақ лақтырылған асықты ұстар кезде қалғандары бір-біріне соқтығысып сартылдаған немесе т.б дауыс шығармауы керек. 10. «Сарт-сұрт». Бірліктегі әрекет қайталанады, бірақ лақтырылған асықты ұстар кезде, асықтар бір- біріне көсемң тиіп, екі рет – сұрт еткен дыбысы естілуі тиіс. 11. «Қаршу». Асықтар шашылады. Хан жоғарыға лақтырылады. Кілем үстінде шашылып жатқан асықтардың біреуін көтеріп, түсіп келе жатқан ханды үстінен қаршып қағу керек.Сонда қолда екі асық болады.Көтерілген асықты бөлек жинаймыз. Ханды лақтырып, қалған асықтарды бір-бірлеп теріп, келе жатқан ханды қаршып қағып отыру керек. 5 12 «Нәби». Ойыншы сол қолының бас бармағы және саусағының көмегімен «дарбаза» құрады, оң қолмен құрылған «дарбазаның» үстінен асыра алдыңғы жаққа шашады. Хан жоғарыға ретінд лақтырылады, ал қалған асықтарды бір- бірден сыдыртып «дарбазаның» астымен қолдың арғы жағына өткізіп барып лақтырылған ханды құлатпай қағу керек. Осылайша «дарбазаға» барлық кезекпен

енгізіледі. әрекетте ереже ойыншы тағы бір асық таңдайды – «ағалық» («нәби»). Бұл ең жақыны немесе ұрпақтын кеңіалыс танылсық болуы мүмкін, ол туралы ойынның бас бастды. кезінде Ресй келісіледі. Ол «дарбазаға» ең соңғы болып кіргізіледі. Бұл асықты қарсыласы таңдайды.

Бес асық ойынының ережесі

1) бірлік
2) екілік
3) үштік
4) төрттік
5) жалақ
6) алақан
7) төртбұрыш
8) алмастыру
9) үндемес
10) сарт-сұрт
11) қаршу
12) нәби
13) ұпай жинау

Ұлттық ойындардың оқушыларға тиімділігі және нәтижелері

1.1 Танымдық тиімділігі

Оқушы мен студенттің **ойлау, есте сақтау, зейін қою қабілеттерін** дамытады.

Логикалық ойлауды қажет ететін ойындар (тоғызқұмалақ, асық санау)**математика, тарих, дене тәрбиесі** пәндерімен кіріктіріледі.

Теориялық білімді тәжірибе арқылы меңгеруге жағдай жасайды.

1.2 Дене тәрбиесіне әсері

Қозғалмалы ұлттық ойындар (арқан тарту, көкпар элементтері, қыз қуу, аударыспақ) **дене шынықтыру деңгейін арттырады.**

Бұлшық еттің дамуына, төзімділік пен икемділіктің қалыптасуына ықпал етеді.

Оқушылардың гиподинамиясының алдын алады.

1.3 Тәрбиелік тиімділігі

Ұлттық рух, салт-дәстүр, әдет-ғұрып туралы түсінік береді.

Әділдікке, батылдыққа, тәртіпке, үлкенді сыйлауға тәрбиелейді.

Ұжымдық ойындар арқылы **жауапкершілік пен өзара көмек** қалыптасады.

1.4 Психологиялық тиімділігі

Сабақтағы бірсарынды үрдісті жойып, **қызығушылықты арттырады.**

Өзін еркін сезінуге, эмоциялық қысымды төмендетуге көмектеседі.

Ұялшақ, тұйық оқушылардың ашылуына жағдай жасайды.

Сканировано с CamScanner

2. Ұлттық ойындарды қолданудың педагогикалық нәтижелері

2.1 Оқу нәтижелері

Сабаққа қатысу деңгейі жоғарылайды.

Білімді меңгеру сапасы артады.

Практикалық дағдылар қалыптасады.

2.2 Әлеуметтік нәтижелер

Коммуникативтік қабілет дамиды.

Топпен жұмыс істеу, көшбасшылық қасиет қалыптасады.

Қоғамдық ортада өзін ұстау мәдениеті дамиды.

2.3 Рухани-мәдени нәтижелер

Ұлттық құндылықтарға құрмет артады.

Халық мұрасын тануға қызығушылық пайда болады.

Ұлттық бірегейлік пен патриоттық сана қалыптасады.

3. Ұлттық ойындарды сабақта қолдану жолдары

Сабақтың кіріспе бөлімінде – қызығушылық ояту үшін

Негізгі бөлімде – білімді бекіту құралы ретінде

Қорытынды бөлімде – сергіту, рефлексия жасау үшін

Сабақтан тыс іс-шараларда – үйірме, спорттық жарыстар, ұлттық күндер

Қорытынды

Қорытындылай келе, ұлттық ойындарды студенттерге арналған сабақ барысында пайдалану – оқу-тәрбие үдерісінің тиімділігін арттыратын маңызды педагогикалық тәсіл екені дәлелденді. Сабақта қолданылған ұлттық ойындар студенттердің танымдық белсенділігін күшейтіп, сабаққа деген қызығушылығын арттырды.

Ұлттық ойындар арқылы студенттер өзара қарым-қатынас жасап, топпен жұмыс істеу, бірін-бірі тыңдау, әділ шешім қабылдау дағдыларын қалыптастырды. Сонымен қатар, ойын элементтері олардың ойлау қабілетін дамытып, алған теориялық білімдерін тәжірибеде қолдануға мүмкіндік берді.

Дене белсенділігін талап ететін ұлттық ойындар студенттердің физикалық дайындығын жақсартып, шаршауды азайтып, эмоционалдық сергектік сыйлады. Ал зияткерлік ойындар ұлттық мәдениетке, салт-дәстүрге деген құрметті арттырып, рухани-адамгершілік құндылықтарды қалыптастырды.

Жалпы алғанда, ұлттық ойындарды жүйелі әрі мақсатты қолдану студенттердің білім сапасын арттырып қана қоймай, олардың ұлттық сана-сезімін, патриоттық рухын және әлеуметтік жауапкершілігін қалыптастыруға ықпал етті. Сондықтан ұлттық ойындарды жоғары оқу орындарында және колледждерде оқу процесінің ажырамас бөлігі ретінде кеңінен қолдану маңызды деп есептеледі.

Қорытындылай келе, ұлттық ойындарды студенттерге арналған сабақта жүйелі және мақсатты түрде пайдалану оқу үдерісінің сапасын арттыратын тиімді педагогикалық әдіс екені айқындалды. Сабақ барысында қолданылған ұлттық ойындар студенттердің пәнге деген қызығушылығын оятып, оқу белсенділігін арттырды, ал бұл өз кезегінде білімді саналы әрі терең меңгеруге мүмкіндік берді.

Сабақ процесінде ұлттық ойындар студенттердің теориялық білімін тәжірибемен ұштастыруға жағдай жасады. Ойын арқылы берілген тапсырмалар олардың логикалық ойлау қабілетін, жылдам шешім қабылдау дағдыларын және шығармашылық белсенділігін дамытты. Сонымен қатар, ұлттық ойындар студенттердің бойындағы бәсекелестік пен ынтымақтастықты тең ұстап, өзара сыйластық пен жауапкершілікті қалыптастырды.

Дене қозғалысына негізделген ұлттық ойындар студенттердің физикалық белсенділігін арттырып, денсаулықтарын нығайтуға, шаршауды азайтуға және психологиялық тұрғыдан сергітуге ықпал етті. Бұл сабақтағы жағымды эмоционалдық ахуалды қалыптастырып, студенттердің өзін еркін сезінуіне мүмкіндік берді. Ал зияткерлік ұлттық ойындар арқылы олардың ұлттық мәдениетке, салт-дәстүрге, тарихи мұраға деген қызығушылығы артып, ұлттық сана-сезімі тереңдей түсті.

Сканировано с CamScanner

ҚОЛДАНЫЛҒАН ӘДЕБИЕТТЕР ТІЗІМІ

1. Ермағанбетов, Б. Т. *Қазақтың ұлттық ойындары және оларды дене тәрбиесінде қолдану*. – Алматы: Қазақ университеті. (2020).
2. Сейітов, А. Ж., Мұхамеджанова, Г. Қ. *Дене шынықтыру сабағында ұлттық ойындарды қолдану әдістемесі*. – Алматы: Білім. (2021).
3. Қалиев, С. Қ. *Ұлттық тәрбие және дене мәдениеті*. – Нұр-Сұлтан: Фолиант. (2021).
4. Омаров, Н. Б. *Қазақтың ұлттық ойындары арқылы оқушылардың қозғалыс белсенділігін арттыру*. – Алматы: Эверо. (2022).
5. Төлегенова, А. М. *Дене шынықтыру пәнінде халықтық ойындарды пайдаланудың педагогикалық негіздері*. – Шымкент: ОҚУ баспасы. (2022).
6. Жүнісов, Қ. С., Әлімбекова, Л. Н. *Мектептегі дене тәрбиесі және ұлттық ойындар*. – Алматы: Қазақ спорт және туризм академиясы. (2023).
7. Ахметова, Г. Р.. *Ұлттық ойындар арқылы оқушылардың физикалық дайындығын дамыту*. – Түркістан: Тұран баспасы. (2023)
8. Нұрланова, Д. Е. *Дене шынықтыру сабағында ұлттық құндылықтарды қолдану әдістемесі*. – Алматы: Білім беру технологиялары орталығы. (2024).
9. Сапарбаев, М. Қ. *Ұлттық спорт түрлері және дене тәрбиесі жүйесі*. – Астана: Еуразия ұлттық университеті. (2024).
10. Қожахметова, Р. Т. *Қазақтың ұлттық ойындары – тәрбиенің тиімді құралы*. – Алматы: Ғылым. (2025).

Сканировано с CamScanner

«Қ.Құлажанов атындағы Қазақ технология және бизнес университеті» АҚ колледжі

« 30» казан 2025ж. №2 Хаттамадан үзінді

Оқу-әдістемелік кеңес отырысы
Төраға – Айтжанова Ш.Р.
Хатшы – Мухамедиярқызы А.
Қатысқандар саны: 20

1. МӘСЕЛЕ: Оқытушылардың әдістемелік құралдары туралы

№	Педагог аты жөні, тегі	Әдістемелік құралдарының атауы	Шешімі, ұсынылған деңгейі
1	Қожахметова Қарашаш Мырзамсейтовна	Финансовая грамотность	колледжішілік
2	Мендигалиев Ерденбек Бисентаевич	Строевая подготовка	колледжішілік
3	Акбарова Бота Ташкенбаевна	Биология пәнінен зертханалық жұмыс жиынтығы	колледжішілік
4	Ағыбаева Гулжаз Рыскулбековна	Колледж студенттеріне стандарттау және сертификаттау негіздерін оқытудың тиімді әдістері	колледжішілік
5	Исанов Нағашыбай Дюсенбаевич	Волейбол –дене тәрбиесі құралы	колледжішілік
6	Сейдахметова Светлана Жанбаторвна	Сборник тестовой задание по биологии	колледжішілік
7	Баймуханбетов Ербол Кадылбекович	Строевая подготовка	колледжішілік
8	Кенжебекова Гульмира Бимагамбетовна	Общая характеристика элементов IVA группы	колледжішілік
9	Кайрлин Серік Молкарбекулы	Қазақтың ұлттық ойындарын дене шынықтыру пәнінде қолдану	колледжішілік
10	Нурумова Гульнар Нурбаевна	Киімдерді құрастыру пәнінен курстық жұмысты орындауға арналған әдістемелік құрал	колледжішілік
11	Тулеубаева Макпал Алдабергеновна	По выплнению курсовой работы для студентов специальности 02110300 «Графический и мультимедийный дизайн»	колледжішілік
12	Малгуч Айжан	Сала бойынша арнайы сурет пәнінен тест жинағы	колледжішілік

Сканировано с CamScanner

13	Мусаева Айнур Жанатаевна	02110300 «Графикалық және мультимедиялық дизайн» мамандығы бойынша аранайы пәндерден курстық жұмысты орындауға арналған	колледжішілік
14	Шалахын Роза	**Тарихи деректерді талдау әдістері**	колледжішілік

ШЕШІМІ: Колледж оқытушыларының оқу-әдістемелік құралдары колледжішілік деңгейіне таратуға ұсынылсын:

Төраға Ш. Айтжанова
Хатшы А.Мухамедиярқызы

Сканировано с CamScanner