

АЛИАКБАРОВ Рустем Нуртазаевич,

"Қаражантақ" жалпы білім беретін мектебінің дене шынықтыру пәні мұғалімі.

Түркістан облысы, Арыс қаласы

МЕКТЕП ОҚУШЫЛАРЫНЫҢ ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ САБАҒЫНА КӨЗҚАРАСЫ МЕН ҚАТЫНАСЫ

Еліміздегі жалпы және арнайы білім беретін мектептердің басым көпшілігі дене шынықтыру саласын қолдай отырып, зияткерлік әлеуетті арттыруда маңызды рөл атқаратытын тілге тиек етеді. Осыған орай мемелекетіміз дене шынықтыру саласындағы маңызды нысандарға және жалпы белем беретін мектептерді қаржыландыра отырып, дене шынықтыру маңыздылығы мен дене шынықтыру мамандарының қызметтік деңгейіне орай да үлкен қолдаулар көрсетуде. Яғни, бұл дегеніміз дене шынықтыру жаттығулары мен спорттың әртүрлерімен шұғылдану барысында адам ағзасы жүйелерінің қалыпты жұмысы мен резервтік мүмкіндіктерінің жоғарылауы нәтижесінде тұлғалық дамудың негізі қалыптасатыны анық.

Осыған орай зерттеу жұмыстарының өзектілігі, адам өміріндегі табысты болу, қаржылай қамтамасыз ету секілді аспектілер төңірегіндегі мәселелерді шешуде дене саулығының маңызы ең басты құндылық екенін де айғақтай түсетіндей.

Білім беру жүйесіндегі өзгерістер мектептің алдына болашақ мамандардың кәсіби дайындығы мен дене тәрбиесін түбегейлі және жан-жақты жетілдіру міндетіне орай тиімді тұстары да бар. Бұл уақытты, жүйені қажет ететін күрделі мәселелер екенін білеміз.

Дене тәрбиесінің мақсатты бағытын өзгерту, оның мәні жеке тұлғаның дене шынықтыруын қалыптастыру болып табылады, оқыту сапасын арттыруды, жеке бағдарланған тәрбие мен тренингті қамтамасыз ететін жаңа педагогикалық және ұйымдастырушылық формаларды әзірлеуді талап етеді. Осыған орай дене шынықтыру сабақтарын оқытуды жүйеге қоя отырып, негізгі тұлға мектеп оқушыларының да дене шынықтыру сабақтарын деген қызығушылығы мен белсенділікті арттыруға үлес қоса отыруымыз заман талабы болмақ.

**Зерттеудің мақсаты.** Мектеп жасындағы балалардың дене шынықтыру сабағына деген ынтасы мен көзқарасына теориялық талдау жасау.

Дене белсенділігінің маңыздылығы мектеп жасындағы балалардың денсауылығының алғы шарттары екені сөзсіз. Себебі, гиподинамия немесе дене қозғалысы белсенділігінің төмендігі өсіп келе жатқан ағза жүйелеріне күрделі әсер ететіні физиологиялық тұрғыдан зертелген.

Ал дене шынықтыру сабақтарының балалардың физиологиялық ерекшеліктеріне қарай және жаңартылған білім беру бағдарламаларына сәйкес жүргізілуі олардың ағза жүйелеріне дамуына да әсер ететінін ескерсек, сабақтың жүргізілуіне оқушылардың көзқарасын да ескеруіміз керек.

Жоғары сыныптардағы дене тәрбиесі мәселелері бойынша талданған әдебиеттерге, сондай-ақ өз тәжірибеме сүйене отырып, жоғары сыныптардағы дене тәрбиесі тек қозғалыс белсенділігі мен денелік даму деңгейін арттыратыны да айқын. Әдетте, оқушылардың дене тәрбиесіне ынталандыру-құндылық қатынасын қалыптастыру және жүйелі денелік белсенділіктің қажеттілігі (дене жаттығулар, өмір сүру тәртібі, жеке гигиена, т.б.) сияқты мәселелер толыққанды зерттеуді қажет етеді.

Дене тәрбиесі үрдісінде оқушылардың денелік қасиеттері әрдайым ескеріле бермейді. Дене шынықтыру немесе таңдаған спорт түрлеріне іріктеу барысында оқушылардың ағза жүйелерінің даму ерекшеліктері мен дене қасиеттерінің мүмкіндігі маңызды бола бермейді.

Осы тақырып төңірегінде зерттеу жүргізген ғалымдар зерттеу тараптарына сәйкес жаңа ұстанымдар анықтаған.Солардың бірі бәсекелестік ынталандыру, яғни спорттық жетістіктерге жету жолындағы кедергілерді жеңе білу, спорттық нәтижеге деген ұмтылыстан туындайды.

Спорт саласында және жарыстарда белгілі бір деңгейге жетуге деген ұмтылыс-бұл ең қуатты реттеушілердің бірі және жаттығуға айтарлықтай жігерлендіру. Екіншісі эстетикалық ынталандыру. Мұнда, спорттық дене бітімінің маңыздылығы, дене жаттығулары арқылы сұлу сымбатқа қол жеткізуге болатынына ынталандыратын дәрістер, спорттық тамақтану, ағза жұмысының белсенділігі секілді маңызды мәліметтерді қамтиды.

Құзіретті ынталандыру сипатына топтық жаттығулар, көшбасшылық қасиет, әлеуметтік мәселелер, тағы да басқа мәліметтер жиынтығын құрайды.

Оқыту әдістеріндегі ынталандыра отырып үйретудің келесі бірі танымдық және ойын-сауық арқылы ынталандыруда адамның дене бітімін, мүмкіндіктерін білуге, содан кейін оларды дене шынықтыру және спорт арқылы жақсартуға деген ұмтылысымен ұтымды болмақ. Бұл көбінесе бәсекелестікке ұқсайды-бәсекеге қабілетті мотивация, бірақ ол бәсекелестікке емес, өзін-өзі жеңуге деген ұмтылысқа негізделген. Жалпы мотивация немесе ынталандыру арқылы білім беру, тәрбие беру, спорттық жарыстарда жетістіктерге жету жолында ағзаның функциональды мүмкіндіктерін ескере отырып жүйелі оң нәтижеге жету.

Сауалнамаға Алматы қаласы, Бостандық ауданы, № 63 жалпы білім беретін мектептің оқушылары қатысты. Сауалнама төрт бөлімнен тұрады,бірінші бөлім адам өміріндегі денсаулықтың маңыздылығын қабылдау тақырыбына арналса, екінші бөлім оқушылардың денсаулығын бағалауға қатысты мәселелерге қатысты, үшінші бөлім оқушылардың көзқарасын түсінуге көмектесетін дене шынықтыру және салауатты өмір салты деген тақырыптардан және төртіншіде оқушылардың дене тәрбиесіне деген қызығушылығының төмендеу себептерін анықталды.

Зерттеу нәтижелерінде мектептегі дене шынықтыру сабақтарына әсер ететін әртүрлі аспектілерді анықтау үшін жүргізіген сауалнамада М. А. Новиковтың зерттеуіне сүйене отырып, үш құрылым ерекшеленді. Олар: педагогикалық зерттеу әдіснамасы, практикалық педагогикалық іс-әрекет әдіснамасы және білім беру іс-әрекетінің әдіснамасы.

Сауалнама әдісі педагогикалық зерттеудің бөлігі болып табылады және педагогикалық зерттеу әдіснамасына негізделген, сондықтан ол ынталандырудың барлық аспектілерін және олардың әсерін анықтауға көмектеседі. Қалыптастыру кезінде жобалық қызмет көбінесе білім беру қызметінің басқа түрлеріне қатысты көмекші рөл атқара отырып, оқыту құралы ретінде әрекет етеді. В. И. Логунов педагогикалық жобалаудың стратегиялық жоспарында мынадай түрлерін ажыратады.Әлеуметтік ортаға және оның жағдайларына бейімделу, сондай-ақ оның құндылықтарына, мақсаттарына, сенімдеріне сәйкес ортаны жақсарту және өзгерту. Дәл осы негізгі әдіснамалық тұжырымдамалардың негізінде біз дене шынықтыру арқылы мектептің білім беру кеңістігін болашақ жобалау және оңтайландыру үшін сауалнама әдісін таңдадым. Осылайша, дене шынықтыру сабақтарында оқушылардың қызығушылығы мен белсенділігінің төмендеуінің негізгі себептері және сабақты өткізіп жіберу себептері сауалнаманың бір бөлігі болып табылады. Сондай-ақ, денсаулыққа, салауатты өмір салтына деген көзқарас адамның құндылықтарымен, яғни адам қандай бағдарларды басшылыққа алатындығымен, денсаулық сақтаудың басқа құндылықтардың арасында қандай орын алатындығымен байланысты екендігі белгілі.

**Зерттеу нәтижелерін талдау.** Алдымен, мектептің 9-11 сынып оқушыларына салауатты өмір салты мен дене шынықтыруға деген көзқарастың өзгеруі қызықты болды. Сауалнама деректері мынаны көрсетеді: 9 сынып оқушылары арасында 80% денсаулық ең жоғары құндылық және өмір салтына байланысты деп санайды. 10 сынып оқушыларының арасында бұл мәлімдемемен келісетін оқушылар саны 76%.

11 сынып оқушыларының 61% - ы спортпен шұғылдану және мамандандырылған спорт секцияларына қатысу арқылы денсаулығына қамқорлық жасауға тырысатынын көрсетті (сурет 1).

Олардың 39% - ы дұрыс тамақтануды, 33% - ы күн тәртібін ұстанатынын дәлелдейді. Оқушылардың 56% - ы спортпен шұғылданады, 9% - ы күн тәртібін сақтайды, 44% - ы дұрыс тамақтануды ұстанады. Бұл нәтижелер дене шынықтыру мамандарының дұрыс бағытта жұмыс істейтінін және салауатты өмір салтын насихаттайтынын көрсетеді. Дене шынықтыру сабақтарына қатысудың күрт төмендеуі және сәйкесінше оқушылардың сабаққа қатыспау пайызының артуы байқалады. Сауалнамаларда берілген жауаптарға сәйкес, дене шынықтыру сабағына қатыспаудың негізгі себебі мәжбүрлеу (оқушылардың 27%), сондай-ақ оқушылардың ұйымдастырылмауы мен жалқаулығы болып табылады.

Ряд1; 9

сынып; 80%

Ряд1; 10

сынып ; 76%

Ряд1; 11

сынып ; 61%

Сурет 1. Сауалнама деректерінің пайыздық мәліметтері

Дене шынықтыру сабақтарына қызықтыру мәселесін шешу үшін 2021 жылдан бері барлық жалпы білім беретін мектептерде оқушыларды қызықтыратын спорт түрімен айналыса алатын бірнеше секциялар құрылып, жұмыс істелінуде. Дене шынықтыру деңгейі жаттығу кезінде адам ағзасының жұмысына, оның құрылымына және т.б. байланысты теориялық білім тұрғысынан тұрақты деңгейде екенін атап өткен жөн. 2022 жылдан бастап дене шынықтыру сабағына міндетті теориялық сабақтар енгізілді, олардың мақсаты оқушылардың білім берудегі олқылықтардың орнын толтыру болып табылады. Мұндай сабақтардың тиімділігі осы сынып оқушыларымен дәлелденді: 11-сынып оқушыларының 44% - ы дене шынықтыру сабақтарында салауатты өмір салты мен дене шынықтыру негіздері туралы ақпарат алды, ал қалған оқушылар білімнің негізгі көзі осы тақырыпқа арналған теледидарлық бағдарламалар мен түрлі басылымдар деп санайды. 11-сынып оқушыларының тек 9% - ы кәсіби әдебиеттерді мақсатты және жүйелі түрде оқиды. Оқушылардың жалпы пайызының 50% - ы стресс пен шаршаудың алдын алу әдістеріне қызығушылық танытады, оқушылардың 35% - ы теңдестірілген тамақтану мәселесіне алаңдайды, 17% - ы дәстүрлі емес сауықтыру әдістеріне қызығушылық танытады.

**Қорытынды.** Әдебиеттерді зерттеу және талдау нәтижесінде алынған мәліметтер қазіргі заманғы дене шынықтыруды оқытуда ұсынылған ынталандырудың көзқарастары негізінде өзгерістер қажет екенін айтуға мүмкіндік береді. Жалпы білім беретін мектеп жағдайында дене шынықтыру және спорт құралдарымен әлеуметтік белсенді тұлғаны қалыптастыруға жәрдемдесу мақсатында мынадай міндеттерді алдыға қойылды. Оларға бала денсаулығына, дене қасиеттері немесе сапасына талдама жасай отырып, спорт түрлерін таңдауға мүмкіндік беру. Оқушылардың білім деңгейін және дене тәрбиесі мен спорттың сауықтыру технологиялары саласындағы білімін арттыру, мектептегі дене тәрбиесінің сапасын едәуір арттыру, оқушыларға дене шынықтыру және спортпен шұғылдану үшін тең мүмкіндіктер беру және білікті, кәсіби дайындалған оқытушылар құрамын енгізу басты нәтиже беретін бағыт болуы керек.