02.04.2024

**ЖАМБЫЛ ОБЛЫСЫ ӘКІМДІГІНІҢ БІЛІМ БАСҚАРМАСЫ**

**Т. РЫСҚҰЛОВ АУДАНЫНЫҢ БІЛІМ БӨЛІМІ**

**ТҰРАР РЫСҚҰЛОВ АТЫНДАҒЫ МЕКТЕП-ЛИЦЕЙІ**

**«МЕКТЕП ЖАСЫНА ДЕЙІНГІ БАЛАЛАРҒА ҰЛТТЫҚ ОЙЫНДАРДЫ ҚОЛДАНУДЫҢ МАЗМҰНЫ МЕН ӘДІСТЕМЕСІ»**

**ӘДІСТЕМЕЛІК КӨМЕКШІ ҚҰРАЛ**



**Лугогвой ауылы**

**2024 жыл**

УДК

ББК

Жалпы білім беретін мектепалды даярлық мұғалімдеріне арналған

ӘДІСТЕМЕЛІК КӨМЕКШІ ҚҰРАЛ

Авторлары: Бағытжан Рыскүл Бағытжанқызы

Наркулова Дильбархон Нишанхожаевна

Мазмұны

КІРІСПЕ  
1 МЕКТЕП ЖАСЫНА ДЕЙІНГІ БАЛАЛАРҒА ҰЛТТЫҚ ОЙЫНДАРДЫ ҮЙРЕТУДІҢ ҒЫЛЫМИ ПЕДАГОГИКАЛЫҚ НЕГІЗДЕРІ  
1.1 Халықтың дәстүрлі ұлттық ойындарының ғылыми тұрғыдан қарастырылып зерттелуі  
1.2 Мектеп жасына дейінгі балалардың қимыл.қозғалыс дағдыларын тәрбиелеудің өзектілігі.  
1.3 Ұлттық ойындардың бала тәрбиесіндегі орны мен маңызы  
1.4 Ұлттық ойындар классификациясы  
2 МЕКТЕП ЖАСЫНА ДЕЙІНГІ БАЛАЛАРҒА ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ САБАҒЫНДА ҰЛТТЫҚ ОЙЫНДАРДЫ ҚОЛДАНУДЫҢ МАЗМҰНЫ МЕН ӘДІСТЕМЕСІ  
2.1 Мектеп жасына дейінгі балалар организімінің физиологиялық өсу ерекшеліктері  
2.2 Үш жастағы балалардың қимыл.қозғалыс дағдыларын ұлттық ойындар арқылы тәрбиелеу  
2.3 Төрт жастағы балаларды ұлттық ойындар негізінде дене шынықтыру мәдениетіне тәрбиелеу әдістемесі  
2.4 Бес жастағы балалардың ұлттық ойындар негізінде балабақшадағы дене шынықтыру сабағында тәрбиелеудің мазмұны мен әдістемесі  
3. ТӘЖІРИБЕЛІК . ЭКСПЕРИМЕНТТІК ЖҰМЫС НӘТИЖЕЛЕРІ  
3.1. Ғылыми зерттеуді ұйымдастыру  
3.2 Ұлттық ойындарды меңгеру сапасын бағалау  
3.4 Эксперименттік және бақылау топтарындағы балалардың ұлттық ойындар жүйесін меңгергеннен кейінгі даму көрсеткіштері  
3.5 Зерттеу нәтежиелерін талдау  
ҚОРЫТЫНДЫ  
ПАЙДАЛЫНЫЛҒАН ӘДЕБИЕТТЕР ТІЗІМІ 112 бет

**КІРІСПЕ**

**Әдістемелік көмекші құралдың өзектілігі.** Жас ұрпақтың қалыптасып өсіп-өнуіне әсер ететін факторлардың негізгі бірі, дәстүрлі халық мәдениетінің бір бөлшегі халықтың ұлттық ойындары болып табылады.

Халықтың қалыптасуын айқындайтын оның ділі, тілі және этникалық тарихи айнасының жалғасы ұрпақтан-ұрпаққа мұрагерлік мирас жолымен жететін мәдениеті, оның ішінде біз қарастырып отырған дәстүрлі халық ойындарын қазіргі жас ұрпақ өміріне енгізу, сонымен қатар бұл мәселені бүгінгі жаңарған көзқараспен қайтадан жаңғырту қазіргі дербес қазақ ғылымының қалыптасу жылдарындағы зерделеуді қажет ететін өзекті тақырыптардың бірі.

Қазақстан егемен мемлекет ретінде қалыптасып бүкіл дүниежүзілік саяси аренадағы орны айқындалып жатқан сәтте, жеке адамның әлеуметтік дамуы мен ұлттық санасының өсуіне денсаулығын сақтау мәселесіне терең ден қойылуда.

Осы орайда жүзеге асырылып жатқан жұмыстарға бағыт бағдар беретін негізгі құжаттарға Қазақстан Республикасының Конституциясы [1], Білім беру туралы Заңы [2], Қазақ балабақшаларында тәрбиелеу және білім беру мазмұнын жаңарту тұжырымдамасы [3], «Балбөбек» бағдарламасы [4], Қазақстан Республикасында білім беруді дамытудың 2020-2025 жылдарға арналған Мемлекеттік бағдарламасы болып табылады [5].

1999 жылы қабылданған Қазақстан Республикасының дене шынықтыру және спорт заңында «..... дене тәрбиесі-дені сау, дене бітімі және рухани жағынан жетілген, моралдік жағынан табанды жеткеншек ұрпақты қалыптастыруға, адамның денсаулығын нығайтуға, жұмыс қаблетін арттыруға, шығармашылық ғұмырлылығы мен өмірін ұзартуға бағытталған педагогикалық процесс» екендігін атап көрсетеді [6].

Осы заңның 9-бабында «Міндетті дене тәрбиесі сабақтары бүкіл оқу кезеңі бойынша аптасына мектепке дейінгі мекемелерде-кемінде 8 сағат» деп атап көрсетілген яғни мектеп жасына дейінгі мекемелерде негізгі сабақ түрі дене тәрбиесі екендігін көруге болады.

Адам тәнінің саулығын сақтауды сәбилік жастан бастау керек. Жалпы қай ұлттың болсада даму тарихына қарасақ өздеріне тән ұлттық ойындары қалыптасқандығын көреміз. Халықтық ұлттық ойындар көшпенді түрік әлемінде ерекше үлкен мәнге ие болып жас ұрпақты шыдамдылық пен төзімділікке шыңдауда өмір мектебінің бір бағыты ретінде қарастырылды.

Қазіргі Қазақстан Республикасының жергілікті тұрғындары-қазақтар өздерінің өскелең ұрпағын өсіру барысында қимыл-қозғалыс, яғни дене тәрбиесімен айналысуды тал бесіктен бастайды.

Ұлттық спорт түрлерінің арнайы және негізгі бағыты адамның бойындағы дене күшінің сапалық қасиеттерін дамытып жетілдірумен қатар, оның мінез-құлқы мен адамгершілік қабілеттеріне оң әсерін тигізіп, кәсіптік және әлеуметтік белсенділігін сәби кезеңнен қартайған шағына дейін сақтауға арқау болады.

Сондықтан мектеп жасына дейінгі балалардың дене шынықтыру проблемасына ұлттық ойындардан құралған қимыл-қозғалыс элементтерін енгізе отырып баланың сауаттылығына да оң әсер ете білудің маңызы зор. Ұлттық дәстүрлі ойындар балалар ағзасының мықты болып өсуінде және мінез-құлқының орнықты қалыптасуында негізгі рөлін атқарады. Осындай жағдайларды ескере отырып, біздің зерттеу ретінде қарастыратын мәселеміз: Мектеп жасына дейінгі 5 жастағы балалар үшін атын ұлттық дәстүрлі халық ойындарының маңызын дәлелдеп, яғни бала қимыл-қозғалысының дұрыс қалыптасуына әсерін зерттеп, бүгінгі күнгі өзекті тақырыптың бірі ретінде қарастыру болып табылады.

**Әдістемеліктің зерттелу деңгейі.** Ұлттық ойындар халық педагогикасының құрамды бір бөлігі ретінде бүгінгі оқу-тәрбие жұмысының белсенді көкейкесті мәселесін құрап, өсіп келе жатқан еркін елдің жас ұрпағының денсаулығын нығайтып өз Отанын сүйе білетін патриоттық, интерноционалдық рухта тәрбиелеуге қызмет етеді. Сонымен бірге ол балалардың бойына өзінің ана тілінің негіздерін қалап, салт-санасын, әдет-ғұрпын, дәстүрін сіңіріп өз ұлтына тән ділін қалыптастыруға мүмкіншілік жасайды. Ұлттық спорт түрлерінің қазіргі «Дене шынықтыру» пәнімен қатысын әдістемелік байланыс арқылы қарастырған ғылыми еңбектер біршама баршылық. Олардың қатарына: Құралбекұлы А, Әкімбайұлы С «Оқушылар дене шынықтыруының этнопедагогикалық негіздері» [7], Е. Уаңбаевтың «Дене тәрбиесінің негіздері» [8], З. Есмағанбетовтың «Дене тәрбиесінің теориясы әдістемесі» [9], К.Н. Менлибаевтың «Роль национальных традиции в формировании и развитии патриотизма» [10], М. Болғамбаевтың «Қазақтың ұлттық спорт ойын түрлері» [11], А. Қарақовтың «Студенттердің дене тәрбиесінде спорттық күрестің ұлттық түрлерін пайдалану» [12], Ж.К. Оңалбековтың «Дене тәрбиесі мен спорттың жеке адамдар арасындағы ұлттық қарым-қатынастарды дамытудағы орны» [13] атты еңбектерді жатқызуға болады.

Мектеп жасына дейінгі балалардың дене тәрбиесі қазіргі қоғамдық дамуда үлкен әлеуметтік мәнге ие. Ал дене тәрбиесі мен халықтың ұлттық ойын спорты түрлерімен үйлесімді ұштастыру баланың болашағына зор әсер ететін үрдіс болып табылады. Соңғы жылдары зерттелген көптеген ғылыми еңбектердің негізгі тұжырымдамасы бойынша осы мектеп жасына дейінгі балалардың дене шынықтыруын нақты бір мақсатты бағытпен дамытқанда ғана денсаулығы нығайып, қалыпты жұмыс жасау қабілеті, шыдамдылығы тұрақты дәрежеде өсіп, осы жағдай баланың жеке тұлға ретінде қалыптасуына тікелей әсер ететін фактор есебінде дәлелденіп қарастырылды. Мұндай теориялық көзқарас тұжырымы дәлелдеген Э.Я. Степанкова [14], В.Л. Страковская [15], Е.Мухитдинов [16], А.Б. Нұрлыбекова [17] сынды ғалымдардың зерттеулері нәтижесінде жарияланған көлемді еңбектерінде дәлелденген.

Кезінде қазақтың ұлттық ойындарының этникалық ерекшелігін саралап, талдап өз әлінше топқа бөліп, жіктеуге талпынған белгілі ғалымдар: Е.А. Алекторов [18], А.А. Диваев [19], М. Гуннер [20], Н. Пантусов [21], Е.М. Пещеровалардың [22] еңбектерін атауға болады. Алайда қазақтың ұлттық ойындарына ғылыми тұрғыдан мән беріліп, оны бірнеше сатыға бөліп, теориялық тұрғыдан тұжырым жасап дәлелдеу ХХ-шы ғасырдың басынан басталады. Тұңғыш рет ұлттық ойындардың ғылыми мәртебесін көтеріп, ойын түрлерін айшықтап ашып, даралап көрсете білген Н. Мелкованың «Игры киргизов» [23] еңбегі екендігі белгілі.

Қазақтың ұлттық ойындарының тарихи қалыптасуын, оның типтік түрлерін бірнеше топқа бөліп жіктеген қазақстандық ғалымдар: М. Тәнекеев [24], М. Төтенаев [25], Е. Сағындықов [26], Т.Ш. Қуанышев [27] сынды ғалымдар.

Қарастырып отырған тақырыбымызға қатысты еңбектерге ғылыми-әдістемелік талдау жасау арқылы тарихи деректер мен мұражай қорларының құжаттарына сүйене отырып, мектеп жасына дейінгі балалардың халық ойындары арқылы денесін шынықтыру үрдісін дамыту мәселесі әлі нақты қолға алынып қарастырылмағанын байқадық. Сондықтан да бізге дейінгі ұлттық ойындарға қатысты жүргізілген ғылыми еңбектерді зерттеу нәтижесінде, аталған тақырыптың бүгінгі күн тәртібіндегі өзекті мәселенің бірі екендігін айқын болды.

**Миссиясы. М**ектеп жасына дейінгі балаларға ұлттық ойындарды үйрету арқылы денесін шынықтыру, ой сауаттылығын ашу және дәстүрлі ұлттық ойындардағы қимыл-қозғалыс әрекеттерінің бала өсуіндегі біртұтас сабақтастық жолын теориялық-әдістемелік тұрғысынан зерттеу болып табылады.

**Зерттеу обьектісі**. Мектеп жасына дейінгі балабақша балаларының дене шынықтыру сабағы, дәстүрлі халық ойындары.

**Өткізілу нысаны. М**ектеп жасына дейінгі балалар өмірдегі халық ойындарының орны.

**Әдістемеліктің ғылыми болжамы:**

* балабақша жасындағы балалардың дене шынықтыру сабағында ұлттық ойындарды қолданудың ғылыми-педагогикалық негіздері айқындалады.
* сабақ мақсатына байланысты ұлттық ойындарды таңдап алу негізі жасалады.
* балабақшадағы дене тәрбиесі жұмыстарының комплексті бағдарламасы жасалады.
* дене шынықтыру сабағында ұлттық ойын түрлерін ойнатудың педагогикалық және әдістемелік жолдары көрсетіледі.
* ұлттық ойын түрлерімен қатар басқа дене шынықтыру жаттығуларын қолдану негізі жасалады.
* ұлттық ойындар арқылы балабақша жасындағы балаларға қоршаған ортаны қорғау, ұлттық салт-дәстүрлерді білу, оны орындауға тәрбиелеу жолдары көрсетіледі.
* ұлттық ойындарды ойнау бала сауаттылығын ашу, тіл дамытуға болатындығы дәлелденеді.

**Міндеттері:**

1. Халық ойындары арқылы мектеп жасына дейінгі балалардың дене шынықтыру қабілетін дамытудың ғылыми-педагогикалық негізін анықтау.
2. Ұлттық ойындарды мектеп жасына дейінгі балалардың күнделікті өміріне енгізу.
3. Ойындар түрлерінің баланың қимыл-қозғалыс дағдысының қалыптасуына бала физиологиясына тигізер әсерін айқындау.
4. Балалардың денесін ширату мен шынықтыру үшін спорттық жаттығуларды халықтың дәстүрлі ұлттық ойындарымен үйлесімді ұштастыру әдістемелерін зерттеу.
5. Мектеп жасына дейінгі балалардың денесін шынықтыруды ұлттық халық ойындары арқылы жүзеге асырудың ғылыми-әдістемелік жүйесін талдау.
6. Мектеп жасына дейінгі балалардың дене шынықтыру сабағында ұлттық ойын түрлерін қолданудың тиімділігін дәлелдеу.
7. Мектеп жасына дейінгі балалардың ұлттық ойындарға деген қызығушылығын оятып, олардың салт-дәстүрді сақтау патриоттық сана-сезімін нығайту арқылы тәрбиелеу.

**Әдістемеліктің жетекші идеясы.**

Ұлттық **х**алық ойындары арқылы баланың денесін шынықтыру, қимыл-қозғалыс дағдыларын дамыту,ұлттық ойындарды насихаттау.

**Теориялық, методологиялық негізі мен әдістері.**

Зерттеудің әдістері салыстырмалы тарихи сипатта, яғни формациялық және өркениетті методология негізінде тарихи таным принципі бойынша көшпенді халықтардың ұлттық ойындарының маңызын және оның бірнеше бағытын қазіргі психологиялық-педагогикалық тұжырымдарға сүйене отырып дәлелдеп, келешек ұрпақты дене шынықтыруға баулудың ғылыми қажеттілігін жүйелі-салыстырмалы кешенді әдіс негізінде қарастыру.

**Өткізілу әдістері-**тарихи және тарихнамалық еңбектерді талдап, түркі әлеміндегі көшпенді номадтар өркениетін бірнеше ұлттық этногенездік өрлеу ерекшелігін ойындармен байланыстыра отырып, этнография ғылымы арқылы және мұражай қорларынан табылған деректер жинағын пайдалана отырып зерттелді. Сонымен қатар диссертацияны жазу барысында оқу-әдістемелік және халық ауыз әдебиеті жазбаларына көңіл бөлініп, ұлттық ойындарды жинау, оны жүйелеп балаларға үйретіп ойнату негізінде педагогикалық бақылау әдісі. Педагогикалық-теориялық ізденістерді басшылыққа ала отырып педагогикалық эксперимент өткізу. Балалардың ата-аналарымен жүздесіп сұрақ-жауап іс-шарасын өткізу, балаларды дидактикалық көрнекі құралдар арқылы тесті сынақ әдісімен ұлттық ойындар жүйесінің қажеттілігін қарастырып байқау.

**Әдістемеліктің ғылыми жаңалығы:**

1. тұңғыш рет мектеп жасына дейінгі балалардың дене шынықтыру сабағында ұлттық ойындарды үздіксіз пайдалану арқылы бала денесін жан-жақты шынықтырудың педагогикалық негізі жасалды.

2. алғаш рет дене шынықтыру сабағындағы: жүгіру, секіру, лақтыру, еңбектеу, өрмелеу, тепе-теңдікті сақтау, қимыл-қозғалыс жаттығуларын ұлттық ойындар негізінде бала өміріне енгізудің жүйесі және бағдарламасы жасалып ұсынылды;

3. мектеп жасына дейінгі балаларға халық ойындарын күнделікті өмірдің тұрақты элементіне айналдыру барысы тек қазақ халқының ойындарымен ғана шектемей, басқа ұлттардың да дәстүрлі ойындарымен байланыстыра отырып зерттелді;

4. бірінші рет мектеп алды даярлық жасындағы балаларға арналған қазақтың ұлттық ойындар жүйесінің педагогикалық жіктелуі құрастырылды;

5. ұлттық ойындардың ғылыми-педагогикалық негізі мен оны пайдаланудың әдіс-тәсілдері жасалып, жас ұрпақты патриоттық рухта тәрбиелеу үрдісін ғылымға енгізу жолдары қарастырылды;

6. мектепке дейінгі балалардың жас ерекшеліктеріне сай дәстүрлі халық ойындарын экспериментке енгізіп, соның нәтижесінде жеткен табыстардың ғылыми қажеттілігі анықталды.

**Практикалық маңызы -** Әдістемелікте қарастырылған мектеп жасына дейінгі балаларға ұлттық дәстүрлі халық ойындарын үйретудің ғылыми-педагогикалық негізі, әдістік жолдарын дене тәрбиесі сағаттарында тұрақты өткізіп, жалпы балалардың физиологиялық тұрғыдан дұрыс өсуіне байланысты ойын элементтерін күнделікті өмірде пайдалануға болады. Зерттеудің эксперименттік қорытындыларын жүйелі және жоспарлы бағытта мектеп жасына дейінгі балалардың пәндік сабағына енгізуге және жоғары оқу орындарындағы арнайы курстарды дайындауға, осы сала бойынша жазылатын ғылыми еңбектерге пайдалануға ұсынамыз.

**Зерттеудің деректік қоры -** қазақстанұлттық кітапханасы Өзбекстан республикасы орталық мемлекеттік архивінің И-69 қоры, «Ресей императорының жағрафиялық қоғамының Түркістан бөлімі», Қалмақ Республикасының мемлекетттік мұражайынан Р-145-ші қор. Өзбекстан мемлекеттік орталық кітапханасынан «Түркістан ведомстісі» тағы да басқа қазан төңкерісіне дейінгі қазақ, өзбек, түркмен, қырғыз, орыс ғалымдарының және миссионерлердің жазбалары ендіріліп қарастырылды.

**Зерттеудің негізгі кезеңдері:**

1-ші кезең 2021-2002 оқу жылдар аралығында әдістемеліктің тақырыбы анықталып, бастауыш сынып бірлестігінде бекітілді. Тақырыпқа қатысты ғылыми-педагогикалық, теориялық және тарихи еңбектермен танысу, мұражай қорларынан деректік құжат жинау, оларды қарастырып, талдау ісі жүргізілді.

2-кезең 2002-2003 оқу жылдар аралығында эксперименттік байқау жұмыстарын мектепте және жеке отбастарында ұйымдастыру, балаларға ұлттық ойынның қажеттілігін түсіндіру, ата-аналармен сұрақнамалық жұмыс және тестілік сұрақ-жауап өткізу.

3-кезең 2003-2004 оқу жылдар аралығы, жинақталған деректік қорлар мен материалдық құжаттар негізінде тәжірибелік-эксперименттік жұмыстардың нәтижесін қорытындылап, әдістемелікті жазып, қорғауға дайындау.

**Қорғауға ұсынылатын мәселелер:**

1. Ұлттық ойындарды мектеп жасына дейінгі балаларға үйретудің ғылыми-педагогикалық әдістемелік бағдарламасын жасау.
2. Тарихи-деректік құжаттарды педагогикалық-теориялық еңбектермен ұштастыра отырып, ұлттық ойындардың қоғамдағы саяси мәнін талдау.
3. Ұлттық ойындардың әдістері мен негізгі құрылымын дене шынықтырудың ғылыми-педагогикалық бағытына сәйкестендіріп, жас баланың жеке тұлға ретінде тәрбиелеу жолдары.
4. Спорттық жаттығуларды ұлттық ойындар арқылы күнделікті бала өмірінің қажеттілігіне енгізу әдістері.

**Әдістемелік қорытындыларының нақтылығы мен негізділігі.** Зерттеу нәтижесінде анықталған негізгі теориялық, тәжірибелік қорытындылар мен ұсыныстар, методологиялық бағыттар, мәселені талдау жолдары дене шынықтыруға қатысты арнайы курстар мен педагогика ғылымында баланы тәрбиелеу мәселесіне өз үлесін қосады.

Ізденіс жұмысын зерттеу нәтижесінде жасалған пікірлер мен қорытынды тұжырымдар балабақшалардың оқу-тәрбие сағаттарына енгізілді.

**Зерттеу нәтижелерін сынақтан өткізу және ендіру обьектілері:** Жамбыл облысы**,** Т.Рысқұлов ауданы, Тұрар Рысқұлов атындағы мектеп-лицейі.

**Әдістемелік көмекші құралдың құрылымы-**жұмыс кіріспеден, үш тараудан және қорытындыдан тұрады. Зерттеу жұмысының соңында пайдаланылған әдебиеттер тізімі берілген.

Кіріспеде мәселенің өзектілігі, тақырыптың зерттелу деңгейі, жұмыстың мақсаты мен міндеттері, деректік және методологиялық негіздері, ғылыми жаңалығы мен қолданыстық маңызы анықталды.

Тарауларда мәселеге қатысты сұрақтар төңірегінде зерттеулер жүргізіліп, теориялық тұжырымдар негізінде ізденіс қажеттілігі дәйекті дәлелденді. Қорытынды бөлімде зерттеу жұмысының мазмұнынан туындайтын ойларға қорытындылар жасалып, тұжырымдалды.

**1 МЕКТЕП ЖАСЫНА ДЕЙІНГІ БАЛАЛАРҒА ҰЛТТЫҚ   
ОЙЫНДАРДЫ ҮЙРЕТУДІҢ ҒЫЛЫМИ ПЕДАГОГИКАЛЫҚ НЕГІЗДЕРІ**

**1.1 Халықтың дәстүрлі ұлттық ойындарының ғылыми тұрғыдан қарастырылып зерттелуі**

Қай халықтың болмасын ұлттық ойындарының белгілі бір мақсаты мен әлеуметтік-психологиялық тұрғыдан ерекше қасиеттері болады. Сондықтан да халық арасында қалыптасқан ойындар туралы сипаттамалық жинақтар, деректер және құжаттар дұрыс зерттеу мен талдауды қажет етеді.

Халық ұлт ойындарын туғызушы, оны сан-салалы өмір талқысынан өткізуші, өзінің керегіне жаратушы ретінде, оны өзінің ұрпағын өмірге әзірлеу ниетінде дүниеге әкелген.

Ұлттық ойындардың ел арасында тарауы, қоғамдағы ролі, болашақ ұрпақты тәрбиелеудегі қажеттілігі, оның шығу тарихы төңірегіндегі мәселелермен бізге дейін де ғалымдар ізденіс жасаған.

Осы мәселеге байланысты зерттелген ғылыми еңбектерді біз хронологиялық тәртіп бойынша бірнеше топқа бөліп қарастырдық:

1. Патшалық Россияның қазақ жерін отарлау саясаты кезеңіндегі көшпенділер туралы зерттеу жұмыстары.

2. Кеңес заманы тұсындағы Орта Азия және Қазақстан халықтарының ұлттық ойындары туралы жазылған ғылыми еңбектер.

3. Мектеп жасына дейінгі балаларды дене шынықтыруға баулу әдістерін педагогикалық сипаттағы бағыт-бағдарлама тұрғысынан зерттелген жинақтар.

4. Егемендік алған Қазақстандағы аталған тақырыпқа қатысты ізденістері.

Қазақ халқының өмірі жайында көптеген материалдар жинаған орыс ғалымдарының бірі И.С. Паллас өз зерттеулерінде қазақ халқының тыныс-тіршілігін бақылай келе ұлттық ойындарға сипаттама беріп, қазақ қоғамындағы аңға шығу мен аңшылықты суреттейді [28].

Ойынға дұрыс мән беріп, оны ғылыми тұрғыдан зерттеу ХІХ ғасырдың 1 -ширегінде қолға алынды. Ең алғаш неміс ғалымы психолог К. Гросс бала өміріндегі ойынның алатын орнын айқындап, жеке тұлғаның қалыптасу сатысындағы ойын құдіретін ашты. Ғалым К. Гросстың зерттеу жұмысы жарияланғанға дейін ойын әрекеті адамның аса күрделі іс-әрекетінің бірі екенін және оған сүйеніп өсіп келе жатқан баланың психикасын қадағалау, оның баланың жетілуі үшін қажетті компоненттердің қатарына жататынын дәлелдеу оған дейін ғылым ретінде зерттелмеді. К. Гросс ойын бала-өмірінде тұқым қуалаушылықтың негізінде пайда болатын, жас төл секілді, өздерінің енесі арқылы берілетін инстингті жаттығу арқылы өз бойына орнықтыра отырып, өмір сүруге әзірлену деп түсіндіреді [29].

Неміс ғалымы А. Гумбольдт 1829 жылы орыс өкіметінен арнайы рұқсат алып Каспий теңізінің бойына, Орал мен Алтай және Орынбор, Семей, Өскемен қалаларына саяхат жасап, көшпелі қазақ ауылдарының өмірімен танысып, олардың күнделікті тіршілігін, әдет-ғұрпын зерттей келе: «Қазақ елінің жолаушы қонаққа көрсететін құрметімен бірге ұлттық ерекшеліктері күрестері мен ат жарыстары халықтың өзіндік ерекшелігімен сүйсіндіріп, сырт адамды қызықтырады», - дейді [30].

Қазақ даласында тұңғыш география қоғамы бөлімшесін ашушылардың бірі, көрнекті орыс ғалымы, географ, тарихшы А.И. Левшиннің қазақтар туралы 1832 жылы жазған ең көлемді монографиясы: «Описание киргиз-казачьи или киргиз-кайсацких орд и степей» деп аталады. Осы еңбектің бірінші бөлімінде Қазақ даласына географиялық сипаттама берілген, екінші бөлімі қазақтардың тарихына, үшінші бөлімі олардың салт-дәстүрі мен әдет-ғұрпына арналған. А.И. Левшин ойын-тойлардағы ұлттық спорт түрлеріне: ат жарыс, теңге алу, қыз қуу, балуан күресіне тоқталып, қазақ балаларының жастайынан ерінбей қимыл-әрекет дағдысын қалыптастыруға ұмтылатынын көрсеткен [31].

А.И. Левшин қазақ халқының балаларды атқа шабуға, садақ тартуға, күреске үйретудегі шеберлігін, әсіресе дене тәрбиесіне ерекше көңіл бөлетінін атап өтеді. Қазақ халқының шыдамды, мықты болып өсетінін А.И. Левшин былай деп суреттеген: «Халықтың өмірі үнемі мал бағумен, табиғатпен, таза ауада тіршілік етумен өмір өткізуі олардың дене бітімінің зор, күшті болып өсуіне себепкер болған. Сондықтан да олар ыстыққа, суыққа төзімді, көп жасайды, бас ауруы дегендер сирек кездеседі. Олардың көзі қырағы болып келеді. Алыстағы көрінген малдың түсі-түгін айнытпай дәл ажыратады. Атқа мініп жүруді балалары жастайынан үйренген. Олар үшін атқа шабу гимнастикалық жаттығудың бір түрі сияқты болып кеткен» [32].

Халқымыздың әдет-ғұрпын, ойын-сауықтарын, ұлттық ойындарын зерттеуде ғалым Е. Букиннің еңбегі ерекше. Е. Букин - дене тәрбиесін пән ретінде қарап, теориялық тұрғыдан зерттеген алғашқы ізденуші. Зерттеуші өзінің «Физическое и умственное воспитание у киргиз» атты еңбегінде алғаш рет «гимнастика» деген терминге ғылыми түсініктеме берген. «Гимнастика-адам ағзасына жан-жақты әсер ететін, оның негізгі функционалдық процестерін күшейтетін, үйлесімді дамуына көмектесетін, арнайы іріктелген жаттығулар жүйесі» деп дәлелдеді [33].

Қазақтың ұлттық ойындарына мән беріп, оны жинақтап, топтап жарыққа шығарған орыс ғалымы А. Диваев. Өзінің «Игры киргизских детей» атты еңбегінде автор тарихта алғаш рет қазақтың ұлттық ойындарын үш топқа бөліп қарастырады: 1-ші кішкентай балалар ойыны, 2-ші ересек балалар ойыны, 3-ші жігіттер ойыны.

А. Диваев ұлттық ойындарды топтап, жинаушы ғана емес, оның бала тәрбиесіндегі әлеуметтік құнын көрсеткен ғалым. Аталған жинақта автор ұлтымыздың ойындарын классификациялап қана қоймай, әр жас коэффициентіне қарай ажыратып көрсетеді. Мысалы: 1-ші 1 жастан 7 жасқа дейінгі балалар ойыны, 2-ші жеті жастан он бес жас аралығындағы жасөспірімдерге арналған қимыл-қозғалыс ойындары, 3-ші он бестен отызға дейінгі ересектер ойыны. Бізге қатысты 3 тен 5-ке дейінгі балалар ойынын жас баланың обьективті түрде материалдық әлемге қатысын суреттейтін ойын түрлерін, мысалы: қой бағу, көк сиыр, соқыр теке, түйе-түйе, жоғалған бөрік секілді ойындармен келтірсе, жасөспірімдер үшін тақия телпек, домалақ ағаш тағы да басқа топтасып ойнайтын ойын түрлерін бір жинаса, жігіттер ойнайтын ойындарды тағы да үш топқа топтап былай анықтайды: бірінші қазақ халқының әлеуметтік жікшілдік руханиятына қатысты «Хан жақсы ма», «Кім күшті», жеке дара ойыны, екінші қимыл-қозғалысты көрсететін: «Ақсүйек», «Көрші», «Арқантартыс», т.б. ойындары. Үшінші ойын түрлеріне спорттық ойындар: «Көкпар», «Жамбы ату», «Жаяу жарыс», «Қыз қуу», «Бәйге» тағы да басқалары келтірілген [34].

А. Диваевтың бұл тұжырымдамасы қазақтың дәстүрлі халық арасында қалыптасқан ұлттық ойындары туралы тұңғыш рет дұрыс классификациялық бөлініс жасалып, дәлелді таразыланып, талданған іргелі еңбек болып табылады.

А. Диваев алғашқы топтағы ойын түріне рулық қауымдық құрылыс кезеңінде өмірге келген ойындарды, екінші топтамадағы дәстүрлі ойындарға қимыл-қозғалыс ойындарын, үшінші топқа-спорттық ойын түрлерін жатқызады. Ізденуші этнографтың дәлелдеуінше халық ойындары балалардың іс-әрекетін, қимыл-қозғалысын дамытумен қатар, денсаулығын шыңдауда тездетуші үрдіс әрекетін атқарады [35].

А. Диваевтың бұл еңбегінен басқа «Как киргизы развлекають детей» мақаласында Шымкент уезіндегі қырғыз балаларының «бес саусақ» ойыны, саусақ атаулары - оның діни сенімділік, дәстүр және табиғат пен күнделікті мал шаруашылығымен байланысы жақсы суреттелген. Мысалы: «баланың бас бармағын көтеріп малды барымталаймыз, ортан бармақты көтеріп оған пайғамбарымыз не дейді» деп көк аспанға қарап құдай тәңірінен рұқсат сұраған. Аталған мақалада кішкене нәрестенің саусақтарын бүгіп-жазып ойнауы суреттелгеніменде бұл жерде халықтың халықтың өмірінің күрмеуі мал мен құдайшылдықты бала санасына күнделікті сіңіруді саусақпен қимыл-қозғалыс жасау әрекеті негізінде іске асыруы баланы тәрбиелеп, шынықтыруды үлкен даналық философиялық мағына жатқандығын көрсетеді [36].

Ғалым қазақтың балаларды жас ерекшеліктеріне қарай жіктеп, бір жастан жеті жасқа дейінгілерді нәресте, жетіден он беске дейінгілерді бозбала, он бестен отызға дейінгілерді жігіт деп атайтынын келтіріп, адамның жас ерекшеліктеріне қарай ұлттық ойын түрлеріне түсініктер беріп, талдау жасаған. А. Диваев еуропалық фабрикада жасалған ойыншықтардан қазақ балаларының өздері қолынан жасаған қуыршақтар мен саз балшықтан жасайтын ат пен түйе, қой сияқты ойыншықтардың артықшылығын сөз ете келе, олардың баланың қиялдау қабілетін дамытудағы шығармашылық мәнін ашып көрсетеді. Ол өзінің қазақ балаларын қалай жұбатады деген мақаласында қазақтың бауырмалдығын, балажандылығын сипаттай келіп, саусақ санату арқылы олардың ойын өсіруге және ойынның күнделікті тіршілікпен байланысты болуына жете мән беретініне тоқталады. Ә. Диваев, Г.П. Потанин еңбектеріне сүйене отырып, қазақ ойындарының мазмұны Орал-Алтай халықтарының ойындарымен үндес келетіндігін де сөз етеді [37].

19 ғасырдың 2-ші ширегінен бастап қазақтың ұлттық ойындары орыстар арасында беделге ие бола бастады. Оның басты себебі қазақ даласын жаулау барысындағы капитализм генезисінің бір бағыты жәрмеңкелік сауданың өрлеуінің нәтижесі - сол кезеңдегі ірі қазақ-орыс алыс-берістерінің орталықтары: Қоянды, Қарқаралы, Бөкейдегі хан ордасы жанындағы жәрмеңке тағы да басқаларының далалық және қалалық халықтың жылына екі рет жиналатын орнына айналуы өз септігін тигізді. Жәрмеңкелер орыс көпестерімен қазақ малшылары арасындағы сауда қатынасын дамытып қоймай мәдени өмір өлшемінен де көрініс көрсетіп, оның ішінде жарыс сайысының негізгі аренасына айналды. Бұл жерде белгілі ақын-жыраулар айтысып, ұлттық халық ойындарының жарыс түрлерінен сайыстар өткізілді [38].

Қазақ халқының этнографиясы мен ауызекі шығармаларын жинап, зерттеп аса құнды еңбек жазған В.В. Радлов қазақтың қыз ұзату, баланы бесікке салу, атқа мінгізу, сүндетке отырғызу сияқты салт-дәстүрлерінің шығу тарихына, баланы жастайынан тәрбиелеуге көңіл бөлетініне тоқталады. Ол баланы еңбекке, кәсіпке тәрбиелеудегі ұлттық ойындардың маңызын, қазақ әйелдерінің еңбексүйгіштік қасиеттеріне, қолөнер шеберлігі мен төзімділігіне сүйсінді [39].

1873 жылы И. Герцтың «Сборник игр и полезных занятий для детей всех возрастов» -СПб, 1873-еңбегінде халық ойындарын баланың жас ерекшелігін ескере отырып енгізу әдістері көрсетіліп, жүйелі түрде халық ойындарына сипаттама жасалған [40].

Келесі қазақтардың ұлттық ойындарына тоқталған орыстың ғалымы А. Алекторовтың жазған «О рождении и воспитании детей киргизов, о правилах и власти родителей» еңбегін атауға болады [41].

Бұл ізденісінде автор көшпенді қазақтардың өмір сүру салтындағы баланың дүниеге келген сәтінен өсу динамикасындағы ұлттық ойын мен қимыл-қозғалыс әрекетінің алатын орны мен бала денсаулығы мен дене мүшесінің қалыптасып дамуындағы халық ойындарының қажетті жақтарын ашады. Мысалы:

Орыс офицері Ф.С. Ефремовтың жазған «Девятилетнее странствование» еңбегінің бір тарауы қазақ халқының аңшылығы мен ойын-сауықтары туралы сипаттаған [42].

Қазақтың белгілі ғалым ағартушылары А. Құнанбаев, Ш. Уәлиханов, Ы. Алтынсарин халық ойындарының балаларға білім берудегі тәрбиелік мәнін жоғары бағалап, өткен ұрпақтың дәстүрі мен салтын құрметтеп, адамдардың ойы мен іс-әрекетін танып түсінуде жастардың эстетикалық, адамгершілік ой талабының өсуінде атқаратын қызметінің жоғары деңгейін бағалады [43].

Ш. Уәлиханов халықтың салт-дәстүрлері мен діні, наным-сенімдерін зерттей отырып, қазақ мәдениетін өзбек, қырғыз, түркмен, қарақалпақтардың өмір сүру әдісімен байланысты қарастырып, олардың бір-біріне тигізетін игі әсерін жан-жақты сөз еткен.

Қай халықтың болмасын, жалғыз өзіне ғана тән салт-дәстүрінің болмайтынын, шаруашылық кәсібі мен мәдени тұрмыс-тіршілігі аралас елдердің бір-біріне тигізер әсерінің сөзсіз болатынын дәлелдеген зерттеуші Иш-Мухамед ұлттық ойындарды сол елдің өмір сүру салтымен байланыстырады [44].

Ұлттық ойындар халық тәрбиесінің дәстүрлі табиғатының күрмеу жалғасы. Ежелден дәстүрлі ойындарда халықтың өмір сүру әдісі, тұрмыс-тіршілік еңбегі, ұлттық дәстүрі, батырлық-батылдық туралы түсінігі, адалдыққа, күштілікке ұмтылуы, шыдамдылық рухын қайраттауға мән берілуі, халықтың данышпандығының дәлелі.

Халықтың ғасырлар бойы қалыптасқан ойындарындағы көзделген мүдделер жеке адамның әлеуметтік белсенділігіне ғана емес, ұлттық құндылықтар болып табылатын жеке адам құрылымы психологиялық жұмыс көлемінің кейбір элементтеріне де байланысты. Ұлттық мирас қатарына дәстүрлі ұлттық спорт ойындары мен ұлттық спорт жатады, оның ұлттық құндылықтың бөлшегі екендігін дәлелдеген.

Кеңес дәуіріне дейінгі қазақ халқының этнографиясы мен мәдени дамуын зерттеген Европалық миссионерлер мен зерттеуші ғалымдар өз еңбектерінде көшпелі қазақ даласының жергілікті тұрғындары қазақтар үшін халық спорты мен спорттық ойындардың халық үшін маңызы, тойлар мен үлкен ас берудегі халықтық ойындардың әлеуметтік мәні айтылған [45].

Халық ойындарын бала тәрбиесінің бір құралы деп қарастырған және оны логикалық тұрғыдан нақтылап дәлелдей білген ғалым Г.А. Покровский. Балаларды жан-жақты тәрбиелеу әдісін іздестіру барысында Г.А. Покровский бірден-бір тиімді әдіс деп халық ойындарына жете мән беріп, оны балаларды табиғи тәрбиелеуде әрі тартымды, таңдаулы тәрбие құралы деп білді. Дәстүрлі халық ойындары бала денесін шынықтыруда көшпенді қазақтардың мінез-құлқын қалыптастырып, оны айқындай түсетінін көрсетті. Г.А. Покровский өз зерттеулерінде орыстардан басқа халықтардың ұлттық ойындарын жинап, зерттеп, оларды өзінің жинақтарына кіргізіп, ол туралы өз ойын жазған. Ғалым Г.А. Покровский жазған еңбегінде қазақтың халық ойындарында кіргізіп, оның әлеуметтік-тәрбиелік, білімдік жағынан өзіне тән ерекшелігін ескере білді. Г.А. Покровский Азияның көшпенді халықтарының ұлттық ойындарын халық мәдениетінің бір бөлшегі ретінде алып қараған [46].

ХХ-ғасырдың басында өмір сүрген этнограф М. Гуннер қазақтың ұлттық ойындарына мынадай классификация жасады: 1. -жалпы ойындар, 2. -қарсыласу мен күресу сипатындағы ойындар, 3. -ашық алаңқайдағы ойындар, 4. -қыс мезгіліндегі ойындар, 5. -демалыс ойындары, 6. -ат үстіндегі ойындар, 7. -аттракциондық-көрініс ойындары. Келесі бір айта кететін дерек Қазақ ССР Халық Комиссарлар Кеңесінің 1943 жылғы шешіміне сәйкес 1949 жылы жарық көрген «Краткий сборник казахских народно-национальных видов спорта» еңбегі аталған автор кітабының толықтырылып, өңделеген түрі.

Ғылымда М. Гуннер қазақтың ұлттық қозғалыс ойындарын, спорттық ойындардан ажыратып алғаш рет бөліп қараған автор ретінде танылады. Қазақ ойындарын осылайша топтамалық жіктеу жасай отырып ғалым ұлттық ойындарды оқу үрдісінде пайдалануға ұсыныс жасайды [47].

ХХ-ғасырдың алғашқы ширегінде итальян педагогі Д.А. Колоццо ойынның бала үшін қандай қажеттілік екендігін дәлелдеді. Д.А. Колоццо ойынның қоғамдық дамудағы мәнін, әлеуметтік ортадағы тәрбие беру тұрғысынан өзіндік орнын айқындады [48].

Қазақтың «Тоғыз құмалақ» ойынының суреті мен ойнау тәртібін қағаз бетіне алғаш түсірген этнограф Н. Пантусов өз еңбегінде «бұл ойын өте көне және кім ойлап тапқаны белгісіз. Ол қазақтың үш ордасының барлығына тегіс тараған» деп жазды [49].

ХХ-шы ғасырдың басында көшпелі халықтар: қазақ, өзбек, қырғыз, түркмен, қалмақ тағы да басқа отар елдер туралы этнографиялық деректер жинақталумен қатар олардың ұлттық мәдениетінің тармағы халық ойындарын жинап зерттеуді Түркістан генерал-губернаторы арнайы чиновниктер мен миссионер ғалымдарға жүктеді.

Түркістан жинағының 520-шы томында жарық көрген Закаспий облысында түркмен балаларының ойыны жайлы мақала халық арасындағы ойындар түрлері, оның ойналу тәртібі және мақсаты баяндалған [50].

Лябейка деген автордың «Туркменія и туркмены» мақаласында түркмендердің ұлттық күресінің күресу ережесі таразыланған . Бұл жерде біздің мән берген мәселеміз: түркмен халқының ұлттық күрес ойынындағы қолданылатын ереженің қазақ халқының күрес ойыны ережесімен көп ұқсастық бар екендігі [51].

Орыс миссионері А Васильевтің «Игры сартовских детей» мақаласында негізгі арқауы Ферғана және Сырдария аймақтарын мекендеген өзбек халқының ұлттық ойындарының бірнеше түрлерін ажыратып, топқа бөліп, нақты анықтап зерттеген. Ізденіс барысында автор Ферғана балаларының күнделікті ойнайтын ертеден келе жатқан дәстүрлі «Чимчукь тушты бошимга» ойыны Ташкенттегі сарт балаларына таныс емес екендігін айтып, осы ойынға байланысты сұрақ қойылған 200 бала бұл ойын туралы ештеңе білмейтіндіктерін айтқан [52]. Бұл ойын түрлері де қазақтың асық ойындарындағы негізгі идеяны қайталайды.

Бұдан басқа М. Гавриловтың авторлығымен жазылған «Перепелиный спорть у Ташкентских сартов» мақаласында өзбек халқының 3 басты ойын түрлерінің айрықша маңыздысы жыл мезгілінің белгілі уақытында «Құстар ойыны» /тауық, қаз тағы да басқалармен/ ойнаудың ережесі мен ойын түрлері, тәртібі зерттелген [53]. Өркениеттің өркендеуі адамның даму эволюциясында үлкен өзгерістерді алып келді. «Халық ұлт болып қалыптасу жолында өзіндік бейнесі мен әдет-ғұрпы, мәдениеті мен діні тұрғысынан ерекше даралығымен оқшауланады» деп тұжырымдаған В.В. Гориневский ұлттық ойындарға қатысты ойын былай деп сабақтайды: «Әр халық өзінің ұлттық ойынын дүниеге әкеледі. Барлық халықтың өзіндік тұрмыс-тіршілігін бейнелейтін ерекше өз ойыны бар» [54].

Орыс халқының ұлы педагогі К.Д. Ушинский балаға берілетін білім ең алдымен ойын арқылы іске асатынын нақтылап, оған үлкен мән берді. Ойын үстінде балалардың ұжымдық мінез-құлқы қалыптасатынын дәлелдеді.

К.Д. Ушинский ойынның әлеуметтік-педагогикалық негіздерін көре білді. Өзінің пікірін дәлелдей келе ғалым былай деді: «Ойынның бала қабілетін дамытуға үлкен әсері бар, олай болса ойын баланың келешек тағдырына өз ықпалын тигізеді» [55]. Бұдан басқа К.Д. Ушинский халықтық тәрбиенің мақсаты мен мазмұнына және тәрбие мен оқыту әдістеріне тоқтала келе ойын былай сабақтайды: «Халықтың бала тәрбиесі сол халықтың сан ғасырлық тарихымен тығыз байланысты, тәрбиенің негізін халықтың жақсы-жаман дәстүрінен іздестіру керек» [56].

Кеңес дәуірі жылдарында қазақтың ұлттық дәстүрлі халық ойындары күн тәртібіндегі өзекті мәселе болмағанына қарамастан Қазақстан ғалымдарының бір тобы тақырып төңірегінде біраз жұмыстанып, соның қорытындысы бізге дейін жеткен ғылыми еңбектер жинағы болып табылады. Тоталитаризм кезеңінде дәстүрлі ұлттық ойындарды зерттеген авторлар қатарында М. Тәнекеев, Б. Төтенаев, М. Болғамбаев, Ә. Бүркітбаев тағы да басқа ғалымдарды атауға болады.

Аталған ғалымдардың ішінде М. Тәнекеевтің қазақтың ұлттық және дәстүрлі ойындарын зерттеген еңбектері көп. Еңбектерінің көбі Қазақстандағы спорт пен дене тәрбиесі тарихына арналған, ол дене тәрбиесінің халықтық педагогиканың маңызды бір саласы екендігін дәлелдеп негізін қалады.

М. Тәнекеевтің авторлығымен шыққан алғашқы туынды еңбек: «Казахские национальные виды спорта и игры» [57]. Бұл зерттеуінде ізденуші қазақтың тоғызқұмалақ ойынының ереже-тәртіптерін таразылап, халық ойынының қажетті жақтарын ашып, сонымен қатар басқа да ұлттық қозғалмалы, спорттық ойын түрлеріне тоқталып, анықтама беріп жіктеп, құнды архив деректеріне сүйене отырып ғылыми жаңаша пікірлер айтады. Ғалым М. Тәнекеев халықтың арасында танымал ұлттық ойындар мен спорттық ойындарды екі үлкен топқа бөлген. Оның біріншісі: қазақтың халық ойындарымен спорттық ойын түрлері, екіншісі: ат үстінде жүріп ойналатын спорттық ұлттық ойын түрлері. М. Тәнекеев қазақтың ұлттық ойындарын ең көп жинақтап, топтаған, оны нақтылап талдаған алғашқы ғалымдардың қатарындағы ізденуші. Ғалым бұрыннан белгілі, бірақ оған дейін дұрыс маңызына жеткізе ешкім мән бермеген қазақтың аты шулы ойындары: «тоғыз құмалақ», «түйе жарыс», «қыз қуу», «көкпар», «күміс алу», «жаяу жарыс», «жамбы ату», тағы да басқа ойындарды таразылаған. Бұл жұмыстың құндылығын арттырып тұрған бір мәселе қазақтың ұлттық ойындарындағы қимыл-қозғалыс белсенділігінің халық медицинасымен байланысы жақсы ашылып көрсетілген.

М. Тәнекеевтің ғылыми кандидаттық диссертациясының тақырыбы да біздің қарастырып отырған сұрағымыз төңірегінде «Қазақстанның Ресейге қосылу кезеңінен ұлы Қазан төңкерісіне дейінгі аралықтағы қазақтың ұлттық спорт және ойын түрлерінің дамуы». Ғалымның бұл ғылыми еңбегіндегі зерттеу негізі-Қазақстандағы Қазан төңкерісіне дейінгі кезеңде дене тәрбиесі мәдениетінің дамуын талдай отырып, дене мәдениеті мен спорттың ұлттық ойындарды қара халықтың ойнайтын және ақсүйектік ойындар деп көрсетіп, оны формациялық әдістемеге сүйеніп, яғни таптық тұрғыдан қарастырады. Сонымен бірге ғалым зерттеуінде әскери қолданбалы маңызы бар кейбір спорттық ойын түрлерінің өрлеуіне отаршыл Ресей патшалық өкіметінің саяси көзқарасын көрсетеді. Бұдан басқа қазақ дене мәдениеті институтында ұлттық спорт және халық ойын түрлері бойынша арнайы курс ұйымдастыруға байланысты теориялық ұсыныстар айтылған. М. Тәнекеевтің аталған еңбегі таптық-формациялық идеологиялық көзқарас тұрғысынан сол заманға сай зерттелгеніне қарамастан, бүгінгі күні өз құндылығын жоймаған, ғылыми еңбек болып табылады [58].

М. Тәнекеевтің басшылығымен бұдан басқа да бірнеше ғылыми монографиялық еңбектер жазылды.

Кеңестік кезеңдегі ұлттық ойындардың маңызы мен қажеттілігін көрегендікпен қарастырған ғалым Б. Төтенаевтың «Қазақтың ұлттық ойындары» еңбегінде дәстүрлі қазақ ойындарын бірнеше топқа бөліп, ойын шарттарын жазып, жастар үшін тәрбиелік мәнін дәлелдеп, ойын зерделеген. Ғалым қазақтың ұлттық ойындарын үлкен екі топқа бөліп классификация жасаған. Оның біріншісі салт-дәстүр негізінде дүниеге келген ұлттық ойындар, екіншісі жастар ойыны және қозғалмалы ойындар. Алғашқы топтағы ойындардың өзін бірнеше топтамаға бөледі. Олар: бірінші, қарапайым халықтың еңбек үрдісімен байланысты мерекелік ойындар, мысалы, «ақ боран», «қалтырауық», «қамыр кемпір» ойындарын кіргізсе, келесі екінші топтамадағы ойындарды дәстүрлі халық ойындары деп атап, олардың қатарына : «қазақша күрес», «жаяу жарыс», «жамбы ату», «күміс алу», «қыз қуу», «көкпар тарту», «жорға жарыс» ойындарын енгізеді. Үшінші топтамада халықтың жерге байланысты әдет-ғұрып, дәстүрімен ұштасқан ұлттық ойындары деп атаған. Келесі жастар ойыны және қозғалмалы ойындар тобын тағыда бірнеше топтамаға бөлген. Олар: бір жасқа дейінгі балалар ойыны, бесік жыры негізінде баланың саусағын қимыл-қозғалысқа түсіретін «саусақ санау», «тұсау кесер», «шылдыр-шылдыр», тағы да басқа ойындар, келесі баланы өмірге бейімдейтін, әр түрлі ойыншықтармен ойнайтын табиғатпен байланысты ұлттық ойындар: «қой бағу», «ағаш ат», «шүмек» ойындары. Бұдан кейінгі топтамадағы ұлттық ойындар табиғаттың кеңістігінде ойналатын ұлттық ойындар деп аталып оған: «алшы», «омқа», «хан», «кетсең бір», «бес тас» ойындары жинақталған. Әрі қарай педагог-ғалым жан-жануарларға еліктеп ойналатын ұлттық ойындар деп бөлектеп, олардың сапына: «аңшылар», «тұзақ құру», «қара қыз», «көк сиыр», «түйе-түйе» ойындарын келтірген. Белгілі бір заттай нәрсе немесе ойын құралы арқылы ойналатын ұлттық ойындар деген топтамаға: «шалма», «түйілген шыт», «арынды арқан», «шүлдік», «қазан» ойындары іріктелген. Ал ойын құралынсыз немесе затсыз ойналатын ұлттық ойындар топтамасына: «шынбике», «мәлке тотай», «ұшты-ұшты», «бұғынай», «айгөлек» ойындары енгізілген. Соңғы топтама қимыл-қозғалыс ойындарына: «ақ сүйек», «ақ шымшық», «шыт тастау», «көрші», «қыз бөрі» ұсынылған. Біздің ойымызша автордың бұл классификациясында келтірілген ұлттық ойындар топтамасы нақты белгілі бір ерекшелігіне сай бөлінбеген, себебі топтамалардағы ойындар тізбегі көбіне ұқсас, мысалы, әр түрлі ойыншықтармен ойналатын ұлттық ойындармен табиғат кеңістігінде ойналатын ойындар арасында сапалық өзгеріс жоқтың қасы. Сондықтанда екі үлкен топтағы, көптеген топтамаларды біріктіріп жіберген жағдайда да бұл жұмыс өз құндылығын жоймаған болар еді деп ойлаймыз. Б. Төтенаевтың бұл жұмысы Кеңестік кезеңдегі қазақтың ұлттық ойындарын классификациялап, жүйелеуде қорықпай өз пікірін айтып, ұлттық ойындардың даму жолындағы жазылған үлкен еңбек болып табылады. Аталған автор қаламынан халықтың этнопедагогика мен ұлттық ойындар арасындағы байланыс және ойындардың ертеңгі болашаққа керектігін зерттеген басқа да қомақты ізденістер дүниеге келді [59].

Е. Сағындықовтың ғылыми монографиясы «Ұлттық ойындарды оқу тәрбие ісінде пайдалану» деп аталады. Ғылыми еңбекте қазақ мектептеріндегі 1-4 сыныптардағы қазақ халық ойындарын жекелеген классификацияларға топтап, оны сабақта және сабақтан тыс тәрбие жұмыстарында қолдану әдістері анықталып, ұлттық ойындарға педагогикалық талдау жасалып, оқу үрдісінде пайдалану қажеттілігі негізделеді [60].

Ә. Бүркітбаевтың авторлығымен 1985 жылы жазылған «Спорттық ұлттық ойын түрлері және оның тәрбиелік мәні» жинағында ұлт спорты түрлері мен ұлттық спорт ойындарының балалардың күнделікті тіршілігіндегі алатын орны, тәрбиелік маңызы және ат спорты мен ұлттық ойындар ережесі қарастырылған [61].

М. Болғамбаев жазған «Қазақтың ұлттық спорт түрлері» ат спортына қатысты бейгеден бастап жорға жарыс, аударыспақ, жамбы ату, аламан бәйге.қазақша күреске тағы басқа спорт түрлеріне арналған [62].

Орыс педагогі дене тәрбиесі теориясының негізін салушы П.Ф. Лесгафт бала ойыны туралы былай деп тұжырымдайды: «Ойын дегеніміз жаттығу, ол өз кезегінде баланы өмірге дайындайтын күрмеудің жалғасы» [63].

В.Ф. Афанасьевтің авторлығымен шыққан «Этнопедагогика нерусских народов Сибири и Дальнего Востока» зерттеуінде балалар ұлттық тәлім-тәрбиенің обьектісі ретінде көрсетілген. Ізденуші балаларды отбасында тәрбиелеуде пайдаланылатын аймақтағы аз санды халықтардың ұлттық дәстүрлерін жинақтап, таразылайды [64].

Ғалым Т.И. Дмитренконың кітабында балабақша балаларына спорттық жаттығуларды жас ерекшелігіне қарай жоспарлы бір жүйелі сипатта өткізу, оны минуттық уақытқа сиғызып, 1,5 жастағы балаларға арналған спорттық жаттығу элементі 3-6 минуттан басталса, 5-6 жастағылар үшін 30-45 минутқа созылатын бағдарлама жасалып, жаттығу аралығындағы демалыс рационы болған жағдайда дененің шынығу мүмкіндігі жоғары екендігін ашқан [65].

Осы автордың 1976 жылы Қазан университетінің баспасынан шыққан «Воспитание детей в игре» еңбегінде бірнеше автордың балалар ойыны туралы ғылыми мақалалары жарияланған, ондағы ғалымдардың негізгі ойлары баланың психологиялық және дене мүшелерінің дамуында ойын тәуелсіз фактор болып табылуымен қатар, мектеп жасына дейінгі адам өмірі «ойын кезеңі немесе ойын жылдарындағы жас» деп екшеленеді деп дәлелдейді [66].

Бала өміріндегі ұлттық ойынның және спорттық қимыл-қозғалыстың алатын орны, формасы, мазмұны үлкен адамның тұрмыстық күйімен, еңбек түрімен, мазмұнымен салыстырылса онда қоғамдағы қажеттіліктің бір тұсы адамды дағдыға үйрету екендігін байқаймыз.

Жалпы психология мен педагогика ғылымдарының теориялық тұжырымдамасы ойынды баланың дербес белсенділігінің айналадағы дүниемен араласуы, жан-жағын, өзін тануының, өзінің көп қырлы мүмкіндіктерін сынап көруінің алғашқы бір көрінісі деп қарайды. Ғалым А.П. Усова еңбегінде ойынның мәнін баланың дербес іс-әрекеті айналасындағы өзгерістерді танып білуге, белсенді әрекет етуге жол ашушы ретінде түсіндіреді. Автордың ойынша: «шынайы өмірде баланың аты-бала. Өз бетінше әлі ештеңе тындырып жарытпайтын жан. Қам-қарекетсіз өмір ағысына ілесіп кете барады: ал ойын үстінде ол бейнебір ересек адам тәрізді, өз күшін сынап көреді» [67].

И.Ю. Давыдов ойын мен ойыншық және дидактикалық құралдарға ғана сүйеніп мектепке дейінгі балалық кезді заттар жөніндегі жекелеген нақты түсініктер жинақтау кезеңі деп түсіну қателік деп дәлелдейді. Бұл кезде дене шынықтыру мен ойын ақыл-ой дамуында, жалпы түсінік пен ұғымның қалыптасуында, маңызды ойлау операциялары-талдау, салыстыру, қорыту қабілетіне қажетті организм деп тұжырымдайды [68].

Д.В. Хухлаеваның пікірінше дене шынықтыру жаттығуларын ойынмен ұштастырған сәтте баланың тұрақты іс-әрекетке бейімділігінің қалыптасуы айқын сезіледі, сондықтанда дене шынықтыру күнделікті қажеттілік болумен қатар денсаулықтың, шыдамдылықпен тез қимыл-қарекеттің символы болып табылады [69].

Кеңес дәуіріндегі жазылған келесі еңбектердің авторлары: М.М. Конторович, Л.И. Михайлова, А.И. Быкова, В.Г. Компаниец, В.А. Шашкина, Г.В. Шалыгина [70].

М.М. Конторович, Л.И. Михайлованың авторлығымен жазылған еңбекте жыл мезгіліне сәйкес қыс айларында ойналатын ойындар, топ болып ойнайтын ойындар, жеке бір балаға арналған далада өткізілетін қимыл-қозғалыс ойындарының әдістемелік нұсқаулығы берілген. Ойын түрлері мен шарттарын бала жасына қарай бөліп классификация жасап, бірнеше халық ойындарының ойнау тәртібін ұсынады. Олардың ішінде далада ойнайтын қозғалмалы ойындар: қояндар /3 жасарларға/, аңшымен ит және қояндар /4 жастағылар үшін/, торғай мен мысық /5 жастағыларға арналған/ тағы да басқаларын зерттеп, қолданысқа түсірген [71].

Мектеп жасына дейінгі баланың денсаулығын дене шынықтыру арқылы дамыту мәселесіне көп көңіл бөлген Кеңес дәуірінің келесі бір ғалымы О.Г. Аракельян. Ол өзінің ғылыми тұжырымдамаларында баланың психикалық даму ерекшеліктеріне дене тәрбиесі мен спорттық жаттығулардың тигізер ықпалының деңгейін зерттеп, баланың дене күшін түрлі ойындар көмегімен жетілдіру жолдарын көрсетеді [72].

Барлық дене тәрбиесі жаттығулары, ойындар бала денсаулығын нығайтуға арналуы тиіс. Осыған орай ойынның теориясына қатысты жаңаша концепция жасаған ғалым Пиаже болып табылады. Пиаже интеллекттің функционалдық екі модусы аккомодация мен ассимиляцияны ала отырып когнитивті даму тоериясын имитация мен ойын негізіндегі қажеттілік деп дәлелдеді. Пиаже имитацияны аккомодация үрдісімен байланыстырса, ойын оның ассимиляциялық жалғастығы ретінде, нақтырақ айтқанда ойын интеллектінің даму үрдісінде арнайы мәнге ие болады деп тұжырымдайды [73]. Пиаже үш үлкен құрылым жаттығу, символ және ережені бөліп алып қарайды. Барлық үш құрылымға қатысты үш ойын түрін: жаттығу мен дағдыны талап ететін ойындар, символдарға бағынатын ойындар және арнайы ережелермен ойналатын ойындар деп жіктеді [74].

Ізденуші ғалымдар З.М. Богуславская, Е.О. Смирнованың авторлығымен шыққан «Развивающие игры для детей младшего дошкольного возраста» -М., 1991 еңбегі көп жылдық психологиялық-педагогикалық зерттеудің негізінде жазылған ізденіс. Бұл зерттеулерінде авторлар 3-4 жастағы балалардың ой-өрісін дамытып, дене қимылын жақсартатын ойын түрлерін ұсынады. З.М. Богуславская мен Е.О. Смирнова дамыту ойындарының құрылым негізінде бірнеше принциптік бағыт көрсетеді. Аталған авторлардың дәлелдеуінше: «баланың ой-өрісінің жан-жақты дамуына ойын элементтерін дене шынықтыру сабағы барысында аз-аздан енгізе отырып, келесі сәтте ойлану ойындарына өтіп оқу-тәрбиелік үрдіс жалғастығын тұрақты күрделендіре берген жағдайда ол өз жемісін береді» деген пікір айтқан [75].

Еліміздің егемендік алуы Қазақстандағы дене шынықтыру, ұлттық ойындар мәселесіне басқаша сын көзбен қарауды талап етеді. Осы орайда соңғы жылдары біздің қарастырып отырған ізденіс тақырыбымызға орай бірнеше ғылыми еңбектер жарық көрді.

1995 жылы зерттеуші Т. Иманбековтың «Қазақ балабақшаларындағы оқу-тәрбие жұмыстарында ұлттық ойындарды пайдалану» атты канд. диссертациясы қорғалды. Автор бұл еңбегінде ересек және даярлық топ балаларын тәрбиелеудегі ұлттық ойындардың педагогикалық негіздері, қазақтың ұлттық ойындарының тәрбиелік мәні және мазмұндары, балабақшалардағы ересек және даярлық топ балаларымен оқу-тәрбие жұмыстарында ұлттық ойындарды пайдаланудың әдістемелері, қазақтың ұлттық ойындарын пайдалану бағдарламасын жасақтап, қазіргі әлеуметтік-экономикалық жағдайлардың ерекшеліктеріне сай мектепке дейінгі тәрбиені жетілдіріп, жалпы, үйлесімді дамуын қамтамасыз ету үшін қазақтың ұлттық ойындарын нысаналы пайдаланудың ғылыми-теориялық негіздерін айқындаған [76].

1996 жылы ізденуші ғалым Ж.К. Оңалбеков «Дене тәрбиесі мен спорттың жеке адамдар арасындағы ұлттық қарым-қатынастарды дамытудағы орны» атты кандидаттық диссертациясында Кеңес дәуіріне дейінгі түрлі ұлттық ортадағы дене тәрбиесінің әлеуметтік қызметі, әлеуметтік құбылыс ретіндегі дене тәрбиесінің тарихи түп тамыры, дене шынықтырудың руаралық және тайпааралық қатынастардағы ролі, ұлтаралық және этноаймақтық қатынастардағы дене тәрбиесі мен спорттың әлеуметтік қызметі, жеке тұлғалардың ұлттық қатынастарының дамуындағы дене тәрбиесі мен спорттың әлеуметтік ролі мәселелері қарастырылған. Көпұлтты спорт және дене тәрбиесі қалыптасқан орта жағдайында жеке адамдардың өзара қатынастарына әсер ететін обьективті және субьективті факторлары зерттеліп, көпұлтты дене тәрбиесі және спорт ұжымдары мүшелерінің дұрыс өзара қатынастарын қалыптастырудағы психологиялық-педагогтық жағдайды көрсету және жеке адамдар қатынастары мәдениетін тәрбиелеу жұмысын жақсартудың мүмкін жолдары анықталған [77].

Қазақ ғалымдарының ішінде дене шынықтыру пәні бойынша бастауыш сыныптардың /1-4 сыныптар/ әр қайсысына жеке-жеке оқулық, оқыту әдістемесін жазған ғалым М.Т. Тұрыскелдина. Бұл еңбектерінде ғалым-педагог дене шынықтыру пәні бойынша, бірінші, денешынықтыру сабақтары оқытылып, екінші, сауықтыру жұмыстары таныстырылады. Автор бастауыш сыныптағы дене шынықтыру сабағының теориялық мазмұны мен дене жаттығуларының орындалу әдістерін оқулықта ашып көрсеткен. Ал әдістемелік оқу құралында дене шынықтыру сабақтарын іс жүзінде қалай өткізу жолдары қарастырылған. М.Т. Тұрыскелдина бұл еңбектерінде бастауыш сыныптың сабақ жоспарларына сай оқушыларға дене шынықтыруға қажетті негізгі құралдар мен спорттық жаттығуларды: гимнастика, жеңіл атлетика, қимыл-қозғалыстар, спорт ойындарын меңгерту мақсатын көздеген. Ғалым дене шынықтыру пәнінен гимнастикалық жаттығулар бойынша өткізілетін сабақтар, жеңіл атлетика бойынша өткізілетін жаттығулар, ойындар бойынша өткізілетін сабақтар, спорттық жаттығулар бойынша өткізілетін сабақтар, үй тапсырмасының ерекшеліктері мен пайдасы, сауықтыру шаралары деп бастауыштың дене шынықтыру пәнінен оқыту әдістемесінде жеке-жеке тоқталып, әр сабақтың мақсатын, керекті құралдарды, ойналатын ойындарды келістіріп келтірген. Бұдан басқа М.Т. Тұрыскелдинаның орыс тілінде жарық көрген бастауыш сынып оқушыларына арналған «қозғалмалы ойындар» - оқу-әдістемелік құралында балаларға бірнеше қимыл-қозғалыс ойындар жинағы ережесімен, мазмұнымен, мақсатымен, спорттық құрал-жабдықтарымен, әдістемелік нұсқаулығымен қоса, ойынның педагогикалық маңызымен арнайы көрсетілген. Ғалым М.Т. Тұрыскелдинаның кандидаттық диссертация тақырыбы «Қазақстандағы 6 жастағы балалардың дене тәрбиесінің дамуы деп аталады. Бұл ғылыми еңбекте 6 жастағы балаларға дене тәрбиесінің қажеттілігі дәлелденіп, бала ағзасының қатайып, өсуіндегі дене тәрбиесінің маңызы ашылып, дене тәрбиесі пәнінің қоғамдағы алған орны айқындалады [78].

Е. Мұхиддиновтың «Использование казахских народных игр в физическом воспитании учащихся» атты кандидаттық диссертациясында қазақтың ұлттық ойындарын дамыған қоғамдағы әлеуметтік-экономикалық құрылыммен байланысты қарастырылады. Автор өз зерттеуінде дене шынықтыру пәнінің теориялық дәлелдемесін қазақтың ұлттық ойындарының практикалық жағымен біртұтас алып қарайды [79].

Келесі ізденушілер А. Құралбекұлы, С. Әкімбайұлының «Оқушылар дене шынықтыруының этнопедагогикалық негіздері» атты монографиясы жалпы білім беретін қазақ мектептерінің дене шынықтыру жүйесінде қазақ этнопедагогикасы материалдарын оның ішінде халық шығармашылығы мен ұлттық ойындарды тиімді пайдаланудың ғылыми тоериялық-әдістемелік негіздеріне сүйене отырып жасалған туынды [80].

Ұ.Т. Төленованың «Балабақшадағы аралас топ балаларын ұлттық ойындар арқылы адамгершілікке тәрбиелеу» деген тақырыптағы кандидаттық диссертациясында әлеуметтік-экономикалық жағдайларға орай мектепке дейінгі жастағы балаларды тәрбиелеуді жетілдіріп, қазақ халқының ұлттық ойындары арқылы адамгершілікке тәрбиелеудің ғылыми-теориялық негіздері айқындалып, қазақтың ұлттық ойындарының түрлері мазмұнына қарай топтастырылып, аралас топ балаларын адамгершілікке тәрбиелеудегі педагогикалық мүмкіндіктері анықталған. Ұлттық ойындар арқылы балаларды адамгершілікке тәрбиелеудің тиімді жолдары, әдістемесі жасалып, аралас топтағы балаларды ұлттық ойын арқылы адамгершілік тәрбиесінің мазмұны мен әдістемесі жасалған [81].

А.К. Айтпаеваның «Қазақ халық ойындары-бастауыш сынып оқушыларын тәрбиелеу құралы» атты ғылыми зерттеуінде орыс тілінде оқытатын мектептердің бастауыш сынып оқушыларын тәрбиелеу құралы ретінде қазақ ұлттық ойындарын пайдаланудың теориялық-әдістемелік негіздері жасалған. Қазақ халық ойындарының классификациясы құрастырылып олардың тәрбиелік мүмкіндіктері айқындалып, ұлттық ойындардың педогогикалық бағыттары білім беру, баланы тәрбиелеу сұрыпталған. Сонымен қатар бастауыш сынып оқушыларының тәрбие үрдісінде халық ойындарын пайдаланудың әдістемесі ұсынылған [82].

Б.А. Тойлыбаевтың «Бастауыш мектеп оқушыларына дене тәрбиесін беруде халықтық педагогика элементтерін пайдалану» атты кандидаттық диссертациясында әлеуметтік–экономикалық жағдайдың ерекшелігіне сай бастауыш мектеп тәжірибесін жетілдіріп, баланың жан-жақты дамуын қамтамасыз ету үшін халықтық педагогика элементтерін дұрыс пайдаланудың ғылыми теориялық бағыты айқындалған. Бастауыш мектепте дене тәрбиесінің жүйесін жақсартуға негізделген «Дене саламаттылығы» бағдарламасының психологиялық ерекшеліктері көрсетіліп, оқушыларға дене тәрбиесінің мәнін, мазмұнын анықтауда теориялық түсініктер берілген [83].

Т.Ш. Қуанышовтың «Болашақ дене тәрбиесі мұғалімдерін ұлттық ойын құралдары арқылы даярлау» атты кандидаттық диссертациясында болашақ дене тәрбиесі мұғалімдерін оқу сабақтарын қазақтың халық ойындарын пайдалану арқылы жүргізуге даярлаудың педагогикалық және практикалық мәселелері қаралып, болашақ мұғалімдердің оқу үрдісін халықтың қимыл-қозғалыс ойындарын пайдалану арқылы ұйымдастыру және оны өткізу нақты көрсеткіштерімен таразыланады [84].

Б.М. Досқараевтың «Қазақстан аймағында көне дәуірден феодалдық кезеңге дейінгі типтік мемлекеттің пайда болуына дейінгі аралықтағы дене тәрбиесі»атты кандидаттық диссертациясында Қазақстанның географиялық аймағы бойынша алғашқы қауымдық қоғамнан ертедегі таптық феодалдық мемлекеттің қалыптасуына дейінгі аралықтағы дене тәрбиесінің тарихи мәні сипатталып дене тәрбиесінің құралы ретінде дене мәдениетін, дене жаттығуларымен ойындарын пайдаланудың кейбір ерекше факторлары және заңдылықтары ажыратылып теориялық сипатта дәлелденген [85].

Қазақтың ойын-сауықтарына зер салған ғалым Н. Мыңжан дәстүрлі халық ойындары туралы ғылыми зерттеуінде былай дейді - «Халық тұрмысындағы ойын-сауықтар да өзіндік өзгешелігімен парықталған ұлттық мәнердегі әсемдік мәні зор құбылыстар. Ол да ойды оятып, көңілді ашуға қызмет етеді. Ендеше ұлт тұлғасын, сипатын таныту да осы ұлттық ойын түрлерін жан-жақты қолдауға байланысты», деп тұжырым жасайды [86].

1994 жылы қазақ ғалымдары С. Қалиев, М. Оразов, М. Смайылованың авторлығымен шыққан «Қазақ халқының салт-дәстүрлері» атты оқу құралында той ойындары деген атпен бірнеше ойын түрлері мазмұнды ережесімен көрсетілген [87].

Ж.Д. Демеуовтің басшылығымен шыққан «Мектепке дейінгі балалардың анатомиясы физиологиясы және гигиенасы» еңбегінде балалар ағзасының жасына сай құрылысын, қызмет ерекшеліктерін, өсу және даму барысындағы барлық адамға ортақ түрлі заңдылықтарын қарастырып, бала денсаулығын сақтау үшін қажетті қолайлы жағдайларды ұсынады [88].

Педагогика ғылымдарының кандидаты С.М. Төрениязованың ұлттық дәстүр арқылы баланы тәрбиелеу әдістерін ұсынуы, ата-баба рухының өскелең ұрпақ үшін маңызын анықтау барысы туралы пікірін ғалым былай деп тұжырымдайды: «Қазақ халқының тұрмыс-тіршілігі үшін төрт түлік малдың, жердің, туған елдің, қоршаған табиғаттың маңызының ерекше екенін түсініп, оларды қорғау, күту, үнемдеу сияқты қоғамға пайдалы іс-шараларды іске асыруға дағдыланды. Сол арқылы балалардың бойында ата кәсібі мен еңбегін, өз елін, жерін, салт-дәстүрлерімен өнерін сүю, оны қастерлеп құрметтеу сезімдері оянды. Ал ол балаларды елін-жерін сүйетін елжанды, еңбекқор азамат етіп тәрбиелеуге жол ашты» [89].

Қазақтың белгілі педагог ғалымы С. Қалиұлы жазған «Қазақ этнопедагогикасының теориялық негіздері мен тарихы» еңбегі болашақ ұрпақты имандылық, қарапайымдылық, әдептілік, кішіпейілділік сияқты ұлттық асыл қасиеттерге тәрбиелеудің сан ғасырлық қалыптасқан халықтық дәстүрі негізінде көне заманнан бергі көрнекті ойшылдардың еңбектеріне сүйене отырып, тәлім-тәрбиенің ұлттық сипатын, қазақ этнопедагогикасының туып қалыптасу тарихын зерттеген. Ғалым педагог С. Қалиұлы өз еңбегінде қоғамның дамуы, халықтар мен ұлттардың интернационалдық байланысы ұлттық психикаға игі әсерін тигізетінін көрсетіп, нәтижесінде бірнеше ұлтқа ортақ интернационалдық мазмұнды салт-дәстүрлердің пайда болуын туғызады деген пікір айтады. Автордың ұлттық ойындардағы интернационалдық бірлігі туралы дәлелдеуіне сүйенсек: «кешегі кеңестік дәуірде ұлттық қарым-қатынастың күшеюімен байланысты қазақтың ат бәйгесі немесе қазақша күрес, теңге алу, қыз қуу ойындарына интернационалдық сипат берілді де бұл ойындар бүкіл Орта Азия елдерінде ортақ интернационалдық ойын түрлері болып кетті» деп ой түйеді [90].

Ұлт ойындарында, оның ішінде Орта Азия мен Қазақстанды мекендеген көшпенділер арасында әдет-ғұрып бойынша қыз балалар мен ұл балалардың тұрмыстық ойындарына мән беріп, көңіл аудару әдеті қалыптаспаған. Мұнда ойын деп ұлттық ойынды көп болып ойнайтын, әсіресе той жиындарда көпшілік болып өткізетін жарыс ойындары халық арасында үлкен сұранысқа ие болған. Халық ойындарын классификацияға бөліп, зерттеп, талдау және салыстыру барысында (қазақ, қырғыз, түркмен, өзбек, тәжік ұлттық ойындары) бір байқағанымыз көп ойынның барлығына ортақтығы. Мысалы: бәйге, оның ат жарыс, дөнен, құлын жарыс, күрес, садақ тарту, жамбы ату, көкпар, аударыспақ, қыз қуу, алтын сақа т.б. ойын түрлері өзгертілген ережемен Орта Азия және қазақ даласының дәстүрлі ойындары біртұтастығын құраған. Көшпелі елдің қанына сіңген тағы бір қасиеті-төрт түлік малмен қатар, адамның ішкі-сыртқы мүшелерін жақсы білген. Қарсы келген дұшпанын тобықтың басы, тізенің ұршығы, шынтақтың көзі, иықтың топшысы, бастың қара құсы сияқты әлсіз жерлерді ұру арқылы аттарынан түсіріп кетеді екен.

Мысалы: түркмен халқының «Ат чапышыгы» қазақтың «Ат шабыс» ойынын қайталайды, яғни екі халықтың да ұлы тойларында немесе үлкен ас бергендегі бірнеше ай, жылдар бойы дайындаған жылқылар арасындағы шабыс жарысындағы ұқсастық көрінісін көреміз. Бұл ойындардың бәрі де атпен ойналатын ойын болғандықтан оларға күн ілгері зор әзірлік, дұрыс дайындық керек болды. Сол дайындықтың басы-қасында болған жас баладан бастап, бозбалалар мен жігіт ағалары, атбектері мен ауыл ақсақалдары болып түгел қатысатын.

Жоғарыда аталған ойын түрлері мен бәйгенің алуан түрлеріне қосылатын аттар,оған мінгізілетін балалар, балуандар, көкпаршылар, қыз қууға қатысатын қыз бен жігіттер, ауыл ақсақалдарының алқасында талқыланып солардың ұйғаруы бойынша қатысуға мүмкіншілік алатын болған. Бұл бір жағынан, халықтық тәлім-тәрбиенің маңызын арттырса, екінші жағынан үлкендерге деген ілтипат пен сенімді, басқаның пікірімен санаса білуді, үшіншіден жеңіске деген құлшынысты туғызып, баланың ақыл-ойын, қиялын ұштайды, көпшіліктің үмітін ақтау деген жауапкершілігін шыңдай түседі. Осы жағынан келгенде ұлт ойындары халық педагогикасының ажырамас бір бөлігі ретіндегі өзінің маңызды қызметін осы күнге дейін атқаруда. Келесі екі халықта да кездесетін дәстүрлі көп тараған ұлттық ойын түрі күрес. Түркмен халқының арасында «Гөреш», қазақ халқына «Күрес» деген атпен белгілі, екі палуанның кілем үстіндегі күш сынасуы. Бұдан басқа көшпелі түркмендер мен қазақтарда ғана емес, өзбек тәжіктерде де кең тараған ұлттық ойын «Көкпар». Түркмендердерде бұл ұлттық ойын «Овлак чапды» деп аталады.

Түркмен халқының ұлттық ойыны «Ак сунк», қазақтың жастары кезінде қызығып ойнайтын «Ақ сүйек» ойыны болып табылады. Ал қазақ баласының далада көп ойнап таратқан «Жасырынбақ» ойынын түркмен халқында «Бұқылдым» деп аталатын халық ойыны жалғастырады [91].

Өзбек халқының «кобкарэ», «кукбури», «улок» ойынының екі түрі де қазақтың көкпар ойынымен ұқсас. Ат үстіндегі ойыншылар ортаға тасталған қозыға таласып кім бірінші қозыны көтеріп алып, алдына өңгеріп алып келеді, сол жеңімпаз аталады, «кобкарэ» ойынының екінші түрінде ойын күрделене түскен, ойыншылар ортасындағы қозы нақты мәре сызығынан өткен соң жеңімпаз анықталып, ойын аяқталады [92].

Қазақ халқының ұлттық ойындарына қатысты деректік құжаттармен және ғылыми ізденіс-зерттеулермен жұмыс жасау барысында көршілес жатқан Орта Азия, Кавказ, Ресей халықтарының дәстүрлі ұлттық халық ойындарымен танысып, талдау жасауға талпындық.

Қай халықтың болмасын өзіндік табиғи ұлттық-генетикалық ерекшелігімен бірге біте қайнасқан ұлттық ойындар өз әлінше әр-түрлілігімен қатар, көптеген трансформацияға ұшыраған негізгі түп-тамыры бір ұқсастыққа алып келеді. М. Майсурадзенің авторлығымен шыққан грузин халқының ұлттық ойындары туралы еңбегіндегі «радрабани» атты халық ойыны 4-адамның ат үстінде бір-бірімен жарыса қолдарындағы таяқпен допты жоғарыға лақтырып, ұрып ойнап, ойын соңында кім допқа ие болады сол жеңімпаз аталады. Грузин халқының бұл ойынында жылқылар бірде шауып, бірде желіп, бірде тоқтап, ойын сәтінде адам жылқы доп бір қозғалушы элементке айналады [93].

Бұл ойынның негізгі техникасы қазақтың ат үстінде ойналатын «көкпар» ойынымен ұқсас. Көпшілік болып ат үстінде жарысып ойнайтын грузин халқының келесі: «гадри», «лело» ойындары қазақтың кәдімгі ат шабысын қайталайды.

Профессор Г. Вагнер мен К. Фрейердің авторлығымен шыққан «Детские игры и развлечения» атты еңбекте орыс халқының ұлттық ойындар жинағы енгізілген. Бұл ойындар құрамындағы «жмурки» және «трубочка» ойындары қазақтың «соқыртеке» ойынын қайталайды [94]. Зерттеуші И. Самбу жазған «Тувинские народные игры» атты ізденісіндегі «кажык», ойыны қазақтың «ақсүйек» ойынына келсе, «дөрт берге» немесе «астрагалы» ойыны қазақтың «асық ату» ойынына сәйкес келеді.

Жалпы зерттеу барысында байқағанымыз тува халқының көптеген ойыны көшпелі Орталық, Орта Азия және Сібір халқының ойындарына өте ұқсас. Тува халқының ойын элементінде нақты өмір сүріп отырған аймақтағы шаруашылық жануарының сүйегі ойында басты орынға ие болады, Мысалы: Тодже жерінде- арқардың сүйегі, Монгун-Тайге жерінде - киік сүйегі, Оңтүстік аймақтар Эрзин, Тес-Хем жерінде-түйе сүйегі, орталық аудандарда жылқы сүйегі пайдаланылған [95].

Қазақ ойынындағы асықпен ойнауда қой сүйегі пайдаланылса, тува ойынында ірі мал сүйегінің ойын құралы болғандығын көреміз.

Тува халық ойындары тек түрік тектес елдердің ойындарымен ғана ұқсастығын шектемей алтай тілді елдердің ойынымен де өз жалғастығын тапқанын көруге болады.

С.Г. Гагиевтің авторлығымен шыққан «Осетинские национальные игры» еңбегінде осетин халқының балаларға арналған ұлттық ойындары жеке бөлім болып берілген. Ізденуші осетин халқының дәстүрлі ойындарын зерттей келе өз пікірін былай деп түйіндейді: «Қай ұлттың баласы болмасын ол ойынмен өседі, ал ұлттық қалыптасудың ертеңі ұрпақ жалғастығымен дамыса, бала өмірінің белсенді белесі ойынды халық ойындарымен ұштастыра отырып өсірсек, ол ұлттық сезімнің оянуын тездетеді. Қандай ұлтты алсаңыз да өзіндік дәстүрлі халық ойыны, әдет-ғұрпы мәдени ерекшелігімен бірге негізінен алғанда біртұтастықтан, яғни тактикалық жоспарымен, сюжеттік бірлестігімен және қимыл-қозғалыс: жүгіру, лақтыру, еңбектеу, созылу, қарсыласу, секіру, күресу, жағаласу тағы да басқа әрекеттерден тұрады» деп ойын ролін жоғары бағалайды [96].

Ұлттық ойындарға тән бір ортақ сипат бір-бірінен тәуелсіз қозғалыстардан емес, біртұтас бір-бірімен байланысты аяқталатын мақсаттан тұрып ойын барысындағы әр қозғалыс, әр қимыл-элемент болып, ол басқа элементтермен жалғасып күрделі жұмысты дүниеге алып келеді.

Зерттеуші О. Ваханияның авторлығымен жазылған «Абхазские народные игры» атты ізденісінде абхаз халқының балалар үшін жинақталған қозғалмалы ұлттық ойындары топтастырылған. Ізденуші әр ойынды қай аудан, ауылдан жазып алғанын көрсетіп, ойынға қатысушылардың жасын, қыздар мен ұлдардың бірігіп ойнайтын, бөлек ойнайтын ойындарын жеке-жеке құрастырып, ұсынады.

Абхаз халық ойындарының ішіндегі қазақтың ұлттық ойынымен сәйкес келетіндері: «Джип» - /жасырынбақ/, «аркьыл» - /ақсүйек/, негізінен алып қарағанда абхаз халық ойындарының көпшілігінде таяқпен ойнайтын ойындар екендігін байқауға болады [97].

Могомед Дибировтың авторлығымен шыққан «Народные игры и спорт в Дагестане» атты кітабында балаларға арналған бірнеше ойын түрлері, ойнау ережесі берілген. Дағыстандық ойындар ішінде «льабго бакиаре» ойыны, осетиндердің «балтаей хьаст», армяндардың «рез» ойыны, түркмендердің «дюзюм» ойынымен, қазақтардың «тоғызқұмалақ» ойынының ережесімен сәйкес [98].

Д.О. Омирзаков., М.К. Саралаев жазған «Киргизские национальные виды спорта и народные игры» атты зерттеуіндегі көптеген ойындар, мысалы: «улак тартыш» -/қазақтың көкпар ойыны/, «оодарыш» -/қазақтың ат шабысы/, қыз куумай ойыны біздің «қыз қуу» ойынымен сәйкес, «жамбы атмай» ойыны қазақтың «жамбы ату» ойынымен, «тогуз коргол» -ойыны қазақтың «тоғыз құмалақ» ойынына ұқсас [99].

Келесі зерттеуші В. Мальлен жазған «Народные игры Карелии» еңбегінде карел халқының балаларға арналған ұлттық ойындары ойналу тәртібімен, ережелерімен жинақталған. Олардың ішінде «кукот» /тауықтар/ ойыны қазақтың қындық-сандық ойынына ұқсаса, келесі «куурувишру» ойыны қазақ балаларының «жасырынбақ» ойынын қайталайды [100].

Біз зерттеу барысында мынадай пікірге келдік, қандай ұлт, халық болмасын ұзақ ғасырларға созылған өмірдің өзгеруі, жаңаруы барысында алуан түрлер мен формалар туып қалыптасады. Солардың мақсат-мүдделерін құрайтын мазмұндарының әр-түрлілігіне қарамастан адам баласының мүдделері бір арнаға тоғысып, жақсы ұрпақ, жақсы адам тәрбиелеу негізгі өмір мақсаты болып табылады.

Келесі қарастырған еңбектеріміз балабақшалардағы оқу-тәрбие жұмыстарына арналған бағдарламалар. Қазақстан егемендік алған кезеңге дейін біздің балабақшалар 1953, 1964, 1971, 1986, 1989 жылдары жарық көріп, толықтырылып келген «Балалар бақшасының оқу-тәрбие бағдарламасымен» жұмыс жасалынды. Бұл бағдарламада ұлттық ойындардан сол кездегі Кеңес Одағының құрамындағы бірнеше халықтар ойындары келтіріліп, жергілікті ұлт өкілдері қазақтардың дәстүрлі халық ойындары қоғамдық идеология шеңберінен шықпай шектеулі дәрежеде қамтылған.

Қазақтың ұлттық ойындарын алғаш рет мектеп жасына дейінгі балабақшаларда тәрбиеленетін балаларға өткізуді ұсынған «Балбөбек» бағдарламасы. Дей тұрғанменде қазақ балалар бақшасына арналған бұл бағдарламада мектепке дейінгі балалардың дене тәрбиесі арнайы ескерілмеген. Тек «негізгі қимыл-жаттығулар деген атпен бірнеше ойындар тізімі тіркелген». Бұндай кемшілігіне қарамастан «Балбөбек бағдарламасы» [5] қазақ балалар бақшасы үшін өте керекті өз маңызын жоймаған, тәрбиешілер мен ата-аналар үшін қажетті құжат деп есептейміз.

Осы тарауды қорытындылай келе, қазақтың ұлттық ойындарының басқа халықтардың ұлттық ойындарынан айырмашылығы оның шығу, пайда болу тегінің ерекшелігіне байланысты белгілі бір тәрбиелік мақсат бірлігін көздейтіндігінде. Ойын түрлері еңбек, тұрмыс-салтқа байланысты адам денесін шықтырып оның рухани қалыптасу негізін құрайтын маңызды құралдың бірі екендігіне көз жеткізуге болады.

Қазақ елінің тағылымдық мұрасы, дәстүрлі халық ойындарына қатысты ізденістерді топтап, саралап, зерттеп, жүйелеу, оның үздік, озық ойлы өнегесін балаларға үйрету осы күнгі заман қажеттілігінен туған өзекті тақырыптың бірі. Бүгінгі күн тәртібіндегі бір мақсат халық ойындарына қатысты құжаттардың әлеуметтік мағынасын күшейтіп жалпы тәрбие беретін балабақшалардың оқу-тәрбие жүйесіндегі дене шынықтыру сағатын ұлттық ойындар негізінде қайта құрып, дене шынықтыру бағдарламаларының мазмұнын жаңарту және кеңейту керектігін нақтылай түсуде.

**1.2 Мектеп жасына дейінгі балалардың қимыл-қозғалыс дағдыларын тәрбиелеудің өзектілігі.**

Мектеп жасына дейінгі балалардың дене тәрбиесі қазіргі қоғамдық дамуда үлкен әлеуметтік мәнге ие болды. Ал дене тәрбиесін халықтық ұлттық ойын спорт түрлерімен ұштастыру баланың болашағына әсері зор үрдіс болып табылады. Соңғы жылдарғы зерттелген көптеген ғылыми еңбектердің негізгі тұжырымдамасы бойынша осы мектеп жасына дейінгі балалардың дене шынықтыруын нақты бір мақсатты бағытпен дамытқанда ғана денсаулығы нығайып, жұмыс жасау қабілеті дамып жеке тұлға болып қалыптасуына тікелей әсері бар екендігі дәлелденуде.

Неміс ғалымы В. Зигердің дәлелдеуінше: «Дене тәрбиесін қоғамдық құбылыс, мәдениет пен тұрмыс салтының құрамдас бөлігі, адамдардың нақты тарихи әлеуметтік топтарының тәрбиесі ретінде айтқанда, біз тәнді /денені/ жетілдірудің әлеуметтік-мәдени жағдайларының, сонымен қатар белгілі-бір қозғалыстың дамуына дұрыс мән берілуі қажет екендігін көреміз [101].

Қозғалмалы ойындарды дене шынықтыру сабақтарына пайдалануды П.Ф. Лесгафт ұсынды. Ол балаларды ауыр гимнастикалық жаттығулардан сақтандыруды, оның орнына табиғи қозғалысты ойынды пайдалануды орынды деп дәлелдеді. Лесгафт ойынның әлеуметтік-педагогикалық мүмкіншіліктерін бағалай отырып, ойын арқылы тәрбиелеуді, балаларды өз бетімен жұмыс істеуге үйретудің жолы және қоғамдық пікірлердің маңызын бағалай білуге бір-бірімен жолдастық қатынас орнатуға, шындыққа баулуға, ойын барысында өздерін реттеп отыруы үшін ойын керек деді [102].

Біз өзіміздің зерттеуімізді мектеп жасына дейінгі үш, төрт, бес жастағы балалармен жұмыс жүргізуге бағыттадық. Үш топтық балалар арасындағы дене шынықтыруды қалыпты дамытуды ұйымдастыру үшін қозғалмалы ойын түрлерін ұлттық ойындар негізінде бірнеше топқа бөліп алып қарастырдық және ойындарды қолдануда күрделілік дәрежесіне бөлдік.

3-5 жас аралығындағы баланы тәрбиелеу кезінде басты фактор, оның қимыл әрекетінің қаншалықты дұрыс жолға қойылғандығымен байланысты. Себебі қимыл-қозғалыс бұлшық еттерге қан жүгіртіп, ағза қорегін арттырады.

3-5 жас аралығындағы балалар үшін қозғалыс әрекеті үлкен мұқтаждық болып табылады. Қозғалыс бала үшін үлкен бір қуаныш көзі, сондықтанда қимыл күші оның денесін қатайтумен қатар психикалық дамуына үлкен әсерін тигізеді [103].

Бала қозғалыс туралы Мағжан Жұмабаев былай дейді: «Адам неғұрлым жас болса солғұрлы қозғалуды көп тілейді, дені сау бала бір минут тыныш отыра алмайды. Күні бойы шаршау білмей, ойнайды да жүгіреді» [104].

Адамның денесі мен ақыл-ойының дамуына қозғалыс күшті әсер етеді. Баланың қозғалыс белсенділігіне бөгет жасағанда оның дамуы нашарлайды және кешігеді.

Күнделікті тіршілікте орындалатын қимылдардың қосындысын адамның қозғалыс белсенділігі деп атайды. Қозғалыс белсенділігі ұйымдастырылған және ұйымдастырылмаған қимылдардан тұрады. Ұйымдастырылған қозғалыс белсенділігіне дене шынықтыру және спорттық жаттығулар белгілі еңбек әрекетіне жатады. Ал ұйымдастырылмаған қозғалысқа түрлі ойындар кезіндегі баланың өз тарапынан жасаған қозғалыстары жатады.

Бала ағзасы үшін ұйымдастырылған қимыл-қозғалыстардың маңызы зор. Сондықтанда мектеп жасына дейінгі мекемелердегі балалардың мұндай қозғалыстарын дұрыс жоспарлап оны іске асыру балалардың қимыл дағдыларын дұрыс қалыптастыруға, саналы қозғалыстарды көбейтуге, ағзаның бейімделу қабілеттерінге әсер етеді. Ұйымдастырылған қозғалыстар аз болса балаларда гиподинамия немесе бұлшық ет қозғалыс белсенділігі төмендейді [105].

Дене шынықтыру сабағындағы ойын түрлері үш үлкен құрылымнан жаттығу, еліктеу және ережеден тұрады. Барлық үш құрылымға ойынның үш түрі тән: жаттығумен дағдыны талап ететін ойын, белгілі бір нәрсеге еліктеу арқылы өткізілетін (аң-құс, мал, зат т.б.) үшінші арнайы ережеге бағынатын ойындар.

Ойындарды белгілі бір классификация арқылы кезең-кезеңге бөліп қарастыратын болсақ, алғашқы негізгі орынды жаттығуларға береміз. Келесі маңызды обьект еліктеу, ал соңынан ережені қадағалаймыз [106].

Осы белгілерді негізге ала отырып қазақтың ұлттық ойындарын балалар арасында дамыту тиімді болып келеді. Жалпы алғанда дене тәрбиесінің ұлттық пішіндерімен ұштасатын жолдары қоғамдық өмірдің барлық басқа салалары сияқты жаңа өмір салтына сай не сай еместігі жөнінде тексеруден өтеді. Ұлттық ойындардың кейбір түрлері жаңа мазмұнға ие болып әрі қарай дамиды, ал кейбіреулері тіпті жоғалып кетеді.

Қазақтар баланы туған күннен бастап денесін қимыл-іс әрекетке тартып өсуіне мән берген. Баланың өсуіне қарай ұлттық дәстүрді енгізу мақсатында мынадай жағдайды ескеру керек. Әр бала жеке тұлға екендігі, оның қабілеті де әр-түрлі болып келетіндігі. Сондықтан қимыл-қозғалысқа үйрету барысында жасаған дене шынықтыру әрекетіне қарай белсенді қимылдайтын бала және жай қозғалатын балаларды ескеріп сабақ өткізу тиімді.

Денсаулықты қалыптастырып орнықтыратын және шыңдайтын дене жаттығуларын екі үлкен топқа бөлеміз. Бір тектес және әр тектес. Бір тектес дене қозғалыстары түрлері үздіксіз бір текті және тұйықталған әрекеттерді қайталайтын қимылдар жүйесінен тұрады бұған: жүру, жүгіру, велосипед тебу, суға жүзу т.б. жатады. Әр текті дене жаттығулары айырмашылығы олар қимыл-әрекеттерін орындау үстінде жаттығу түрлері үнемі өзгеріп отырады оларға: гимнастикалық жаттығулар, күрес түрлері, спорттық ойындар, секіру, лақтыру, өрмелеу т.б. жатады [107].

Мектеп жасына дейінгі балаларға арналған дене шынықтыру және спорт сағатын ұйымдастыру бөлімдеріне қарай сабаққа дайындау кіріспе бөлімі мақсаты балаларды ұйымдастыру олардың назарын жинақтау, эмоциялық қалыпқа келтіру, баланы күрделі жаттығулар жасауға әзірлеу болып табылады.

Жаттығу барысында балалардың дене бітіміне, денесін, басын ұстауы мен қол, аяқтарының қимыл координациясына, аяқ алысына, жүгіру жеңілдігіне мән берілуі керек.

Мектеп жасына дейінгі балалардың негізгі дене қимылдарына жүру, жүгіру, секіру, лақтыру, еңбектеу, өрмелеу, асып түсу, шығу, тепе-теңдікті сақтау түрлерін дұрыс қалыптастыру негізгі мақсат болып табылады. Бұл дағдыларды қалыптастыру кезінде балалардан ынталы болуды, дұрыс орындауға талтынуды, оларға нақты нұсқаулар беруді, орындауларына көмек көрсетуді талап етеді.

Дене шынықтыруды қимыл-қозғалыс ойындары арқылы жүзеге асыру балалардың дене мүшелері мен көңіл-күйлеріне қатты әсерін тигізеді. Қимыл-әрекетке толық жағдай жасаудың, барлық бала ойыннан қуаныш табуға мүмкіндік жасаудың маңызы зор.

Ғалымдар Д.А. Фарбер, Е.И. Савченко балалардың ми қыртысындағы сезім аймақтарының даму ерекшеліктерін зерттеп оның 14 жасқа дейін қалыптасатынын анықтады. Бұған қоса баланың зейіні 3-4 жаста қалыптаса бастап, 6-7 жаста зейін тұрақтанады да, 7-8 жаста ерікті зейін нашарлау болып, 9-10 жаста сыртқы ортаның әсерін терең және жан-жақты талдау қабілеті күшейетіндігін анықтаған [108].

Ойын барысындағы іс-қимылды дұрыс сапалы түрде балаға жеткізіп бірнеше рет қайталап әдетке айналдырғанда, бала ағзасындағы зат алмасу артып, жүйке жүйесі белсенділігін танытып, қан айналымы жақсарады. Қозғалыс барысындағы жиі демалудан бала ағзасындағы оттегіне деген қажеттілік артады. Дене шынықтырудың арқасында баланың көңіл-күй жоғарылап, жүйке жүйесі бекиді. Дене шынықтыру нәтижесінде бала өзінің іс әрекетіне және топтық тәртіпке үйреніп, оның ережесіне бағынады. Бұл оның жан-жағындағы оқиғаға мән беріп қарауына, төзімді болуына, тәртіпті сақтауына септігін тигізеді [109].

Бала өмірінде белсенді қозғалыстар аз болса гиподинамия белгілері пайда болады. Гиподинамия деп бұлшық еттердің қозғалыс белсенділігінің төмендеуін айтады, бұл жағдай бала аз қимылдағанда пайда болады. Ал қозғалыс белсенділігі тиімді мөлшерден асып кеткен жағдайда (ауыр жұмыс, мөлшерсіз еңбекпен шұғылдану) - гипердинамия пайда болады.

Гипердинамия ағзаның қызметінің қалыпты жағдайын бұзады себебі адамның жүйке-жүйесі, жүрек-қан, тыныс жүйелерінің қызметі мөлшерсіз еңбек барысында қалпына келіп үлгермейді де олардың зорығуы байқалады [110].

Сондықтан балалардың қозғалыс белсенділігі мөлшерін реттеп дұрыс ұйымдастырған жөн. Балалардың бұлшық еттері даму жағдайында болғандықтан олар қимылсыз отыра алмайды, оларды ұзақ уақыт қимылсыз бір қалыпта отырғызуға немесе тұрғызуға болмайды.

Мектеп жасына дейінгі балаға дене мүсінінің дұрыс қалыптасуын яғни денесін түзу, тіке ұстауды, бала отырғанда, тұрғанда, жүргенде денесін тік ұстауды әдетке енгізу қажет.

Дұрыс мүсін адамның ішкі ағза құрылымының жетілуін жақсартады. Дене мүсінінің дұрыс қалыптасуы сүйек-бұлшық ет құрлысының дұрыс дамуына байланысты. Қозғалыс тірегін дұрыс қалыптастыруды бала шақтан дағдыға айналдырған тиімді болып келеді [111].

Дене шынықтыру жаттығуларының өзіндік мазмұны мен белгілі бір құрылысы болады. Мазмұнға дене шынықтыру жаттығуы барысындағы механикалық, биологиялық, психологиялық үрдістер кіреді. Осылардың әсерімен қимыл-қозғалысқа әрекеттену жүгіру, адымдау, секірудің т.б. қорытындысы ағзадағы және денедегі өзгерістерге әкеледі.

Дене шынықтырудың сыртқы құрылымы көзге көрінетін бейнесі, ол қозғалыс сәтіндегі кеңістік, уақыт және күш қатынастарын көрсетеді.

Мазмұн болмысқа қарағанда басты болып саналады. Мазмұнның өзгеруі болмыстың өзгеруіне алып келеді. Мысалы: жылдамдықтың артуымен жүгірудің техникалық орындалу жағдайы да өзгереді мысалы адымдау қашықтығы, денені ұстау басқаша болады.

Балаға үйретілген әр жаттығуда қимыл міндетін яғни қозғалыс жасауды саналы түрде мақсат етіп қойылады. Мысалы, қазақтың ұлттық ойыны «Ортекені» ойнаудың негізгі идеясы қашықтықты секіріп бағындару. Ойынды күрделендіру мақсатында сәл ойық шұңқырдан қарғу арқылы ойнау тәртібін ұсынамыз. Ойын барысында секіру бір немесе бірнеше әдіспен орындалады, бір орыннан шұңқырдың келесі бетіне ортекеше екі аяқпен ырғалып секіру, немесе бір аяқпен созыла адымдау [112]. Бұл жерде қозғалыс мақсатын ұтымды жағынан алып қарастырамыз. Себебі қимыл-қозғалыс әрекетін мақсатты және ұтымды іске асыру ойынның, жаттығудың мәнін күрделендіреді.

Кей жағдайларда балалардың еркін ойнауына мүмкіндік беріп олардың киімінің ластануына, қол аяқтарының кірлеуіне ренжімей ойнатқан балаға жағымды әсер қалдырады. Оған Тәжік халқының ұлттық ойыны «Қамбар-бозиды» алуға болады. Ойынға қатысушы балалар топырақты бірнеше жерден дөң етіп үйіп биіктігін 20-30 см дейін жеткізеді, оған су құйып, қолдарымен әлгі топырақ жиынтығын біріктіреді. Ойын шарты бойынша балшықтанып ылғалданған топырақ ортасына шұңқыр жасап, соның үстіне дәл секіріп түсулері қажет, сол сәтте су араласқан топырақ жоғарыға шашырайды. Жүгіріп келіп кім дайындалған шұңқыр үстіне дәл түсіп, топырақты көп жан-жағына алысырақ жерлерге дейін шашыратса, сол жеңімпаз атанады [113].

Бұл ойында барлық баланың топырақ үйіндісіне бірге жүгіруі, қолдарымен тез топырақ шөгіндісін біріктіруі, ал соңғы қорытынды мәре су құйған шұңқырға секіруі болып табылады.

Қозғалыс құрылымы барлық қимыл-іс әрекеттің бір-бірімен байланысын жалғастырады. Қимыл арқылы орындалатын жаттығу барысында баланың дене мүшелері толықтай жұмысқа қатысады. Қимыл-қозғалыс бала өмірінде оның дүниеге келген сәтінен басталады. 1 жасқа дейінгі сәби аяқ-қолын қозғап, жылжып, кеңістікті меңгереді.

Ойын баланы қоршаған өмірге еркін кіруге дайындайды, өмір туралы алғашқы танымды бастайды.

Ғалым Ә. Бүркітбаевтың дәлелдеуі бойынша бұл кезеңдегі ойындардың бірінші тобы өзін-өзі және өзінің қабілетін көрсету ойындары деп аталады [114].

1 жастағы балалар өзімен-өзі ойнау барысында қоршаған заттардың түсін ажыратып, күнделікті бір немесе бірнеше нақты ойыншықты (көбіне ашық түсті қызыл, көк, жасыл) танып оны байқап, өзіне белгісіз заттың бәрін ұстап аузына апарып, не екенін білуге құмартады, бұл баланың сезім ағзалары жұмысын күшейтіп, көрген затын білуге ұмтылысы артады. 2-3 жастағылар топырақ, құммен көп ойнауға құмар болып келеді.

3-4 жас аралығындағы балалар бір нәрсені бүлдіріп, бұзып, ішінде не бар екен дегендей қарауға құмартып ойнайды.

5-6 жастағылар көбіне еліктеу ойындарын көргенін қайталауға тырысу, сөйлеуге құштар болып келеді.

Үш жастағы баланың дене салмағы бұрынғысынан 2 кг артып, бойының ұзындығы 7-8 см өседі. Үш жасар баланың бойы 95-96 см, ал орташа салмағы 14-15 кг болады. Ол күндіз бір мезгіл ұйықтап, қалған уақыттарын үнемі қозғалыс үстінде өткізуді қалайды. Айналасындағы бар құбылыстарды ойын арқылы тануға тырысады. Сол арқылы танымы мен тілі жетіліп, ойлау қабілеті мен түйсінуі айқындала береді. Үш жастағы балалардың аяқ алыстары қажетінше ширай қоймағанымен, олардың қол қимылы мен саусақ ептілігі әжептәуір жетіле түседі. Ол саусақтарының әрекеттерін еркін басқара алады [115].

3 жастағы балалардың отыру, тұру және жүру дағдыларының жетілуіне байланысты жүйке жүйесінің морфологиялық және функциональдық дамуы жалғаса түседі [116].

3 жастағы балада шартты рефлекстің орындалу уақыты ұзарады. Қозудың иррадияциясы байқалады, қолдың қимылы аяқтың қимылымен қатар жүреді [117].

Үш жас, баланың бойындағы қимыл-қозғалыс сапасының белсенді түрде жетіле бастайтын уақыты болып есептеледі, баланың қол мен саусақтарының қимылы үйлесімді келеді. Бұл жастағылар үшін дене шынықтыру сабағындағы бар мақсат қозғалыс қимыл үйлесімін дамыту. Осы кезде бала тұрып та немесе қозғалыс үстінде де күрделі қимыл-қозғалыс жасай алады [118].

Ұлттық ойындар мен спорттық жаттығу түрлерін таңдағанда олардың жас ерекшеліктерін, икемділігін, бұлшық еттерінің әлі жетілмегенін, тез шаршайтындығын ұмытпаған дұрыс. Осы жастағы баланың психикасының дамуындағы негізгі және басты қажеттілік қимыл-қозғалыс белсенділігінің артуы болып табылады [119].

Үш жасарлар арасында жасалатын жаңа қатынас түрі жалғыз өзі ойнаудан бірлесіп топ болып ойнайтын ойын әрекетінің қарапайым түріне біртіндеп ауыстырған тиімді. Үшке толған балада жеке басына маңызды балалық дербестік пайда бола бастайды.

Бала үштен асқан кезде үйдегі немесе балабақшадағы тәрбие әсерінен сан-салалы танымдарды игеруге, күрделі құбылыстарды ұғынуға талпынып үлкендерге сұрақтарды көп қоя бастайды.

Бұл кезде мидың жарты шарларының қабы баланың бүкіл мінез-құлықтары мен іс-әрекеттерін басқара отырып, нерв талшықтары мен жұлын-жүйкелерінің жұмыс істеу қабілетін күшейте береді. Әрдайым қозғалыс үстінде жетіле дамыған балалардың денесі мен салмағы да бір қалыпты өсіп отырады [120].

Төрт жастағы баланың орташа көрсеткіштері төмендегідей болып келеді: салмағы 16-17 кг, бойы 100-102 см, ол жыл бойына мөлшермен 1,3 кг салмақ қосып, бойы 5-7 см өседі, көкірек аумағы мөлшермен 53 см болады.

Осы жастағы балалар шамамен күніне екі шақырымға жуық жер жүреді. Балалар 4 жасынан бастап еркін қозғалып, қимылдарды еркін жасай алатын жағдайға жетеді. Осыдан кейін олардың жүріс-тұрыстарындағы дәлдік қабілеттер дами береді. Төрт жасар балалардың салыстырмалы ойлай алатын қабілеттері ерекшелене түседі, бала не істесе де оны саналы түрде жасауға тырысады [121].

Бес жасқа толған балаларға тән сипат ағзаның жедел өсу кезеңі болып табылады. Бір жыл аралығында баланың салмағы 1,5-2 кг артады, бойы 6-7 см. өседі. Бес жастағы баланың салмағы мөлшермен 19 кг, бойы - 110 см, көкірек аумағы 54-55 см-ге жетеді. Миы жедел толысып, мидың үлкен жарты шар қабығының қызметі жетіледі, астыңғы ми қыртысы орталығының мінез-құлыққа қатысты ықпалы айтарлықтай болады.

Баланың негізгі қимылдарының жетілуінде сапалы өзгерістер пайда болып, қимыл-қозғалысты дәл орындауы артады. Өз әрекетін жоспарлау, белгілі бір ойынды нақты түрде көрсетіп, іске асыра білуі жетіле түседі. Мұның жай талпынудан, ниет білдіруден өзгешелігі сол, бала өз мақсатын ұғынумен қатар оған жетудің тәсілдерін де түсіне бастайды, балаларда сюжетті ойындарды өздері ойлап тауып, орындаушыларды өзара келісіп бөлісе алады [122].

Осы жастағы балалардың таным қаблеті қалыптасып, бақылампаздығы, ойын ережесіне бағына білуі жетіледі, мінез-құлықтары орныға бастайды. Негізгі қимылы жетіле түседі. Бес жастағы балалардың қимылы шапшаң, өз үйлесімін тауып, жинақталған болып келеді. Бес жастағылар тобы үшін дене шынықтыру сабағында кіші топтарда қалыптасқан қимыл дағдылары мен іскерліктерін бекіту одан әрі жүргізіледі, негізгі қимылдардың дағдысын игеру басталады [123].

Педагог Усова А.П. - «прогрестік педагогика балалардың жеке басының дамуы, қалыптасуы үшін қажетті алғашқы еңбек күшіне қашан да көңіл бөліп келеді. Ойын, еңбек, оқу арқылы біз балаларға белгілі бір тұрғыда ықпал жасай аламыз. Бірақ біз іс-әрекеттер ойын, еңбек, оқыту өзара ұштасқан жағдайда ғана баланың жеке басын дамытуда толық нәтижеге жете аламыз» деп өзінің ойын білдіреді [124].

Дене шынықтыру арқылы тәрбиелеу барлық тәрбие жүйесінің бөлінбес бір саласы болып табылады. Дене тәрбиесі болмаса баланың жан-жақты дамуы мүмкін емес.

Гигиеналық күтім және өлшемді тамақтану, қозғалысқа керек биологиялық қажеттіліктерді қанағаттандыру, отыру, тұру, жүру, жүгіру, секіру сияқты алғашқы қозғалыс жасау мүмкіндіктерін қалыптастыру тағы да басқа қажеттіліктерді дене тәрбиесінің арқасында жүзеге асыруға болады [125]. Өзінің мәні тұрғысынан қимыл-қозғалыс қызметіне сүйеніп баланың бұл кезде көру, есту сияқты сезімдері ақылынан бұрын жетіліп, дамыған. Бұл кезде баланың еліктеуі, көргенін қайталауға тырысуы басым болады. Сондықтанда бұл кезеңді еліктеу кезеңі дейді. Ойын сәтінде бала көрген нәрсесінің бәріне еліктейді. Ата-анасына еліктеп, солардың істегенін қайталап, қоршаған ортаны, жануарлар мен өсімдіктер әлемін бейнелеуге ұмтылады. Бала не істесе де одан еліктеудің, басқаны қайталаудың ізін көреміз. Еліктеу-бұл кезеңнің өзіне тән ажырамас сипаты. Осы кезеңдегі бала сезімтал, әсерленгіш, ашуланшақ сәл нәрсеге ренжіп, өз эмоциясын тез көрсетеді [126].

Мектеп жасына дейінгі баланың мінез-құлық ерекшелігінің тұрақсыз болуы оны ерекшелендіреді. Бұл жастағылардың дамуында байқауы, сезімталдығы түсінуінен, интелектілік дамуынан басымырақ болатындығын көреміз. Бала тез әсерленеді, ол өзінің ойынын басқалармен, немесе бір топ баламен бөліскісі келмейді. Тек жеке басын, өзін көрсетуге ғана құштар болады. Осындай мінез-құлықты ескере отырып, халық ойындарын да танымдық негізде таңдап балаларға үйреткен дұрыс нәтежиесін береді [127].

Дене жаттығулары - дене тәрбиесінің негізі болып табылады. Дене жаттығулары баланың жас ерекшелігіне сай өзгеріп күрделене түседі. Жас шамасына қарай күрделене түскен жаттығулар өз құрамына күнделікті тұрмыстан, адам еңбектерінен, әскери қимыл қозғалыстардан сонымен қатар спорт түрлерінде кездесетін қозғалыс түрлерінен алынатын жаттығуларды енгізеді. Жаттығу кезінде баланың барлық тірек-қимыл мүшелері жұмыс жасап, барлық мүшелерінің іс-қимылдары дамып, жүрек, тыныс алу және жүйке жүйелерінің қызметі арта түседі [128].

Бес жастағы балалар үшін ұлттық ойындар ішінен көбінесе көп қозғалысты мақсат ететін ойын түрлерін пайдаланған тиімді. Себебі 5 жастағылардың еліктеу қабілеті қатты дамығандықтан, оларға ойын барысында өз қиялын, елесін іске асыру еркіндігін беру қажет.

Мектеп жасына дейінгі балаларды қимыл-қозғалысқа үйрету барысында әр-түрлі әдістемелер қолданылады оған топтағы барлық балалармен жалпылама жұмыс, екінші шағын бірнеше баламен жұмыс, үшінші белсенді қимылдайтын балалармен жеке жұмыс, төртінші жәй қозғалатын балалармен жұмыс, бесінші жеке баламен, алтыншы топпен жұмыс сияқты түрлерін қолдауға болады.

Жалпылама жұмыс жасау барысында бір тапсырманы барлық бала бір уақытта орындайды. Ондай дене шынықтыру жаттығуларына жүру, жүгіру немесе аяқ-қолға арналған жаттығу элементтері жатады.

Дене жаттығуларын мақсаттарына қарай бірнеше топқа бөлеміз. Жалпы дене дамыту жаттығулары, арнайы дене мүшелерін шынықтыратын жаттығулар. Балабақша үшін жалпы дамыту жаттығуларын барлық топпен бір мезгілде орындатқан тиімді осы кезде қимыл-қозғалысты үйренуге барлық бала бірдей қатынасып, бірінен-бірі қалғысы келмей ат салысады. Келесі бірнеше баламен жұмыс арнайы жаттығу элементтерін меңгеру барысында әр баланы қозғалыс-қимылға үйретіп қадағалау негізінде белгілі бір жетістікке жету мүмкіндігі туады [129].

Балаларды қимылға үйретудің негізгі әдісі көрсету, түсіндіру және жаттығуларды балалармен бірге орындау болып табылады. Бұл әдістің қолдану барысы әр-түрлі. Мысалы: 5 жас мөлшеріндегі балаларға қимыл-қозғалыс жаттығуларының кейбір элементтерін көрсету немесе түсіндірумен шектелсе де болады. Дене шынықтыру барысындағы қимыл-қозғалыс элементтерін орындаудың негізгі шарты оларды бірнеше рет қайталау және бірте-бірте жетілдіру болып табылады.

Баланың қозғалысының дамуы тірек-қимыл және нерв жүйелерінің дамып жетілуіне байланысты. Жүру, жүгіру, секіру, шапқылау тағы сол сияқты күрделі қимылдар және олардың дұрыс бағытталуы 3-5 жаста қалыптасады. Бірақ, мектепке дейінгі жастағы балалардың өз қозғалыстарын дұрыс бағыттау механизмдері еркін жетіле қоймайды. Тек тұрақты жаттығу арқылы мектепке дейінгі балаларда бағытты қозғалыс дамиды [130].

3-5 жас аралығындағы балалардың қимыл-қозғалысын дамытуға арнайы жағдай жасау, қимыл-қозғалыс ойындарын басқа да дене шынықтыру жаттығуларын күнделікті тұрақты өткізу баланың қалыптасуында маңызды рөл атқарады. Себебі бұл кездегі қимыл-қозғалыстың негізгі түрі баланың өз бетімен қимылдап, қозғалыс жасауы болып табылады. Бала жүруді, жүгіруді, секіруді қажетсініп тұрады. Ал қимылдау оған қозғалыс әрекетімен бірге эмоциялық даму әкеледі. Айналасындағыны бағдарлау өрісін кеңейтетін баланың белсенді қимылдары оның психикалық қызметінің мысалы, түйсігінің, қабылдауының, есінің, көрнекілік-қимылдық ойлауының өсуіне көмектеседі. Балаға тұрақты жүгіруді әдетке айналдырғанда, оның жүрісі ширап, қолдарының белсенді қимылдауына алғы шарттар жасалады [131].

Үш жастағы балаларда шартты тітіргендіргіштерге бағдарлау реакциясы белсенді жүреді. Бұл кезде шартты рефлекстің тұрақтылығы бұзылып, бала шыдамсыздық танытады [132].

Үш жасқа толған балалардың қимыл-қозғалыс әрекеттері бір типті болмау керек. Бала денесінің қимыл-қозғалыс белсенділігін реттеу, балалардың тек жүріп қана қоймай, басқа да қимылдарды орындауға ұмтылуы олардың денесінің дамуының маңызды шарты. Бұл жастағы балаларға дене шынықтыру қимыл-қозғалыс ойындары арқылы іске асырылады. Қимыл-қозғалыс ойындары кезінде балалар басынан кешіретін таң қалу, қуану эмоциялары қимыл-қозғалысты жақсы игеруге көмектеседі. Бұл жастағы балаларға қимыл-қозғалысты бекіту үшін бірнеше ұлттық ойындарды ұсынуға болады. Мысалы: «Аларман» ойыны Ойынға топтағы барлық бала қатысады. Ойнаушылар бірінің белінен бірі ұстап тізбек құрып тұрады. Бір ойыншы аларман (қасқыр) болып, тізбектің басындағы ойыншымен қарама-қарсы тұрады. «Аларман» тізбектің біресе оң жағына, біресе сол жағына шығып, ең соңғы ойыншы (қойды) ұстауға тырысады. Ал тізбектің басындағы ойыншы аларманның бағытымен бірге қозғалып тұрады. Аларман соңғы ойыншыны ұстаған жағдайда өзі тізбектің басына тұрады да, ұсталған ойыншы аларман болады. Ойын осылайша жалғаса береді [133].

Бұл ойын барысында балалар тұрады, еңкейеді, қашады, қолмен ұстайды т.б., бірақ олардың еркін қимылының даму дәрежесі әлі төмен екендігі байқалады. Балалардың қозғалу талабын қанағаттандыра отырып, олардың іс-әрекетіне қимыл-қозғалыс жаттығуларын енгізуде тұрақты дағдыға айналдырумен қатар дене шынықтырудың элементтерін күннен-күнге күрделендіре береміз.

Үш жастағы балалар алғашқы екі жасқа тән болып келетін дене бітімі дамуының шапшаң қарқыны үшінші жасқа аяқ басқанда баяулайды. Бір жыл ішінде бала орта есеппен 2 кг салмақ қосып, бойы 7-8 см өседі. Бұл жастағы баланың бой шамасы 93-94 см болып келсе, салмағы 14,2-14,6 кг арасында болады. Дене пропорциялары да өзгеріп, бойы негізінен аяқтардың ұзындығы есебінен өседі. Сүйектері қатайып, бүкіл органдардың қызмет атқаруы жетіле бастайды, бұның өзі баланы дене қуаты жағынан неғұрлым төзімді етеді. Орталық нерв жүйесінің қызметі жетіле түседі, бұл жұмысқа қабілеттіліктің өсуінен байқалады. Балалар іс-әрекеттің бір түрімен 10-20-минутқа дейін шұғылдана алады. Бұл кезең бала бойындағы қимыл-қозғалыс сапасының белсенді түрде жетіле бастайтын кезеңі. Қол мен саусақтардың қимылы мейлінше үйлесімді бола түседі. Жүрістері жетіледі. Үш жастағы бала өз қимылын сыртқы жағдайлармен байланыстырады, олардың өмірінде жүгіру, өрмелеу, лақтыру сияқты қимыл-қозғалыс түрлері де жетіледі. Үш жасқа толған балада шартсыз тежеулер жиілейді. Бұрын көрмеген, білмеген орта, немесе кез-келген жаңа әсер баланың қарсы іс-әрекет реакциясын қоздырып, оның белсенділігі шектеледі. Қатты айқай, ұзақ уақытқа созылған бір қалыпты әрекет шектен тыс тежелуді тудырады, өйткені бұл тітіргендіргіштер ағзаның функциональдық мүмкіндік шамасынан артық. Ойынға беріліп ойнап отырған бала тамақ ішуге не серуенге шақырғанға жауап бермейді. Үш жастағы бала қоршаған ортаның барлық жағдайына көңіл аударады. Үш жастағы бала алғашқы стереотипті бекітуі үшін қайталау жаттығуын 13 рет, ал 4 жастағы балалар үшін жаттығуды 6-рет қайталаудың өзі жеткілікті болып келеді [134].

Үш жастағы балалар көп қозғалады, тыныш бір орнында ұзақ отыра алмайды. Бірақ бір қалыпты қозғалыстан тез шаршайды. Кейбір қимылдар балаға зиянды, оларға биіктен секіруді ұсынуға, бір қимылды ұзақ қайталауын талап етуге болмайды. Бұл жастағы балалар үшін де қимыл-қозғалысты дамытудың тиімді құралы ойын әрекеті болып табылады. Ойын кезінде балалар әр-алуан қимылдар жасайды.

Біздің бұл зертеуіміздегі негізгі мақсат 3-5 жастағы балаларға ұлттық ойын арқылы денесін шынықтыратын жалпы спорттық жаттығулардың көмегінің бала денсаулығы мен зейін-ынтасының дамуына тигізер көмегін көрсету болып табылады. Дене шынықтыруды ұлттық ойындар көмегімен бала өміріне енгізудің мынадай прогрессивті жақтары бар. Оларға: үлкендердің көмегінсіз іс-әрекеттерді орындауға белсенді бағыт алуларына, балалар арасында жасалатын жаңа қатынас жалғыз ойнаудан, топ болып бірлесіп ойнау әрекетінен өту қалыптасады, жүректілік, ұстамдылық, шыдамдылық секілді қасиеттер қалыптасады.

Мектепке дейінгі балалардың дене тәрбиесінің негізгі міндеттері олардың денсаулығын сақтау, нығайту, дене бітімін дұрыс дамыту, ағзаны шынықтыру, қимыл-қозғалыс дағдыларын қалыптастыру.

Қимыл-қозғалыс өсіп келе жатқан ағзаның жетілуіне елеулі әсер етеді. Әр түрлі белсенді қимыл-іс әрекеті сүйек бұлшық ет құрылымының дамуына балалар ағзасының қызметінің жетілуіне септігін тигізеді, сыртқы ортаның түрлі жағдайына бейімделуіне көмектеседі. Дене шынықтырудың өмірге қажетті негізгі түрлеріне қоса балалар бұлшық еттің белгілі бір топтарын қолдың, аяқтың, кеуденің нығаюына бағытталған спорттық жаттығулар арқылы орындайды.

Мектеп жасына дейінгі баланың денесін шынықтыруды педагогикалық ықпалмен мақсатты жүргізгенде нақты нәтижеге жетіп, бала денсаулығы нығайып, жалпы шыдамдылығы, жұмыс жасау қабілеті артып, жеке тұлға болып қалыптасып, жан-жақты дамуына әсерін тигізеді [135].

Сонымен келтірілген деректерді қорытындылай отырып, мектеп жасына дейінгі балалардың жас ерекшеліктеріне қарай дене шынықтыруды қимыл-қозғалыс жаттығуларымен қоса ұлттық халық ойындарымен ұштастыру арқылы тұрақты дағдыға айналдырсақ, баланың тән саулығын бүгіннен сақтап, болашақ әрбір азаматтың бойындағы дене қозғалыстарының сапалық қасиеттерімен рухани күшін үйлестіріп еңбек ету қабілетін арттыруға және белсенді өмірін ұзартуға негіз болады. Баланың денесін шынықтыру жұмысын жүйелі түрде жүргізу қажет олай болмаған жағдайда ағзаны шынықтыру барысында қалыптасқан бейімделу реакциялары жойылады.

Қазіргі педагогиканың негізгі мақсаты тек қана дене кемелдігінің немесе ой-сананың жетілуінде емес, керісінше осы қасиеттердің іштей ұштасуында екендігіне көп көңіл бөлінуде. Осы тұрғыдан қарағанда, дене қимылы тек қана дене қимылы үшін ұйымдастырылмай, бала денесінің кемелдене түсуі ой-сананың кемелденуімен ұштасуы шарт. Бұл жерде мақсатты қимыл-әрекетті ой-санамен ұштастыруы, яғни ой-сана мен қимыл бірлігін біріктіргенде бала өмірінің, денсаулығының жақсы дамуының алғы шарты қалыптасатындығын көреміз. Сондықтанда бала ағзасын дамыту үшін денесін шынықтыруды жүйелі түрде өткізу қажет. Шынығу сапалығын ұйымдастыру, қимыл-қозғалыс дағдысы, оны жасай білу баланың интелектуалды және психикалық дамуымен, тұлғаның ер-мінезін тәрбиелеумен тығыз байланысты.

Баланың денесін шынықтыру барысындағы негізгі мақсат: бала денсаулығын қорғап оны нығайтып, ағзаны шынықтыру, дененің дамуының толық мәнді нәтижесіне жету, дене құрылымының келісті өсуі, ағзаның жасына сәйкес дамуы, организімнің қорғаныс қабілетінің артуы, ақыл-ой және еңбек жұмысының жақсаруы, тұлғаның мінез-құлық, ерік-жігерін, белсенділігін, дербестілігін тәрбиелеу болып табылады.

Дене тәрбиесінің келесі мақсаты ойын іс-әрекетінің кең ортасын қалыптастыру, дененің қозғалыс сапалығын дамыту оның ептілік, атап айтқанда координациялық қабілетін, жалпы төзімділік, жылдамдық-күштілік сапасы және тепе-теңдік сақтай білуді үйрену, дұрыс мүсіннің қалыптасып, майтабан болудан алдын-ала сақтандыру.

Ұлттық ойын мен дене шынықтырудың бірлестігін дамытып, белсенді қимыл-қозғалыс әрекетіне қызығушылықты тудырып, құндылығын түсіндіріп, тәрбиелеу.

Дене шынықтыру сабағы кезінде ұлттық ойынды ойнау балаға қуаныш, жақсы көңіл-күй, өздеріне пайдасы бар керектік екенін сезінгенде ғана мақсатына жетеді. Мектеп жасына дейінгі балалардың дене тәрбиесін өткізу тәсілі дене шынықтыру жаттығулары, ұлттық қимыл-қозғалыс ойындары болып есептеледі. Дене шынықтыру мен спорт баланың рухани және имандылық тұрғысынан дамытуына да үлкен әсер етеді. Әр халықтың ғасырлар бойы жинақтаған дене шынықтыру жүйесінде ұлттық халық ойындары пайдалылығы жағынын ерекше орын алады.

**1.3 Ұлттық ойындардың бала тәрбиесіндегі орны мен маңызы**

Егемен Қазақстанды Әлемнің бәсекеге қаблетті 50 елдің қатарына енгізу алдағы стратегиялық маңызды мақсат болып табылады. Осы маңызды тапсырманы іске асыруда өскелең ұрпақтың алатын орны зор, себебі қандай да болмасын алға қойылған жоспарды іске асыру үшін білімді және денсаулығы мықты ұрпақ қажет. Осы болашақты қазірден бастап яғни мектеп жасына дейінгі кезеңде тәрбиелеу қабылданған стратегиялық жоспарың маңызды бір бөлімі болып саналады. Қандай ұлт болса да өз жолын, болашағын айқындап, айналасына баға береді, бір-біріне еліктейді, бір-бірінен үйренеді.

Қоғам өмірінің өзгеруі, демократиялық өзгерістерге бұрылуы мектеп жасына дейінгі балаларға тәрбие беру үрдісін халықтың өткен тарихымен, рухани-мәдени мұраларымен, өмірлік бай тәжірибесімен тығыз байланыста ұйымдастырып, ұштастыра жүргізуді талап етеді [136].

Ойын, адамның балалық шағынан бастап бүкіл саналы ғұмырының барлық кезеңінде бірге болып еретін ерекше құбылыс. Сондықтанда ұлттық ойын мәселесін тек қана педагогтар мен психологтардың емес, әлеуметтанушылар мен этнографтар, өнертанушылар ғылыми обьект ретінде жан-жақты қарастыруда. Ұлттық ойындар ғылымның қай саласында зерттелсе де көптеген ғалымдардың ойы бір жерден шықты, ол ойынды адам мәдениетінің бір бөлшегі ретінде алып қарауы болып табылады [137].

Қазақстан Республикасының тәуелсіздік алып, дербес мемлекеттікке қол жеткізуіне орай баланы ата мұра дәстүрінде тәрбиелеуге халықтың ынта-ықыласы арта түсті. Бұл ұрпақтар жалғастығының, дәстүр сабақтастығының нығая түсуіне септігін тигізеді.

Күрделі қоғамдық феномен ретінде дене тәрбиесі мен спорт қоғамда адамдардың өмір тіршілігінде, тұрмыс салтының құрамдас бөлігіне айналады.

Ұлттың өмірі дене тәрбиесі мен спорт саласындағы ұлттық тәрбиені анықтай береді [138].

Ұлттық тәрбие қоғамның және жеке ұлттың өмірлері мен өзара қарым-қатынастарының тәрбиесімен тығыз байланыста болуы керек.

Ұлттық тәрбиенің табиғаты әрі күрделі, әрі қарама-қайшылыққа толы адамдардың «туыстық сезімге» барынша жақын екендігі қашаннан белгілі. Мұның өзі ұлттыққа байыппен келуді, оны әрбір халықтың, әрбір ұлттың нақты жағдайларына сәйкес қарастыруды талап етеді.

Дене тәрбиесі мен спорттағы ұлттық тәрбие өзара байланысты үрдістердің тұтас бір жүйесін ұсынады, оның басты мақсаты жалпы адамдық, әлеуметтік жағдайды жақсарту болып табылады. Күллі адаматаулының дүниені бейнелеу заңдары ұқсас, әрбір жекелеген жағдайда ұлттық тәрбие жалпы адамзаттық қана емес, ұлттық өзгеше тәрбиені де іске асырушы ретінде көрініс береді [139].

Дәстүрлі дене шынықтыру мен ойындар ел арасында кең жайылғандығымен, қоғамдық өмірдің барлық саласын қамти алатындығымен ерекшеленеді.

2002 жылы Қазақстан Республикасы Білім және ғылым министрлігі Қазақстан Республикасы Денсаулық сақтау жөніндегі агенттігі Ы. Алтынсарин атындағы Қазақ білім академиясы Салауатты өмір салтын қалыптастыру проблемеларының Ұлттық орталығының «Салауаттану-денсаулықты сақтау» бағдарламасы бойынша салауатты өмір салтын қалыптастыру тұжырымдамасы жарыққа шықты. Онда, «мектепке дейінгі кезең» деген арнайы бөлім қарастырылып былай деп анықтама берілген, - «Мектепке дейінгі кезең - бала организімінің өте қарқынды дамитын маңызды кезеңі. Осы кезеңде организмнің бүкіл жүйелер мен мүшелері, дене және жүйкелік-психикалық дамуы қалыптасып, жетіле түседі. Қазіргі балалар арасындағы жүргізілген дәрігерлік бақылаулар көрсеткендей балалардың жүрек-тамыр, ішкі секреция, жүйке, тыныс алу, иммундық жүйелер т.басқа ауырулардың балалар арасында әсіресе жас балалар арасында көптеп таралуы дәрігерлерді, ата-аналарды алаңдатуда.

Балалар организімінің қорғаныш күші, ауруға қарсылық көрсете алуы жетімсіз екендігі байқалуда. Сондықтан мектепке дейінгі жастағы балалар әртүрлі ауруларға жиі ұшырауы байқалады.

Мектепке дейінгі балаларда салауатты өмір салтын қалыптастыру бағдарламасының мақсаты, денсаулық туралы ұғымды жүйелі және бірізді қалыптастыру, гигиеналық дағдылары мен салауатты өмір салтының уәждеріне ерте кезден бейімдеу болып табылады.

Міндетті-денсаулық қорғау жөніндегі алдын алу шараларының кешенін сақтап қалуды, нәресте жастағы балалардың денесі мен жүйке-психикалық үйлесімділігін дамыту және денсаулығының нығаюын дене шынықтыру сабақтары арқылы қамтамасыз ету.

Денсаулықты қорғау мәселелерінде мектепке дейінгі жастағы балалардың әлеуметтік белсенділігі ойын, әр түрлі сауықтыру әдістері, күн тәртібін бұзбау, тиімді тамақтану, таза ауада жиі болу арқылы салауатты өмір салтын қалыптастырудың ақпарат-ойындық үлгілері арқылы жасалады.

Мектепке дейінгі жастағы балалардың салауатты өмір салтын қалыптастыру олардың психологиялық, дене қимыл-әрекеті мүмкіндіктері мен жасы ескеріліп өткізіледі, сөйтіп балада мінез-құлығының белгілі гигиеналық тұрақтылығы қалыптасады, гигиеналық ұғымдарды жете түсіну, дағдылар, салауатты өмір салтының уәждамалары, жеке бас гигиенасы, күн тәртібі, өзіне-өзі қызмет ету, денсаулық сақтау және нығайту, мәдени гигиеналық мінез-құлық қалыптасады. Бұл үшін жас ерекшеліктеріне байланысты алуан түрлі ойыншықтар, қуыршақтар, ойындар кеңінен пайдаланылады» [140].

Қандай да болмасын ойын түрінде тәлімдік, тәрбиелік өнеге бар. Ойындар ұлт мәдениетінің алуан түрлерімен тоғысып, араласып жатады. Не бір дарынды азаматтар да осы топтардың арасында жүріп жетіліп, жұртқа ісімен танылады. Бұл-ұзақ тарихи дәуірлерді сабыла басып өткен қазақ халқының игі дәстүрі, ұлтқа тән асыл мұрасы [141].

Ұлт ойындары жөнінде, тіпті жалпы ойын туралы, оның әлеуметтік-психологиялық тұрғыдан қажеттілігін түсіндіруде ғалымдардың көзқарастары әр-түрлі қалыптасты. Мысалы: Орта ғасырларда, діни көзқарастар үстемдік алып тұрған кездерде, тек ойын ғана емес, жалпы ойын-сауық атаулыға қарсы насихат жүрді [142].

Ойынға қарсы дін иелерінің күрескені соншалық, бүкіл әлемдік деңгейде пікір айтылып, ойын атаулыны әлеуметтік-педагогикалық іс-әрекеттің негізі деп пікір айтуға тиым салынды.

Осындай субьективті факторларға байланысты ұлт ойындары Европа халықтарының арасында әлсіз өрістеді. Ал керісінше, Шығыс мемлекеттерінде, Орта Азия, Қазақстан секілді елдерде жағдай басқаша бағыт алды. Себебі көшпенділер өркениетінде ұлт ойындарының әлеуметтік әсері күшті болды. Ол тек көңіл көтеру құралы емес өмір сүру, дүниені танып, білу, ақыл-ойдың, дене мүшелерінің дамуына, еңбекке баулу секілді адамның өмір сүру қажеттілігін қалыптастыратын әрекет ретіндегі орны зор болды [143].

Қазақ Кеңес Энциклопедиясында ұлттық ойындарға былай деп анықтама берілген: «Ұлттық ойындар, қазақтың ұлт ойындары-ежелгі заманнан қалыптасқан дәстүрлі ойын-сауық түрлері. Бүгінгі бізге жеткен ұлт ойындарының тарихы Қазақстан жерінде қалыптасқан алғашқы қауымдық құрылыстан басталады. Тоғыз құмалақ, қуыршақ, асық ойындары Азия елдерінде тайпалық одақтар арасында тараған. Ұлттық ойындар негізінде халық әр-түрлі жаттығулар жасау арқылы дене шынықтыру негізін қалады. Мұның әлеуметтік, тәрбиелік мәні де болды. Ұлттық ойындар кейіннен спорттық ойындарға айналды» [144].

Соңғы жылдары көптеген ғалымдар ұлттық ойындарды қоғамның нақты бір даму кезеңінде қалыптасқан адам іс-қарекетінің ерекше бір түрі деп түсіндіреді.

ХХ-ғасырдың басында зерттеушілер арасында адамның дамуына бірінші болып әсер еткен еңбек пе әлде ойын ба деген сұрақ төңірегінде үлкен пікірталастар туындады. Ойын еңбектен бұрын пайда болған деген көзқарастар айтылады. Бұл пікірге алғаш рет қарсы шыққан неміс психологы философ В. Вунд болды. Оның тұжырымдамасы бойынша «Ойын-ол еңбектің баласы» дегенге сайды. Әрі қарай бұл көзқарасты орыс фәлсафашысы Г.В. Плеханов дамытты. Ол адам қоғамындағы өнердің шығу тегін, пайда болу мәселесімен айналысып, нәтижесінде мынадай қорытындыға келді: «ойын көп ғасырлық тарихы бар, алғашқы қауымдық қоғам кезінде әр-түрлі өнер түрлерімен бірге тұтасып өрістеп, солармен бірге дүниеге келді» [145].

Осылайша Г.В. Плеханов өнер мен ойынның генетикалық біртұтастығын атап өтті. Оның ойынша қоғамдық дамуда еңбек ойыннан бұрын пайда болып, оның мазмұнын анықтады. Еңбекке адамды өмір сүру әдісіндегі қажеттілік, тамақ ішу, киіну, үйін қорғау итермеледі. Еңбек, аңшылық, көрші тайпалармен соғыс бұның барлығы қуаныш, қанағат, күйініш сезімдерімен ұласты. Ал сол сәттегі эмоцияны алғашқы қауымдық адамға қайта сезінуге күш арқылы, ептілік пен жылдамдық әсері негізінде дәстүрлі ұлттық ойындар мен билер, әндер көмекке келді. Осылайша қоғам тарихында еңбек ойыннан бұрынырақ пайда болып, алғаш егіншілікке қатысты еңбек, одан аңшылық соғыс, соның бәрінің бейнесі бейнелеу өнерінде, ән, билер мен ұлттық ойындарда көрініс алды.

Г.В. Плехановтың ойы бойынша жеке адам өмірінде ойын еңбектен жоғары тұрды. Бұның мәні ойынның әлеуметтік қызметінде ол рудан-руға, тайпадан-тайпаға ауысып отыратын құрал ретінде, балаларды еңбекке дайындаудың басты жолы сипатында алынады. Ұлттық ойын өзінің мазмұны тұрғысынан да әлеуметті, себебі бала ойын бейнесіне өзін қоршаған ортада көрген нәрсесін, оның ішінде ересектер еңбегін де бейнелейді. Сонымен қатар адам қоғамында ерлер мен әйелдер арасындағы еңбек бөлінісіне қатысты міндеткерлік көне дәуірден бастап бөлінді, оның әсері қыз бала мен ер бала ойындарындағы өздерінің жыныстық бөлінісіне қарай еліктеп ойнау қозғалысын дүниеге алып келді.

Неміс психологы К. Гростың: «ұлдар мен қыз балалар ойындарының өзгешелігі олардың жыныстық инстинк ерекшелігімен айқындалады» деген пікіріне қарсы шыққан Плеханов әлеуметтік себептерді алға тартты, оның ішінде нақтырақ айтқанда қоғамдық бөліністегі жынысына қарай үлкен адамдар арасындағы еңбек бөлінісі басты фактор ретінде көрсетіледі.

Г.В. Плехановтың ойларын әрі қарай жалғастырған психолог және педагог ғалымдардың мән берген мәселесі ұлттық ойын іс-әрекет ретінде бала өмірінде әрдайым қатысып, кейін еңбек қызметіне шын мәнінде ұласып отырды ма, деген сұрақ еді.

Д.Б. Эльконин өзінің этнографиялық зерттеулерінің негізінде ролдік немесе бейнелеу сипатындағы ойындардың тарихпен біртұтас дүниеге келген деген гипотезасын алға тартты. Оның пікірінше адам қоғамының бастапқы сатысында балалар ойыны болған жоқ. Сол дәуірдегі еңбектің қарапайым дөрекі және оған қатысты еңбек құралдарының қажеттілігінің жетіспеуі, яғни тайпа адамдарының барлығының қолында еңбек құралдарының болмауы, балалардың қол күшін үлкендер еңбегіне тартуға (табиғаттың дайын өнімдерін жинау, балық аулау тағы да басқа жұмыстар жасауға) алып келді. Кейін келе еңбек құралының күрделенуі, аншылыққа өту, мал шаруашылығы, егіншілік қоғамдағы бала жағдайын өзгеріске ұшыратты. Бала бұрыңғыдай үлкендер еңбегіне тікелей араласа алмады, себебі ендігі жұмыс білімді, күшті, ептілікті талап етті.

Үлкен адамдар балалардың еңбек әрекеті үшін жаттығу ойыншықтары: садақ, жебе, қалқан, арқан жасай бастады. Осылайша жаттығу ойындары туып, оның барысында бала еңбек құрал жабдықтарын ұстап, оны пайдаланып ойыншық кішкене садақпен нысананы көздеп, кіші кетпенмен жер шауып үйренеді.

Әр-түрлі қолөнердің дамуы, еңбек құралының күрделенуі нәтижесінде жаттығу ойыншықтары олардың көрінісі болудан қалды. Олар еңбек құралдарын қолдануы тұрғыдан емес (ойыншық қару-жарақтар т.б.) сыртқы бейнесімен еске салды. Басқаша айтқанда ойыншықтар еңбек құралдарының бейнесі болды. Бұндай ойыншықтармен еңбек қызметін атқаруға болмайды, бірақ оны бейнелеп ойнауға болады. Осы жерден ролдік-сюжеттік бейнелеу ойындары дүниеге келді. Кішкентай бала үлкен адамның өміріне белсене қатысқысы келеді, ал ролдік-бейнелеу ойыны оның сол қажетін қанағаттандырды.

Шынайы өмірде үлкендер өміріне балалардың белсенді қатысуға мүмкіндігі жоқ болғандықтан, бала өз қиялымен, іс-әрекетімен үлкендерге еліктеп бейнелеу ойынын ойнады. Ролдік-бейнелеу ойыны ішкі, табиғи инстинктің нәтижесінде емес, баланың қоғамдағы нақты әлеуметтік шартты қажеттілігінен туындаған үрдіс. Үлкендер өз тарапынан арнайы жасалған ойыншықтар көмегімен бала ойынын дамытып, ойын ережесі мен тәртібін нақтылап, ойынды атадан балаға мұра етіп жеткізіп, ең соңында ұлттық ойынның өзін қоғам мәдениетінің бір бөлшегіне айналдырады.

Адамзаттың әлеуметтік-тарихи дамуында ұлттық ойындар баланың қалыптасуына көмектесетін бірден-бір құрал ретінде қарастырылды. Ұлттық ойын көмегімен балалар қоршаған әлеммен өзара қатынас жасап, моралдық нормалары қалыптасып, адамның көп ғасырлық даму тарихындағы практикалық және ой еңбегін өмірге енгізу әдісіне көмекші болды.

Осылайша қазіргі замандағы ұлттық ойын теориясына қатысты пікірлер оның тарихпен қатыстылығын, әлеуметтік табиғатын адам қоғамындағы мазмұны мен мәнін дәлелдеді.

Біз жоғарыда айтқанымыздай ұлттық ойындар әлеуметтік негізден бастау алады. Оның ішінде балалар ойнайтын ұлттық ойындар үлкендер әлемімен тығыз байланысты. Бұл жағдайды ғылыми-психологиялық тұрғыдан алғаш дәлелдеген К.Д. Ушинский болды. Ғалым еңбегінде: «баланың өзін қоршаған үлкендер әлеміне кірудің басты жолы ойындар. Балалар ойыны өзін қоршаған әлеуметтік ортаның көрінісін бейнелеп, ойыншықтар арқылы шынайы өмірді суреттейді» деді [146].

Шынайы өмірді ойын арқылы бейнелеу баланың құндылық жүйесінен жинақталған әсері нәтижесінде болады. К.Д. Ушинский былай деп жазды: «бір қыз баланың қуыршағы тамақ істеп, іс тігіп, киім жуып, үтіктейді, екіншісінің қуыршағы салтанатты түрде диванда отырып қонақ күтіп, театрға асығады, үшіншісінің қуыршағы басқаларын ұрып, жинақ қобдишаға тиын жинап, ақша санайды» [147].

Бірақ баланы қоршаған ақиқат айрықша көп, ал ойында соның бір жағы көрінеді, анықтап айтқанда: адамдар арасындағы қарым-қатынас, адам іс-әрекетінің түрі, еңбек қызметі.

Зерттеуші Р.И. Жуковскийдің талдаулары көрсеткендей мектеп жасына дейінгі ойынның даму үрдісі затпен, белгілі құралмен ойналатын ойын (бұл жерде ойын құралы материя сипатында) яғни үлкендердің қимыл-әрекетін қалпына келтіруге тырысқан, адамдар арасындағы қарым-қатынасты бейнелейтін сюжеттік бейнелеу ойындарына құштарлықтың басымдығын дәлелдеді.

Үш жастағы бала өзін қоршаған үлкендер тұтынатын заттар мен еңбек құралдарына қызығады. Сондықтанда бала ойындарында үлкендер әрекетін өз бейнесінде қайталау басым. Бұны «жартылай ойын, жартылай еңбек» деп атауға болады.

4-5 жасқа толған балалардың ойнайтын сюжеттік-бейнелік ойындарында ойыншық құралдарымен адамдар қарым-қатынасын бейнелеу басым. Осылайша ойын әлеуметтік ортадағы адамдар қарым-қатынасының үлгісі мен бала сезімінің айрықша бейнелік көрінісінің бір үзік ойы болып байқалады.

Қоғамдық дамуда жалпы ойын атаулы жүзеге асу әдісі тұрғысынан да әлеуметті.

Ойын әрекеті Н.Я. Михайленконың дәлелдеуінше баланың ойлап тапқаны емес, үлкендердің үйретуімен, қалыптасқан ойынның әрекет-тәсілімен таныстырып, ойыншықты қалай пайдалану, ойын ережесіне бағынуды күнделікті дағдыға айналдырған іс-қимыл үрдісі. Үлкендермен қатынас жасау барысында әр-түрлі ойын техникасын меңгерген бала ойынды одан әрі дамытып, оны басқа жағдайда ойнауға көшіріп (үйде, далада, бөлмеде) ойынды өз қиялының үлгісіне айналдырып өз ойының даму нәтижесін көрсетеді [148].

Қазіргі кездегі педагогикалық теорияда ойын мектеп жасына дейінгі баланың негізгі қызмет түрі ретінде қарастырылады. Ойынның негізгі дәрежесі оған баланың арнаған немесе кеткен уақыт мөлшерімен емес, баланың негізгі қажеттілік құндылығын қанағаттандыратын, яғни ойын барысында басқа іс-әрекеттер туындап, ойын көп жағдайда бала психикасының дамуына себепші болып келеді.

Енді осы жағдайды қарастырайық. Жоғарыда айтып өткеніміздей ойынан мектеп жасына дейінгі баланың негізгі қажеттілігі көрініс табады. Ең бастысы бала үлкендер өміріне белсене қатысып, өзінше тәуелсіз болуға ұмтылады. Баланың дамуына қарай қоршаған әлем мен таным туралы түсінігі кеңейіп, ішкі жан-дүниесімен шынайы өмірінде оған тиым салынған үлкендер қызметіне араласу қажеттілігі артады. Сондықтанда бала ойнағанда тәжірибесі мен бейнесінде сақталып қалған үлкендерге еліктеу ролін өзіне алады. Ойын барысында бала тәуелсіз қимылдап, өз тілек-қалауын, сезімін еркін білдіреді. Күнделікті өмірдегі балаға жасалатын ескертпелер мен үйрету мақсатында айтылатын «жүгірме, қолыңмен ұстама, құлап қалма, өтірік айтпа» деген сөзден бөлек, ойын сәтінде барлық ұнамды бейнені: «кемеде жүзіп, космосқа ұшып, басқаны үйретіп» өз қуанышын жағымды эмоциялық энергия жұмсаумен ұзартады. Осылайша бала болашақтағы үлкен өмірдегі өз күшін сынап, байқайды.

Ойын тамырында қызметтің басқа түрлері, оның ішінде еңбек туындайды. Кез-келген ойынды дене қимылы арқылы дамытып, бала кез-келген іс-әрекетке тән қозғалысты меңгеріп, мақсат қойып, жоспарлап, нәтижеге жетуге ұмтылады. Кейін осы білгенін қызметтің басқа салаларына, оның ішінде еңбекке салып үйренеді. Балаларды ойын арқылы денесін шынықтырып, еңбекке даярлау мәселесін күн тәртібіне өмірдің өзі қойып отырады. Ойын адам баласының алғашқы әрекеті және саналы әрекеті [149].

Еңбек пен ойын әркеті адам баласын саналылыққа жетелейді. Адам баласының қоғамдасқан алғашқы дәуірінде ұлт ойындары әмбебаптық рөл атқарды, оның қолданыс әрекеті кең болды. Ұлт ойындары сан-салаға бөлініп, адам баласын саналы болуға бастады. Денені жаттықтырушы, шынықтырушы, денсаулық кепілі, тек ойын арқылы жүзеге асты.

Еңбек тәрбиесі-халықтың дене шынықтыру өзегі, өйткені еңбек өмірдің бірден-бір қайнар көзі, адам өмір сүруінің шарты, жеке адамды қалыптастырудың факторы. Қазақ халқының дәстүрлі еңбек тәрбиесі этностардың өмір салтымен, олардың шаруашылық қызметімен, әлеуметтік қатынастарымен байланысты. Сондықтан да дене шынықтырудың маңызы еңбек етудің мәні-мағынасымен өзара байланысты.

Қазақ халқының дене шынықтыру дәстүрін жүйелеу жұмысы, оның әлеуметтік-мәдени және педагогикалық мән-мағыналарына жасалған талдау көрсеткендей, ойын түрлері жасөспірімдерді дене шынықтыру саласында тәрбиелеудің қажеттілігіне жауап береді.

Балалардың тұлғасы мықты, денесі шымыр, қимылы ширақ, әрі епті болуы үшін ұлттық ойындар арқылы дене шынықтыру әдістерін қалыптастырған [150].

Бала ойынын олардың еңбек күштері және психикалық нышаны аңғарылып тұратындай етіп ойнату қажет, онсыз ойынның тәрбиелік мәні болмайды. Ойын арқылы еңбекке қажетті кейбір дағдылар тәрбиеленеді.

Е.И. Тихееваның мектеп жасына дейінгі тәрбиеде ойынның еңбекпен тікелей байланысты болуын қолдайтын тәжірибесінің маңызы өте зор. Оның: «Ойын-еңбек, еңбек-ойын» деген өзіндік пікірі белгілі. Ойын мен еңбектің өзара байланысын осы тұрғыда түсінетін Е.И. Тихеева балабақшадағы педагогикалық үрдістің алға қарай дамуына өзіндік бір үлесін қосты. Бірақ, ғалым Е.И. Тихееваның әдісі бойынша оқытуды қарастырғанда оның ойын-еңбек принципі негізінде ғана баланы дамыту бір жақты сипатта қарастырылатындығын көреміз [151].

Ойынның еңбекпен бұндай байланысы жасанды болып табылады. Себебі ойын тікелей еңбекке айналмайды., сондай-ақ ойын да тікелей еңбек бола алмайды.

Мектеп жасына дейінгі балалар ойынының іске ауысуы, әсіресе тәрбие арқылы ықпал жасаған кезде айқын көрінеді. Балалардың өзіне-өзі қызмет етуі кезінде оқу емес, еңбектің мәні бар іс-әрекеттері көбірек дами түседі.

Бала еңбегін зерттеу барысында анықталғандай мектеп жасына дейінгі балалар өз еңбектеріне ойын элементтерін жиі әрі құлшына қосып отыратынын көреміз. Ойынға еңбек элементтерін енгізе отырып, балаларға тәрбиелік ықпалдың тиімділігін арттыруға, ойын көмегімен балалар тарапынан байқалған олардың еңбекке деген құлшынысын дамытуға және нығайтуға болады.

«Ойын дегеніміз жаттығу, ол арқылы бала өмірге әзірленеді» деген П.Ф. Лесгафтың дәлелдеуіне қосыла отырып, біз мектеп жасына дейінгі балаларға өткізілетін дене шынықтыру сабағын бұрыңғыдан да қызықты өткізу үшін халық ойындары негізінде спорттық жаттығу элементтеріне баланы тұрақты тартып, өмірінің дағдысына айналдырып тәрбиелеу жолын халық ойындары арқылы көрсеткіміз келеді.

Қоғамдық дамуда халық ойындарының бала өміріндегі тағы бір мәнді жағы бар. Ол ұлттық ойындардың балаға беретін патриоттық тәрбиесі болып табылады. Қазақ халқы сонау көне дәуірден бері соғыстар мен өзара күрестерге толы тарихи дәуірді басынан өткергені белгілі. Сондықтан ұлттық рухта тәрбие алмаған, тілін-ділін, дәстүрін дұрыс білмеген ұрпаққа отанын қорғау сияқты жауапты істерде сенім арту өте қауіпті. Өйткені өз ұлтының ұлттық өнерін-тілін сыйламаған адам Отанын да сыйламайды. Ұлттық ойындар бала өмірінде Қазақстандық патриотизмді қалыптастырып, отан сүйгіштікке тәрбиелейтін бірден-бір құрал [152].

Ерлік тәрбиесі дегеніміз ата-бабаларымыздың жауынгерлік дәстүрі негізінде балалардың ерік-жігерін, табандылық, батылдық қасиеттерімен бірге ұлттық сана, парыз, намысты қалыптастыра отырып, отансүйгіштікке тәрбиелеу. Бүгінгі күн тұрғысынан алып қарайтын болсақ, егемен еліміздің бейбітшілігі мен бірлігін сақтайтын жас ұрпақтың санасына жастайынан ата-бабаларымыз негізін салған ерлік рухты ендіру.

Баланы ұлттық негізде жауынгерлік дәстүр арқылы ерлікке баулуға байланысты халық батыры Б. Момышұлының «Жігітті жауынгерлік қасиеттерге тәрбиелейтін қазақтың игі дәстүрлері» атты мақаласында солдаттардың бойында жауынгерлік жолдары мен ұлттық дәстүрлерінің маңызы зор екеніне тоқтала келе, халық даналығының алтын қазынасын білім мен тәжірибеге пайдалану жолдарын көрсетеді.

Ғалым С. Иманбаеваның «Ерлік тағылымы» атты ғылыми монографиясында былай деп келтіріледі: «бала бойындағы ерлік және жауынгерлікті қалыптастыруға себін тигізетін қасиетті белгілер: ұлттық сана сезім, ұлттық мақтаныш, ұлттық салт-дәстүрлер, әдет-ғұрыптар, парыз, намыс, бірлік және міндет» [153].

Қазіргі ұрпақты ұлттық тәрбие арқылы өсіруде ғалым С. Қалиев халықтық педагогиканың мынадай негізгі қағидаларын ұсынады:

1. Келер ұрпақтың ақылды, арлы, намысқор, өміршең азамат болуын тілеу

2. баланы жастайынан еңбек сүйгіш, елгезек етіп тәрбиелеу

3. тән саулығы мен жан саулығын қатар қалыптастыру

4. адамгершілік, ар ождан, кішіпейілділік, қайырымдылық, ізгілікті арқау ету

5. гуманизм мен патриотизм халықтық тәрбиенің басты қағидаларының бірі [154].

ХVІІІ ғасырдағы қазақ халқының басынан өткен әлеуметтік-қоғамдық өзгерістерге, жауынгерлік тарихына зер салатын болсақ ерліктің көптеген үлгілеріне жолығамыз.

Абылай заманында басқарушы ер жігітке он талап қойылған екен, оларға: 1. Күресте жеңу, 2. Аударыспақта басым түсу. 3. Садақ тартқанда құралай көзіне тигізу. 4. Құрықпен, шоқпармен өнер көрсету. 5. Асау атты үйрету. 6. Бүркітпен түлкі алу. 7. Ат жарыста мәреге жету. 8. Қылыштасуда көзге түсу. 9. Найзаласуда жауын қаңбақтай ұшыру. 10. Найза атуда нысанаға дәл тигізу [155].

Абылай ханның сарбаздарына қойған талаптарының ішінде ұрпақтан-ұрпаққа жалғасқан ұлттық ойындарды басты нысана етеді. Қазақ сарбаздарының ерік-жігерін, күш-қуатын шыңдаудағы әскери жаттығуларда ұлттық ойындарға аса мән берген. Ауыз әдебиеті арқылы бізге аты жеткен ойындардың бірі «Абылайдың алты алашы» қазіргі «тоғызқұмалақ», «шахмат», сияқты ойын екені белгілі. Қазақтың ұлттық ойындарының ішінде болашақ сарбаздарды шыңдауда «Арқан тартыс», «Бәйге», «Тай жарыс», «Жатып күресу», «Құнан жарыс», «Ат омыраулату», «Жаяу тартыс» тағы да басқа қазақтың ұлттық ойындары жатады.

Қабанбай батырдың соғыс тактикасын зерттеген ғалымдардың пікірі бойынша әскери жаттығулар кезіндегі ұлттық ойындар бойынша меңгерген білік пен дағдыларын пакйдаланған. Ізденушілер З. Сәнік пен Б. Садықан Қабанбай батырдың соғыс тактикасын талдап, оның ішіндегі батырдың қолданған: «өзімен өзін соғыстыру», «жауды отпен ойрандату» тактикасында ұлттық ойын элементтерінің іздері айқын көрініс тапқан [156].

В.В. Гориневскийдің дәлелдеуінше: «Барлық халықтың өзіндік тұрмыс тіршілігін бейнелейтін өз ойыны бар» [157].

Халық ойындарын қазіргі заманға икемдеп топтап, классификациялауда ғалымдар көзқарастары бір жерден шықпай, әр ғалым өз пікірін ұсынады. Мысалы Б. Төтенаев ұлттық қимыл ойындарын қазақ халқының ұлттық өмірі шеңберінде қарастырады. Ғалым қазақ халқының ұлттық қозғалмалы ойындарын екі үлкен топқа бөлген жөн деген пікір айтады. Оның біріншісі салт-тұрмыс негізінде пайда болған ұлттық ойындар, екіншісі жастар ойындары мен қимыл-қозғалыс ойындары [158].

Диссертация жұмысының бірінші тараушасында атап өткеніміздей бірінші топтың құрамы былай бөлінеді: мерекеде ойналатын ұлттық ойындар, қазақша күрес, егіншілік шаруашылығымен байланысты ойындар. Келесі екінші топқа жас ерекшеліктеріне қарай ойналатын ойындар деп бөлген.

Ұлттық ойындар классификациясына көңіл бөлген ғалым Т.Ж. Бекбатчаев халық ойындарын спорттық жаттығулармен ұштастыра отырып он топқа бөліп, нақтылайды. Жекелей алып қарастырғанда: 1.-ойыншықтықтармен ойналатын ойындар, 2.-лақтыру, жүгіру және секіру элементтері бар ұлттық ойындар, 3.-күрес және қарсыласу элементі бар ұлттық ойындар, 4.-көзді байлап ойнайтын ұлттық ойындар, 5.-дала кеңістігінде ойналатын ұлттық ойындар, 6.-суда ойналатын ұлттық ойындар, 7.-әскери-өнерлік элементі бар ұлттық ойындар, 8.-столда ойналатын ойындар, 9.-ат-спортына қатысты ұлттық ойындар, 10.-атракциондық ойындар, автор бұл ойын топтарын адамның жас ерекшеліктеріне қарай екі топтамаға бөлген. 1-ші балалар ойнайтын ұлттық ойындар, 2-ші үлкендер ойнайтын атракциондық ойындар тобы [159].

Халық ойындарын жіктеу барысында біздің мән беріп талдаған келесі еңбегіміздің авторы Н.К. Ахметов. Зерттеу жұмысы барысында автор ойынның жалпы классификациясын жасап, бұнда ойындарды **табиғи және жасанды** ойындар деп екіге бөлген. Алғаш аталған табиғи ойындардың өзін тағы да екі топтамаға, яғни балалар және жануарлар ойыны деп ажыратып, одан әрі академиялық емес және академиялық деп даралаған.

Бұдан кейін академиялық емес ойындарды спорттық және құмарлық ойындар деп жекелеген. Академиялық ойындарды оқытушылық ойындар деп екіге бөлген. Оның алғашқысы: имитациялық деп аталып, ол бес топқа дараланған. Жекелей алғанда: ролдік ойындар, жобалау ойындары, іскерлік ойындары деп үшке бөліп, одан басқа нақты ситуациялық талдау және имитациялық жаттығулар деп екшейді. Имитациялық емес ойындарды: символдық және крассвордтар мен ребустар шешіп ойналатын ойындарды деп атайды [160].

Қазіргі заманғы педагогикалық үрдістерде қазақ ұлттық нысандарын енгізу жағдайларын қарастыра келе Ж.Т. Төлегенов өз еңбегінде ұлттық ойындарды ұтымды топтастыруға мүмкіндік беретін негіздеуді ұсынады. Ғалым Ж.Т. Төлегенов жасаған классификация бес топтан тұрады:

1. қимыл жылдамдығын, ептілікпен үйлесімділікті дамытуға бағытталған ұлттық ойындар,

2. күшті төзімділікті дамытатын ұлттық ойындар,

3. зейін мен қимыл реакциясына тәрбиелейтін ойындар,

4. лақтыру қимылын дамытатын ойындар,

5. негізгі қимылдық сапаларды дамытуға байланысты ойындар [161].

Бұл жердегі ғалымның негізгі ұстанған қағидасы жалпы дене дайындығы мен оның сапасын дамытуға белгілі бір ойындардың әсер ететіндігін зерттеп, дәлелдеу болып табылады. Аталған ғалымдардың зерттеу еңбектерінде де, ұлттық ойындарды саралау ерекшеліктері әр түрлі болғанымен барлығы да дерлік күш-қайратты сынайтын әрі дамытатын дене шынықтыруға ерекше орын берілгенін анықтадық.

Белгілі ғалымдар А. Құралбекұлы мен С. Әкімбайұлы қазақтың ұлттық ойындарының тұлғалық-салауаттық классификациясын ұсынады. Ғалымдар ұлттық ойындарды үш үлкен топқа:

1. еңбек-тұрмыс ойындары,

2. денешынықтыру спорт ойындары,

3. ойлау арқылы орындалатын ойындар.

Олардың өзін жедел және баяу қимылды ойындар деп бөлген. Жоғарыда аталған үш топқа бөлінген ұлттық ойындар бірнеше топтаманы құрайды.

Еңбек-тұрмыс ойындарының өзі ойын-сауық ойындары, тұрмыс-салт ойындары, әдет-ғұрып ойындары, жануарларға байланысты ойындар, аңшылыққа байланысты ойындар, ойын өлең араласып келетін ойындар және олардың бәріне ортақ қасиет зат орындалатын ойындар, зат қолданбайтын ойындар болып бөлінеді. Соңында бұл еңбек-тұрмыс ойындары баланы адамгершілікке, адам арасындағы қатынасқа, өнерге, оны сезініп бағалауға үйретеді, баланың өзін-өзі тануға жетелейтін ұлт ойындары деп тағыда даралаған.

Дене шынықтыру-спорт ойындарын екіге бөлген. Жедел қимылды денешынықтыру-спорт ойындары және баяу қимылды денешынықтыру-спорт ойындары.

Жедел қимылды денешынықтыру-спорт ойындары зат қолданылып ойналатын ойындар болып бөлінеді.,оны тағы да төртке бөлген: атпен ойналатын жедел қимылды ойындар, атқа байланысты емес жедел қимылды ойындар, доппен ойналатын ойындар, сүйекпен ойналатын ойындар. Бұның ішіндегі үш топ ойын түрлері: атпен ойналатын жедел қимылды ойындар, атқа байланысты емес жедел қимылды ойындар, доппен ойналатын ойындар бірігіп-дене күшін сомдап, адам ағзаларын шыңдап, дене саламаттылығын арттыруға негізделген ойындар деп жекеленген.

Ал сүйекпен ойналатын ойындардың өзін екіге бөлген. 1-ші асықпен ойналатын ойындар, 2-ші сүйекпен түнде ойналатын ойындар.

Үшінші топ басшысы ойлау арқылы орындалатын ойындарды төртке бөлген:

1. логикалық оймен математикалық сызбаларға негізделген ойындар. Оны тағы былай деп бөлген: өзі-ойша санауға, ауызша есеп, амалдар қолдануға, ойлауды дамытуға негізделген ойындар,

2. тез ойлап жедел шешімді талап ететін ойындар. Оны ішінен былай деп бөлшектеген: дағдыны, іскерлікті, тез шешім қабылауды дамытатын ойындар,

3. философиялық ой жүйені дамытуға негізделген ойындар деп атап, оны өз ішінде: ақыл-ойды шыңдауға арналған ойындар деп топтаған.,

4. абстракциялық ойлау мен тіл дамытуға негізделген ойындар деп топтаған ойындардың өзі–жануарларға байланысты абстракциялық ойды реттеп жүйелейтін ойындар деп келтірілген. Төрт ойын топтары да ақыл-ойды шыңдауға дүние танымды дамытуға арналған ойындар деп топталып, түйінделген [162].

Ұлттық ойындарды топтап, олар қимыл-әрекетіне қарай бөліп, жинақтау керек, себебі әр ойын белгілі бір қозғалысты дамытуға мақсаттанады.

Біз өз зерттеуімізде қазақтың ұлттық ойындарын дене тәрбиесі сабағындағы жүгіру, секіру, тепе-теңдік сақтау, еңбектеу, өрмелеу, қимыл-қозғалыс, лақтыру және қағып алу, жалпы даму жаттығулары бойынша жеке-жеке бөліп, балалардың ағзасын шынықтыру барысындағы сабақты қызықты әрі пайдалы өткізуді көздедік.

Бірақ кейде ойындарды топтағанда көпшілік ойындардың әр түрлі қимыл -әрекеті бір ойды айтқысы келетінін аңғардық.

Мектеп жасына дейінгі балаларға қажетті ұлттық ойындарды топтау барысында ойынның мазмұны мен орындалысы, ойын тақырыбы, оның қозғалыс қызметі мен ережесін меңгеруі қажет. Себебі осы ұлттық ойынның мазмұны оның тәрбиелік маңызын анықтап, баланың ойын қимылын қаншалықты қабылдайтынын көрсетеді. Ойын мазмұнынан қимыл-қозғалыс тапсырмасын қаншалықты ұйымдасып орындалғаны көрінеді.

Мектеп жасына дейінгі балаларға енгізілетін барлық қозғалмалы ұлттық ойындарды екі үлкен топқа бөлдік:

1-ші ережесі бар қозғалмалы ойындар.

2-ші спорттық элементтері бар қозғалыс ойындар.

Ережесі бар қозғалмалы ойындар тобына мазмұны жағынан әр түрлі, ұйымдасуы бірнеше бағыттағы, ережесінің күрделілігі және қозғалыс тапсырмасына қарай бөлінетін ойындар құрайды.

Ережесі бар қозғалмалы ұлттық ойындарды өз ішінде тағы да 3-ке бөлеміз: 1. Мазмұнды сюжеттік бейнелік, еліктеу ойындары,

2 . Ой ойындары

3. Сюжетсіз еркін ойындар

Спорттық элементтері бар қозғалыс ойындарына футбол, волейбол, күрес т.б. спорт түрлері элементтері енгізілген ойындар түрлерін жатқызамыз.

* 1. **Ұлттық ойындар классификациясы**

Қазақтың ұлттық ойындарын жүйелеу, топтау және атауларын анықтау.

Ұлттық ойындардың ел арасында кең тарауының арқасында бір ойынның әр жерде әртүрлі тәртіппен ойналуы және олардың аттарының әртүрлі болып келуі жиі кездеседі. Осы жағдайды ескере келіп ойындарды жүйелеу, топтау және атау беру мәселесі шығады. Ойындарды тәжірибелік тұрғыдан қолдану, ережесін айқындау мүмкін болмайды.

Ойындарды жүйеге енгізу арқылы оларды қолдану кезінде ойнаушыларды жынысына, жасына қарай бөлу, олардың дене-күш даму ерекшелігін, мінез-құлқын ескеру арқылы балаларды топқа бөлу, оқу-жаттығу ұзақтығын анықтау, жыл мезгіліне бөлу сияқты қажетті шараларды іске асыруға мүмкіндік туады.

Ойындарды жүйелеу, топтау, барлық ойындар туралы алынған ақпаратты бір жерге жинақтауға және осы ақпаратты ғылыми және тәжірибелік тұрғыдан пайдалануға мүмкіндік береді.

Ойындарды жүйелеу көбіне олардың бір-бірінде кездесетін ортақ ерекшеліктеріне байланысты (мысалы жүгіру) жүргізіледі.

Қарапайым түрде топтауға мысал ретінде балаларды жастарына қарай бөлуді алуға болады. Мысалы: ойынға 5 жастағы балаларды жұмылдыруды алайық, топқа осылай бөлу балалардың жас мөлшерлерін ескергенімен оларды жыныстарына қарап бөлуді ескермейді, немесе балалардың денсаулықтарының айырмашылықтары ескерілмей қалады. Осыдан барып өзара бір-бірлеріне ұқсастығы жағынан көп жақын топтарды құру мәселесі туындайды. Топтар арасындағы ұқсастық бір-біріне жақын болуымен ерекшеленеді.

Ойындарды жүйелеу, балаларды топқа бөлу ойынды үйрету әдістемесін жетілдіруге көмектеседі. Топ ішінде неғұрлым айырмашылықтар көп болса ойынды меңгеру әртүрлі деңгейде өтіп, қиындықтар жиі туындайды.

Ұлттық ойындарды жүйелеу, топтау ісімен ғалымдар көптен шұғылдануда. Біз төменде осы күнге дейінгі ұлттық ойындарды жүйелеуге байланысты жазылған еңбектерге тоқтала отырып өз тарапымыздан ойындарды жүйелеудің жаңа жолын ұсындық, ондағы мақсатымыз ұлттық ойындарды меңгеру, оның ұлттық ерекшелігін мейлінше ашып көрсетуге септігі болсын деген мақсатты ұстандық.

Тағы бір күрделі мәселе ойынның атауына байланысты, оған себеп бір ойын түрінің Қазақстанның әр жерінде әртүрлі атпен аталуы. Осыған байланысты бір ойын түріне неғұрлым дәл атау беру арқылы ойынның бір түрін қалыптастыру.

**Ұлттық ойындар**

Мазмұнды бейнелік, еліктеу ойындары

Еркін, мазмұнсыз ойындар

## Ой ойындары

Спорттық бағыттағы ойындар

Ақсүйек Тоғызқұмалақ Дәл басу

Алтыбақан Дойбы Күрес Бөрік ұру

Сүзеген бұқа Шахмат Бәйге Жасырынбақ

Қашпа доп Жаңылтпаш Көкпар Теке тірес

Алакүшік Жұмбақ Садақ ату Ұшты-ұшты

Қайықшы Мақал-мәтел Саятшылық т.б.

Қоян-тазы Есеп т.б. Найза лақтыру

Түйе мен т.б.

Бота т.б.

**№1 Сурет.**

Ұлттық ойындардың басым көпшілігін мазмұнды сюжеттік ойындар құрайды. Сюжеттік, бейнелік ойындар деп біздер ойын барысында белгілі-бір затпен байланысты және табиғи ортада жануарлар, құстар бейнесін бейнелейтін ойындарды топтастырдық. Мысалы затпен байланысты ойындарға «Сақина салмақ» ойыны.

Бұл жердегі зат «сақина» ойынының негізгі мазмұнын құрайды. Ойынның мүддесі топтық қатынасты қалыптастыра отырып, бір идеяның ізімен барлық баланы бір сақина төңірегінде жұмылдыру болып табылады.

Келесі «аңшылар» ойынын алып қарайтын болсақ қасқырлар мен аңшыларға бөлінген топтық жиынның арасында иірілген үлкен домаланған ұршық жіппен лақтырысып күш сынасады. Ойын мақсаты қол, аяқ бұлшық етін дамыту арқылы баланың жүгіру жылдамдығын дамыту.

Сюжетті ойындарда ойыншылардың қозғалыс дағдысын дұрыс орындауларына үлкен мән берілген жөн, себебі бір ойында бала атқа еліктеп, екі тізесін жоғары көтеріп секірсе, келесі ойында қоян секілді орғып жүгіреді.

Мазмұнды сюжеттік ойындарда қимыл-қозғалыс әрекеттері негізінен еліктеу, бейнелеу сипатында орындалады.

Балалар ойын ережесіне сәйкес ойынның мазмұнды сюжетіне сәйкес қозғалысты бір сәтте тоқтатады немесе қимылын өзгертеді. Сюжетті ойынға қатысушылар қимыл түрлерін жиі қайталауын әдетке айналдырғанда ғана ұлттық ойындарды меңгеру өз нәтижесін береді.

Мазмұнды сюжетті қозғалмалы ұлттық ойындардың бір ерекшелігі балаға сомдалған бейне кейпіндегі ойындарды барлық ойыншыларға бірдей қатысты ереже арқылы орындату естерінде жақсы сақталады. Мазмұнды сюжеттік ойындар негізінен топтық құраммен ойналады. Ойыншылар саны әртүрлі болып келеді және ойынды жылдың әр мезгілінде ойнауға болады.

Мазмұнды сюжеттік ойындардың пайдасы балалар аңдарды, құстарды, заттарды бейнелеп үйренеді. Балалардың қимыл-қозғалыс әрекеттері бір-бірімен тығыз байланысты болып келеді.

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

Ойынның ұлттық деп аталуының астарында түрлі мағына жатыр. Олай болатыны ұлт ойындары әр ұлттың ерекшелігін даралап көрсететін ұлтқа тән қасиеттерді ашып айтып көрсете алатындығымен ерекшеленеді. Екіншіден, ұлттық ойындар ұлттық әдет-ғұрыптарды салт-сананы, дәстүрді өз ойына жақсы сінірген, сол арқылы жас ұрпақ ана сүтімен ұлтқа тән қасиеттерді ойын барысында еркін меңгеріп бойына жастайынан дарытуға мүмкіншілік алады.

Үшіншіден, ұлт ойындарының бойына ұлтқа тән психологиялық ерекшеліктер топтасқан, өйткені ол өмір, тұрмыс, еңбек тәжірибесінің көрінісі бала соларды өзінше қайталап, толықтыра отырып өнеге, үлгі, тәлім-тәрбие алады ұлттың өкілі ретінде қалыптасады.

Бала өзін қоршаған ортаны, айналасындағы заттар мен құбылыстарды ойын арқылы түсініп, ұғынады. Тек көру, байқау арқылы емес, тікелей араласып, іс-әрекетке көшіп, нақты қарым-қатынас барысында біледі. Мұны ұғынуда ойын шешуші мәнге ие болады. Былайша айтқанда, түрлі заттар мен құбылыстарды, адамдар арасындағы қарым-қатынасты баланың білуі, сезінуі ойын негізінде жүзеге асады.

Баланың таным түсінігі, іс-әрекеті ойыннан бастау алады да, болашақ өмірінде жалғасын табады. Баланың ойын кезіндегі қимыл-қозғалысы дене бітімін жетілдірсе, іс-әрекеттегі амал-тәсілдері ой сананың дамуына, таным-түсінік, мінез-құлық әдептерін бекітуіне, бәрі тұтаса келіп жеке тұлғаның қалыптасыуына жол ашады [163].

Сондықтан ұлттық халық ойындарын бүгінгі балалар өміріне енгізу қазіргі заманда туындап отырған қажеттілік.

Қазақ ғалымы Б. Төтенаевтың пікірінше ұлт ойындарының дамуы тек қоғамның өзгеруіне байланысты әлеуметтік-экономикалық жағдайдың негізінде ғана дамып, қалыптасып отырған [164].

Қазақ халқы негізінен көшпелі өмір сүруіне сәйкес ұлттық ойындар көбіне далада табиғатпен байланысты ойналған. Соған орай халық ойындарының атаулары көбіне аң, құс, мал аттарымен, байланыстырылып, ерекшелігін ойындар арқылы жеткізе білген.

Мысалы көпке танымал ойын атаулары: «Атқаума», «Асау мәстек», «Алакүшік», «Қанкөбелек», «Сақ құлақ», «Бүркіт», «Қырықаяқ», «Қасқырқақпан», «Қоян», «Мысық пен тышқан», «Үлек пен тайлақ», «Түйе-түйе», «Соқыр теке», «Ортеке», «Ақшымшық», «Ақ серек-көк серек», «Қара құрт» т.б.

Әдет-ғұрып, салт-сана, дәстүр ұлтты басқалардан дараландырып, ерекшелендіріп көрсететін құбылыс, осы қасиеттер балаға жастайынан берілетін болса ұлттық тәрбиенің сапалы болуына әсер етеді.

Адамның бала кезінде ойнаған ойындары өмірбойы ұмытылмай сақталып қалуы және оны жасы ұлғайған сайын аңсауы ойын әсерінің күштілігінің белгісі.

Біз ұлттық ойындардың қоғамдағы алған орнын төмендегідей бағыттарда қарастырдық:

1. қазақтың ұлттық ойындары-халық мәдениетінің бір тармағы ретінде,

2. ұлттық ойындар негізінде баланың денесін шынықтыру және болашақ еңбек дағдыларына қажетті дене қозғалыстарына баулу,

3. халық ойындары арқылы баланы жерін, елін сүйетін патриоттыққа тәрбиелеу,

4. ұлттық ойындар адамгершілік құралы ретінде.

Ұлттық ойындардың бала өміріндегі маңызын былай деп түйіндейміз:

- қоғамының әлеуметтік-экономикалық дамуында ұлттық ойындар халық мәдениетінің бір саласы ғана емес, бүгінгі дамуымыздағы кешегі мен бүгінгі ұрпақ байланыстылығын жалғастырған өркениетті құбылыс.

- кешегі ата-баба дәстүрінің көрінісі халық ойындары бүгінгі баланың ұлттық жан-дүниесін қалыптастыруда қолдануда болатын маңызды фактор.

**2 МЕКТЕП ЖАСЫНА ДЕЙІНГІ БАЛАЛАРҒА ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ САБАҒЫНДА ҰЛТТЫҚ ОЙЫНДАРДЫ ҚОЛДАНУДЫҢ МАЗМҰНЫ МЕН ӘДІСТЕМЕСІ**

**2.1 Мектеп жасына дейінгі балалар организімінің физиологиялық өсу ерекшеліктері**

Балалардың дене дамуы онтогенез негізінде жатқан жалпы физиологиялық заңдылықтарға тәуелді болып келеді, сонымен қатар бала өсуіне әсер ететін келесі факторларды ескеру қажет оларға тектілік, өмір сүру ортасы, әлеуметтік жағдайлар. Бір мекенді жерде тұратын түрлі ұлт балаларының өсу ерекшеліктері тектік фактордың бір көрінісі болып табылады. Сонымен қатар балалардың өсу жағдайына дене тәрбиесіндегі ұлттық дәстүрдің де әсері бар екендігі байқалады.

Балалардың, дәлірек алғанда 3-5 жастағы балалардың жүйке жүйесі ішінде вегетативті нерв жүйесі ғана толық дамыған сондықтанда 3-5 жастағы балалар мінез құлықтары жылдам өзгереді тез ренжіп, тез уанады. Осыған байланысты баланың нерв жүйесін бір қалыпты дамыту мақсаты алға қойылады. Сондықтан мектеп жасына дейінгі балалардың денесін шынықтыру, денсаулығын нығайту жүйелі түрде арнайы бағдарлама аясында орындалуы тиіс.

Балалардың дене шынықтыру сабағын дұрыс жүргізе білген жағдайда олардың қимыл-қозғалыс дағдысы тез қалыптасады.

Қозғалу дағдысын үйрету олардың қоршаған ортамен байланыс орнатуына, тануға жағдай жасайды. Дене шынықтыру жаттығуларын дұрыс жүргізіп пайдаланғанда ғана, баланың бұлшық еттері мен буыны, сүйек аппараттары қалыптасуына жақсы әсер етеді. Мысалы: асықты белгілі бір қашықтықтан дәл лақтырып үйренген бала лақтыру барысында денесін, аяғын, қолын үлкен амплитудалық қозғалыспен қозғап, күш салады, нәтижесінде бұлшық етпен буын байланыстары дамиды. Қозғалыс элементтерін дұрыс орындап, дағдылану барысында бала өзінің денесін шынықтыру жағынан сомдалу күшін бір қалыпты шаршамай, ұқыпты пайдаланып үйренеді.

Ұлттық ойындарды ойнау, спорттық жаттығу элементтерін қайталау, баланың жүрек-қан, тыныс алу жолдарына әсерін тигізе отырып, оның жылдамдық, күштілік, ептілік, шыдамдылық қасиеттерін қалыптастыруға әсер етеді.

Баланың қозғалыс дағдысы 7 жасқа дейін қалыптасып, әрі қарай даму, шыңдалу қызметі атқарыла бастайды.

Баланың қозғалыс дағдысын дамытумен қатар спорттық жаттығу түрлерін де үйрету пайдалы болып келеді.

Спорттық жаттығуларды ұлттық ойындармен ұштастыра отырып қолдану өзінің тиімділігін дәлелдеді.

Ағзаға қозғалыстың қажет болуы табиғи нәрсе. Қозғалыс кезінде, яғни ағзаға күш түскенде қан айналымы көбейіп, бүкіл денеге қоректік заттар белсенді тасымалданады.

Баланың қозғалыс белсенділігіне бөгет жасағанда оның дамуы нашарлайды және кешігеді. Бала ағзасы үшін арнайы қозғалыстардың маңызы зор. Сондықтан мектеп жасына дейінгі балалардың белсенді қозғалыстарын дұрыс жоспарлап оны іске асыру арқылы балалардың қимыл дағдыларын қалыптастыруға, саналы қозғалыстарды көбейтуге, ағзаның бейімделу қабілеттерін күшейтуге болады.

Мектеп жасына дейінгі балалардың қимыл дағдысының қалыптасуы қимыл сапаларының қалыптасуымен бір уақытта жүреді: бұлар-күш, шапшаңдық, төзімділік және ептілік. Олар кез-келген қимыл қызметінде бір-бірімен байланыста болады. Бірақ жаттығулардың нақтылы қызметтік жағдайына қарай әр түрлі дәрежеде байқалады.

Қимыл сапасының дамуы әр түрлі жүйелердің қайта құрылу нәтижесінде өтеді, бірақ әр түрлі сапалардың дамуы кезінде белгілі бір жүйелерде басымдылық айқын байқалады. Бұлшық еттің өсуі мен күштің дамуы бірге жүреді. Жүйке және бұлшық ет қызметінің өсуі шапшаң жаттығулар жасауға мүмкіндік береді. Төзімділікті арттыру тыныс алу жүйенің жетілуіне көмектеседі.

Статикалық бұлшық ет күші мектеп жасына дейінгі балалардың барынша күш салуымен сипатталатын болғандықтан жиі қолдану тиімсіз болып келеді.

Бала ағзасының даму мен өсу процесінде бұлшық еттің күші функционалдық факторлармен артады. 4-5 жастан 20 жасқа дейін бұлшық еттің массасы 7-8 есе үлкейеді, ал әр түрлі топтағы бұлшық еттерден күш 9-14 есе өседі. Бұлшық ет талшықтарының қалыңдауы 6-7 жаста андрогендер құрылымы күшейген кезде байқалады.

Балалардың шапшаңдық қозғалыстары уақыттың қысқа мерзім ішінде орындау қабілетінен көрінеді. Ол қимылдық аппарат қызметінің ерекшеліктері мен қозғалысты нейро-гуморалды реттеудің физиологиялық механизмдеріне, биомеханикалық факторларға байланысты ыдырау қамтамасыз етіледі. Шапшаңдықты анықтайтын, қозғалыстың нейро-гуморальді реттелуінің физиологиялық механизмдеріне, орталық жүйке жүйесі тарапынан қозымдылық және жүйке орталықтарының қозу және тежелу процестерін тез ауыстыру жатады. Бұл, атап айтқанда, бұлшық еттің жұмысқа тез қосылуына қалай ықпал етсе, оның тез босаңсуына да солай ықпал етеді.

Балалардың төзімділігіне тоқталсақ, төзімділік-ұзақ уақыт тиімділікті төмендетпей жұмыс істеу қабілеті болып саналады. Ол балалардың қажып шарашау мүмкіншілігін болдырмауды бейнелейді. Төзімділік жалпы және арнайы болып бөлінеді. Жалпы төзімділік-бұлшық еттердің үлкен тобындағы мамандырылмаған жұмысты ұзақ уақыт қолдау қабілеті. Арнайы төзімділік-қозғалыс әрекетінің белгілі бір түрінде жұмыс қабілеттілігін ұқзақ уақытқа қолдаудан көрінеді.

3-5 жастағы балалар төзімділігі жетілмеген жағдайда болғандықтан олар ұзақ уақыт бір текті қимыл­­­-қозғалыс жасауды жақтырмайды. Сондықтан оларға қозғалыс түрлерінің неғұрлым тез ауысқаны дұрыс.

Ептілік қимылдық міндеттерге сай үйлесімді қозғалыстарды тез де, дәл орындау қабілетімен сипатталады. Ептілік сезім мүшесінен түсетін ақпаратты өңдеп, қозғалысты бағдарлайды. Қозғалыстың дәлдігімен белгілі дәрежеде анықтайтын сезімге үлкен мәне беріледі. Ептілік-күшті, шапшаңдықты және төзімділікті дамытып, қимылдық дағдыларды молайтады да, оның қорын жаңарту кезінде нығая түседі. Жаттығу әсерінен ептілік тезірек өседі.

Иілгіштік-буындардағы қимылдар дәрежесіне, буын үстінің ерекшеліктеріне, бұлшық еттердің серпімділігіне және сіңір қоспа аппаратына байланысты болады. Икемділік белсенді және енжар болып екіге бөлінеді. Белсенді икемділікке өзіндік бұлшық ет күші арқылы жетеді. Ал енжар икемділік-сыртқы күштің әсерінен пайда болады. Иілгіштік сылбыр қозғалыс кезінде белсенді қозғалыстан жоғары болады. Балаларда қимылдық сапа мен бұлшық ет қызметін вегетативті жүйеде қамтамасыз етудің дамуы ағзаның жалғаса өсуі мен жетілуі дәрежесінде өтеді. Сондықтан тым көп берілген дене-күш жүктемелері баланың тез шамадан тыс шаршауына соқтырады.

**2.2 Үш жастағы балалардың қимыл-қозғалыс дағдыларын ұлттық ойындар арқылы тәрбиелеу**

Мектепке дейінгі балалардың денесін шынықтыруды ұлттық ойындар арқылы іске асыру күрделі педагогикалық маңызды мәселе болып табылады. Біз өз жұмысымызда бұл мәселені төмендегідей жолдармен шешуге тырыстық:

1. Қозғалыс түрлері: жүгіру, секіру, өрмелеу, еңбектеу, лақтыру, тепе-теңдікті сақтауды ұлттық ойын элементтерін енгізе отырып үйрету.

Зерттеу жұмысын алдымен жүгіру дағдысын қалыптастыруды ұлттық ойын элементтері арқылы үйрету жолдарынан бастаймыз.

Қозғалыс түрлерінің ішінде жүгіру, балалардың табиғи жақсы көретін қозғалыс түрлерінің бірі болып табылады. Мектеп жасына дейінгі балалар үшін жылдамдыққа жүгіру, алысқа төзімділікке жүгіруге қарағанда мейлінше бағалы болып саналады.

Жүгіру баланың бүкіл ағзасына жалпы физиологиялық өсуіне әсер етеді, негізінен алғанда, жүрек пен өкпенің дамуы үшін өте пайдалы жаттығу болып табылады.

Бала жүре бастаған кезеңінен бастап жүгіріп ойнауға дағдылана бастайды. Бұл жастағы бала жүгіру барысында бір қалыпты ырғалып қозғалыс жасай алмай, бар денесімен екі жақ бүйіріне теңселе қозғалып, жүгіру барысында ұсақ, кішкентай адымдар жасап аяқтарын тізеден бүгіп, табанын ішіне қарай қайырып, жерді табанымен ауыр басып жүгіреді.

3 жасар баланың жүгіру жылдамдығы шабан, алыстығы мардымсыз аз болып келеді. Бірақ соған қарамастан жүргендеріне қарағанда жүгіру барысындағы аяқ пен қолдың үйлесімділігі айтарлықтай үндестікте жұмыс жасайды.

Баланың табиғи шынайы жүгірісі ойын үстінде жақсы көрініс береді. Үш жасар балаға жүгіруге арналған ойындарды ұсынғанда жүгірудің сапасына мән бермеу керек, әр бала өзіне қалай ыңғайлы солай жүгіруі қажет. Осы жастағы балаға үйрететін ұлттық ойын барысында жүгіру ойындарына балаларды кезек пе кезек, бір-бірлеп жүгіртпей, қолдан келгенше барлығын бірдей жүгіртіп ойнатқан тиімді.

Жүгіріп ойнағанда балалар бір-бірімен соқтығысып қалмаулары үшін оларды бір бағытта, барлығы бірдей бір сәтте жүгіретін ойындарды таңдаған жөн. Мысалы «Жаяу көкпар», «Қоян», ойындары.

Ұлттық ойын «Жаяу көкпар». Бұл ойынға барлық бала бірдей қатысады. «Көкпар» ойыны халық ішінде кең тараған ойындардың бірі. Ойнайтын балалардың жасы ескеріліп «Көкпар» ойынын төмендегідей тәртіппен ойнаған тиімді. Бірінші, балалардың жүгіру бағыты түзу, әркім өз бағытына қарай бір-біріне кедергі жасамай тура жүгірулеріне көңіл бөлінуі қажет. Әр бала қолдарына кубиктер немесе ұстауларына қолайлы заттар ұстайды. Балалардың мақсаты қолдарындағы заттарын қарсы беттегі 15-20 м алшақтықтағы сызылған сызыққа тура жетіп заттарын сызық бойына қоюлары керек. Кім бірінші болып сызыққа жетсе сол жеңімпаз болып саналады.

Екінші түрі. Балаларды екі-екіден жұпқа бөледі. Әр жұптың жүгіру бағыттарына қарай 2-3 м жерге қолдарына ұстауға қолайлы заттар қойылады. Тәрбиешінің «Көкпар» деген белгісінен соң, екі бала өздерінің алдыларына қойылған затқа қарай жүгіре жөнеледі, қай бала бірінші затқа жетіп алса сол бала алдындағы 15-20 м жерде сызылған көмбеге жетіп затын қоюы керек. Кім бірінші болып жетсе сол жеңген болып саналады. Ойын бірнеше рет қайталанылады.

Ерте заманнан тамыр алған бұл ойын алғашқы кезде «көкбөрі» аталып, кейін келе көкпар болып өзгерген. Ол ата-бабаларымыздың өзінің шығу тарихын көк бөріден тарататын аңызбен астасып, соның бір бөлігі ретінде бізге жеткен ұлттық ойынның бір белгісі [165].

Көкпарды ат үстінде бозбалалар арасында өткізген, ал кішкентай балалар арасында «Жаяу көкпар» ойынын ойнауды қазақтар дәстүрге айналдырған. «Жаяу көкпар» ойыны ереже бойынша ойналады. Ойын шартына сәйкес екі жерден көмбе белгісі сызылады. Балалар көмбедегі белгіленген түзу сызықтың бойына қаз-қатар тұрады. Тәрбиешінің берген белгісі бойынша көмбеден /мәре сызығы ретінде бормен сызып қоюға да болады/ бір мезгілде барлығы бірдей тұра ұмтылған балалар 10 адымдай жерде жатқан көкпарды қай бұрын жеткені алып қашады. Қолында көкпары бар бала көмбеге бұрын жетуге тиіс. Сөйтіп көкпарды ешкімге бермей әкелсе, сол ойыншының ұтқаны. Бұл ойында көкпардың орнына бөрік немесе басқа бір зат қолданады [166]. «Жаяу көкпар» ойыны баланың аяқ бұлшық еті мен қол саусақтарын шынықтыруға керекті жаттығу элементтерін қамтыған. Бұл ойын балалардың жылдамдық, тез қимылдау, ширақтық қасиеттерін дамытады.

Халық арасында кең тараған балалар ойнайтын ұлттық ойынның бірі –«Қоян» ойыны. Бұл ойынды балабақша ауласында күннің жылы мезгілінде ойнау тиімді. Ойынға топтағы бар бала қатысады. Балаларды далаға алып шығып, бір-бірінен қашықтығы 50-60 метрдей жерде екі қоршау жасалады (қоршауды бормен жерге айналдыра сызып жасаса да болады), қоршауды «Орда» деп атайды. Тәрбиеші балаларды сапқа тұрғызып, дауыстап есептей бастайды. Ол есептегенде санмен есептемейді, басқаша тәртіппен, мысалы: «алдат, балдат, солдат, капитан, сен қаласың, ал мына сен топтан шығасың» - деп есептейді. Содан кейін ол балаларды қайта санайды. Осылай санап келгенде ең соңғы ойыншы «Тазы» болады.

Есептеп болғаннан кейін «қояндардың» бәрі екі қоршауда тұрады, «тазы» олардан 3-4 метрдей жерде орналасады, ойын шарты бойынша «қояндар» бірінші қоршаудан екінші қоршауға қашады, ал «тазы» оларды қуып жүріп ұстайды. «Тазы» кімді ұстаса сол «тазы» болады да «қояндарды» ұстауға көмектеседі. Бірақ, «тазылар», «қояндарды» қоршауда тұрған жерінде, не қоршауды бойлап жүріп бара жатқанда ұстауға тиіс емес. Оларды қоршау мен қоршаудың арасында ұстауға тиіс [167]. Бұл ойын балаларды шапшаң жүгіруге, икемділікке үйретеді.

Жүгіріп ойнау барысында баланың жалпы ептілік, тез қимылдау және төзімділігін дамытады.

Алғашқы 3 ай ішінде жүгіру ойындарының ара қашықтығын 15-30 метр, келесі 3 айда 30-45 метр, ал екінші жарты жылдықта 45-60 метрден 60-80 метрге дейін көтереміз. Жүгіру элементтері бар ұлттық ойындардың қай-қайсысын ойнатсақта осы көрсетілген дистанция аралығын барлық бала толықтай меңгеруі қажет. Бірақ бір мән беретін фактор әр бала берілген қашықтық аралығын жүгіру барысында бала дем алып немесе жүгіріп барып жай жүріп орындаса оған қатаң ескерту жасамаған дұрыс. Жүгіріп ойнайтын ұлттық ойындармен балалар аптасына 2-3 рет таза ауада дене шынықтыру сабағында жаттықса пайдалы болады.

2. Келесі қарастыратын сұрағымыз ұлттық ойындарды **секіру** жаттығулары негізінде 3 жастағы балаларға үйрету мәселесі.

Секірудің барлық түрлері балалардың ең бір қызық көретін жаттығуларының бірі. Секірулер аяқтың және дененің бұлшық еттерін дамытып, нығайтады, тыныс алу мен қан айналымы жүйелерінің (әсіресе жүгіріп келіп секірулер) қызметін жақсартады.

Үш жасқа толған балалардың секіру қабілеттері әлсіз болады. Олардың секіру қозғалысы отырып тұруға ұқсас, кеуделерін алға еңкейтіп қайта тікейтумен шектеледі.

Үш жасқа толық толған балаларда секіру дағдысы жақсы қалыптаса бастайды, бірақ бір сәтте екі аяқты қосарлап жерден күш ала секіруді бәрі бірдей меңгеріп кете алмайды. Көпшілік баланың алға қарай ұмтыла секіру әрекеті жәй, көбіне екінші аяқпен серпіліп бір аяқты көтеріп адымдауға алып келеді [168].

Секіру барысында қол қызметі белсенді пайдаланылмайды. Секіру жаттығулары арқылы ойналатын ойындар сәтінде көптеген қол-аяқ бұлшық ет байланысы мен күрделі қозғалыс реттеулері жұмыс жасайды. Бірақ үш жастағы балада бұлшық ет байланыстары әлі әлсіз жетілген, әлі қалыптасу үстінде. Баланың табаны қажетті серіппелік қасиетіне ие болған жоқ, сондықтанда олар секіру сәтінде бар салмақты табанға салып жерге аяғымен тіке түседі.

Секіру сәтінде қатты түскен балада ұнамсыз сезім қалыптасып, дұрыс секірмегеннің нәтижесінде аяқтың майтабан болуы мүмкін. Сондықтанда балаға оңай қолынан келетін тізе буыны мен аяқ бұлшық етін, бел омыртқасын қатайтатын дұрыс пайдалы секіріп ойнайтын ұлттық ойын түрлерінің мазмұнын мұқият жете таңдап алып үйрету қажет. Ең дұрысы балаға бір орнында тұрып ұзындыққа секіріп, ұлттық ойын тәсілдері мен жаттығуларды имитациялық сипатта жүзеге асыртып ойнатқан тиімді. Мысалы: «Жүрелей секіру» ойынында жүресінен отырып секіру, «Арынды арқан» ойынындағы екі аяқпен қосарлап секіру, «Түйе мен бота» ойынындағы түйе мен бота болып секіру тағы басқалары. Мұндай сипаттағы ойындар балаға өте қызықты болып келеді, бала жеңіл секіріп жерге жұмсақ қонуға ұмтылады, себебі олардың бар ойлары секіруде емес, ойын барысындағы бота образын орындауда тұрады.

«Жүрелей секіру» ойынының 1-ші түрі. Бұл ойын балабақша ауласында, спорт залда ойналады. Ойынға қатысушы балаларды екі топқа бөлеміз. Таңдалған алаңға бір жарым метрдей ұзындықта екі қатар көлденең сызық сызылады. Сол сызықтардың қарсы алдына тұспа-тұс он метрдей жерден екі шеңбер сызылады.

Әр топтан екі-екіден ойыншы шығады да, өз тобы жақтағы көлденең сызыққа келіп жүресінен отырады. Бастаушы белгі берген кезде, екі-екіден қатар отырған ойыншылардың оң жақтағысы жүресінен отырған күйі қарсы алдындағы шеңберлерге секіріп барып кері оралуы керек. Әлгі ойыншы ілгері секіріп кеткенде, оның орнын қасындағы ойыншы басады да тағы бір ойыншы сол қатарға келіп отырады. Жүрелей секіріп ойыншы сызыққа жеткен кезде, келесі ойыншы жарысты әрі жалғап әкетеді. Ойын барлық балалар секіріп болғанша жалғасады. Секіріс сәтінде әр ойыншыға бір ұпай саналады. Қай топ көп ұпай жинаса, сол жеңіске жетеді. Тәрбиеші белгі берген кезде, екі екіден қатар отырған ойыншылардың оң жақтағысы жүресінен отырған күйі қарсы алдындағы шеңберлерге секіріп барып кері оралуы керек [169].

Бұл ойын баланы төзімділікке, денесін шымыр етіп өсіруге әсерін тигізеді. Ойынды көрсетіп тұрған тәрбиеші қозғалыстың орындалу үлгісін, яғни қалай дұрыс секіру керектігін көрсетеді. Ойын барысында балалар 10-15 рет бәрі бірге секіреді, бірақ әр қайсысы жеке өз қарқын екпін ырғағын сақтайды.

Халық арасында кеңінен тараған ұлттық ойынның бірі «Арынды арқан». Ойынға ұзындығы 2-3 метрдей жіп керек. Топтағы барлық бала бір сәтте ойынға қатысады. Барлық бала дөңгелене шеңбер бойына тұрғаннан кейін қолында арқаны бар тәрбиеші топ ортасына шығады. Тәрбиеші ойын басталды деп дауыстап балалардың көңілін өзіне аударады. Содан соң арқанның түйілмеген басынан ұстап шеңбер бойымен арқанды айналдырады, ал ойнап тұрған балалар жоғары секіріп жіпті аяқтарының астарынан баспай жіберіп тұрулары қажет. Кімде-кім арқанды жібере алмай аяғымен басып қалса, ойыннан шығады [170].

Секіруге байланысты келесі ойын «Қарғымақ». Бұл ойынды секіру жаттығуларын өтіп, балалар секіру түрлерін меңгеріп, өздеріне сенімді болғаннан кейін ойнатқан өз нәтижесін береді.

«Қарғымақ» ойыны далада ойналады. Ойынның мақсаты бір заттан екінші заттың үстіне дәл секіру. Қойылған заттар бір бірінен қашықтықтары әртүрлі, немесе жоғары төмен болуы ықтимал. Тәрбиеші белгілеп балалардың қарғуына қолайлы кедергілер тас, автомобиль дөңгелектері, керілген жіп т.б. алдын-ала дайындап қояды. «Қарғымақ» ойыны еркін қимылмен секіріп ойналады. Балалар арасында кеңінен тараған бұл ойын баланың өзінің ішкі қорқынышы мен жалтақтығын жеңуіне, алдында тұрған қиындықты жеңе білуіне, батылдық пен өжеттікке баулыйды.

Секіру сәтінде бала өз қолдарының дұрыс сермелуіне, басы мен денесін дұрыс ұстауға тепе-теңдікті сақтай білуге үйренеді.

Үш жасарлар тобындағы балаларды бақылау сәтінде анықтағанымыз жартысынан көбінің бір орында тұрып ұзындыққа секіру барысында қолдарын шартсыз рефлекспен қозғалыс бағытына қарай алға сермейді, ал қалған балалар секіруге серпіліс немесе ұмтылысы барысында қолдарын артқа қарай созған күйлерінде қалдырады. Бұл жастағы балалардың қолмен аяқ серпілістерінің үйлесімді болуы, ұзақ уақыттық жаттығу ойындарын талап ететіндігі белгілі болды.

Балаға қашығырақ алысқа секіруге тапсырма бергенде, олардың қозғалыс іс-әрекетін тежемеу керек. Әр бала берілген тапсырманы өз шама-шарқының жеткенінше орындайды. Ең бастысы бала секіру барысында аяғын бүгіп жерге жайлы түсуін қадағалау керек.

Зерттеу жұмысымызға өзек болған келесі мәселе ұлттық ойындарды **еңбектеу және өрмелеу** жаттығуларында қолдану жолдары.

Балалармен жұмыс жүргізу барысында байқағанымыз балалардың еңбектеп өрмелеуге деген құлшыныстарының жақсы екендігі [171].

Тәрбиеші баланың бұл қажеттілігін әрқашан қолдауы керек. Себебі бұл қозғалыс түрі баланың барлық бұлшық ет топтарын жұмыстандырады. Бала бар ниетімен тез және өзіне сенімді еңбектейді.

Ұстаз ұлттық ойындардағы еңбектеу элементтерін пайдалана отырып балаларды төрт тағандап, тізесі мен алақанына күш сала қозғалуға үйретеді. Балалар аяқ пен қолдарын кезекпе-кезек үйлесімді қозғауды, немесе екі қолды бірден алға жіберіп соған сүйене отырып екі аяғын бір мезгілде тартып алуды үйренеді [172].

Еңбектеу элементтері бар ұлттық ойын түрлеріне барлық бала бірдей қатысып, бір мезгілде еңбектеп жұмыс жасағаны дұрыс. Мысалы, «Қара сиыр» ойынын еңбектеп ойнау барысында ойынға барлық бала толықтай қатынаса алады. Бұл ойынды далада, көк майса шөптің үстінде ойнатады.

Біз өз жұмысымызда осы ойынға еңбектеу элементін қосымша енгіздік. Топтағы бар балалар екі топқа бөлінеді. Ойынға қажетті ойын құралы өңі қара малақай немесе қара ойыншық «сиыр», «аю» немесе басқа ыңғайлы жеңіл затты да алуға болады. Ойынға қатысатын балалар бір шеңбердің бойында айнала қоршап төрт тағандап, екі көздерін жұмып тұрады. Тәрбиешінің тапсырмасымен көмекші шеңберден шығып, тығуға әзірленген затты алып жасырады. Ойынға қатысып тұрған балалардың міндеті сол жасырған затты еңбектей жүріп іздеп табу. Егер тығылған зат табылса, тәрбиеші ойынға қатысушылардың барлығына естірте дауыстап жариялайды. Барлық баланы табылған заттың төңірегіне жинайды. Затты тапқан ойыншы өз затын қорғайды, ал қалғандары оны алдап, көңілін басқа нәрсеге бұрып әлгі затты алып кетуге тырысады. Затты кім алатын болса, сол затты тығушы қызметін атқарады да, қалғандары қайта шеңбер бойына жиналып, көздерін жұмып, еңбектеп тығылған қара сиырды іздейді. Ойын осы тәртіппен жалғаса береді. «Қара сиыр» ойыны баланың білек бұлшық етін қатайтып, жауырынын жаттықтырады.

Еңбектеу элементі қосылған «Қара сиыр» ойынын денені керіп тіке ұстау қозғалысы сипатында, мысалы еңбектеп бара жатқан екі қолын созып іздеген затын алу, педагогтың қолындағы ойыншықты созылған қол деңгейінен жоғары тікейіп барып алу элементтерін қосып орындатуға болады.

Үш жастағы бала үшін ұзын орындықта тепе-теңдікті сақтап еңбектеуді орындау қиынға соғады. Бұл жаттығу элементтері сабақ барысында сирек қолданылады. Бала үшін өрмелеп ойнайтын қимыл-қозғалыс ойындары күрделі тапсырма болып табылады. Бұл жастағы балалар үшін жоғары өрмелеу қыйын тапсырма болып табылады, олар өзіне сенімсіз құлап кету қорқынышы басым болады. Жоғарыға өрмелеп ойнау үшін халық ойыны «Қосқұлақ»-ты жаттығу элементтерін қосып, ыңғайлап аламыз.

«Қосқұлақ» ойыны ағаш баспалдағы бар жерде ойналады. Бұған топтағы бар бала қатысады. Ойынды ойнау сәтінде өрмелеу баяу асықпай орындалуы керек. Ойынға қатысатын балалар арасынан тәрбиеші біреуін «қасқыр», екіншісін «түнгі күзетші» тағайындайды. Қалған балалар «қойлар» қатарында болады. Қойлар «қасқырдың» қолына түспес үшін жоғарыға тауға қарай өрмелейді. Тау қызметін ағаш баспалдақтар атқарады. Басқалардан айыру үшін «қасқырдың» басына ақ орамал байланады.

Тауға қарай өрмелеген «қойларды» аңдып жүріп «қасқыр» «күзетшінің» көзіне түспеуге тырысады. «Күзетшінің» жұмысы - қасқырды аңду, қуу, оны қойларға жібермей, олардың өрмелеуіне жағдай жасау.

Егер «қасқыр» өрмелеп бара жатқан не болмаса түсіп келе жатқан қойлардың біреуін ұстап алса, ал «күзетші» оны абайлай алмай қалса, ұсталған ойыншы «қасқырдың» орнына шығып «қасқыр», «күзетші» болып ауысады.

«Күзетші» «қойдың» ролін атқарушы болып, тығылуға кетеді. «Күзетші» «қасқырдың» «койға» шапқанын байқап қалса, онда «қасқырды» қуып, «қойды» арашалап қалады. Ойын жалғаса береді.

Жоғарыға айтып өткеніміздей «Қосқұлақ» ойынында кішкентай екі жақты ағаш баспалдақтар пайдаланылады. Бұл баспалдақтар екі жағын үш бұрыштап, бір жаққа қарата еңкейтіп жасағандықтан өзіне деген орнықтылықты арттырып, бала екі қолымен баспаға бар күшін сала көтеріледі. Бұндай жағдайда оларға өрмелеу сәтінде баспадан-баспаға аяғын салу ыңғайлы. Баспамен өрмелеу сәтінде бала бір аяғын екінші аяғынының жанына қойып, сосын аяғын қайда қойғанын көруге тәрбиеші қарауына нұсқау береді, олар көбіне қозғалыс үндестігін үйлестіре алмайды.

Бұндай сәтте балаға баспалдақпен өрмелеу қалай ыңғайлы, солай еркін көтеріліп түсуіне рұқсат беру керек. Бұл баланың әдеттегіден бөлек жағдайда биіктікте өз қимыл-қозғалысын меңгеріп, өз жасқаншақтығын жеңуіне көмектеседі.

Өрмелеу элементтерін үйрету біршама көп уақытты талап етеді, сондықтанда бұл ойын сабақ барысында жиі көп ойналмай тек жоспарланған уақыт кестесіне сәйкес орындалады. Тәрбиеші өрмелеу кезінде баланың құлап кетпеуін қадағалап қауіпсіздік ережесін сақтайды.

4. Үш жастағы балаларға **лақтыру және қағып алу** дағдыларын үйрету. Балалар лақтыру және қағып алу ойындарын қызыға орындайды. Үш жастағы баланың лақтыру дағдысы дұрыс қалыптаспаған, бірақ затты домалату, тастау, лақтыруға деген құштарлығы өте күшті болып келеді [173].

Лақтыру әдісін меңгеру үшін көз өлшемі, күш, ептілік, дене, қол, аяқ қозғалысының бірлігі қажет. Аталған қасиеттер 3 жастағы балада жеткіліксіз болып келеді. Олар қолындағы затты әлсіз, азғантай қашықтыққа, қолмен нашар құлаштап, сермеп, алақан уысындағы затты тек итеріп лақтырған болады. Лақтыру барысында балалардың бастапқы тұрысы байыпсыз, немқұрайлы. Олар қолдарындағы затты көрсетілген бағытқа итеріп лақтыруға бейім келеді. Бұл жастағы балаларға затты дәлдікке лақтыртып үйрету әлі ерте.

Бұл жаста бала затты ептілікпен қағып алуды меңгере бастайды. Затты лақтыру мен қағып алу баланың күш пен ептілікпен қатар үлкен көңіл аударуды талап етеді.

Сондықтанда 3 жастағы балалармен жұмыс барысында лақтыру мен қағап алу дағдысын қалыптастыру мақсатында алдын-ала дайындық жаттығулары өткізіледі олар мынадай элементтерден тұрады: сырғанату, домалату, затты ұстау, жоғары төмен лақтырылған затты қағып алу т.б.

Бұл жастағы балалардың қызығып ойнайтын ұлттық ойындарының бірі «Сандық толтыру». Бұл ойында бала тәрбиеші сандықтан алып шашып тастаған ойыншықтарды тез арада жинап, лақтырып, сандықты қайта толтырып, шығуға тапсырма алады. Үлкен заттарды олар қос қолымен жерден көтеріп, екі қолымен алып келеді, ал кішкентай заттарды бір қолымен тасиды. Сандық ішіндегі заттар барлық бала санына жетуі керек. Тәрбиеші бұл ойын барысында сандық ішіндегі заттарды жерге шашпай баланың қолына беріп, немесе бала өз бетімен затты алып екінші сандыққа жинауына, жерге тастауына да болады.

Домалату сырғанату және лақтыру жаттығуларының негізгі мақсаты анықталған нақты бір бағытқа балалардың затты жеткізу болып табылады.

Ең қарапайым жаттығу элементі бар ойын «Ұршық доп» ойыны. Бұл ойында балалар мақсаты «қақпаға» дейін ұршық допты домалатып жеткізу.

Ойын сәтінде бала еңкейіп қос қолымен, кейде бір қолымен аяқ жылдамдығын іске қосып жұмыс жасайды. Ойынға барлық бала қатысады. Ойынды екі топқа бөлініп ойнатады. Қай топ баласы бірінші ұршық допты қақпадан өткізеді сол топ жеңімпаз болып саналады.

Ойын барысында ұршық допты жерден көтеріп лақтырмау керек, алақан мен саусақтың көмегімен домалату керек.

Затты немесе допты жоғар лақтырып, қағып алатын ойындарды дара жекеленген ойын түрінен бастап үйреткен жөн.

Лақтырып немесе қағып алып ойнайтын заттарын балалардың өздері еркін таңдап алуларына мүмкіндік берген дұрыс. Бала өзіне сенімді болып қолындағы затты немесе допты қолдарымен ұстап үйренгеннен кейін тәрбиеші оларды жинап, ұсақ топтарға бөліп ойын ұйымдастырады.

Бір-біріне 0,5-1 метр аралығындағы азғантай қашықтықтан лақтырған допты балалар қағып алып, қайтадан кері қарай лақтырады. Бұндай жаттығу ойындарында тәрбиеші баланың алға созылған қолына допты дәл түсіру мақсаты қойылатындығын айтады, көрсетеді.

Дұрыс орындау нәтижесі баланы қуантып, қимыл-қозғалыс жаттығуларын ойын арқылы тағы да қайталауға дем береді, көңіл - күйлерін көтереді. Тәрбиеші педагог баланың тапсырманы дұрыс орындағанын мадақтап отыруы шарт.

Баланың ойын барысында берілген тапсырманы орындауда нақты нысанаға лақтырғаннан, алысқа мақсатсыз лақтыруды орындаулары жеңілірек тиеді. Жаттығудың бұл түрі лақтыру ойындарында жиі қолданылады.

Балалар өз ыңғайы бойынша затты күшті қолымен лақтырғанды ұнатады. Екі қолдың күшін бірдей дамыту үшін зат лақтырып ойналатын ойындарда қос қолды жұмыстандырып, жиі-жиі затты екі қолымен немесе бірінші оң қолымен, сосын сол қолымен жұмысты бірдей дәрежеде орындатуды әдетке айналдыру қажет.

Әр түрлі тапсырмаларды тұрақты орындату мысалы, екі немесе бір қолымен допты қабырғаға ұру, затты белгіленген жерге тастау, қақпаға немесе ашық тұрған сандыққа лақтыру, басынан затты асырып тастау, кеудесінен лақтыру, төменнен жоғары лақтыру, отырып лақтыру жаттығуларын меңгеруін жақсартады.

«Сандық толтыру» ойынында балалар аузы ашық бос сандықты нысана ретінде алып, алыстан 3-4 рет қатарынан сандық толғанша құм салынған кішкентай қапты, болмаса допты, немесе жұмсақ ойыншықтарды дәлдеп лақтырады.

Ойын шарты бойынша кім сандықты ең аз уақытта тез толтырады сол бала жеңімпаз болады. Бұл ойынды бір сәтте бірнеше баламен ойнаған тиімді болып келеді.

Балалар бос сандыққа қатты жақындап кетпес үшін лақтыратын жерден меже сызығы сызылып, сол сызықтан аспай тұрып ойнайды.

Тәрбиеші бос сандықты толтыру барысында ойын шартын орындау үшін азғантай қашықтықтан тұрып, жерге екі аяқты оңтайлы орналастырып, лақтыратын затын бір немесе екі қолымен ұстап, нысанаға бетімен тіке қарап тұрып, көздеп, қолын соза нысана бағытына қарай допты дәл лақтыру керектігін көрсетіп түсіндіреді.

Үш жастағы баланың лақтыру қабілеті әлсіз болғанына қарамастан оны дамыту мақсатында халық ойыны «Ошақ» тиімді болып келеді.. Ойын бөлме ішінде өтеді. Ойынға топтағы бар бала қатысады. Қатысатын балалар түгел сиятындай етіп, үлкен төрт бұрыш сызылады. Ойынға қатысушылар тең болып екі топқа бөлінеді. Төрт бұрышты «Ошақ» деп атайды. «Ошақтың» ішінде қай топ қалатындығын жеребе тарту арқылы тәрбиеші шешеді. Жеребеден ұтқан топ ошақтың сыртында қалады да, қалғандары ішке кіреді. Сыртта қалған топтың қолында кішігірек доп болады. Сол доппен сырттағылар сызықтың ішіндегілерді дәлдеп ұрады. Доп тиген ойыншы сыртқа шығады. Егер лақтырған допты іштегі ойыншы жерге түсірмей қағып алса, сыртқа шығарылғандардың біреуін қайта кіргізіп алады. Ойын сызықтың ішінде бір бала қалғанға дейін жалғасады, одан кейін ойыншылар орындарымен ауысады. Ойын қайта басталады [174].

Лақтыру, қағып алу, алысқа ұшыра лақтыра, межені көздеп лақтыру дағдысы ұзақ мерзім арасында меңгеріледі.

Келесі қарастыратын мәселеміз **тепе-теңдікті** сақтауға арналған жаттығу ойындарын ұлттық ойындар арқылы дамыту мәселесі. Денені тепе-теңдікте ұстау қызметі ағзаның қалыпты өміршеңдігін қамтамасыз ететін маңызды қажеттілік. Дененің тепе-теңдігін сақтай білу дағдысы кеңістікте орын ауыстыруға, басқа кез-келген қызметіне қажеттілік болып табылады.

Денені тепе-теңдікті ұстау қабілеті балада жүру қозғалыс тәжірибесі жинақталған сайын жақсы қалыптасады. Үш жастағы баладан тепе-теңдікті сақтауға арналған жаттығу ойындарын нақты орындау талап етілмейді. Баланың дағдысы дұрыс қалыптасу үшін халық ойыны «Тепе-теңдікті» ойнатамыз. Ереже бойынша ойын спорт залда немесе ойын алаңында өтеді. Жұмыр ағаштың үстінде тұрған балаларға қолдарын иық тұсына көтерген қалыптарында бір қолдарына ұстаған заттарын екінші қолдарына ауыстырулары талап етіледі, осы кезде балалар денелерін тік ұстаған бойда тепе-теңдік қалыптарын сақтаулары қажет. Ойынды балалардың бөрене үстінде оңға-солға қозғалулары бойынша да орындауларына болады. «Тепе-теңдік» ойыны баланың жүйке жүйесіне, өз денесін меңгере білуіне, мүсіннің дұрыс жетіліп қалыптасуына пайдасы бар.

Халық ойыны «Аларманды» балалар жазық жерде ойнайды. Ойнаушылар бірінің белінен бірі ұстап, тізбек құрып тұрады. Бір бала «аларман» болып, тізбектің басындағы ойыншымен қарама-қарсы тұрды. «Аларман» тізбектің біресе оң жағына, біресе сол жағына шығып, ең соңғы ойыншыны ұстауға тырысады. Ал тізбектің басындағы ойыншы «аларманның» бағытымен бірге жайлап қозғалып тұрады.

«Аларман» соңғы ойыншыны ұстаған жағдайда өзі тізбектің басына тұрады да, ұсталған ойыншы «аларман» болады [175].

Баланың тепе-теңдікті сақтап бөрене тақта, тар жолмен жүруге әрекет жасауы оны сақ қимыл жасауға үйретеді.

Балаға тепе-теңдікті жаттықтыратын ойындарды көбірек беріп дағдыландыру оның батылдығын арттырады.

Тепе-теңдік жаттығулары балаға бір сарынды берілсе бала зерігіп, жалығады, сондықтан әсерлі ұлттық ойын түрлерін кірістіре отырып ойнатқанда олар тез қабылдап машықтанады.

Ойын барысында әртүрлі ойын құралдарын пайдалану балаларға қызықты болып келеді. Мысалы: жерге сызылған сызықтан аттау, шеңберлерден адымдау, әртүрлі заттар үстімен жүру т.б.

Тепе-теңдік дағдысын қалыптастыруда жаттығу және ойын түрлерін күрделендіре түсу әдістемесі де пайдалы болып келеді.

Үш жастағы балаларға арналған ұлттық ойындар негізінде берілетін **жалпы даму жаттығулары.**

Үш жасар балалармен жалпы дамыту жаттығу элементтері бар ұлттық ойындарды өткізген сәтте әртүрлі заттар мен ойыншықтарды қолдана отырып еліктеу сипатындағы баланың денесінің барлық мүшелеріне әсер ететіндей ойындарды таңдап алған жөн.

Жалпы дамыту жаттығуларына төмендегідей ұлттық ойындарды ұсынуға болады: «Сақина салу», ойыны баланың арқасын тіке ұстап, мүсінді дұрыс ұстауға, дене тепе-теңдігін сақтауға және жылдам шешім тауып тез қозғалуға көмектеседі.

Бұл ойынды бөлме ішінде де немесе далада күннің жылы мезгілінде ойнатқан тиімді. Ойынға топтағы бар бала қатысады. Балалар қатар отырып жайғасқан соң алақандарын бір-біріне салып алға созып отырады.

Ортаға шыққан тәрбиеші екі алақанын беттерістіріп, ойыншылардың алақандарының арасына зат жасыруы қажет.. Ол бір шеттен бастап, басқаларға білдірместен отырған ойыншылардың біреуінің қолына «сақина» салып кетеді. Тегіс айналып өткен соң ортаға шығып «Сақинам кімде?» деп дауыстайды. Сол уақытта қолында сақина қалған ойыншы жан-жағында отырғандарға білдірместен орнынан атып тұруы керек. Ал оның екі жағында отырған балалардың міндеттері қасынан атып тұрған ойыншыны орнында ұстап қалу болып табылады. Егер ұстап қалса, ұсталған бала басқа балалардың сұрауы бойынша талаптарын орындайды, сонда ойын қызықты көңіл-күйде өтеді.

Педагог балаларға қандай бір затпен ойнауды ұсына отырып, балаларға сол зат бойынша мағлұмат бере кетеді. Сабақ барысында ойнауға пайдаланылатын заттар бала санына сәйкес болуы керек.

Заттардың ішінде әр түрлі-түсті орамалдармен, қамшы, доптар, әртүрлі таяқшалармен ойнау балаларды өзіне тартып қызықтырады. Олардың түстері ашық және бояулары әр түрлі болғаны дұрыс.

Ойын барысында заттарды балаларға таратудың бірнеше жолдары бар. Тәрбиеші ойын құралдарын белгілі–бір ара қашықтықты сақтай отырып, алдын-ала таратып қояды немесе балалар тапсырма берілген соң, әркім өзіне тиісті затты алып қайтадан сапқа келіп тұрады.

Жыл басында балалар бірін-бірі танымайтын, бір-біріне үйренбеген кезде тәрбиеші ойын бастамас бұрын олардың аттарын атап шақырып, ойын құралдарын қолдарына ұстатады. Кейін балалар бір біріне үйреніскен кезде балалар ойын құралдарын өздері алады. Ойын аяқталған соң балалар құралдарын алған жерлеріне апарып жинақтайды.

Жалпы дамыту ойындары сәтінде бір балаға, қолдарына бір-екі заттан артық нәрсе берудің қажеті жоқ. Баладан дұрыс тыныс алуын қимыл-қозғалыспен ұштастыруды талап ету әлі ерте. Одан ойын барысында нақты қимыл-қозғалысты дәл орындауды талап етуге де болмайды.

Балалардың барлығының бір сәтте қозғалып әрекет етуі үшін және қол аяқтың үйлесімді жұмыс істеуін үйрету үшін «Қайықшылар» ойынын ойнатқан тиімді. Ойын шарты бойынша балалар ұзын орындықта немесе жерге бірінің артына бірі екі аяқтарын алшақ қойып отырады.

Тәрбиеші оларға қарама-қарсы отырып, ұзын екі таяқты балалардың барлығының оң және сол қолдарымен екі жақтарына ұстатады да балаларға өзі көмектесе отырып оң және сол қолдарымен қайық ескегін есу қыймылын орындатады. Бұл ойынды тұрып орындауға да болады. «Қайықшы» ойыны баланың қалыпты дем алуын жақсартып, аяқ, қолдың үйлесімді жұмыс жасап үйренуіне көмектеседі. Осы ойынды ұзын таяқты қолданбай да өткізуге болады.

Ойын сәтінде балалар күрделі жаңа қимыл-қозғалыс түрлерін тереңдете меңгеріп, бұрыңғыдан да епті, шапшаң, икемді, өжет бола түседі.

Тәрбиеші балалардың тапсырылған қимыл-қозғалысты тиянақты орындауларына әрқашан көңіл бөліп отыруы қажет. Бұл жағдайда әр бала өз мүмкіндігін барынша пайдаланып, тапсырылған қимыл-қозғалыс әрекетін барынша жақсы орындауға тырысады. Егер ойын барысында бала тапсырылған қимыл-қозғалысты дұрыс орындай алмай жатса балаға қайтадан көрсетіп оған қайталап орындауына мүмкіндік беру керек. Осылайша ойын сәтінде тапсырманы тікелей үйрену көбіне нақты нәтижеге алып келеді. Балалармен жүргізілетін жұмыстың бұл түрі қозғалмалы ұлттық ойындармен жеке спорттық жаттығулар арасындағы байланысты жалғастырушы ретінде қарастырылады.

Сабақ барысындағы қозғалмалы ұлттық ойындарды ойнатудың басты мақсаты, балаларды үлкен қозғалыс белсенділігіне жеткізіп, көңіл-күйлерін көтере отыра, тапсырылған жүктемені орындатуға қол жеткізу. Сондықтан дене шынықтыру сабағында барлық баланың қарқынды іс-әрекет етіп жұмыс жасауларын талап ететін ойындарды таңдаған дұрыс.

Сабақтың кіріспе бөлімінде ойналатын ойын мен сабақ соңындағы ойналатын ойын арасындағы айырмашылық болады. Егер алғашқы ойындар баланың ойынға деген қызығушылығын оятып, ынталандыра түсіп, ұжымдық бірлігін нығайтса, мысалы: «Қасқыр қақпан», «Көген тартыс», «Мысық пен тышқан», «Әткеншек» ойындары т.б. сабақтың соңғы қорытынды бөлімінде баяу орындалатын жаттығулар беріліп, балаларды тыныштандыруға жұмыс жасалады.

Үш жастағы балаларға дене шынықтыру сабағында ұлттық ойындар түрлерін енгізіп өткізудің өзіндік әдістемелік ерекшелігі бар. Бұл жердегі ең басты мәселе тәрбиеші сабақтың басынан аяғына дейінгі уақыт аралығында балалардың барлығының жақсы көңіл-күйде болуларына көңіл аударулары қажет. Балалардың көңіл-күйлерінің көтеріңкі болуы таңдап алынған ойын түрлеріне және тәрбиешінің балалармен тұрақты жақсы өзара қатынас орната біліуіне байланысты.

Сабақтың басынынан бастап педагог балалардың сабаққа деген жағымды көзқарастарын орнатуы керек. Сондықтан сабақтың кіріспе бөлімінде балалардың қызығушылығын туғыза алатындай ойындар таңдап алынады.

Педагогтың баланы орынды мақтауы оның көңіл-күйін көтеріп, бала қозғалысты қолынан келгенше жақсы орындауға тырысады. Сабақты түсіндіргенде тәрбиеші даусының жағымды, анық болғаны дұрыс. Сабақтың негізгі бөлімінде сабақ мақсатына байланысты қойылған тапсырмалар мен жаттығулар іске асырылады. Сабақ үстінде қозғалмалы ойын жаттығуларының 1-2 түрін қолданысқа енгізу тиімді екендігі тәжрибеден дәлелденіп отыр.

Сабақ үстінде ойналатын ұлттық ойынның біреуі балалар үшін күрделі, немесе арнайы жаттығуды қажет ететін мысалы, өрмелеу, лақтыру ойындары, ал келесі ойын қарапайым болып келгені дұрыс. Мысалы: бір сабақта өрмелейтін ойын түрін, айталық баспаға өрмелеп шығумен қатар балалардың жерде отырып допты бір-біріне домалатып, допты алысқа домалатып, лақтырып ойнауын біріктірген ыңғайлы. Ойындарды бастамас бұрын балаларға әрбірінің ойын сәтіндегі жауапкершілік міндеттерін түсіндіріп, не істеу керектігін айтып барып ойынды бастаған дұрыс.

Тәрбиеші ойналатын ойынның шартын өте қысқа түсіндіреді, содан кейін тапсырманы топтың барлық баласы көретіндей жерде тұрып толық көрсетеді.

Ойын барысында тәрбиеші ойын жаттығуларын балалардың дұрыс орындаулары үшін сүйемелдей отырып бірге де орындағаны дұрыс болып келеді. Тәрбиеші балалардың орындаған іс-әрекеттерін бағалап отыруы тиіс. Сабақтың негізгі бөлімінде барлық бала ат салысып қатысатын қарқынды қимылдайтын қозғалыс ойындары беріледі. Бір ойын түрін 2-3 сабақ қатар қайталап ойнатқан тиімді болып келеді, содан кейін жаңа ойын үйретіліп айналысқа енгізіледі. Бірқатар уақыттан соң, бастапқыда үйреніп ойнаған ұлттық ойындарға қайта айналып оралуға болады.

Сабақ соңында қалыпты тыныс алу элементтері бар байсалды жүріс жаттығулары қолданылады.

Үш жастағы балалар тобына дене шынықтыру сабағы жылына 96 сабақ, аптасына 2-рет, айына 8-рет, 1 тоқсанда 24-рет өткізіледі. Сабақ мазмұны өзгеріссіз 1-апта бойы қайталанады. Үш жастағылар үшін дене шынықтыру сабағында сюжетті оқиға желісімен құрылған ойындарды берген тиімді болып келеді.

Ұлттық ойындарды таңдау кезінде ойынның бала ағзасына физиологиялық және психологиялық әсерін есепке ала отырып жасалады. Соған байланысты әр ойынды қанша рет қайталауға болатындығын есептеп нақты санын шығарып алуға болады.

Жоғарыда келтірілген деректерді қорытындылай келе үш жастағы балаларға арналған дене шынықтыру пәні сабағындағы бағдарламаға сәйкес өткізілетін жаттығуларды ұлттық ойындарды қолдау арқылы тиімділігін арттыру мәселесі тәжрибе көрсеткендей балаларға қозғалыс дағдыларын үйретуде және жаттығуларды сапалы орындауға көмегі бар екендігімен, сонымен қатар сабақ кезінде ұлттық ойындар арқылы ұлттық дәстүрлерді үйретуге тиімділігімен ерекшеленеді. Осы жастағы балаларға арналған сабақтардың құрылымын және ұйымдастыру әдістемесін өзгерте отырып баланың денсулығына тиімді жаттығуларды қолдану арқылы денесін шынықтыруда ұлттық ойындарды қолдау тиімділігімен ерекшеленеді.

Ғылыми ізденіс кезінде ұлттық ойындарды біз қозғалыс салаларының түрлеріне бөліп мысалы: жүгіру, секіру, лақтыру, өрмелеу, еңбектеу, тепе-теңдікті сақтау, жалпы дамытуға қажетті қимыл-қозғалыс жаттығулары деп бөліп оларды үйрету, дамыту жолдарын дәстүрлі ойындармен ұштастырдық.

**2.3 Төрт жастағы балаларды ұлттық ойындар негізінде дене шынықтыру мәдениетіне тәрбиелеу әдістемесі**

Ұлттық ойындар арқылы жаңаша жүйе негізінде дене шынықтыру сабақтарын өткізу қажеттілігі баланың тұлға қарымы мен ойлауын қатар дамытудағы көптеген қарама-қайшылықтарды жоюға жеткілікті мүмкіндік туғызады [176].

Ұлттық ойындарды балабақшадағы 4 жасарлар тобындағы оқу-тәрбие жұмысына пайдалану педагогикалық жүйенің жалпы заңдылықтарына бағынады.

Педагогикалық жүйенің міндеттері, мазмұны, формалары, әдістері тұтас ізділік тізбегін құрса, онда қарастырылып отырған байланыс заңдылығы нәтижені қамтамасыз етеді.

Ұлттық ойындар өзінің табиғатында ұлттық өнегені бойына сіңіріп, бүкіл ұлтқа тән қасиеттерді өз бойына дарытып, толығып, жетілу арқылы, өзінің жан-жақты тәрбиелік қасиетін шыңдай түседі. Сондықтан, ол тәрбие жүйесінің міндеттері мен түрлерін толықтырып қана қоймайды, оқу-тәрбие жүйесінің мазмұны мен әдіс-тәсілдерін байытуға, оны жетілдіре түсуге де өз үлесін қосады, барынша белсенді әрекет жасайды [177].

Мектеп жасына дейінгі балалардың қозғалыс қабілеттері олардың морфофункцияналдық негіздерімен тығыз байланысты, осы кезде балалардың дене дамулары үздіксіз, бірақ бәрінде бірдей емес. Олардың өсуіне негізгі жүгіру, секіру сияқты дене жаттығулары белсенді әсер етеді [178].

Дәстүрлі халық ойындарын дене шынықтыру сабағында спорттық жаттығулармен ұштастыра отырып төрт жастағы балаларға жүгіру, секіру, лақтыру, еңбектеу, өрмелеу, тепе-теңдікті сақтау, қимыл-қозғалыс жасалатын спорттық жаттығуларды ұлттық ойындар арқылы денесін жаттықтырып, баланы дамыту жолдарын ұсынамыз.

Төрт жастағы балалар өз бетімен тәуелсіз қозғалыс жасауға ұмтылады. Бұл жастағы бала көңілі тұрақсыз, ол әр нәрсеге бір алаңдап, бір жұмысты бастап аяқтамай, екінші шаруаға ауысып кете береді. Сондықтан осы жастағы балалар үшін ересек адамдар, тәрбиешілер, ұстаздар баланың тәртібін, мінез-құлқын қалыптастыруда үлкен рөл атқарады.

Ойындар үш жастағылармен салыстырғанда күрделеніп, кеңейтіледі. Әр түрлі сипаттағы бірлескен ұлттық ойын түрлерінің көбеюі балалардың топ ішінде бір-біріне деген қарым-қатынасын нығайтады.

Бұл жастағы балалардың қимыл-қозғалыс ептіліктері арта түсіп дағдыланады, бірақ ол әлі өз әрекетінің нәтижесі туралы ойланбайды, тек қимыл-қозғалыстың сыртқы түріне оның эмоциялық жағына ғана көңіл бөледі, сонымен қатар бала қимылы сапалық түрге еніп, жұмысты көп атқаруға талпына бастайды.

Бала өз қалауынша қозғалысты қайталап, немесе тәрбиешінің ұсынысымен кеңістіктегі қол, аяқ, дене қозғалысының кейбір әдістерін ажыратып, қажетті бағытты қадағалай алады. Бұл жастағы балалар қимыл-қозғалыстың жаңа түрін әр қилы сипатта орындауға деген қызығушылық пен талпынысы артады.

Бірнеше қимыл-қозғалысты біріктіре отырып бала олардың бірінен соң бірінің орындалу тәртібін қадағалай алады. Бұл жастағы баланың қимыл-қозғалысқа машықтануы мен икемділігі қалыптасады.

Бала тәрбиешінің қимыл-қозғалыс әрекетіне саналы түрде бақылау жасап қарап, түсіндіргенін тыңдайды.

Төрт жасар бала педагогтың алда орындалатын қозғалыс әрекетіне байланысты айтқанын қайта сұрау, қайта айтуға талпынып жақсы қабылдайды, өзінің қимыл-әрекетін еркін тәуелсіз сенімді пайдалануға талпынады. Бұның өзі қимыл-қозғалыс жұмысының сапалық жағын жақсартып, бала ептілігін дамытуға жол ашады.

Барлық топтағыдай бұл сәттегі басты мақсат: бала денсаулығын нығайту және оның денесінің жақсы, дұрыс дамуын қадағалау болып табылады. Бұл жерде үлкен мән беретін нәрсе шынығу, мүсіннің қалыптасуы және мәдени-гигиеналық әдеттену тәрбиесі.

Денесін шынықтыру арқылы баланың қозғалыс белсенділігі артып, ұнатымды эмоцианалдық көңіл-күйі көтеріліп, серпілуіне жағдай жасалады. Бұл жердегі басты мақсат баланың өз бетімен жасайтын іскерлік әрекетін дамытуға дұрыс жағдай жасау, қозғалыстың әр түрлерін сабақта жаттығу негізінде жеке тәжірибесінен өткізуге мән беру болып табылады.

Дене тәрбиесі балаларды біртіндеп қозғалыс элементтерін сапалы дұрыс жасауға икемдеп, олардың зейінін әдемі мәнерлі қимыл ырғағына негіздеп, белсенді ойындар мен жаттығулар жасауға қызығушылықтарын оятады. Осы жастағы топтар арасында бұрын балабақшаға бармаған балалар жиі кездеседі, сондықтанда топтағы балалардың даму деңгейі әр-түрлі болып келеді. Аталған топта жыл басында қалып қойған балаларды көппен бірге тарту мақсатында үлкен жеке жұмыс жүргізілуі қажет.

Дене шынықтырудың ұжымдық сабақтарында, ойын сәтінде, өз бетімен жұмыс жасау кезінде балаларда тәрбиешінің сөзбен айтып түсіндіргенін қабылдап үйрену тәрбиесі қалыптасады, олар тәрбиешінің көрсеткен тапсырмасын бірігіп орындап, барлығы бір қарқында тез, ептілікпен бірігіп қимылдауға ұмтылады.

4 жастағы балалар жалпы сап түзеп тұру кезінде өз орындарын тауып, ойын сәтінде қозғалыс кезінде қимылды тоқтатуды, немесе оны орындауға не қайталауға рұқсат күтіп қолдарынан келгенше бір-біріне кедергі жасамауға тырысады. Осы кез бірлескен еңбекке баулуға балаларды жолдастыққа, бір-біріне деген өзара жақсы қатынас құруларына тәрбиелеуге қолайлы кезең болып табылады. Төрт жастағы балалар үшін дене жаттығулардың ішінде жүгірудің орны айрықша болып келеді себебі бала денесі мен психологиясы ең қозғалмалы кезеңге кіре бастайды. Тәрбиеші педагог үшін ең бастысы бала денесіне шамадан тыс салмақ салмау болып табылады.

Дұрыс және мөлшерленген жағдайда жүгіру бала денсаулығын сақтаудың ең тиімді тәсілі. Жүгіру ағзаға қажет, өйткені, жүрек, асқазан, ішек, бауыр, бүйрек және басқа органдар үнемі қозғалыс жағдайында дамиды. Ал қозғалысты шектеу бұл ағза қызметтерінің жұмысының төмендеуіне әкеледі.

Жүгіру мен жүрудің үлкен айырмашылығы бар, мысалы, бала жүру үшін дене салмағының алға немесе артқа ауысуына байланысты денесінің тірек күші екі аяққа бөлініп, одан әрі қарай бір аяққа түсіп, қайтадан екі аяққа алмасып, кезектесіп отырады.

Ал баланың жүгірісі кезінде денесінің тірек күші аяқтың қатты серпілісіне байланысты екі аяқта бірдей жерден көтеріліп, аз уақыт болса да денесі кеңістікке көтеріліп ұшу қалпында болады. Бұл жағдайда денедегі барлық бұлшық еттер жиырылып, созылып, ширатыла түседі [179].

Бұл жастағылардың жүгіру тәжірибесі жүруге қарағанда аз болғанына қарамастан, қол мен аяқтың жақсы бірлесе жұмыс жасауы байқалады. Бірақ, жалпы алып қарағанда баланың жүгірісі өнімсіз, қол қозғалысы жігерсіз, қосымша қозғалыс көп, екі бүйіріне шайқалу, қолдарының арасын кең ашып, иыққа күш салып, алқына жүгіреді.

Жүгіру техникасын үйреткен кезде ең алдымен қол-аяқтың өзара дұрыс үйлесімді қимыл жасауын ескерген жөн.

Бұл жастағылардың жүгіру қарқыны бір қалыпты емес, бала ұсақ, ауыспалы адыммен әлсіз серпіліспен жүгіреді олардың жүгірісі көбіне тіке бір бағытта емес бұрылыстары көп болып келеді, шапшаңдықтары жетіспейді.

Сондықтан жүгіруге қатысты шеберлікті біртіндеп үйретіп тәрбиелеуге көп уақыт кетеді.

Сапалы жүгіруді үйрету барысында тапсырылған бағытта шашырап жүгіру, жолдағы заттарды айналып жүгіру, бірінің артынан бірі жүгіруді жаттықтыратын ойындарды қолдану қажет.

Жүгіру техникасын жетілдіруде төмендегі ұлттық ойындарды қолдану тиімді болып келеді: «Қарлығаш пен Қарға», «Кім жылдам?», «Қасқыр қақпан», «Аңшылар» т.б.

Қазақ балалары ішінде кеңінен танымал халық ойыны - «Қарлығаш пен Қарға» біздің жағдайымызда спорт алаңында ойналады. Ойын ережесі бойынша алаңға бір-бірінен қашықтығы 10-15 метрдей екі сызық сызылады.

Осы үлкен сызықтың дәл ортасынан бір-бірінен қашықтығы 1метр келетін екі кішкене сызық сызылады. Ойынға қатысатын балалар екі топқа бірі «қарлығаштар», екіншісі «қарғалар» болып бөлініп, осы кішкене сызық бойына біріне-бірі жауырындарын қаратып, әр топ өз сызықтары бойына қатар қарап тұрады.

Тәрбиешінің «қарлығаш» деген белгісі болса онда «қарғалар» қашады, ал «қарлығаштар» мақсаты «қарғаларды» үлкен сызыққа жеткізбей ұстап алуға тырысады. Егерде «қарға» белгісі берілсе, онда керісінше «қарғалар» қуады да, «қарлығаштар» қашады. Әрбір қуғаннан кейін ұсталып қалған ойыншылар ұстап алушылар қатарына қосылып ойнай береді [180].

Жүгіруге байланысты халық ойындары өте көп және жан-жақты. Келесі ойындардың бірі «Кім жылдам» деп аталады. Бұл ойынды спорт залда, далада, дайындық бөлмесінде өтуге болады. Ойын ережесі бойынша ойыншылар ойынға екі-екіден қатынасады. Ортаға шыққан екі бала бір-біріне арқасын беріп, екі жаққа қарап тұрады. Аяқтарының арасын иықтарының деңгейімен бірдей етіп ұстайды.

Тәрбиеші екеуінің аяғының арасына ұзын белбеу тастайды да «бір, екі, үш» деп санайды. «Үш» дегенде кім еңкейіп белбеуді бұрын алып қашады сол бала жеңімпаз болып саналады. Бұл ойын баланың өз денесін еркін меңгеріп, тез қимылдауын, аяқ бұлшық еті мен қол бұлшық етін шынықтырып, дамытады.

Ұлттық қимыл ойындарының қай-қайсысы болса да күшті, жылдамдықты, ептілікті және төзімділікті мейлінше жетілдіруге мүмкіндік береді, бірақ ойын жаттығулары сапалы түрде дамымаса балаға үйретілетін спорттық жаттығу элементтерінен құралған іс-әрекет сапасыз болып шығады [181].

Халқымыз бұрыннан-ақ бала тәрбиесіне, оның дене бітімінің дұрыс жетілуіне дәстүрлі жаттығулар қолданған. А. Құралұлының «Қазақ дәстүрлі мәдениетінің анықтамалығы» еңбегінде көрсеткендей [182] ойын жаттығуларының баланың салауатты өмір салтын қалыптастыруда атқарар орны ерекше.

Ғалым балаларды шынықтыратын жаттығуларды былайша топтаған: ауырлық көтеру, аяқ күшін сынасу, аяққа қоржын байлап жарыстыру, балтыр байқасу, бел күшін сынасу, еңбектеп жарысу, жаяу жарыстыру, жаяу көкпар тартқызу, жұдырық сермесу, иық қағыстыру, күрестіру, қол күрестіру, қол күшін сынастыру, маңдай сүзістіру, мойын сынасу, мықын итерісу, төс соғыстыру, тізе тақастыру. Осы аталған жаттығулар жас баланың денесінің дұрыс жетілуіне, күшті, шыдамды, төзімді өсуіне көмегі зор.

Жүгіріп ойнайтын халық ойындарына қарағанда секіріп ойналатын жаттығуларды ойын арқылы балаға үйрету күрделі жұмыс.

Төрт жастағы бала бір орнында тұрып алға қарай қос аяқтап, кішігірім биіктіктен еркін секіре алады.

Ең қарапайым секіріс бір орнында тұрып қашықтыққа секіргенді бала ұнатады. Бұрын бір орнында тұрып секірген кезде жерден аяқтарын сәл көтеріп секірсе, енді жер мен аяқ арасындағы биіктік үлкейген. Бірақ балалардың көпшілігі секіру кезінде жерге табанымен бірден қонулары байқалады.

Биіктіктен жерге секіргенде балалар өзіне сенімсіз секіреді, бар салмақтарын табанға салып жерге ауыр қонады.

Бір орнында тұрып ұзындыққа секіру кезінде кейбіреулерінде бір аяқпен күш ала секіру, кейде адымдап секірулері кездеседі.

Бұл жастағылар секіріс алдында қимыл-қозғалыстың дайындық сатысын жасауға талпынады., бірақ оның өзі жалпы қозғалыс серпілісі сипатында өтеді, нақты мақсатты бағыттағы секіруге арналған дайындығы жоқ екендігі көрінеді.

Секіріс сәтінде бала көбіне басын төмен жерге қарап қарғиды. Денесі алға қарай иіліп, жерге қону уақытындағы қозғалыс координациясы әлі өз кемеліне жетпеген, секірудің екінші кезеңі ұшу фазасынан кейіңгі меже жерге қонар алдында екі аяқты алға жіберіп, жерге бірінші бір аяғын, сосын келесі аяғын қойып, жерге ауыр қонулары байқалады.

Балаларды ұзындыққа секіртіп үйрету кезіндегі басты мақсат олардың жерге жеңіл қонып, аяқтарын тізеден бүгіп, сәл алға еңкейіп барып, денесін тіктеп үйренуді әдетке айналдыру. Жерге екі аяқты тіке жіберіп қонуға болмайды, ең бастысы бала бір уақытта екі аяғын бірдей жерді тебінуі арқылы, аяқтарын жерден ала көтерілуді үйренуі қажет, жерге қону сәтінде бала бірінші аяқтың ұшымен сосын барып өкшемен түсуіне үйреткен дұрыс.. Егер балаға тоқтамай 8-12 рет секіртіп қайталататын болса, онда баланың бар салмағын табанға салып жерге түсуі азайып, оның дұрыс секіре бастағанын байқауға болады.

Секіру түрлерін дұрыс меңгеру үшін оларға «Алакүшік», «Лақша секіру», «Кірпіше қарғу», «Ақ қоян», ойындарын ұсынған тиімді болып келеді. Бұл ойындарды балалар үйренгеннен кейін жарыс түрінде өткізіп байқау, балалардың секіру қабілеттерін одан әрі жетілдіреді.

Халық арасында кеңінен тараған дәстүрлі балалар ойындарының бірі «Алакүшік». Ойынды спорт залда, дайындық бөлмесінде ойнатамыз. Ойынға топтағы барлық балалар қатысады. Тәрбиеші жиналған баланың бәрін топтастырып, біреуін « алакүшік» етіп белгілейді. Олар «Алакүшіктің» назарын өздеріне аудару үшін қос аяқтап, бір аяқпен секіріп қашады. Ал «Алакүшік» ойнаушы балалардың біреуін қолға түсіруге тиіс. Қолға түскен ойыншы «Алакүшік» болады да, бұрыңғы «Алакүшік» болған ойыншы, енді ойыншылар қатарына қосылады [183]. «Алакүшік» ойыны баланы жылдамдыққа, шыдамдылыққа, тез шешім қабылдай білуге, сергектікке баулиды.

Біздің ұсынып отырған ұлттық ойындар баланың аяқ, қол, бел омыртқасын бекіту үшін қолайлы жаттығулар негізінде құрылған. Осы жерде бір ескеретін жағдай биіктіктен төмен секіртіп ойнауды жиі қолданбаған дұрыс, себебі баланың табаны әлі бекімеген.

Секіріс барысында балалар екі қолды сермеп, күш ала секіруді үйренулері керек, ал жерге қонған кезде қолдарының қалпына көңіл бөліп ескерту жасаудың қажеті жоқ тек жерге дұрыс қонуға мән берілсе жеткілікті.

Келесі қарастыратын мәселеміз **еңбектеу және өрмелеуге** арналған ұлттық ойындар негізінде 4 жасарлармен жаттығу сағаттарын өткізу.

Төрт жастағы балалар еңбектеп жаттығуды ойын кезінде кеңінен қолданады. Төрт тағандап еңбектеу сәтінде олар әр түрлі әдіс-тәсілдерді пайдаланады. Бұл жастағы баланың қимыл-қозғалысы сенімді, епті. Олар бар ынтасымен еңбектеп жарысқанды қызық көреді. Оларға «Балықтар» ойынын осы кезде ойнату тиімді болып келеді.

Кейбір ойындарда мысалы «Тұтқын алу» ойынында еңбектеу өте төмеңгі биіктіктегі орындық астынан өту, немесе сол орындықтың үстінен еңбектеп өту қолданылады, көпшілік балалар бұл тапсырманы жақсы орындап шығады.

Еңбектеу қозғалысы үшін бұл жастағы балалар үшін арнайы жаттығулар ұсынбаса да болады.

Еңбектеуге арналған жаттығуларды ұлттық ойындарға бейімдеп өткізу сәтінде педагог балаларға қозғалысты қай жерден бастап, қай сәтте аяқтауы қажеттігін дұрыстап түсіндіреді.

Балалар ойын алаңындағы еңбектеуге арналған бөгеттерге 2-3 қадам жетпей, одан еңбектеп шыққаннан кейін де осындай қашықтықта әрі қарай еңбектеп алаңнан шығып кеткені дұрыс.

Ойын алаңына кіретін және шығатын жерден меже сызығы белгіленуі керек оны бормен сызып, ағаш рейка қойып, немесе жіппен, ойыншықтармен белгілеуге болады.

Еңбектеуге арналған ұлттық ойын түрлеріне спорттық жаттығу элементтерін араластыра қолдану да тиімді болып келеді. Еңбектеп жаттығуға үйрететін ойындарға барлық баланы бірден қатыстырып не болмаса бірнеше топқа бөліп ойнатуға тиімді болады. Бұл жастағы балалар үшін жоғары өрмелеу біршама күрделі тапсырма болып келеді.

Өрмелеу дағдысын жетілдіретін ұлттық ойындарға «Бұғнай» және «Тұтқын алу» ойындары тиімді болып келеді. Алдымен балаларға жайлап, еркін қарқынмен өрмелеуді үйреткен тиімді, соңынан өрмелеу түрлерін күрделендіре түсіру қажет. Осылай ету баланың өз қимыл-қозғалысына деген сенімділігін арттырып, тапсырманы дүрыс орындауға септігін тигізеді.

Өрмелеу жаттығулары енгізілген ойындар еркін сипатта өткізіледі. Балаларға екі қолмен қабырғадағы гимнастикалық жаттығу құралынан қалай ұстау қажет екендігі, екі аяқты қалай қойып жылжытатындығы көрсетіліп, түсіндіріледі. Басында балалар үлкен емес биіктікке өрмелейді.

Гимнастикалық бөрене, немесе орындық үстінде балаға өрмелеуді орындату күрделі жаттығу түріне жатады, бұл тепе-теңдікті сақтай отырып қозғалуды қажет етеді. Бұл жаттығуларды балалар басында бір-бірден орындайды.

Бала ұзын ағаш орындықтың басына келіп, еңкейіп екі қолын орындыққа тіреп, бірінші бір аяғының, екінші келесі аяғының тізесін қойып төрт тағандап еңбектейді. Ұзын орындықтың соңына дейін жеткен бала, денесін тіке көтеріп, орындық үстінен түседі.

Ойынның жаттығу элементтерін орындау кезінде балаларды қызықтыру мақсатында орындықтың келесі басына ойыншық қойып, соны алып келуді тапсыруға да болады.

Төрт жастағы балаларға **лақтыру, қағып алу және домалату** жаттығуларын үйрету.

Лақтыру, қағып алу, домалату ойындары өмірде көп кездесетін қозғалыс түрлеріне жатады. Лақтыру, қағып алу, домалату белгілі бір затты немесе заттарды қолдану арқылы іске асады. Заттардың үлкен-кішілігі,олардың жұмсақ -қаттылығы баланың лақтыру, қағып алу, домалату дағдыларын меңгеруі кезінде үлкен мәнге ие болады. Балалар алдымен қолданылатын заттарды қолдарымен ұстап, саусақтарымен сезініп олардың салмақтарының мөлшерін, көлемдерінің үлкен-кішілігін байқауы үйретуге дейінгі орындалатын алғы жаттығуларының негізгісі болып табылады.

Балалар өздерінің білген дәрежелері мөлшерінде бастапқы дайындық сәтін қалыптастырады, лақтыру сәтіндегі баланың тұрысы бейжай, лақтырған нәрсесінің бағыты мен қашықтығына мән бермейді. Қолдарының құлаштауы мен лақтыруы әлсіз болып келеді, көбіне құлаштау мен лақтыру арасында ұзақ үзіліс жасалып барып зат қолдан шығарылады. Балалар лақтыру нысанына қарай жақындауға ұмтылады. Бұл келтірілген мысалдар балабақшадағы тәжірибеден алынды.

Төрт жастағы баладан допты дәлдеп алысқа лақтыру мен дұрыс қағып алуды талап ету әлі ерте. Ең бастысы ойын сәтінде баланың еркін қимылдауына жағдай жасап, олардың допты ұстауы, лақтыруы, тастауы, бір орнынан алып келесі жерге қоюы сияқты әдеттің қалыптасуына жағдай жасап қадағалау болып табылады.

Доппен, немесе белгілі бір ойын құралымен ойналатын ойын сәтінде лақтыру, домалату, қағып алу т.б. қимылдарды балаларды екі-екіден топтап өткізген тиімді. Ұлттық ойындардың көпшілігінде, мысалы: «Алтын сақа», «Тұмақ ұру», «Бестас», «Ақшымшық», ойындарына топтағы барлық бала қатыстырылып ойналады. Лақтыру және қағып алуға ұсынатын ұлттық ойындардағы ойын құралы ретінде көбіне асықты, допты пайдаланамыз.

Қозғалмалы ойын түріне жататын «Асық» ойыны балалардың арасында кең тараған. Ертеден келе жатқан бұл ойын ұрпақтан-ұрпаққа ауысып келеді. Қазіргі кездің өзінде бұл ойынның бірнеше түрлері бар. Олар: «Хан», «Киім алғыш», «Арқалампай», «Бестабан» тағы басқалары [184]. Ойын бастамас бұрын балаға допты жоғары лақтырып, қашықтыққа құлаштап лақтырып, қағып алып, допты төмен жермен домалатып, допты секіртіп қағып алуды үйрету қажет. Бұл жаттығулар сәтінде бала допты тым жоғары лақтырмай қағып алып, жерге допты қолдың күшін пайдаланып ұрып, доптың жерден жоғары қайта ыршыған кезінде ұстаудың түрлері алдымен үйретіледі. Біртіндеп балалар бұл әрекеттерді қайталау кезінде еркін қатесіз орындауға машықтана бастайды.

Жоғарыға лақтырылған затты қайта қағып алу төрт жастағы бала үшін күрделі қиын жұмыс болып келеді. Басында тәрбиеші баланың бәрін бір шеңбер бойымен тұрғызып өзі шеңбер ортасына тұрып, балаларға допты кезекпе-кезек лақтырып береді, балаға допты қағып алып қайта тәрбиешіге лақтырып береді. Осылай жаттыққаннан соң балаларды екі-екіге бөліп араларын 1-2 метр қашықтыққа алшақтатып бір-біріне допты лақтыртып, қағып алып ойнатады. Осы әдіспен балаларға допты жоғары – төмен лақтыртып үйретеді.

Сабақ барысында нысананы көздеп алысқа лақтыруға көп уақыт бөлінбейді. Негізінен алғанда белгіленген бағытқа қарай тура лақтыруды меңгеру іске асырылады. Тәрбиеші жәшікке не болмаса сандыққа 1-2 метр қашықтықтан допты астынан немесе кеудесінен итеріп лақтыруды көрсетіп ойнату да жақсы нәтиже береді. Сонымен қатар үлкен допты қос қолмен, басынан асыра лақтыруды орындату дәлдікке үйренуіне көмектеседі.

Алысқа лақтыруды бала еркін орындауы керек, тәрбиеші қолды денені лақтыру кезінде қалай ұстау керектігін көрсетеді. Бұл жерде еске сақтайтын нәрсе бала допты төмен лақтырмай, қолын созып құлаштап жоғары лақтырғаны дұрыс, сонда доптың ұшу жолы көбейіп ұзарады. Төрт жасар балалар үшін затты екі қолымен де лақтыра білуді үйрете бастаған пайдалы болып келеді. **Тепе-теңдікті** сақтауға арналған ойындарды ойнату әдістері.

Төрт жасар балалар алдын-ала белгіленген сызықпен жүру, жүгіру, тақтай үстінен жүру, жүгіруді еркін меңгере бастайды. Бұл жастағылар үшін тепе-теңдікті қажет ететін ойындар қызықты болып келеді, олар мұндай ойындарды бар ынталарымен орындауға тырысады.

Ұлттық ойынның ішінде «Аш қасқыр» ойынында бір аяқтап тұрып ойнағанды балалар қызық көреді. Тепе-теңдік жаттығуларын ұлттық ойын элементтерін енгізе отырып ойнау сәтінде балалар денесінің қалыпты жағдайы тез өзгеріп тез отырып, тез тұру, жату, отыру, екі қолын екі жаққа жіберіп адымдап жүру, жүріп бара жатып төмен қос аяқты бүгіп отырып барып қайта тұрып жүріп кету жаттығуларын алмастырып беру ойынның қызықты болуына көмектеседі.

Бұл жастағы балалар жіптердің арасымен денесін жіпке тигізбей жүруге, әр түрлі бөгеттерден тепе-теңдік қалыптарын сақтап өтуге қызығушылық танытады. Балалар жіптің үстінен басып жүріп немесе бөрене үстінде екі қол теңдігін сақтай отырып қозғалуды еркін меңгере бастайды. Төрт жастағы балалар бір мезгілде денесін дұрыс ұстауын қадағалаумен қатар тепе-теңдігін сақтап жүруді орындауы көбіне қиынға соғады. Сондықтан алғашқы кездерде олардан дұрыс тіке жүрудің ережесін талап етудің қажеті жоқ, бірақ бастарын төмен түсірмей алдына қарап жүруді ескертіп отырған жөн.

Тепе-теңдікті сақтауды қалыпты әдетке айналдыру үшін дәстүрлі: «Аш қасқыр», «Ат үстіндегі тартыс», «Жаяу тартыс», «Бала қуу», «Тепе-теңдік» халық ойындарын ұсынған тиімді.

Тепе-теңдік қаблетті дамытуға арналған ойындар кезінде балалар бірінен кейін бірі белгілі ара қашықтықты сақтап, бір-біріне кедергі жасамай ойнауларын қадағалау қажет. Бұл топтағы балаларға тепе-теңдікті сақтауға арналған ойындармен қатар аяқ, қол дене бұлшық еттерін қатайтып күшін дамыту мақсатында қазақтың дәстүрлі ойындары «Қармақ», «Бөрік теппек», «Үлек пен тайлақ», «Алакүшік», «Доп тебу», ойындарын ойнату баланың жалпы дамуына жақсы әсер етеді.

Төрт жастағылар үшін қимыл-қозғалыс ойындарын дене шынықтыру сабағының барлық кезеңдерінде сабақ мақсатына сай таңдап өткізуге болады. Қозғалмалы ұлттық ойындар «Қоян қашты», «Жасырынбақ», «Шалма тастау», «Айгөлек», «Көген тартыс», ойындарын лайықтап мазмұнын өзгертіп ойнатуға болады. Сабаққа дайындалу сәтінде тәрбиеші барлық баланы ойынға белсенді қамту үшін олардың ойын сәтіндегі жауапкершілігін, ойын тәртібін, кімнің қандай міндет атқаратынын түсіндіреді.

Ойын барысында балаларға орындауларына күрделі деген жаттығуларды тәрбиеші бірнеше рет қайталатып көрсетіп түсіндіреді. Ойын сәтінде балаға жеке демеу көрсетіліп, көмектесуде қажет.

Ұлттық ойындарды ұйымдастыру кезінде балалардың ойын кезінде орындауға қажетті қимыл-қозғалыс әрекеттерінің, ойын мазмұнының нақты орындалуының міндетті емес екендігін ескертеміз.

Тәрбиеші ойын элементтерін, ондағы жасалатын қимыл-қозғалыс жаттығуларын қарапайымнан күрделіге қарай жүйелі түрде орналастыра отырып үйреткенде балалардың орындауына жақсы жағдай жасалады.

Төрт жасарлар үшін дене шынықтыру сабағы аптасына екі рет, бір сабақты екі рет қайталау арқылы өткізіледі.

Күрделі ойын элементтерінен тұратын жаттығу тапсырмаларына екі ай өткен соң қайта оралуға болады. Бұндай жағдайда ойын қозғалысының негізгі түрлерін қайталаған дұрыс. Сабақтың кіріспе және қорытынды бөлімдеріне тәрбиеші өзі өзгерістер енгізіп өткізуіне де болады.

Ең бастысы сабақтың кіріспе бөлімі қызықты, баланың көңіл күйін серпілтетіндей болуы қажет.

Балалар үшін таза ауадағы, далада ойнайтын ойындарды ұйымдастыру сабақтардың ішіндегі ең пайдалысы болып келеді.

Далада ойналатын ұлттық ойындар ұйымдастыру жағынан мазмұны мен әдісі тұрғысынан әр түрлі болып келеді. 4 жастағы бала ойын кезіндегі қимыл-қозғалыстың барлығына өзі қатысып орындағанды жақсы көреді. Бала үшін қимыл-қозғалыстың сапасы емес, ойынның мазмұны қызықты болып келеді.

Төрт жастағы балалардың дене шынықтыру сабағын ұлттық ойындарды енгізу арқылы өткізуді қалыпты жүйеге айналдырғанда баланың өмірге қажетті қозғалыс дағдыларының қалыптасуына, баланың ұлттық дәстүрлерді ойын арқылы танып білуіне жол ашатындығы белгілі болды.

Бала денсаулығына пайдалы әдет пен дағды қалыптасып белсенді өмір салтына, спортқа, дене тәрбиесіне деген дұрыс көзқарас пен қызығушылық тәрбиеленеді. Дене шынықтыруды бала өмірінің қажеттілігіне айналдыру арқылы болашақта салауатты өмір салтын құрудың негізін қалау болып табылады.

**2.4 Бес жастағы балалардың ұлттық ойындар негізінде балабақшадағы дене шынықтыру сабағында тәрбиелеудің мазмұны   
 мен әдістемесі**

Бес жастағы баланың дене-күш қабілеттері, қозғалыс дағдылары 3-4 жастағы балаларға қарағанда көп айырмашылықтары бар бұл жастағы балалардың ойлау қабілеттері жақсы жетілгендіктен олардың күрделі ойындарды ойнауға ұмтылыстары жиі байқалады.

Бес жастағылардың ойынға деген ұмтылысы өзіндік ерекшелігімен дараланып көрініс береді. Бұл жастағы балалар өзінің іс-әрекетін басқалардың әрекетімен бірлестіре орындап, ойын барысындағы ортақ мақсатқа ұмтылысы қалыптасады.

Бұл кезде балалар арасында достық қарым-қатынас қалыптасып, бір-біріне көмектесу сезімі дамиды.

Балаларда қимыл-қозғалыс әрекетін қиялынан ойлап тауып ойнау дағдылары көрініс бере бастайды. Олар өздерінің күш деңгейін, шынайы мүмкіндігін білмесе де кез-келген қимыл-қозғалысқа арналған тапсырманы орындауға талаптанады. Бес жастағы баланың көру, есту, сезіну, есте сақтау қасиеттері жақсы даму кезеңінде болады [185].

Бала қимыл-қозғалыс түрлерін жақсы ажыратады, олардың кейбір элементтерін нақты айыра біледі. Бұл жастағы бала өзінің қимыл-қарекетінің сапасын бағалап, талдау жасау қабілеттілігі жетілу үстінде. Бұның барлығы баланың алдын-ала ойланып өз еркімен жасайтын еркін қимыл-қозғалысын туғызады.

Қимыл-қозғалыс ептілігі мен дағдысын әрі қарай өрістету баланың денесінің даму деңгейімен байланысты.

Дененің өз дәрежесінде сапалы шынығуы күнделікті тұрақты жаттығудың арқасында жүзеге асады. Нәтижесінде баланың қозғалыс мүмкіндігі кеңейіп, денесінің күші артып, психологиялық тұрғыдан күрделі қимыл-қозғалыс әрекетін орындауға дайын болып, күш жігері артады.

Ойын сәтінде баланың қимыл-қозғалыс әрекетінде жаңа әдіс-тәсілдерді тануға, оны меңгеріп, бекітуге деген ұмтылысы оянады да қимыл-қозғалыстың тұрақты қажеттілігі қалыптасып, жұмыс жасау қабілеті артып, бала денесінің шымырлығы мен шынығуы артады.

Осы кезеңдегі ең басты мақсат балаға ұлттық ойынның пайдасы мен қажеттілігі туралы түсінігін кеңейтіп оның ойнауға деген қызығушылығын тудыру болып табылады.

Дене шынықтыру сабағын өткізу барысында жаттығу элементтерін ұлттық ойындар арқылы игеруіне көңіл бөлеміз және баланы ептілікке, шыдамдылыққа баулуды ұлттық ойындар арқылы тәрбиелейміз жолдарын қарастырамыз.

Дене шынықтыру сағатын өткізу барысындағы барлық жағдайда баладан ұйымшылдықты, достық қарым-қатынасты сақтап ойнауға әдеттендіруді қалыптастыру маңызды жұмыс болып табылады.

Ойын кезінде жүгіру барысында балалардың кеңістіктегі бағыт-бағдарларын мөлшерлеулері жақсы дами бастайды, сондықтанда осы кезде топ болып ойнайтын қозғалмалы ойындарды ойнауға үлкен мүмкіндіктер бар. Осы жастағыларға қозғалмалы ұлттық ойындар ішінен: «Аш қасқыр», «Жүйріктер жеңеді», «Жаяу жарыс», «Қап киіп жарысу» ойындарын ойнау тиімді болып келеді.

Жүгіру дағдысын жақсартатын ойындарының бірі - «Аш қасқыр». Ойынға топтағы барлық бала қатысады. Ойыншылар арасынан бір баланы «аш қасқыр» деп белгілейді. Белгіленген алаң ортасында ойыншылар «аш қасқырға» жеткізбей қашып жүрулері керек. «Аш қасқырдың» мақсаты алаң ішіндегі ойыншылардың біріне қолын тигізуі қажет.

Ұсталып қалған бала «аш қасқырға» айналады да, өзі ойыншыларды қууға кіріседі. Осылайша «аш қасқырлық» ауысып ойын әрі қарай жалғасады [186].

Балаға жүгірудің сапасын жақсарту мақсатында «Жаяу жарыс» ойынын ойнатуға болады. Дұрыс жүгірудің түрлерін көрсетіп, түсіндіре тұрып баладан тапсырманы нақты сол деңгейде орындауды талап етудің қажеттігі жоқ себебі бала ойын кезінде бар ынтасымен ойын тәртібін орындауға көңіл бөлгендіктен жүгіру сапасына ден қоймайды.

Ең бастысы жүгірудің сапалық қасиеттері: жүгіру кезінде өзін еркін ұстау мен табиғилық, денесін жеңіл сезіну, жәй жүгіріс пен шапшаң жүгіруді меңгерту болып табылады. Жүгіру қабілетін дамытуға қазақтың ұлттық «Жүйріктер жеңеді» ойынын ойнату тиімді екендігін көрсетті. Бұл ойында балалар белгіленген қашықтықты жылдам және баяу қарқынмен жүгіруге дағдыланады. Балалардың жүгіру дағдысын меңгеру сапасына қарай жүгіретін қашықтық ұзара береді. Жарты жыл өткен соң бұл ара қашықтық 100 метрге дейін ұзартылуы мүмкін. Бес жастағылар үшін «Жаяу жарыс», «Жүйріктер жеңеді», «Кім жылдам», «Қап киіп жарысу» ойындарын ойнату тиімді.

Бес жастағы балалар **бір орнында тұрып секіру, ұзындыққа секіру, бөгеттен секіріп өтуді** ары қарай жетілдіре береді. Секіру сәтіндегі жерге жеңіл қонуды одан әрі игерумен қатар, баланың секіруге дайындық кезіндегі денесін дұрыс ұстап тұруы, жерден аяқпен күш алуымен қатар қолдарын секіру кезінде сермеу үндестігінің дұрыс қалыптасуы жетілдіре береді.

Ұстаздың секіруді үйрету кезіндегі ең көп көңіл бөлетін және баланың дұрыс орындауын талап ететін тапсырмасы баланың жерге аяқтарының ұшымен түсуі және сол кезде аяқты тізеден бүгіп дененің жерге жұмсақ қоныуын үйрету болып табылады.

Жерге жұмсақ қонуды үйретуге «Қарғымақ», «Кірпіше қарғу» мен «Лақша секіру» ойындарын ойнату тиімді. Ойынды ойнау сәтінде балаға екі тізені бүгіп, жерден аяқтарымен күш ала тебінуі арқылы жасалатын секірістің жеңіл болатындығын айтып және көрсетіп түсіндіру керек.

Бес жастағы балаларға бір аяқпен алға тебіну арқылы ұзындыққа секірту дағдысын жетілдіріп меңгерте бастау қажет. Алғашқы бір аяқтап секіру үлкен нәтиже бермейді, себебі баланың көпшілігі тізеден аяқты қатты бүгіп, алға қарай бүкшеңдей еңкейіп, салмақты беліне салып жібереді. Бірте-бірте балалар жайлап бір аяқтап онша биік емес деңгейде бір қалыпты секірісті аяқты тізеден жартылай бүгіп, аяқтың басымен жерден күш ала секіруді меңгереді. Уақыт өте келе баланың бір аяқпен алға қарай ұмсына секіру қабілеті күшейеді. Ойын кезінде әр бала қанша секіргісі келеді, сонша секіреді, оған шектік қоймаймыз. Секіруді оң және сол аяқпен орындап үйренуді меңгерту болашақта өмірде өте қажет дағды болып табылады.

Бес жастағы балаларға биіктікке секіруді 20-30 сантиметр биіктіктен бастап ұлғайта беру тиімді себебі балалар алғашқы биіктікке секірісін жақсы орындаса оларға өзіне деген сенім кіреді.

Бес жасқа толған балалардың барлығы дерлік бір орнынан ұзындыққа секіруді қос аяқтап жерден тебіне секіре алады. Бұндай секіріс кезінде қолдарын құлаштап өздерін демеуді де біледі.

Бірақ қолдарын құлаштап алға жіберіп, аяқты жерден көтеріп күш алу арасындағы үндестік байланысы нашар болып келеді. Сондықтан балалар қолдарын алға-артқа сермелеп құлаштауды жерден тебіну кезінде бірлесе жасап үйренуі қажет.

Бес жастағы балалар **еңбектеудің** барлық түрін еркін меңгеру сатысына жете бастайды. Осы кездегі берілетін негізгі еңбектеу түрлері төрттағандап еңбектеу, ішіне жатып еңбектеу, өрге және төмен қарай еңбектеу, тепе-теңдікті сақтауға арналған еңбектеу түрлері.

Еңбектеп ойнайтын ойындарға «Бұғынай», «Балықтар», «Өрмекші», «Сиқырлы таяқ» ойындарын ойнатып дағдыландырған тиімді.

Ұлттық ойындар арқылы еңбектеу дағдысын дұрыс меңгерту үшін ойнату сәтінде көптеген ойын құралдары орындық, баспалдақ, доп, ағаш тақтай т.б. пайдалану сабақтың сапасын арттырады.

Бес жасқа толған баланың қозғалыс дағдысының жақсы дамуы, дене күшінің көбеюі оның лақтыру және қағып алу қабілетін жақсарта түседі.. Лақтыру және қағып алу жаттығуларын қазақ халқының ұлттық ойындары «Алшы», «Қағып ал», «Хан ату», «Тұмақ ұру», «Карагие» арқылы ойнатып, дағдыландырған тиімді болып келеді. Бұл жастағы балалар қолдарындағы затты бір және екі екі қолдарымен белгілі бір бағытта нысанаға бағыттап жаттығуды үйрене бастайды.

Бұл дағдыларды жаттықтыру үшін асықпен ойналатын «Алшы», «Хан ату», ойындарын дене шынықтыру сабағына енгіземіз.

Тәрбиеші бұл ойындарға ер балалар мен қыз балаларды араластыра ойнатады. Ойын барысында тәрбиеші бала саусақтарының дұрыс қимыл-қозғалыста болуын назарынан тыс қалдырмауы қажет, яғни бес саусақ белсенділігінің артуын бақылайды.

Допты жерге домалату, межеге жеткізу, лақтырып қағып алуды «Карагие» ойыны арқылы жаттықтырып үйренеміз. Бес жасарлар ұшып келе жатқан допты бұрыңғыдан сенімді қағып алуға тырысады. Осы жастағы балалар допты бір-біріне дәл беріп, қорықпай қағып алуды меңгеруі қажет. Оны жаттығу үшін халық ойыны «Қағып ал» ойнатылады.

Балалар осы жаста екі қолымен допты басынан асыра лақтыруға жаттығады. Спорттық жаттығудың бұл әдісін халық ойындары «Тұмақ ұру» арқылы балаларды дағдыландырамыз. Допты лақтырушы лақтыру бағытына қарап тұрып, бір аяғын алға екінші аяғын артқа алшақ қоя тұрып доп ұстаған қолын басынан артқа асыра сәл бүгіп, шынтағын алға жіберіп допты саусақтарын аша нық ұстап алға қарай допты лақтыруды меңгертеміз.

Допты басынан асыра алысқа лақтыртып үйретіп керек емес, жаттығу сапасы төмендеп кетеді. Белгілі нысанаға лақтыру мен алысқа лақтыру жаттығуларын «Карагие» ойыны арқылы үйренеміз.

Бес жастағы бала нысанаға немесе алысқа сермеп лақтыру кезінде денесін өзі ойлағандай еркін ұстап, дайындалады.

Баланың құлаштап сермеу мен лақтыру арасындағы байланысы осы жаттығуды көп рет қайталаған жағдайда жақсарады.

Бес жастағы баланың қозғалыс координациясының жақсарып, өз тұлғасын нақты бақылау қабілетінің жетілуі **тепе-теңдік** жаттығуларын бұрыңғыдан да күрделендіріп үйрету мақсатын қояды. Тепе-теңдік қабілетті ары қарай жетілдіре беру мақсатында спорттық құралдар-жабдықтарды кеңінен пайдаланумен қатар халық ойындары «Тартыс», «Теке тірес», «Қырықаяқ», «Көген тартыс», «Тең көтеру» балалардың осы қабілеттерін жетілдіруге үлкен пайдасы бар. Бұл ойындар баланың кеңістіктегі бағыт-бағдарды анықтауын, тұлғасының қозғалысын жылдам өзгертуді (тұру, отыру, еңкею, жату, т.б.) күтпеген сәтте денесін тез тепе-теңдік қалпында сақтауға әдеттендіреді.

Ойын барысындағы тепе-теңдікті сақтау жаттығулары баладан үлкен көңіл бөлуді, жинақталып зейін қоюды талап етеді. Ойын ойналып жатқан сәтте тәрбиеші бір қалыпты анық дауыспен балаға күш бере сөзбен көмектесіп, оның тапсырманы дұрыс нақты жасауына жағдай жасайды.

Бес жасқа толған баладан **жалпы даму** жаттығу элементтері бар ойындарды ойнау барысындағы дұрыс қимыл-қозғалыс жасау талабы бұрыңғыдан өседі. Негізінен алып қарағанда бұл топтамадағы жаттығуларды іріктеу кезінде баланың барлық дене мүшелеріне әсер ете алатын ойын түрлерін таңдаған жөн оларға қазақтың халық ойыны «Табақ алып қашу немесе мүше алып қашу», «Ақ сүйек», «Дүмпілдек» ойындарын бес жасарларға лайықтап ойнатуға болады.

Жалпы даму жаттығуларын ұлттық ойынға енгізіп ойнатуда ойын құралдары сүйек, ағаш, тақтай, таяқ т.б. заттар пайдаланылады.

Ойын негізінде үйретілетін жаттығулар белгілі бір нәтижеге жетуді көздеп жасалады, сондықтан ойын ережесі мен алдына қойған мақсаты нақты бір қозғалысты дағдыға айналдыруды, сол арқылы дене мүшелерін дамытып шынықтыруды көздейді.

Бес жастағылар арасында ойынды жарыс сипатында өткізуге де болады, бастысы жарысу сәтінде бала тапсырылған қимыл-қозғалысты түрлерін дәл дұрыс орындағаны жөн. Ойын барысындағы баланың жеткен жетістігін әділетті бағалап үлгі етіп көрсету ұстаздың жұмысының табысты болуына көмектеседі әрі сабақтың сапасын арттырады.

Ережесі бар өзіндік мазмұнымен бейнеленетін ұлттық қимыл-қозғалыс ойындарын дене шынықтыру сабағының барлық бөліміне енгізіліп пайдалануға болады. Бұл жерде көңіл аударатын жағдай бала белсенділігінің біртіндеп ұлғайып денеге түсетін физиологиялық күш сабақтың кіріспе бөлімінен басталып бірте-бірте ұлғайып күрделендіре беруге болатындығы. Сабақтың қорытынды бөлімінде бала өзін еркін ұстап, ұзағырақ демалып ойнайтын жай қимылды ойындар ойнаған жөн. Бес жасарлар үшін халық ойындары: «Етек-етек», «Ортаға түспек», «Бөрік жасырмақ», «Шалма тастау», «Жасырынбақ» ойындарын ойнату тиімді.

Бала спорттық құрал жабдықтармен ойнамас бұрын онымен танысып, ұстап көріп үйренгеннен кейін барып қана ойынға қолдану тиімді болып келеді.

Негізгі қимыл-қозғалысты сабақ басында бір балаға орындатып көрсетіп үйреткен тәрбиеші үшін тиімді, басқа балалар үйреніп жатқан балаға қарап дұрыс жасау жолын көріп талдау жасауына мүмкіндігі болады. Жаттығуды жекелей әр баламен игергеннен кейін жалпылама барлығына бірдей, немесе бірнеше топқа бөліп жасатса, қозғалыс белсенділігі артады.

Жаңа жаттығу элементін баланың бұрын үйренген қимылымен байланыстыра, бекіте отырып үйрету керек.

Қимыл-қозғалысты меңгеру оны бірнеше рет қайталап, бекіткеннен кейін бір сабақ үстінде емес бірнеше сабақта дағдыландырып, жетілдіреді. Сабақта баланың қозғалыс белсенділігін арттыру үшін бірнеше жаттығудан құрастырылған біртұтас жаттығуды ойынға енгізу күрделі қозғалыс дағдыларын меңгеруге үйретеді [187].

Бес жастағы баланың берілген тапсырманы дұрыс орындауға деген ұмтылысы жақсы болып келеді, бала жақсы атқарған жұмысына мақтаныш сезіммен қарайды, сондықтан осы кезеңде баланың жақсы жақтарын айтып мақтап отыру баланың ынтасын арттыруға көмектеседі.

Егер бала жаттығуды орындауды қиынсынса, бірге орындағаны жөн. Тәрбиеші баланың денесінен демеп көмектесіп, қауыпсыздық ережесін сақтау жолдарын ұйымдастырады. Балаға орындауына күрделі жаттығуды жасау барысында оған көмектесу мақсатында тәрбиеші балаға тағы да жеткізе түсіндіріп, бірге орындау, жаттығуды меңгеру уақытын үнемдейді.

Ұлттық ойындарды ұйымдастырып ойнау барысында бала физиологиялық -эмоцияналдық тұрғыдан үлкен әсер алып көбірек қозғалып аз тұрулары қажет [188]. Сабақтың қорытынды бөлімін жәй қозғалатын ойынмен немесе жүріп демалып аяқтауға болады. Бес жасарлар тобында бір сабақтың мазмұнын 1 апта бойы қайталау үйренген жаңа жаттығуларын бекітуге тиімді болып келеді. Егер балалар қимыл-қозғалыс жаттығу түрін меңгере алмаса, келесі аптаға да созылып жалғаса береді. Бұндай жағдайда оқу жоспарына бұрыңғы үйрене алмай жатқан жалпы даму жаттығуларымен бірге жаңа қозғалмалы ұлттық ойындар енгізіледі де, сабақтың ұйымдастыру әдісі өзгертіледі.

Кіріспе дайындық бөлімінде жүгіру, жүру, жалпы даму жаттығуларына ұсынған ұлттық ойындарды ойнатуға болады. Бұл ұлттық ойындар бала ағзасын алдағы қозғалыс қызметіне дайындап, сабақтың негізгі бөліміндегі тапсырманы ойдағыдай орындауға психологиялық-физиологиялық тұрғыда дайындайды [189].

Біздің ұсынып отырған ұлттық ойындарымыздың қай түрін алып қарасақта бала азғасының жоғарғы деңгейде жұмыс жасау қабілетін арттыруға бағытталған. Бұл жердегі маңызды фактор сабақтың басынан аяғына дейінгі бала қозғалысының белсенділігін қамтамасыз етуді ұйымдастыру болып табылады. Ұлттық ойындар мен спорттық жаттығулар байланысын біртіндеп арттыра отырып қарапайым қозғалыстан күрделі қимыл орындау деңгейіне дейін жоғарылату сабақтың тиімділігін арттырады.

Бес жастағы балалардың дене дайындығы дамулары әртүрлі болып келеді сондықтан әр балаға дара қарым-қатынас жасау тиімді болып келеді. Бұл жерде денесі жақсы шынықпаған балаларға ерекше көңіл бөлініп оларға көмектесіп қолдау көрсету, сонымен қатар дене күші жақсы шымыр, пысық баланың да тәуелсіздігі мен ынтасын арттыруға көңіл бөлу қажет.

**3. ТӘЖІРИБЕЛІК - ЭКСПЕРИМЕНТТІК ЖҰМЫС НӘТИЖЕЛЕРІ**

**3.1. Ғылыми зерттеуді ұйымдастыру**

Біздің ғылыми ізденісіміздің негізгі мақсаты мектеп жасына дейінгі балабақшаларында тәрбиеленетін 3-5 жас аралығындағы балаларға өткізілетін дене шынықтыру сабағында дене күш дағдыларын ұлттық ойындар негізінде дамыту болып табылады. Осы мақсатқа байланысты ұлттық ойындарды дене тәрбиесі сабағының құрамды бөлшегі ретінде пайдалануды теориялық жағынан негіздеп, сабақты өткізудің әдістемелік жолдарын көрсету. Эксперименттік жағдайда 3-5 жас аралығындағы балаларға үйретіп, өткізуге болатын ұлттық ойындардың балалардың қозғалыс дағдылары және дене шынықтыруына әсері және балалардың рухани дамуына тигізетін пайдалы әсерлеріне тоқталып, ұлттық ойындарды балабақшаларда тұрақты дене тәрбиесі сабағына енгізудің нұсқауларын жасау болды.

Алға қойған мақсатымызға жету үшін зерттеу тәжірибемізді 3 кезеңге бөліп жүргіздік. Әр кезеңде тиісті әдістемелерді пайдалана отырып, нақты міндеттерді шешу шарттары қойылды. Бастапқы ұйымдастыру кезеңінде тәжірибе жүргізетін мектеп жасына дейінгі мекеме балабақшалар анықталып орындар дайындалды. Біздің зертеуіміздің негізін қамтитын 3, 4, 5 жас аралығындағы балалар тобымен танысып, ол топтардағы оқу-тәрбие жұмыстарының жүргізілу жүйесі, балабақшалардың материалдық-техникалық базасы, тәрбиешілердің білімі, ата-аналар туралы деректер алынып, талқыланды.

Эксперименттік жұмыстар Ақтау қаласындағы № 11, 46, 59 балабақшаларында жүргізілді. Біздер мектеп жасына дейінгі балаларға ұлттық ойындарды енгізу нәтижесінің деңгейлерін анықтау мақсатында бізге дейінгі жүргізілген көптеген ғылыми-зерттеу жұмыстар талданып,тұжырымдар жасалды. Атап айтқанда белгілі ғалымдар А.Б. Нұрлыбекова, В.Н. Шебенко, Т.И. Осокина, А.С. Жуманова, Шамова Т.И, Фридман Л.М, Шилова М.Ш, еңбектерін басшылыққа ала отырып мектеп жасына дейінгі балаларға ұлттық ойындарды, енгізу арқылы баланы дамытудың үш деңгейі анықталды.

1. Жоғарғы деңгей - мұнда таңдап алынған мәселеге байланысты балалардың арнайы бағдарлама бойынша жұмыс жасау негізінде даму динамикасы, қимыл-қозғалыс, икем дағдыларын қалыптастырудың жоғарғы сапасы көрінді.
2. Орта деңгей - бағдарлама бойынша берілген тапсырмалардың негізі толық орындалып, кейбір сәттері өз дәрежесінде меңгерілген жоқ. Көптеген балалар берілген ойынның ережелерін толық меңгергенімен оны орындауға келгенде қиыншылықтарға кездесіп, тәрбиешінің көмегіне көп сүйенеді.
3. Төменгі деңгей - мұнда бағдарламада берілген ұлттық ойындардың ойналу тәртібін, ережесін толық түсінгенімен, оны орындауға келгенде тапсырманы орындауға қабілеті әлсіз болды. Кей жағдайда тәрбиешінің көмегімен де орындай алмайтындай кездер болды. Дегенмен, бірнеше рет қайталаудың нәтижесінде ол балалардың да қызығушылығы артып ұлттық ойындардың элементтерін меңгере бастады.

Біздің тәжірибелік-эксперименттік жұмысымыз жүргізілген Маңғыстау облысы Ақтау қаласындағы № 11, 46, 59 балабақшаларда тәрбиеленушілердің ұлттық ойындар негізінде денесін дамытуды екі сатыда қарастырдық (анықтау, қалыптастыру).

Эксперимент үш кезеңде жүргізіліп оған Ақтау қаласындағы 3-балабақшадан 208 бала тартылды, нақтырақ айтқанда 3-4 жастағылар - 66 бала, 4-5 жастағылар - 64 бала, 5-6 жастағылар - 78 бала. Бақылау тобына барлығы 203 бала алынды, оның 3-4 жастағылары - 65 бала, 4-5 жастағылар 68 - бала, 5-6 жастағылар - 70 бала.

**№1 Кесте. Маңғыстау облысы Ақтау қаласындағы эксперименттік- тәжірибелік жұмысқа тартылған балалар саны**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Балабақша № | Жас ерекше-лігі | 2002-2003 | | 2003-2004 | | **2004-2006** | |
| Экспер.  топ | Бақылау топ | Экспер.  топ | Бақылау  топ | **Экспер.топ** | **Бақылау топ** |
| №11  балабақша | 3-4  4-5  5-6 | 21  24  27 | 25  24  22 | 21  24  27 | 24  21  26 | **21**  **24**  **27** | **20**  **23**  **25** |
| №46 балабақша | 3-4  4-5  5-6 | 24  20  27 | 23  19  26 | 24  20  27 | 22  20  23 | **24**  **20**  **27** | **26**  **21**  **23** |
| №59 балабақша | 3-4  4-5  5-6 | 21  20  24 | 19  24  22 | 21  20  24 | 19  24  22 | **21**  **20**  **24** | **19**  **24**  **22** |
| Барлық бала саны | - | 208 | 204 | 208 | 201 | **208** | **203** |

Анықтау кезінде зерттеп отырған мәселеге байланысты бақылаулар, топтағы балалар мен тәрбиешілер, ата-аналармен түрлі ұйымдастыру жұмыстары жүргізілді, оларға:

- топқа арнап дайындалған бағдарламадағы ұлттық ойындардың жүйесі   
 жасалып, оның ғылыми-әдістемелік негізі түсіндірілді;

* берілген ұлттық ойындардың әдіс-тәсілдерімен қоса нормативтік талаптар және оның орындалу деңгейін анықтау жолдары көрсетілді;
* дене шынықтыру сабақтарына ұлттық ойындарды тұрақты енгізу арқылы бала денесінің дұрыс жетілуіне жағдай жасау жолдары көрсетілді.

Анықтау эксперименті кезінде жүргізілген сұрақ-жауаптар, түрлі ұлттық ойындар, жарыстар кезінде ата-аналардың сұраныстары, балалардың жылдамдық, ептілік, шыдамдылық тағы да басқа дене-күш қасиеттері есепке алынып отырды.

Анықтау кезеңін өткізгенде эксперименттік топтағы балаларға берілетін тапсырмалар тоқсандық жүйемен беріліп, 5-балдық бағалау таңдап алынды.

Осы өлшем негізінде топтағы балалардың ұлттық ойындарды меңгеру дәрежесі төмендегідей анықталды:

жоғарғы деңгейді ұстаған балалар тобы - 84 пайыз;

орта деңгей - 76 пайыз;

төменгі деңгей - 68 пайыз құрады. Бұдан шығатын қорытынды топтағы балалармен арнайы дайындалған бағдарлама негізінде ойындар жүйесін жүргізу арқылы бала денесінің дамуының дұрыс жолға қойылатыны дәлелденді / Кесте 2/.

**3.2 Ұлттық ойындарды меңгеру сапасын бағалау**

**№2 Кесте.** Ұлттық ойындарды меңгеру сапасын бағалау кестесі (5 балдық бағалау жүйесімен) 3-4 жас аралығындағы балалар тобының қорытынды нәтижесі

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Баланың аты-жөні | | | | | Жүгіру элементтері бар ұлттық ойындар (6 сағат) | | | | | | | | Секіру элементтерін қамтыған ұлттық ойындар | | | | | | | | Еңбектеу және өрмелеуге арналған ұлттық ойындар | | | | | | | |
| I | | II | | III | | IV | | I | | II | | III | | IV | | I | | II | | III | | IV | |
| 1  2  3  4  5  6  7  8  9  10  11  12  13  14  15  16  17  18  19  20  21  22  23  24  25 | Ахметова Ақжан  Аталықова Диана  Айтжанова Айдана  Байрақбаев Аят  Байыш Жансая  Барышева Айда  Күзенбаев Балғынбек  Кубешова Ақнұр  Кайров Әлішер  Қанатұлы Нұролла  Қазтұрғанов Азиз  Қарғалықова Дана  Жақсылық Бекзат  Жанаев Бекзат  Наурызов Ринат  Ноғаева Ботагөз  Оразалы Ақжан  Орынбасарова Әлия  Орынтаева Гүлжан  Оразалиева Альбина  Оразашева Наргиз  Оңайбаева Әсем  Өміржан Мадина  Рзабеков Бегарыс  Райсова Әсем | | | | | 5  4  3  3  3  3  5  4  3  3  4  5  4  4  5  5  3  3  3  5  3  3  4  4  4 | | 5  4  3  3  3  4  5  4  3  4  4  5  4  4  5  5  3  3  3  5  3  3  4  4  4 | | 5  5  4  3  3  4  5  4  3  4  4  5  4  4  5  5  4  3  3  5  3  3  4  4  4 | | 5  5  4  4  4  4  5  4  3  4  4  5  4  4  5  5  4  3  3  5  3  4  5  4  4 | | 5  4  3  3  3  3  5  4  3  4  4  5  4  4  5  3  4  3  3  3  3  3  4  4  4 | | 5  5  4  4  3  4  5  4  3  4  4  5  4  4  5  3  4  3  3  3  3  3  4  4  4 | | 5  5  4  4  3  4  5  4  3  4  4  5  4  4  5  3  4  3  4  4  4  4  4  4  4 | | 5  5  4  4  3  4  5  4  4  4  4  5  4  4  5  3  5  4  3  4  4  4  4  4  5 | | 5  4  3  3  3  3  4  3  3  4  4  5  4  4  5  3  4  3  3  3  3  3  3  4  4 | | 5  5  4  3  3  3  4  3  3  4  4  5  4  4  5  3  4  3  4  3  4  3  3  4  4 | | 5  5  4  4  3  3  5  4  3  4  4  5  4  4  5  3  4  3  4  3  4  3  3  4  4 | | 5  5  4  4  3  4  5  4  3  4  4  5  4  4  5  4  4  3  4  3  4  3  4  5  4 | |
|  | «5»  «4»  «3» | | | | | 6  8  11 | | 6  10  9 | | 7  11  7 | | 8  13  4 | | 4  10  11 | | 5  12  8 | | 5  16  4 | | 7  15  3 | | 3  9  13 | | 4  11  10 | | 5  12  8 | | 6  14  5 | |
|  | Пайыздық сапасы  (%) | | | | | 56  % | | 64% | | 68  % | | 84% | | 56% | | 68  % | | 84% | | 88% | | 48% | | 60% | | 68% | | 80% | |
| Лақтыру және қағып алу элементтері бар ұлттық ойындар | | | | | Тепе-теңдікті сақтауға арналған ойындар | | | | | | | | Жалпы даму жаттығу элементі бар ойындар | | | | | | | | Қимыл-қозғалыс ойындары | | | | | | | |  |
| I | | II | III | IV | I | | II | | III | | IV | | I | | II | | III | | IV | | I | | II | | III | | IV | |  |
| 5  4  4  3  3  3  5  3  3  4  4  5  4  4  5  4  4  3  4  3  4  3  3  4  4 | | 5  4  4  4  3  3  5  3  3  4  4  5  4  4  5  5  4  3  4  3  4  3  4  4  4 | 5  4  4  4  4  3  5  3  4  4  4  5  4  4  5  5  4  3  4  3  4  3  4  4  5 | 5  4  5  4  4  4  5  4  4  4  4  5  4  4  5  5  4  3  4  3  4  3  4  4  5 | 5  4  4  3  3  3  4  3  3  3  3  5  4  4  5  4  4  3  4  3  4  3  3  4  4 | | 5  4  4  3  3  3  4  4  3  3  3  5  4  4  5  5  4  3  4  3  4  4  3  4  4 | | 5  4  4  4  3  3  4  4  3  3  3  5  4  4  5  5  4  3  4  4  4  4  3  4  4 | | 5  4  4  4  4  3  4  4  3  4  4  5  4  4  5  5  5  3  4  3  4  4  4  4  4 | | 5  4  4  4  3  3  4  3  3  3  3  5  4  4  5  5  3  3  4  3  4  4  3  4  4 | | 5  4  4  4  3  3  5  3  3  3  3  5  4  4  5  5  4  3  4  3  4  4  3  4  4 | | 5  4  4  4  3  3  5  3  3  4  4  5  4  4  5  5  4  3  4  3  4  4  4  4  4 | | 5  5  4  4  4  3  5  4  3  4  4  5  4  4  5  5  4  3  4  4  4  4  4  4  5 | | 5  4  4  4  3  3  5  3  3  4  4  5  4  4  5  5  4  3  3  3  4  4  3  4  4 | | 5  5  4  4  3  3  5  3  3  4  4  5  4  4  5  5  4  3  4  3  4  4  4  4  4 | | 5  5  4  4  4  3  5  4  3  4  4  5  5  4  5  5  4  3  4  3  4  4  4  4  5 | | 5  5  4  4  4  4  5  4  3  4  4  5  5  4  5  5  4  3  4  4  4  4  4  5  5 | |  |
| 4  12  9 | | 5  13  7 | 6  14  5 | 7  15  3 | 3  11  11 | | 4  12  9 | | 4  14  7 | | 5  16  4 | | 4  11  10 | | 5  12  8 | | 5  14  6 | | 7  15  3 | | 5  12  8 | | 6  13  6 | | 8  13  4 | | 9  14  2 | |  |
| 64  % | | 72  % | 80  % | 88  % | 56  % | | 64  % | | 72  % | | 84  % | | 60  % | | 68  % | | 76  % | | 88  % | | 68  % | | 76  % | | 84  % | | 92  % | |  |

Ал қалыптастыру эксперименті кезінде топтағы балалардың жүйелі түрде берілген ұлттық ойындар негізінде қозғалыс дағдыларының дамып, қалыптасуының дәрежелері анықталды. Сонымен қатар ұлттық ойындарды ойнату әдіс-тәсілдері және баланың дене жаттығуларын тиімді үйренуі үшін қажетті әдістемелік нұсқаулар анықталып, эксперимент барысында қол жеткен нәтижелерге байланысты мынандай қорытынды ұсыныстар жасалды:

* мектеп жасына дейінгі балалардың дене күшін, қозғалыс дағдыларын дамытуға байланысты ұлттық ойындар түрлері терең зерттеліп физиологиялық, психологиялық, педагогикалық тұрғыдан қазіргі заман талабына сай саралауды қажет етеді және зерттеу жұмысының нәтижесі күн тәртібінен түспейді;
* балабақшадағы дене тәрбиесі сабағында ұлттық ойындарды өтудің дидактикалық негізі жасалып оны үйретудің әдіс-тәсілдерін енгізу жолдары қарастырылсын;
* дене тәрбиесін өткізуге жауапты тәрбиеші болғандықтан, тәрбиешілермен жүргізілетін әдістемелік жұмыстар жоспарлы түрде ұйымдастырылып, үздіксіз жүргізілетін семинарлармен курстар ұйымдастырылып олардың өту деңгейлері ұлттық сана-сезімді және патриоттық рухты көтеретін деңгейге дейін жеткізу қажеттілігін қанағаттандыру;
* баланы жастайынан өзін-өзі іштей жеңу және рухани игі адамгершілік қасиеттерді бойына жинақтаудың педагогикалық-психологиялық негізін меңгерту.

Қорытындылау экспериментінің нәтижесінде мектеп жасына дейінгі балаларды ұлттық ойындар арқылы дамыту тиімділігі жан-жақты зерттеле отырып..

**№2 Сурет. Балалардың бірлесіп орындайтын ойын элементтеріне   
 талдау**



**№3 Сурет. Ұлттық ойындарды жүйелі түрде өткеннен кейінгі даму   
 көрсеткіштерінің жетілуі**



* 1. **Үш-бес жасар балалар тобына арналған ұлттық ойындар жүйесі**

Кешенді жүргізілген арнайы бағдарламаның нәтижесінде педагогикалық-психологиялық процесстер шешімін тапты деп тұжырымдаймыз. Себебі тәрбие мен оқыту процесі кешенді түрде үздіксіз жүргізіліп, баланың дамуы жас ерекшелік кезеңдері мен өтетіні белгілі.

Сондықтан 3-4, 4-5, 5-6 жас аралығындағы балаларға өтетін дене тәрбиесі сабақтарындағы ұлттық ойындар жүйесі сабақтасып, біртіндеп күрделеніп өткізіліп отырады. Соның нәтижесінде баланың біртіндеп үздіксіз дамуы жүзеге асады.

Енді ғылыми-тәжірибелік эксперимент жұмыстарында пайдаланылған ұлттық ойындар жүйесін талдау жасап өтейік. Жалпы диссертацияға қатысты таразыланған ұлттық ойындар мазмұны және арнайы бағдарламада көрсетілген 72 ойынды ғылыми эксперимент жұмысында жоғарыда атап өткеніміздей 7-топқа бөлдік. Әр топтағы ойындарды «Ойындар жүйесі» деп топтастырып спорттық жаттығу элементтерінің талаптарына қарай жіктедік. Олар:

* жүгіру элементтері бар ұлттық ойындар /6-сағат/
* секіру элементтері бар ұлттық ойындар /6-сағат/
* еңбектеу және өрмелеуге арналған ұлттық ойындар /4- сағат/
* лақтыру және қағып алу ойындары /4-сағат/
* тепе-теңдікті сақтауға байланысты халық ойындары /4-сағат/
* жалпы даму жаттығу элементтерін қамтыған ұлттық ойындар /4-сағат/
* қимыл-қозғалыс ойындары /6-сағат/

**№3 Кесте.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Ойындар түрлері | Дамыту мақсаты | Көрсеткіштері | Игерген дағды икемдіктері |
| 1 | Жүгіріп ойнайтын ұлттық ойындар:  -Ақсерек көксерек  -Жаяу көкпар  -Қоян | Балалардың дене құрылымын шынықтыру аяқ қол бұлшық еттерін жетілдіріп, өкпе диафрагмасын кеңейтіп, жалпы дененің дұрыс дамуына жағдай жасау  Түрлі ойындар арқылы жүгіру элементтерін меңгертіп, жалпы дене дамуын біртіндеп жолға қою | Баланың дене құрылысының жас ерекшеліктеріне қарай дұрыс дамуы  Дене шынықтыру сабағында берілген жүгіру нормативтерінің орындалуы | Жүгіруге байланысты берілген ұлттық ойынның элементтерін меңгереді, ойынды толық ережесімен меңгереді, шапшаңдық, шалт қимыл т.б. |
| 2 | Секіру элементтері бар ұлттық ойындар:  -Жүрелей секіру  -Арынды арқан  -Түйе мен бота  -Қарғымақ | Секіру элементтері бар ұлттық ойындарды ойнату арқылы баланың аяқ сүйектерімен бірге бұлшық еттері шынығып, табан деңгейіндегі созымдылық қасиеттері дамып, табанға түсетін ауыр салмақты екінші аяқпен алмастырып үйренеді, шалт қимыл жасау дағдылары дамиды | Секіру жатттығуларын қамтыған ұлттық ойындар жүйесін меңгереді  -секірудің барлық түрлерін үйреніп, ойын элементтерімен қоса өз бетінше жұмыс жасауға дағдыланады | Секіру элементтері бар ойындар жүйесін меңгереді.  -секіру түрлерін, секіру жаттығуларын, секіру дағды-икем бірліктерін меңгереді |
| 3 | Еңбектеу элементтері бар ұлттық ойындар:  -Қара сиыр  -Қосқұлақ | Еңбектеу элементтері бар ойындарды ойнау арқылы баланың ептілік қасиеті дамиды. Ойынға байланысты проблемалық тапсырмаларды шешуге, тығырықтан шығу жолын іздестіру, тапқырлық қасиеттерін дамыту. | Еңбектеу элементтері бар ойындар жиынтығын меңгеру, еңбектеу элементтерін жетілдіру, еңбектеу, өрмелеу ептіліктерін көрсете білу, өз денесін әр түрлі деңгейде қимылдату | Баланың дене қимылын қол, аяқ т.б. дене кординациясын дұрыс ұстау және ішкі сыртқы анотомо-физиологиялық ағзаларын жетілдіру |
| 4 | Лақтыру және қағып алу элементтері бар ұлттық ойындар:  -Сандық толтыру  -Ұршық доп  -Ошақ | Лақтыру және қағып алу элементтерін меңгерту, бүкіл дене бойының қимыл-қозғалыстарын дамыту | Лақтыру және қағып алу ойындар жүйесін толық меңгерту.  -лақтыру және қағып алуға байланысты түрлі жаттығулар мен қимылдарды меңгеру | Лақтыру және қағып алу икемділіктерін жетілдіру  -қол сүйектерін және дене мүсінін қатайту |
| 5 | Тепе-теңдікті сақтау элементтері бар ұлттық ойындар:  -Тепе-теңдік  -Аларман | Тепе-теңдікті сақтау және дене құрылысын дұрыс меңгере білу | Тепе-теңдікті сақтауға байланысты ойындарды жаттығуларды ойнап үйрену  -баланың дене құрылысымен қатар нерв жүйесі, өзіндік ептілік тапқырлық қасиеттері ашылады. | Тепе-теңдік сақтауға дағдыланады, батылдық, ерлік, төзімділік т.б. адами қасиеттері қалыптасады |
| 6 | Жалпы даму жаттығу элементтерін қамтыған ұлттық ойындар:  -Сақина салу  -Қайықшылар  -Үлек пен тайлақ | Жалпы даму жаттығулары бар ұлттық ойындар баланы жан-жақты дамытып, денсаулығын нығайтады. | Жалпы даму элементтері бар барлық ойындарды меңгереді  -дене шынықтыруға байланысты түрлі ойындарды, жаттығуларды жасап дағдыланады | Жалпы жаттығу элементтері бар ойындар арқылы баланың денесі жан-жақты дамып жетіледі  -шапшаңдық, ептілік, төзімділік, спортқа бейімділік қасиеттері дамиды |
| 7 | Қимыл-қозғалыс ойындары:  -Мысық пен тышқан  -Көген тартыс  -Әткеншек  -Қасқыр қақпан | Баланың жалпы қимыл-қозғалысы дамиды, спорттың барлық түрлеріне бейімделеді | Қимыл-қозғалыс ойындарын жан-жақты меңгереді,  -түрлі қимыл-қозғалыс дағдыларын бойына сіңіреді | Дене мүсіні дұрыс қалыптасады, қозғалыс қасиеттері дамиды, шымыр, пысық, шыныққан шымыр болуға бейімделеді |

**3.4 Эксперименттік және бақылау топтарындағы балалардың ұлттық ойындар жүйесін меңгергеннен кейінгі даму көрсеткіштері**

Жүгіру элементтері бар ұлттық ойындар жүйесінде берілген тапсырмалар мен жаттығулар мазмұнына қарай ұлттық ойындар элементтерін сақтай отырып жүргізу негізінде құрастырылды. Жүгіруге арналған элементтері бар ұлттық ойындар экеперименттік жұмыстың барысында 3, 4, 5 - жасар балаларға арналып баланың жасы өскен сайын біртіндеп күрделендіру мақсатын көздедік.

Осыған орай әр жастағы балаларға арнайы бағдарлама дайындалып, оны өтудің әдіс-тәсілдері қарастырылды. Жүгіру жаттығулары негізін сақтай отырып ойналатын ойындарды меңгергеннен кейін балалардың ағзасының шынығатыны, аяқ бұлшық етінің қатаятыны, өкпе диафрагмасының кеңейетіні, баланың көңіл-күйінің көтеріңкі болатыны дәлелденіп отыр. Сонымен қатар бағдарламадағы секіру, лақтыру, қағып алу тағы да басқа спорттық жаттығулар ұлттық ойындардың элементтерімен сабақтасып бала бойындағы игі қасиеттерді дамытуға өз әсерін тигізді. Оның айғағы баланың өзін-өзі жеңуі, жеке, топтық, ұжымдық тапсырмаларды өз бетінше орындап, адамгершілік қасиеттерді бойларына жинақтау болып табылады.



**№4 Сурет. Жүгіру элементі бар ұлттық ойындарды қолданудың сапалық көрсеткіші**

**Эксперименттік және бақылау топтарындағы тәрбиеленуші балалардың секіру элементтері бар ұлттық ойындар жүйесін меңгергеннен кейінгі даму динамикасы**

Секіру элементтерінен тұратын ұлттық ойындар: «Арынды арқан» «Арқан», «Жүрелей секіру», «Қарғымақ», «Түйе мен бота», тағы да басқаларын ойнату арқылы балалардың аяқ сүйектерімен қоса бұлшық еттерін шынықтыру, табан деңгейіндегі созымдылық қасиеттерін дамыту, табанға түсетін ауырлық салмақты екінші аяқпен алмастыру, шалт қимыл, икемділік сияқты қасиеттерді дамыту көзделді. Бағдарламада берілген бұл тапсырмалар эксперименттің алғашқы анықтау кезеңінде қиындық келтіргенімен соңғы кезеңінде балалар оны оңай жеңіл орындайтын болды.

Эксперимент топтарындағы балалардың секіруге арналған ұлттық ойындарды меңгеруі бақылау топтарымен салыстырғанда әлде қайда жоғары болды



**№5 Сурет.** **Секіру элементтері бар ұлттық ойындарды қолданудың сапалық көрсеткіші**

Еңбектеу және өрмелеу элементтері бар ұлттық ойын түрлері: «Қосқұлақ», «Омпы», «Түйілген орамал», тағы да басқа ойындардың ойнау ережесі, ойында кездесетін еңбектеу және өрмелеу элементтері, балаларды ептілікке, берілген проблемалық тапсырмадан жол тауып шығып кету, тығырыққа тірелу және оның шешімін табу сияқты ізденіс жұмыстарына балаларды жетелейді.

Аяқ пен қолды және жалпы денелік қимыл-қозғалыстарды дұрыс пайдалана білуге үйретумен қатар балалардың анатомо-физиологиялық даму жүйесін іске қосып отырады. Мұндай ұлттық ойындарды ойнау кезінде балалар еңбектеу, өрмелеу техникаларын ойын элементтері арқылы меңгерді.

Эксперименттік – тәжірибелік зерттеу жұмысы кезінде тәрбиешілердің берілген тапсырманы орындатуда еңбектеу және өрмелеу техникасын меңгертуде кәсіби шеберліктерінің болмағаны өзінің кері әсерін тигізді.



**№6 Сурет. Еңбектеу, өрмелеу элементтері бар ұлттық ойындарды қолданудың сапалық көрсеткіші**

Лақтыру және қағып алу негіздеріне құрылған ұлттық ойындар: «Сандық толтыру», «Ұршық доп», «Қақпақыл» тағы да басқалары ойындарды ойнату арқылы балаларға домалату, сырғанату, допты қолдан-қолға аудару, дәлдеп лақтыру, қақпаға лақтыру, жоғарыға көтеріп лақтыру сияқты ойын элементтері арқылы бүкіл дене бойының қимыл-қозғалыстарын дамыту көзделді. Мысалы, доп арқылы лақтыру тәсілдерін меңгерту кезінде басынан асырып тастау, кеудесінен лақтыру, төменнен жоғары лақтыру, қағып алу сияқты жаттығу элементтерін ұлттық ойын арқылы үйрету, баланың дене шынықтыру пәніне деген ықыласы арттырады.



**№7 Сурет. Лақтыру, қағып алу, домалату элементтері бар ұлттық ойындарды қолданудың сапалық көрсеткіші**

Тепе-теңдікті сақтауға арналған ұлттық ойындар: «Аларман», «Шұқыма», «Тепе-теңдік», «Керуендер». Бұл ойындар баланың дене құрылысын шыңдап, нерв жүйесін бекітіп өз денесін меңгере білуіне жалпы ағзасының дұрыс жетіліп қалыптасуына пайдасын тигізеді. Баланың тепе-теңдікті сақтап бөрене тақтай, тіпті тар жолмен жүруге әрекет жасауы, оларды сақ қимыл жасауға, ептілікке, шыдамдылыққа тәрбиелейді. Бала бойына батылдық, ерлік, төзімділік секілді адами қасиеттерді сіңіруге жағдай жасайды. Бұл ұлттық ойындардың ерекшелігі сол бұдан алған дағды мен икем олардың алдағы өмірінде жалғасын табады.

Бұдан шығатын қорытынды біздер жүргізген ғылыми ізденіс жұмысының нәтижесінде топтағы балалардың спортқа, дене шынықтыруға, түрлі ойындарға деген қызығушылығының артып отыратынын байқадық.



**№8 Сурет. Тепе-теңдікті сақтау элементтері бар ұлттық ойындарды қолданудың сапалық көрсеткіші**

Жалпы даму жаттығулары бар ұлттық ойындар: «Сақина салу», «Қайықта», «Қоңырау», «Балық аулау», «Үлек пен тайлақ», тағы да басқа ойындар тобы. 3-5 жас аралығындағы балалардың буын сүйектерінің барлығын қимылдатып, қозғалысқа келтіріп отырады. Осы жастағы балалардың қозғалыс кардинациясы әлсіз өз денесінің меңгере алмайтындығын ескеретін болсақ, аталған ойындар баланы біртіндеп дамытуға мүмкіндік туғызады.

Тәрбиешінің көмегімен балалар тұлға, қол, аяқ т.б. дене сүйектерін қозғалтып түрлі еркін қозғалыстарды жасайды, отырып-тұру, жүгіру сияқты жалпы қозғалыс элементтерін бірнеше рет қайталайды. Бірнеше рет қайталанған қимыл-қозғалыстар, түрлі даму элементтері балалардың жан-жақты жетілуіне, дамуына ықпал етеді.

Негізінде алып қарағанда біз жүйелеп отырған ұлттық ойындардың барлығында кездесетін жалпы даму жаттығуларының жиынтығы осы бөлімде кешенді түрде қарастырылады. Сондықтанда даму жаттығуларының элементтері бірінен соң бірі кезектесе беріліп, баланың қимыл-қозғалысы өз-өзінен дамуға бейімделіп отырады.



**№9 Сурет. Эксперименттік және бақылау топтарындағы тәрбиеленуші балалардың икемділік элементтері бар ұлттық ойындар жүйесін меңгергеннен кейінгі даму динамикасы**

Қозғалмалы ұлттық ойындар: «Мысық пен тышқан», «Көген тартыс», «Қасқыр қақпан», «Айгөлек», «Әткеншек» т.б.

Бұл ойындар балаларды жүгіруге, секіруге, қарғуға, өрмелеуге, жорғалауға, басқа да іс-әрекеттер жасауға жаттықтыра отырып, дене ағзасын бекітіп, қан, тыныс, зат алмасу, нерв жүйелерін нығайтып, жан-жақты дамуға мүмкіндік туғызады.

Ұлттық ойындардың қай-қайсысыда баланы қозғалтып қана қоймай түрлі қимылдар жасау арқылы мақсатқа жетуге баулиды. Мысалы: көздеп ату, құлаштап лақтыру, сермеу т.б. ережелерді орындау арқылы баланы үнемі қозғалысқа итермелейді.



**№10 Сурет. Эксперименттік және бақылау топтарындағы балалардың еңбектеу және өрмелеу элементтері бар ұлттық ойындар жүйесін меңгергеннен кейінгі даму динамикасы**

Соңғы жылдары ғалымдар қозғалмалы ұлттық ойындардың кейбір элементтерін тек дене шынықтыру сабағында емес, басқа да сабақтардың үстінде тиімді пайдаланудың жолдарын іздестіруде. Сондықтан біз өткізген ғылыми ізденіс жұмыстарында қарастырылған қозғалмалы ұлттық ойындар жиынтығын меңгеру кезінде біз балалардың жалпы даму ерекшеліктерін басшылыққа алдық.

**№4 Кесте. Тәрбиеленушілердің ұлттық қимыл-қозғалыс ойындар жүйесін меңгергеннен кейінгі (қозғалыс дағдыларының) даму деңгейлерінің көрсеткіштері**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Балабақшалар | №11 | | №46 | | №59 | |
| Деңгейлер | Экспер.  дейін | Экспер.  кейін | Экспер.  Дейін | Экспер.  кейін | Экспер.  дейін | Экспер.  кейін |
| 1 | Жоғары | 63 | 87 | 60 | 79 | 60 | 92 |
| 2 | Орта | 55 | 80 | 56 | 74 | 53 | 86 |
| 3 | Төменгі | 47 | 71 | 43 | 64 | 50 | 76 |

Сонымен эксперименттік зерттеу нәтижесі бойынша мектеп жасына дейінгі балаларға ұлттық ойындарды дене шынықтыру сабағында енгізу әдістері біз ұсынып отырған мәселеміздің тиімді екенін көрсетті.

**3.5 Зерттеу нәтежиелерін талдау**

**№5 Кесте. Балабақшаларда жүргізілген эксперимент жұмысының қорытынды көрсеткіштері**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Бала бақша аты | Бала саны | Ойындар жүйесін меңгергеннен кейінгі даму динамикасы | | | | 3 жылдық эксперимент нәтижесіндегі балалардың денесін дамытудағы қорытынды жетістіктері | | | |
| жоғары | орта | төмен | % | жоғары | орта | төмен | % |
| № 11  № 46  № 59 | 72  71  65 | 30  29  30 | 24  23  19 | 18  19  16 | 75  73  75 | 34  35  32 | 28  28  26 | 10  8  7 | 86  88  89 |

Оның айғағы тәжірибе-эксперимент жұмыстарының барысында қол жеткен мынандай қорытындылар мен ұсыныстар жасауға мүмкіндіктер береді.

- мектеп жасына дейінгі балаларды денесін ұлттық ойындар негізінде шынықтыру терең зерттеліп, физиологиялық, психологиялық, педагогикалық тұрғыдан талданып, негізделді.

- балабақшадағы дене шынықтыру сабағындағы өтетін ұлттық ойындар жүйесі жасалып, дидактикалық тұрғыдан негізделіп, оны өтудің әдіс-тәсілдері жасалды

- тәрбиешілердің дене шынықтыру сабағында ұлттық ойындарды өз дәрежесінде жүргізу және ұлттық рух құндылығын көтере отырып, баланың жеке тұлғасын жан-жақты дамытуға ерекше көңіл бөлінді

- дәстүрлі халық ойындары баланы жастайынан өзін-өзі іштей жеңу және рухани игі адамгершілік қасиеттерін қалыптастыруға ықпалын тигізді және азаматтық қадір-қасиеттің педагогикалық-психологиялық негізі қалыптасты.

# ҚОРЫТЫНДЫ

Мектеп жасына дейінгі балаларға ұлттық ойындарды дене шынықтыру сабағына енгізу мақсатында жүргізілген тәжірибелік-зерттеу жұмысымыздың барысы мен нәтижесі төмендегідей қорытынды жасауға мүмкіндік береді.

Жоғарыда аталып көрсетілгендей мектеп жасына дейінгі балаларға дене шынықтыру сабағында ұлттық ойындарды ойнатудың ғылыми-педагогикалық негіздерін жасау барысында түйген ойымыз қай халықтың болмасын ұлттық ойындарының белгілі бір мақсаты мен ұлттық ерекшеліктерінің айырмашылығы болатындығы анықталды.

Ұлттық ойындар мәселесін зерттеп, оны талдап өзіндік пікір-тұжырымын ғылыми еңбектерде жазып қалдырған ғалымдар ойынға дұрыс мән беріп оны ғылыми тұрғыдан зерттеудің қажеттілігін, сол кезде бала өміріндегі ойынның алатын орны айқындалып жеке тұлғаның қалыптасу сатысындағы ойынның ролі ашылатындығы белгілі болды.

Ел арасынан шыққан ұлттық ойындардың халық тәрбиесінің дәстүрлі табиғатының кешегі ұрпақ пен бүгінгі болашақтың жалғасы екендігін нақтылаған ғалымдар, ойын болмысында сол жұрттың өмір сүру ерекшелігі, еңбек ету түрлері, рухтық-ерлік, батырлық-батылдық туралы түсінігі, адалдыққа шыншылдыққа ұмтылуы, шыдамдылық рухын қайраттауға мән берілуі, халықтық педагогиканың дұрыс жолда екендігін нақтылады.

Ертеден келе жатқан халық ойындары тек бір елдің ғана емес бірнеше халықтың дәстүрлі ойындарының ұқсастығын көрсетті.

Қазақ елінің мұрасы дәстүрлі халық ойындарына қатысты ізденістерді топтап, саралап, зерттеп, жүйелеу оның озық ойлы өнегесін балаларға үйрету осы күнгі заман қажеттілігінен туған өзекті мәселе екендігі дәлелденді.

Мектеп жасына дейінгі балалардың денесін қимыл-қозғалысқа түсірудегі дене тәрбиесінің маңызы қазіргі заманда үлкен әлеуметтік мәнге ие болды. Ал сол дене тәрбиесін халықтың ұлттық ойындармен ұштастыру қазіргі дене қабілеттері мен қатар ұлттық санасының дамуына ықпалы бар екендігіне көз жеткізілді.

Мектеп жасына дейінгі балалардың жас ерекшеліктеріне қарай денесін дамытуды қимыл-қозғалыс жаттығулары мен ойындар негізінде күнделікті өмір дағдысына айналдырсақ баланың денесі шынығып, өмірде қажетті қозғалыс дағдыларының артуына тиімді екендігі анықталды. Сондықтан бала ағзасын қатайтып өсіру үшін дене шынықтыру мәдениетін мақсатсыз ойындар арқылы емес жүйелі түрде жинақталған ұлттық ойындар негізінде өткізу қажеттілігі туындайды.

Бұл жердегі дене тәрбиесінің негізгі мақсаты ұлттық ойын іс-әрекетінің кең ортасын қалыптастыра отырып баланың ептілік, жалпы төзімділік, жылдамдық қуаттылық сапасын және тепе-теңдікті сақтай білуді үйретумен қатар дұрыс дене мүсінін қалыптастыру болып табылды.

Қоғамның дамуындағы ұлттық ойындардың бала өміріндегі маңызын төмендегідей жақтарынан қарап оның қазақ халқының әлеуметтік-экономикалық дамуында ұлттық ойындар тек халықтың өткен мәдениетінің бір бөлшек мұрасы ғана емес, бүгінгі эволюциялық дамуымыздағы кешегі мен бүгінгі ұрпақ байланыстылығын тарихи этнопедагогикалық тұрғыдан жалғастырған өркениетті құбылыс ретінде көру қажеттігі туындайды.

Кешегі ата-баба дәстүрінің бір көрінісі халық ойындары бүгінгі баланың ұлттық жан дүниесін рухани қалыптастырудағы маңызды фактор болып саналады. Ұлттық ойындар арқылы біз бүгінгі ұрпағымызды ұлтына, еліне, жеріне деген патриоттық сезіммен жауапкершілікті қалыптастырудағы тәрбие құралы деп қарастыру қазіргі педагогикалық ғылымның маңызды саласы. Мектеп жасына дейінгі балалардың денесін шынықтыруды ұлттық ойындар арқылы іске асыруды талдай отырып, әдістемелік жолдарын іздестіре келіп төмендегідей қорытындыға келдік:

- 3-5 жастағы балалардың денесін ұлттық ойындар арқылы шынықтыру бүгінгі күнде өзекті мәселелердің бірі болып отыр, оның себебі соңғы кезде республикамызда мектепке дейінгі мекемелердің қысқаруы немесе ауылдық жерлерде мүлдем жабылып қалуы дене тәрбиесіне кері әсерін тигізіп отыруы;

- Мектепке дейінгі балалардың денесін жан-жақты дамыту, жеке тұлға ретінде қалыптастыруды мектепке дейінгі кезеңде қолға алу тиімді екендігі. Бұл мәселені ұлттық ойындарды тиімді қолдану негізінде жолға қою нәтижелі болатындығы дәлелденді.

- Дене тәрбиесі пәні баланы жан-жақты дамытып, шынықтырып жетілдіретін негізгі пән екендігі айқындалды. Осы мәселе біртұтас сабақтастық жүйемен дидактикалық әдіс-тәсілдермен негіздендірілді;

- Зерттеу жұмысының мазмұнында 72 ұлттық ойын түрлері таңдап алынып ол ойындар жүйеленіп, мазмұны, ережесі, мақсаты анықталып балалардың жас ерекшеліктеріне қарай бөлінді.

Жүйеленіп берілген ойындардың мазмұнымен қатар, ойналу әдіс-тәсілдері ережелері бір жүйеге келтіріліп, бала денесін дамытудағы ерекшеліктері айқындалды. Балаларға ұлттық элементі бар ойындарды ойнату баланы қызықтырып қана қоймай біртіндеп сатылап дамытуға жағдай тұғызатындығы айқындалады.

- Зерттеу жұмысының алдына қойған міндеттері ғылыми эксперимент негізінде жүзеге асып халық ойындары арқылы мектеп жасына дейінгі балалардың дене қабілеттерін дамытудың ғылыми педагогикалық негіздері айқындалады.

- Ұлттық ойындарын мектеп жасына дейінгі балалардың күнделікті өміріне енгізу бала физиологиясына тигізетін оң пайдасы айқындалды.

- Мектеп жасына дейінгі балалардың денесін шынықтыруды ұлттық ойындар негізінде жетілдіруге болатындығы педагогикалық тұрғыдан зерттелді.

- Эксперименттік жұмыс нәтижесі көрсеткендей ойындар арқылы балалардың денесінің даму динамикасына әсерінің бар екендігі көрінді. Бұдан туындайтын мәселе бүгінгі заман талабына сай мектепке дейінгі балалардың денесін дамытуда ұлттық ойын элементтерін әр сабақта ұтымды пайдалану қажеттілігі дәлелденді.

- Ұлттық ойындар баланың дүниені танып білуіне қадам жасар алғашқы өмір кезеңінде тікелей қоршаған ортамен байланысын, адамдармен, қарым-қатынасын арттырушы құрал екендігі дәлелденді.

Қазақ халқының ұлттық ойындары - жеке адамдарды тәрбиелеу ғана құралы емес, қоғамдық ортаға тәрбиелеп, үлгі берерліктей әлеуметтік құрал ретінде күрделі қызмет атқаратындығы айқындалды.

**Ғылыми ізденістер нәтижесінде айқындалған пайдалы істерді өмірде қолдану үшін атқаруға қажетті шаралар:**

1. Мектептің материалдық базасын нығайту және дамыту.

2. Ұлттық ойындар құндылығын, қажеттілігін халық арасында насихаттау.

3. Дене шынықтыру саласында халықтық ойындарын қолданудың озық   
 тәжірибелерін жинақтау және дамыту.

**ПАЙДАЛЫНЫЛҒАН ӘДЕБИЕТТЕР ТІЗІМІ:**

1. Қазақстан Республика Конституциясы

2. Қ.Р. Білім беру туралы заңы. 1999.

3. Қазақ балабақшаларында тәрбиелеу және білім беру мазмұнын жаңарту тұжырымдамасы. 1991.

4. «Балбөбек» бағдарламасы. 1996.

5. Қ.Р. Білім беруді дамытудың 2020-2025 жылдарға арналған Мемлекеттік бағдарламасы.

6. Қ.Р. дене шынықтыру және спорт заңы. 1999.

7. Құралбекұлы А., Әкімбайұлы С. Оқушылар дене шынықтыруының этнопедагогикалық негіздері. -Алматы: Қазақтың мемлекеттік спорт және туризм академиясы, 2000. -151 б.

8.Уаңбаев Е. Дене тәрбиесінің негіздері. -Алматы: 2000.

9. Есмағанбетов З. Дене тәрбиесінің теориясы әдістемесі. -Қарағанды: 1995.

10. Менлибаев К.Н. Роль национальных традиции в формировании и развитии патриотизма. -Караганда: 1993.

11. Болғамбаев О. Қазақтың ұлттық спорт ойын түрлері. -Алматы: 1995.

12. Қарақов А. Студенттердің дене тәрбиесінде спорттық күрестің ұлттық түрлерін пайдалану: пед.ғылым.канд.дисс. автореф. -Алматы., 1996.

13. Оңалбеков Ж.К. Дене тәрбиесі мен спорттың жеке адамдар арасындағы ұлттық қарым-қатынастарды дамытудағы орны: пед.ғылым.канд.автореф. -Алматы, 1996.

14. Степанкова Э.Я. Использование подвижных игр в воспитании детей дошкольного возраста //Педагогичес. Практ. Ст-ов по курсу «Теория и методика физич. Воспитания детей дошкольного возраста». -М, 1984. -71-83 б. 15. Страковская В.Л. Подвижные игры в терапии больных и ослабленных детей.-М.: Медицина, 1987. -237 б.

16. Мухитдинов Е. Использование казахских народных игр в физическом воспитании учащихся. кан.дисс. автор. 1999.

17. Нұрлыбекова А.Б. Принципы педагогики развития при построении программ физического воспитания дошкольников. -Алматы: Ғылым, 1998.-3б.

18. Алекторов Е.А. О рождении и воспитании детей киргизов, о правилах и власти родителей. -Оренбург, 1891. -8 б. -Сонікі., Праздничные игры и забавы киргизов. //Оренбургский листок.- 1888, №42.

19. Диваев А.А. Игры киргизских детей //Тургайские ведомости. 1905. №48. 14.10. Сонікі., Игра киргизских молодежи //Тургайские ведомости. -1907. №2.-10 б., Сонікі., Как киргизы развивают детей. //ЭО.1908 №1-2. 14 б.

20. Гуннер М.С. Сборник казахских национальных игр и развлечений. -Алма-Ата, 1938. -17 б., Сонікі Краткий сборник казахских народно-национальных видов спорта. -Алма-Ата, 1949. -18б.

21. Пантусов Н. Киргизская игра тогуз кумалак. ИОАИЭ, - Казань, 1906. -Т. ХХІІ, выпуск 4. -Б.249-252.

22. Пещерова Е.М. Некоторые игры среди оседлого населения Туркестана //Средне-Азиатский Гос. Университет №11. -Ташкент, 1925. -18 б.

23. Мепкова Н. «Игры киргизов»

24. Тәнекеев М.Т. История физической культуры в Казахской ССР. -Алма-Ата:, 1973. -б., Сонікі., От байги до олимпиады. -Алма-Ата: 1983. -б., Сонікі., Физическая культура и спорт и проблема воспитания культуры межнационального общения //Теория и практика физической культуры. -1990. /6. -Б.32-36. Тәнекеев М.Т., Асарбаев А. История физической культуры в Казахстане. - Алматы: 2001.-180б., Тәнекеев М.Т. Қажымұқан. -Алматы: Білім 2001.-191б.

25. Төтенаев Б.Ә. Қазақтың ұлттық ойындары. -Алматы: 1978. -б., Сонікі., Диваев халық ойындарының тәрбиелік маңызы жайында //Қазақстан мұғалімі. /1974, №5-б., Сонікі., Халық ойындарының тәрбиелік маңызы жайында //Қазақстан мектебі. 1974. №5-б. Сонікі. Қазақтың ұлттық ойындары-шетел ғалымдарының көзімен //Зерде №10.

26. Сағындықов Е. Қазақтың ұлттық ойындары. -Алматы: Рауан, 1991. -176 б. 27. Қуанышев Т.Ш. Подготовка будущих учителей физической культуры национальных игр: автореф.дисс.канд.пед. наук. -Алма-Ата, 1992.-24 б. Тойлыбаев Б. Бастауыш мектеп оқушыларына дене тәрбиесін беруде халықтық педагогика элементтерін пайдалану: пед.ғыл.канд. дисс.автореф. -Алматы, 1998. -23 б.

28. И.С. Паллас. Путешествие по разным провинциям Российской империи.- СПб., 1773. -б, 52.

29. Гросс С. Материалы для изучения юридических обычаев Киргизов. СПб, 1886. Б.16-17.

30. А. Гумбольдт. Центральная Азия, исследования о целях гор и по сравнительной климатологии. -М., 1915. -Т.1. -б.66-67.

31. Левшин А.И. Описание киргиз-казачьих или киргиз-кайсацких орд и степей. -Алматы, Санат, 1996. -б.353.

32. Левшин А.И. Описание киргиз-казачьих или киргиз-кайсацких орд и степей. -Алматы, 1996. б.301.

33. Букин Е. Физическое и умственное воспитание у киргиз. //«Туркестанские ведомости», 1883. -4. б.38.

34. Диваев А. Игры киргизских детей //Туркестанские ведомости.1905. /152. б.1-2

35. Диваев А. Игры киргизских детей //Туркестанские ведомости.1905. /152. б.3

36. Диваев А. Как киргизы развлекают детей //Туркестанский сборник.-Ташкент., 1916. -Т.568. б. 169.

37. Қалиұлы С. Қазақ этнопедагогикасының теориялық негіздері мен тарихы.-Алматы : Білім, 2003. б. 150-151.

38. Өзбекстан мемлекеттік мұражай қоры. Қор И-69.-54-іс.-20б.

39. Радлов В.В. Из Сибири.-М., 1989.-б.237.

40. Герц И.А. Сборник игр и полезных занятий для детей всех возрастов.-СПб, 1873.-б.112.

41. Алекторов А. О рождении и воспитании детей киргизов, о правилах и власти родителей. -Оренбург 1891.-82 б.

42. Ф. Ефремов. Девятилетнее странствование. -М., Б.145., -б.4.

43. Қазақ ССР тарихы. -Т.4. -Алматы: 1989. -б.188.

44. Иш-Мухамед. Физическое и умственное воспитание у киргиз // Туркестанские ведомости. 1883. /17. -б. 66.

45. Харузин А. Киргизы Букеевской орды, вып.1. -М, 1889. -230-263-беттер. Вульфсон Э.С. Киргизы. -М, 1870. Б.15,48,50,75. Карутц Р. Среди киргиз и туркмен на Мангышлаке, -СПб., 1910. 84-88 беттер.

46. Покровский Е.А. Детские игры преимущественно русские в связи с историей, этнографией, педагогикой и гигиеной. –М., 1895. -б.24.

47. Гуннер М. Сборник казахских национальных игр и развлечений. -Алма-Ата, 1938. -Б. 5-12.

48. Колоццо Д.А. Детские игры и их психологическое и педагогическое значение. -М., 1909. -б.25-79.

49. Н. Пантусов. Киргизская игра -«Тогыз кумалак». ИОАИЭ, -Т.22. вып 4-Б.-Қазан., 1914.-б.249.

50. Детсія игры у туркмень Закаспийской области //Туркестанский сборник.-Ташкент, 1909.-Б.173-176.

51. Лябейка. Туркменія и туркмены //Туркестанский сборник. -Ташкент, 1910-1911.-Т. 542. -Б.79-81

52. Васильев А. Игры сартовских детей //Туркестанский сборник. -Ташкент, 1900. -Т.507. -44-46 б., Сонікі //Туркестанские ведомости. 1909./109 от.28 мая.-б.470.

53. Гаврилов М.. Перепелиный спорть у Ташкентских сартов //Туркестанский сборник. -Ташкент, 1909. -Т.535. -Б.71-75.

54. Гориневский В.В. Игры и развлечения. -М., -Л., 1924. -б.3.

55. Ушинский К.Д. Избранные педагогические сочинения. Т.1. -М., Педагогика., 1964. б.549.

56. Ушинский К.Д. Дидактика. -Т.2. -М., Педагогика 1983. -б.28.

57. Тәнекеев М.Т., Адамбеков Қ.І. Қазақтың ұлттық спорт ойындары. -Алматы : 1994. -50 б.

58. Тәнекеев М.Т., Асарбаев А. История физической культуры в Казахстане. -Алматы: 2001. -180 б.

59. Төтенаев Б.Ә. Қазақтың ұлттық ойындары. -Алматы: 1978. -150 б.

60. Сағындықов Е. Қазақтың ұлттық ойындары. -Алматы: Рауан, 1991. -176 б.

61. Бүркітбаев Ә. Спорттың ұлттық ойын түрлері және оның тәрбиелік мәні.- 62. Болғамбаев М. Қазақтың ұлттық спорт ойын түрлері. –Алматы; Қайнар. 1985.

63. Лесгафт П.Ф. Сборник педагогических сочинений. -М., 1952. -Т.2. Б.310. -б, 120.

64. А. Афанасьев В.Ф. Этнопедагогика нерусских народов Сибири и Дальнего Востока. -Якутск, 1979. -б. 44.

65. Дмитренко Т.И. Спортивные упражнения и игры для детей дошкольного возраста. -Киев: Рацяньская школа, 1983. -112 б.

66. Воспитание детей в игре /Под. ред. Шакирова Р.В. -Казань: Издательство Казанского университета, 1976. -85 б.

67. Усова А.П. Бала бақшадағы оқыту. -Алматы: Мектеп, 1987. -175 б.

68. Давыдов И.Ю. Физическое воспитание дошкольника. -М : Советская Россия, 1959. -31 б.

69. Хухлаева Д.В. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста. -М: Просвещение, 1971. -20 б.

70. Конторович М.М. Михайлова Л.И. Зимние игры и развлечения дошкольников. -М: Физкультура и спорт, 1946. -104 б., Быкова А.И. Физическое воспитание в детском саду. -М: Академия пед. наук, 1956. -148 б., Компаниец В.Г. Игры и развлечения. -М: Государст. Издательство, 1953. -168 б., Шашкина В.А. Двигательная активность детей 2-3 летнего возраста и педагогическое руководство ею в процессе деятельности: автореф.дисс.канд. пед.наук. -М, 1977. -21 б.

71. Конторович М.М., Михайлова Л.И. Зимние игры и развлечения дошкольников. -М: Физкультура и спорт, 1946. -33 б., Куанышев Т.Ш. Подготовка будущих учителей физической культуры национальных игр: автореф.дисс.канд.пед.наук. -Алма-Ата, 1992. -24 б., Тойлыбаев Б. Бастауыш мектеп оқушыларына дене тәрбиесін беруде халықтық педагогика элементтерін пайдалану: пед.ғыл.канд.дисс.автореф. -Алматы, 1998. -23 б.

72. Аракелян О.Г. Физическое развитие и подготовленность детей от 4 до 7 лет при повышенном режиме двигательной активности //Тезисы докладов Всесоюзн. Научн. Конф. По актуальным проблемам обществ. Дошкольного воспитания и вопросам подготовки детей к школе. -М., 1970. б.18-21. Сонікі., Физическое развитие и подготовленность детей 4-7 лет в связи с особенностями режима двигательной активности //Материалы Всесоюзной научно- метедической конференции по пробл. Физ. воспит. В детских учреждениях Крайнего Севера. -Норильск., 1971 -С.70-74. Сонікі, Проведение ежедневных физических упражнений на воздухе //Дошкольное воспитание. 1982. 2. С.40-42.

73. Пиаже Ж. Подражание, игра и мечта. –М.,1969. б.148-149.

74. Пиаже Ж. Роль действия в формировании мышления //Вопросы писхологии. -1965. №6. -б.36-48.

75. З.М. Богуславская., Е.О. Смирнова Развивающие игры для детей младшего дошкольного возраста. -М., Просвещение., 1991. -Б.206. -Б.3.

76. Иманбеков Т. Қазақ балабақшаларындағы оқу-тәрбие жұмыстарында ұлттық ойындарды пайдалану. -Пед.ғылымд.канд.дәреж.қорғауға дайындалған диссерт. Авторефераты. -Алматы., 1995. Б.26.

77. Ж.К. Оңалбеков Дене тәрбиесі мен спорттың жеке адамдар арасындағы ұлттық қарым-қатынастарды дамытудағы орны. -Алматы., 1996. -Педагогика ғылымдарының кандидаты ғылыми дәреж. алу үшін дайындалған диссерт. Авторефераты. -Б.25.

78. М.Т. Тұрыскелдина. Дене шынықтыру оқыту әдістемесі. Жалпы білім беретін мектептің 3-сынып мұғалімдеріне арналған. -Алматы «Атамұра», 1999. -Б.69., М.Т. Турскельдина Подвижные игры для 3 класса общеобразовательной школы, - Алматы «Атамұра», 1999. -Б.53.

79. Е. Мухитдинов. Использование казахских народных игр в физическом воспитании учащихся. кан.дисс. автор. 1999.

80. Құралбекұлы А., Әкімбайұлы С., Оқушылар дене шынықтыруының этнопедагогикалық негіздері. Монография. -Алматы: 2000.

81. Төленова Ұ.Т. Балабақшадағы аралас топ балаларын ұлттық ойындар арқылы адамгершілікке тәрбиелеу: пед.ғылым.канд.дәр.дисс. автореф. -Атырау: 2002. -25 б.

82. А.К. Айтбаева. Қазақ халық ойындары-бастауыш сынып оқушыларын тәрбиелеу құралы. п.ғ.к. автореферат. Алматы., 1992.

83. Б.А. Тойлыбаев. Бастауыш мектеп оқушыларына дене тәрбиесін беруде халықтық педагогика элементтерін пайдалану. п.ғ.к. автореферат. Алматы., 1995.

84. Т.Ш. Қуанышев Болашақ дене тәрбиесі мұғалімдерін ұлттық ойын құралдары арқылы даярлау. п.ғ.к. автореферат. Алматы., 1992.

85. Б.М. Досқараев. Қазақстан аймағында көне дәуірден феодалдық кезеңге дейінгі типтік мемлекеттің пайда болу аралықтағы дене тәрбиесі. п.ғ.к. автореферат. Алматы., 1993.

86. Н. Мыңжан. Қазақтың қысқаша тарихы. -Алматы., Жалын 1994. -Б.399.-б.110.

87. С. Қалиев., М. Оразов., М. Смайылова. Қазақ халқының салт-дәстүрлері. -Алматы., Рауан. 1994. -Б.221. -б.165-174.

88. Демеуов Ж.Д., Байназарова Б.Я., Алиакбарова З.М., Бекетаев А.М. Мектепке дейінгі балалардың анатомиясы физиологиясы және гигиенасы. -Алматы., Білім., 1995. -Б.255.

89. Төрениязова С.М. Бастауыш мектеп оқушыларын сыныптан тыс оқу-тәрбие жұмысы арқылы дамытудың педагогикалық негіздері. -Пед.ғылым.канд. дәр.дисс. автореф. -Тараз., 1999. -Б.25. -б.15.

90. Қалиұлы С. Қазақ этнопедагогикасының теориялық негіздері мен тарихы. – Алматы, Білім, 2003. -Б.279. -б.53.

91. Джикиев А. Традиционные туркменские праздники, развлечения и игры /На материалах Южного и Восточного Туркменистана/. -Ашхабад: Ылым., 1983. -117б.

92. Өзбекстан мемлекеттік мұражай қоры. Р.86. Опись 1. Іс 5287. Б.136.

93. М. Майсурадзе Грузинские национальные игры в мяч. -Тбилиси., Сабчата- Сакартвело., 1980. -Б.39. -б.15.

94. Вагнер Г., Фрейер К. Детские игры и развлечения. -Книгоиздат. -М,В. Попова. -Петроград., 1921. -Б.226. -б.27.

95. Иргит Самбу. Тувинские народные игры. -Тувинское книжное издательство-Кызыл., 1978. -Б.140. -б.121.

96. Гагиев С.Г. Осетинские национальные игры. -Орджоникидзе., 1980. -Б.127.-б.61.

97. Вахания О. Абхазские народные игры. -Сухуми., Абхазский государственный издательство., 1959. -Б.117. -б.58,72.

98. Дибиров М. Народные игры и спорт в Дагестане. -Махачкала., Дагучпедгиз., 1968. Б.158.- б.121., Гагиев С.Г. Осетинские национальные игры.- Орджоникидзе., 1958.-б.41., Энциклопедический словарь по физической культуре и спорту. -М., 1961.-б.54.

99. Д.О. Омирзаков., М.К. Саралаев «Киргизские национальные виды спорта и народные игры» -Фрунзе., Кырғызстан., 1981. Б.32. -б.17,18,14,20,21.

100. Мальлен В. Народные игры Карелии. -Карелия., 1987. -Б.135. -б.31,43.

101. Зигер В.К. К определению понятий и признаков, характеризующих физическую культуру //Очерки по теории физической культуры. -М: ФИС., 1984. -75 б.

102. Лесгафт П.Ф. Собранные педагогические сочинения. -Т.2. -М: Педагогика, 1962. -122 б.

103. Аксарина. Н.М. Воспитание детей раннего возраста. -М: Медицина, 1969. -37 б.

104. Жұмабаев М. Пидагогика . -Алматы: Рауан, 1992. -21 б.

105. Демеуов Ж.Д., Байназарова Б.Я., Алиакбарова З.М., Бекетаев А.М. Мектепке дейінгі балалардың анатомиясы физиологиясы және гигиенасы. -Алматы: Білім, 1995. -113 б.

106. Нурлыбекова А.Б. Принципы педагогики развития при построении программ физического воспитания дошкольников. -Алматы: Ғылым, 1998. -Б. 20-21.

107. Мырзаханұлы Н. Педагогикалық валеология негіздері //Валеология. Дене тәрбиесі. Спорт. 2002. №11. -9 б.

108. Демеуов Ж.Д., Байназарова Б.Я., Алиакбарова З.М., Бекетаев А.М. Мектепке дейінгі балалардың анатомиясы физиологиясы және гигиенасы. -Алматы: Білім, 1995. -9 б.

109. Вербицкая К.В. Подвижные игры в детском саду /В книге Физическое воспитание в детском саду. -М: Академия педагогических наук РСФСР, 1956.-С.22-23.

110. Жаңабердиева К.А., Әділханов Ә.С., Қайым Қ. Салауаттану //Валеология. Дене тәрбиесі. Спорт. 2003 № 11. -55 б.

111. Хухлаева Д.В. Теория и методика физического воспитание детей дошкольного возраста. -М: Просвещение, 1971. -С.16-17.

112. Өзбекстан мемлекеттік мұражай қоры, Пещерова Е.М. Некоторые игры среди оседлого населения Туркестана. -Ташкент, 1925. -90 б.

113. Өзбекстан мемлекеттік мұражай қоры, Пещерова Е.М. Некоторые игры среди оседлого населения Туркестана. -Ташкент, 1925. -91 б

114. Бүркітбаев Ә. Спорттық ұлттық ойын түрлері және оның тәрбиелік мәні. -Алматы: Абай атындағы педагогика институты, 1985. -6 б.

115. Сәтімбекова М.С., Баймұратова Б.Б., Жұмабекова Ф.Н., Әмірова Ә.С., Дүкенбаева Г.Х., Бәтібаева С.Ғ., Өтебаева Г.К. Балбөбек бағдарламасы. -Алматы: Шартарап, 2000. -19 б.

116. Гальперин С.И. Физиологические особенности детей. -М: Медицина, 1965. -18 б.

117. Кабанов Н.Н., Чабовская А.П. Анатомия, физиология и гигиена детей дошкольного возраста. -М: Медицини, 1975. -75 б.

118. Ядешко В.И., Сохин Ф.А. Мектепке дейінгі педагогика. -Алматы: Мектеп, 1982. -124 б.

119. Грохольский Г.Г., Молчанов С.В. Двигательная активность и двигательные способности детей дошкольного возраста. -Минск: Педагогика, 1988. -30 б.

120. Руководство для сестер детских яслей /Под. ред. М.Д. Ковригиной. -М: медицина, 1966. -235 б.

121. Сәтімбекова М.С., Баймұратова Б.Б., Жұмабекова Ф.Н., Әмірова Ә.С., Дүкенбаева Г.Х., Бәтібаева С.Ғ., Өтебаева Г.К. Балбөбек бағдарламасы.-Алматы: Шартарап, 2000. -25 б.

122. Сәтімбекова М.С., Баймұратова Б.Б., Жұмабекова Ф.Н., Әмірова Ә.С., Дүкенбаева Г.Х., Бәтібаева С.Ғ., Өтебаева Г.К. Балбөбек бағдарламасы. -Алматы: Шартарап, 2000. -31-32 б.

123. Русскова Л.В., Соловьева О.И. Балалар бақшасында тәрбиелеу программасына методикалық нұсқау. -Алматы: Мектеп, 1979. -154 б.

124. Усова А.П. Бала бақшадағы оқыту. -Алматы: Мектеп, 1987. -48б.

125. Аманбаев Р.Р., Асарбаев А.К. Дене тәрбиелеу мәдениетінің ілімін оқып үйрену жөніндегі әдістемелік нұсқаулар. -Алматы, 1992. -42б.

126. Бұл да сонда, -7б.

127. Шишкина В.А. Двигательная активнось детей 2-3 летнего возраста и педагогическое руководство ею в процессе деятельности: автореф. дисс.канд. пед.наук. -М: МГУ, 1978. -20 б.

128. Сейдахметов Е.Е., Қуатбеков Ш.Н. Жанұядағы дене тәрбиесі мен ұлттық ойындардың маңызы //Дене тәрбиесі мен спорттың теориясы және практикасы. – Халықаралық ғылыми-практикалық конференция. -Алматы, 2006. -144 б.

129. Русскова Л.В., Соловьева О.И. Балалар бақшасында тәрбиелеу программасына методикалық нұсқау. -Алматы: Мектеп, 1979. -Б.150-151.

130. Демеуов Ж.Д., Байназарова Б.Я., Бекетаев А.М. Мектепке дейінгі балалардың анатомиясы физиологиясы және гигиенасы. -Алматы: Білім, 1995. -113 б.

131. Ядешко В.И., Сокин Ф.А. Мектепке дейінгі педагогика. -Алматы: Мектеп, 1982. -114 б.

132. Кольцова М.М. Развитие сигнальных систем действительности у детей.- Ленинград., 1980. -35 б.

133. Сағындықов Е. Қазақтың ұлттық ойындары. –Алматы: Рауан, 1991. -130 б.

134. Демеуов Ж.Д, Байназарова Б.Я., Бекетов А.М. Мектепке дейінгі балалардың анатомиясы физиологиясы және гигиенасы. -Алматы: Білім, 1995. -75 б.

135. Осокина Т.И. Физическая культура в детском саду. -Москва: Просвещение., 1986. -4б.

136. Айталы А. Ұлттану /оқу құралы/. -Алматы: Арыс, 2000. -67 б.

137. Козлова С.А., Куликова Т.А. Дошкольная педагогика. -М: Академия., 2000. -257 б.

138. Оңалбеков Ж.М. Физическая культура в сфере межличностных отношений : автореф. канд.пед. наук. -Алматы, 1996. -18б.

139. Құралбекұлы А., Әкімбайұлы С., Оқушылар дене шынықтыруының этнопедагогикалық негіздері. -Алматы: 2000. -32 б.

140. Қазақстан Республикасы Білім және ғылым министрлігі Қазақстан Республикасы Денсаулық сақтау жөніндегі агенттігі Ы. Алтынсарин атындағы Қазақ білім академиясы Салауатты өмір салтын қалыптастыру проблемаларының Ұлттық орталығы Қазақстан Республикасы үздіксіз білім беру жүйесінде «Салауаттану-денсаулықты сақтау» бағдарламасы бойынша салауатты өмір салтын қалыптастыру Тұжырымдамасы //Валеология. Дене тәрбиесі. Спорт. 2003 № 1. -17 б.

141. Мыңжан Н. Қазақтың қысқаша тарихы. -Алматы: Жалын., 1994. -112 б.

142. Руссо Ж.Ж. Педагогические наследие, педагогические идеи Жан-Жака Руссо. -М: Педагогика, 1989. -101-102 б.

143. Құралбекұлы А., Әкімбайұлы С. Оқушылар дене шынықтыруының этнопедагогикалық негіздері. -Алматы., 2000. -106 б.

144. Қазақ Совет Энциклопедиясы. -Т. 11. -Алматы: Қазақ Совет Энциклопедиясының Бас редакциясы, 1977. -353 б.

145. Плеханов Г.В. Письма без адреса. Избранные философские произведения. -М., 1962. Т.5. -336-339 б.

146. Ушинский К.Д. Избранные педагогические сочинения. -М., 1954. -Т.2. -483 б.

147. Ушинский К.Д. Избранные педагогические сочинения. -М., 1954. -Т.2. -488-489 б.

148. Ленард Г., Лахман И. Спортивные игры и упражнения для детей дошкольного возраста. Сокр. Пер. В.П. Милютина. -М «Физкультура и спорт», 1977. -102 б.

149. Құралбекұлы А., Әкімбайұлы С. Оқушылар дене шынықтыруының этнопедагогикалық негіздері. –Алматы: Қазақтың мемлекеттік спорт және туризм академиясы, 2000. -135 б.

150. Бөжиг Ж. Жасөспірімдерді тәрбиелеу процесінде Қажымұқан Мұңайтпасұлы мұрасын пайдаланудың педагогикалық шарттары. -13.00.01. -Жалпы педагогика пед.ғылым.канд.ғылым.дәрежесін.алу үшін дайын. диссерт. авторефераты. -Қарағанды., 2005. -17 б. -30 Б.

151. Тихеева Е.И. Развитие речи детей /раннего и дошкольного возраста/. -3-е изд. -М: Педагогика, 1967. -54 б.

152. Иманбетов А.Н. Салт-дәстүрлермен ұлттық ойындар негізінде студенттерге патриоттық тәрбие беру //Академик Е.А. Букетов-Ғалым, Оқытушы, Ойшыл. Е.А. Бөкетовтың 80 жылдығына арналған халықаралық ғылыми-тәжірибелік конференцияның материалдары. -Т.1. Қарағанды, 2005.-458-459 б.

153. Иманбаева С. Ерлік тағылымы. -Алматы: Республикалық баспа кабинеті, 1998. -22 б.

154. Қалиев С. Қазақтың халықтық тәлім-тәрбиесінің ғылыми педагогикалық негіздері. -Пед. ғылым. докторы ғылыми дәрежесін алуға дайын док. диссерт. Авторефераты. -199 б.

155. Әбсеметов М. Ұлттық әскердің де тарихы бар //Ана тілі № 36, 1991, 6 б.

156. Сәнік З., Садықан Б. Қаракерей Қабанбай батыр. -Алматы: Жазушы, 1991. -174 б.

157. Гориневский В.В. Игры и развлечения. -М-Л., 1924. -3 б.

158. Төтенаев Б.Ә. Казахские национальные игры. -Алматы. -Казахстан, 1975. -26 б.

159. Бекбатчаев Т.Ж. Применение традиционных казахских народных игр и упражнений в системе физического воспитания в школе. Автореф.дисс.канд. пед.наук. -А., 1981.-25 б.

160. Ахметов Н.К. Теория и практика игрового обучения подготовке учителя.-Автореферат диссертации доктора педнаук. –А, 1996. -11-12 б.

161. Тулегенов Ж.Т. Внедрение казахских национальных форм и средств физического воспитания в современном педагогическом процессе. –Алматы. Ғылым, 1979. 36 б.

162. Құралбекұлы А., Әкімбайұлы С. Оқушылар дене шынықтыруының этнопедагогикалық негіздері. -Алматы: Қазақтың Мемлекеттік спорт және туризм академиясы. -2000. -127-128б.

163. Төленова Ұ.Т. Балабақшадағы аралас топ балаларын ұлттық ойындар арқылы адамгершілікке тәрбиелеу: педагогика ғылымдарының кандидаты ғылыми дәрежесін алу үшін дайындалған автореф: -Атырау, 2002. -10 б.

164. Төтенаев Б.Ә. Қазақтың ұлттық ойындары. -Алматы: Қайнар, 1994. -8 б.

165. Ошанов О.Ж. Көкпар ойынының түпкі мәні туралы // В кн: Қазақтың әдет-ғұрыптары мен салт-дәстүрлері: өткендегісі және бүгіні. -Алматы : Ғылым, 2001.-347,349-350 б.

166. Төтенаев Б.Ә. Қазақтың ұлттық ойындары. -Алматы: Қайнар, 1994. -55 б.

167. Сағындықов Е. Қазақтың ұлттық ойындары. -Алматы: Рауан, 1991. -63-64 б.

168. Вавилова Е.Н. Учите бегать, прыгать, лазать, метать: Пособие для воспитателя дет.сада. –М: Просвещение, 1983. Б. 144.

169. Сағындықов Е. Қазақтың ұлттық ойындары. -Алматы : Рауан, 1991. -110 б.

170. Төтенаев Б.Ә. Қазақтың ұлттық ойындары. -Алматы: Қайнар, 1994. -53 б.

171. Вильчковский Э.С. Педагогические основы процесса формирования двигательной подготовленности детей 3-7 лет. Автореф. дисс.докт.пед.наук. –Киев. 1989. 44 б.

172. Гуляйкин В.А. Методика физической подготовки детей 4-х лет на основе воспитания комплекса основных двигательных качеств. Автореф. дис.канд.пед.наук. –Омск., 1986. 21 б.

173. Дмитренко Т.И. Спортивные упражнения и игры для детей дошкольного возраста. - Киев: Радзянская школа, 1983. -112б.

174. Сағындықов Е. Қазақтың ұлттық ойындары. -Алматы: Қайнар, 1994. -131б.

175. Сағындықов Е. Қазақтың ұлттық ойындары. -Алматы: Қайнар, 1994. -130б.

176. Құралбекұлы А, Әкімбайұлы С. Оқушылар дене шынықтыруының этнопедагогикалық негіздері. -Алматы, 2000. -111б.

177. Асарбаев А., Құралбек Ә. Ұлттық ойындарды оқу-тәрбие жүйесінде пайдаланудың методологиялық негіздері //Валеология. Дене тәрбиесі. Спорт. 2002. №3, 38-б.

178. Дүйсеков Н.С. Дене тәрбиесі сабағындағы жеңіл атлетиканың рөлі //Валеология. Дене тәрбиесі. Спорт. 2003. №7-8.-57 б.

179. Даумова А.Қ. Спорт деген бір әлем //Валеология. Дене тәрбиесі. Спорт. 2002. № 11. -45б.

180. Асаинов М., Мекебаев Р. Дене тәрбиесі. -Алматы: Қазақтың мемлекеттік оқу-педагогика баспасы. -1962. -225б.

181. Бекпатшаев Т.Ж.., Минарбеков Д.И. Ұлттық-қимыл ойындарының дене тәрбиесіне тигізетін әсері //Валеология. Дене тәрбиесі. Спорт. 2002., №4. -35б.

182. Құралұлы А. Қазақ дәстүрлі мәдениетінің анықтамалығы. -Алматы: Қайнар, 2002. -41б.

183. Сағындықов Е. Қазақтың ұлттық ойындары. -Алматы: Қайнар, 1994. –123б.

184. Тлеуов Э., Елшібаев Ұ. Ұлттық ойындардың тәрбиелік мәні //Валеология. Дене тәрбиесі. Спорт. 2002. № 3. -41б.

185. Денсаулық туралы ілім //Валеология. Дене тәрбиесі. Спорт. 2005., №11-12.-4-5 б.

186. Болғамбаев О. Қазақтың ұлттық спорт ойын түрлері. -Алматы: 1995. -78 б.

187. Тәнекеев М.Т., Адамбеков Қ.І. Қазақтың ұлттық спорт ойындары. -Алматы : 1994. -70б.

188. Тайжанов С., Қасымбекова С.І. Қазақтың ұлттық ойындары. –Алматы: Казстанинформ, 2004.

189. Жолымбетов О. Айгөлек. –Алматы., Қазақстан. 1975.

## Қосымшалар

**Қазақтың халық ойындарының дене жаттығулары және қозғалыс түрлеріне қарай бөлінуі**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Ойын аттары** | **Жыл**  **мерзімі** | **Топтық**  **жекелей** | **Зат құрал –**  **жабдықтар** | **Қимыл қозғалыс**  **ерекшеліктері** |
| 1 | Түйе мен бота | Жаз айы | Топтық | Таяқ | Жүгіру |
| 2 | Жаяу көкпар | Жаз қыс | Жекелей топтық | Лаққа ұқсас нәрсе | Жүгіру |
| 3 | Қоян тазы | Жаз қыс | Жекелей топтық | Қоршау | Жүгіру |
| 4 | Ақ серек көк серек | Жаз | Жекелей топтық | Қажетсіз | Жүгіру |
| 5 | Қасқыр қақпан | Жаз қыс | Топтық | Зал алаң | Жүгіру |
| 6 | Көген тартыс | Жаз | Топтық | Ұзын арқан | Жүгіру |
| 7 | Мысық пен тышқан | Жаз қыс | Жекелей топтық | Алаң зал | Жүгіру |
| 8 | Аңшылар | Жаз қыс | Жекелей топтық | Қажетсіз | Жүгіру |
| 9 | Тұтқын алу | Жаз қыс | Топтық | Тас не бас киім | Жүгіру |
| 10 | Ептілік | Жаз қыс | Топтық | Таяқ , тақтай | Жүгіру |
| 11 | Арынды арқан | Жаз қыс | Топтық | Арқан , доп | Секіру |
| 12 | Қарғымақ | Жаз қыс | Жекелей | Қажетсіз | Секіру |
| 13 | Аяққа қап киіп жарысу | Жаз қыс | Жекелей | Қап | Секіру |
| 14 | Арынды арқан | Жаз қыс | Жекелей топтық | Арқан | Секіру |
| 15 | Шембике | Жаз қыс | Жекелей | Көмбе | Секіру |
| 16 | Сақина алу | Жаз қыс | Жекелей | Сақина | Ептілік |
| 17 | Балықтар | Жаз | Топтық | Қажетсіз | Ептілік |
| 18 | Алтын сақа | Жаз | Жекелей | Асық | Ептілік |
| 19 | Бестас | Жаз қыс | Жекелей | Тастар | Ептілік |
| 20 | Бестабан | Жаз | Жекелей | Асық | Ептілік |
| 21 | Шалма тастау | Жаз | Жекелей | Арқан, қазық | Ептілік |
| 22 | Қармақ | Жаз | Жекелей | Жіп, доп | Ептілік |
| 23 | Сиқырлы таяқ | Жаз қыс | Жекелей топтық | Таяқ не доп | Ептілік |
| 24 | Дүмпілдек | Жаз | Топтық | Қажетсіз | Ептілік |
| 25 | Тоғыз аяқ тоғыз табақ | Жаз қыс | Топтық | Музыка аспаптары | Ептілік |
| 26 | Қыз қуу | Жаз | Жекелей топтық | Қарақшы, жалау | Ептілік |
| 27 | Салма ілу | Жаз | Жекелей | Қапқа буылған ауыр зат | Ептілік |
| 28 | Күміс ілу | Жаз | Жекелей | Орамал, күміс теңге | Ептілік |
| 29 | Дәл басу | Жаз қыс | Жекелей | Тас не орындық, | Ептілік |
| 30 | Аларман | Жаз қыс | Топтық | Бөрене | Ептілік, тепе теңдік |
| 31 | Бұғынай | Жаз | Жекелей топтық | Қажетсіз | Ептілік, жылдамдық |
| 32 | Асық | Жаз | Жекелей | Асық | Ептілік, дәлдік |
| 33 | Бөрік ұру | Жаз | Жекелей | Тас не доп | Ептілік, жылдамдық |
| 34 | Жасырынбақ | Жаз | Жекелей | Қажетсіз | Ептілік, жылдамдық |
| 35 | Шілде | Жаз | Жекелей | Ағаш , таяқ | Ептілік, жылдамдық |
| 36 | Соқыр теке | Жаз қыс | Жекелей | Орамал | Ептілік, байқампаздық |
| 37 | Дауыста, атыңды айтам | Жаз қыс | Топтық | Орамал, таяқ | Ептілік, байқампаздық |
| 38 | Әткеншек | Жаз | Жекелей топтық | Әткеншек | Тепе теңдік |
| 39 | Тепе теңдік | Жаз қыс | Жекелей | Бөрене, заттар | Тепе теңдік |
| 40 | Тартыс | Жаз қыс | Жекелей | Кілем | Тепе теңдік |
| 41 | Теке тірес | Жаз қыс | Жекелей | Қажетсіз | Тепе теңдік |
| 42 | Қырықаяқ | Жаз | Топтық | Алаң, зал | Тепе теңдік |
| 43 | Қан көбелек | Жаз қыс | Жекелей | Стол, сакан | Тепе теңдік |
| 44 | Асау көк | Жаз | Жекелей | Қада не ағаш, арқан | Тепе теңдік |
| 45 | Қол күрестіру | Жаз қыс | Жекелей | Стол | Күш |
| 46 | Ат үстіндегі тартыс | Жаз қыс | Жекелей | Сойылған лақ не серке | Күш |
| 47 | Жаяу тартыс | Жаз қыс | Жекелей-топтық | Ойыншықтар | Күш, жылдамдық |
| 48 | Ақ сандық, көк сандық | Жаз | Жекелей | Қажетсіз | Күш, шапшаңдық |
| 49 | Үлек пен тайлақ | Жаз қыс | Топтық | Алаң , зал | Жылдамдық |
| 50 | Доп тебу | Жаз қыс | Жекелей топтық | Доп , таяқ | Жылдамдық |
| 51 | Қоян қашты | Жаз қыс | Жекелей топтық | Қажетсіз | Жылдамдық |
| 52 | Айгөлек | Жаз | Жекелей топтық | Тас | Жылдамжық |
| 53 | Түйілген орамал | Жаз | Топтық | Орамал | Жылдамдық |
| 54 | Ортаға түспек | Жаз қыс | Топтық | Доп | Жылдамдық |
| 55 | Етек етек | Жаз қыс | Топтық | Қажетсіз | Жылдамдық |
| 56 | Ұшты ұшты | Жаз қыс | Жекелей | Стол | Жылдамдық, байқамында |
| 57 | Жалмауыз кемпір | Жаз қыс | Топтық | Қажетсіз | Жылдамдық |
| 58 | Орамал тастау | Жаз қыс | Жекелей | Орамал | Жылдамдық, байқампаздық |
| 59 | Үй артында қол ағаш | Жаз | Топтық | Орамал не белбеу | Жылдамдық,байқампаздық |
| 60 | Жаңылма | Жаз | Жекелей | Қажетсіз | Жылдамдық,байқампаздық |
| 61 | Ақ сүйек | Жаз | Жекелей топтық | Сүйек | Жылдамдық,байқампаздық |
| 62 | Ат қаума | Жаз қыс | Жекелей топтық | Қажетсіз | Жылдамдық,ептілік |
| 63 | Белбеу тастау | Жаз | Топтық | Белбеу | Жылдамдық |
| 64 | Қазан доп | Жаз | Жекелей топтық | Доп, таяқ | Жылдамдық, дәлдік |
| 65 | Бала қуу | Жаз қыс | Топтық | Қажетсіз | Жылдамдық |
| 66 | Қарлығаш пен қарға | Жаз | Жекелей топтық | Қажетсіз | Жылдамдық, ептілік |
| 67 | Кім жылдам | Жаз қыс | Жекелей | Белбеу | Жылдамдық секіру |
| 68 | Табақ алып қашу | Жаз | Жекелей | Ат, табақ | Жылдамдық |
| 69 | Монданақ | Жаз, қыс | Жекелей | Белдік, белбеу не орамал | Жылдамдық |
| 70 | Хан | Жаз, қыс | Жекелей | Түйілген орамал | Байқампаздық,сенімділік |
| 71 | Қоңырау | Жаз | Топтық | Қоңырау | Байқампаздық |
| 72 | Саусақ санамақ | Жаз, қыс | Жекелей | Қажетсіз | байқампаздық |
| 73 | Сақина салмақ | Жаз, қыс | Жекелей топтық | Сақина | Байқампаздық,жылдамдық |
| 74 | Шертпек | Жаз, қыс | Топтық | Орамал | Байқампаздық |
| 75 | Қассыңба? Доссыңба? | Жаз, қыс | Жекелей топтық | Қажетсіз | Байқампаздық |
| 76 | Тауқырай | Жаз, қыс | Жекелей топтық | Тақия | Байқампаздық,сергектік |
| 77 | Қара сиыр | жаз | Жекелей | Ойыншық | Еңбектеу |
| 78 | Қос құлақ | Жаз | Топтық | Орамал | өрмелеу |
| 79 | Сандық толтыру | Жаз, қыс | Жекелей | Сандық ,ойыншық | Жинау |
| 80 | Ұршық доп | Жаз | Жекелей | Доп | Домалату |
| 81 | Ошақ | Жаз | Топтық | Доп | Жалтару |
| 82 | Қайықшы | Жаз | Жекелей |  | Тыныс ау, шыдамдық |
| 83 | Ала күшік | Жаз, қыс | Топтық | Қажетсіз | Еңбектеу |
| 84 | Тымақ ұру | Жаз, қыс | Жекелей | Таяқ , тымақ | Дәлдік |
| 85 | Өрмекші | Жаз | Жекелей | Қажетсіз | өрмелеу |
| 86 | Алшы | Жаз | Жекелей | Асық | Лақтыру |
| 87 | Клек | Жаз | Жекелей | Таяқ | Дәлдік, жылдамдық |
| 88 | Шұқыма | Жаз | Топтық | Ағаш таяқтар | Төзімділік |
| 89 | Тоғыз құмалақ | Жаз, қыс | Жекелей | Құмалақ,тақтай | Ойлау |
| 90 | Жүн сабау | Жаз, қыс | Жекелей | Сабау ағаш | Ұру, дәлік |
| 91 | Салма ілу | Жаз | Жекелей | Қапқа буылған зат | Күштілік |
| 92 | Тымпи тымпи | Жаз, қыс | Жекелей топтық | Қажетсіз | Тапқырлық |
| 93 | Қашпа доп | Жаз | Топтық | Доп , таяқ | Дәлдік, ептілік |
| 94 | Атыс | Жаз | Жекелей | Асық | Қырағы, мерген |
| 95 | Марламқаш | Жаз | Топтық | Қажетсіз | Еңбектеу, батылдық |
| 96 | Алтыбақан | Жаз | Жекелей топтық | Арқан, тақтай, бақан | Батылдық, ептілік |