**880314401836**

**87776496388**

****

**БАЙДУЙСЕНОВА Жадра Рахматуллаевна,**

**Ө.А.Жолдасбеков атындағы №9 ІТ лицейінің дене шынықтыру және спорт пәні мұғалімі.**

**Шымкент қаласы**

**АСЫҚ ҰРПАҒЫМЫЗҒА ТИЕР ПАЙДАСЫ**

Асық — қазақ халқының ұлттық ойындарының бірі ғана емес, сонымен қатар ұрпақ тәрбиесінде маңызды рөл атқаратын мәдени мұрамыздың бір бөлігі. Асық ойыны – ұлтымыздың ұлттық құндылықтарын, денсаулықты сақтау мен адамгершілік қасиеттерін қалыптастыратын ерекше құрал. Бұл ойынның балалар үшін пайдасы да зор. Әсіресе қазіргі цифрлық әлемде балалардың уақытын дұрыс пайдалану мен әлеуметтік дағдыларын дамыту үшін асық ойынының маңызы артпаса, кеміген емес.

**Дене шынықтыру және денсаулықты нығайту**

Асық ойыны кезінде балалар әртүрлі қозғалыс жаттығуларын орындайды. Ойын ережелеріне сәйкес, оқушылар көп жүгіру, қырын ату, лақтыру, секіру сияқты физикалық белсенділікке қатысады. Мұндай қозғалыстар балалардың ептілігін, қозғалыс үйлесімділігін, дене шынықтыру деңгейін арттырады. Сонымен қатар, бұл ойын жалпы физикалық денсаулықты нығайтуға және балалардың жүрек-қан тамырлары жүйесін жақсартуға әсер етеді.

**Асықтың тарихы мен пайда болуы**

Асықтың пайда болуы туралы нақты тарихи деректер болмаса да, оның шығу төркіні қазақ халқының көшпелі тұрмысымен тығыз байланысты деп айтуға болады. Қазақ халқының күнкөрісі мен тұрмысында мал шаруашылығы маңызды рөл атқарған, ал қой мен ешкі – көшпенділердің негізгі малдары болған. Сондықтан асықтардың пайда болуы осы малдармен тығыз байланысты екені айқын. Қазақтар қой мен ешкінің асықтарын пайдаланып, оларды әр түрлі мақсатта қолданған.

Асықтың жасалуы мен қолданылуы жайлы тарихта бірнеше нұсқалар бар. Қой мен ешкінің асығы берік әрі тасымалдауға ыңғайлы болғандықтан, көшпенділер оларды ұзақ сапарларға алып шығу үшін қолданған. Сондай-ақ, асықтарды ойын ретінде пайдалану да белгілі бір мақсатқа қызмет еткен. Бұл ойындар балаларды қуаныш пен дене шынықтыруға ынталандырып, бір мезгілде олардың зейінін, ептілігін, шыдамдылығын дамытқан.

Асықтар қазақ халқында тек ойын құралы ғана емес, сонымен қатар дәрі ретінде де қолданылған. Мысалы, халық арасында асықтардың бірнеше түрін қолдану арқылы әртүрлі ауруларды емдеген, ырым-жоралғыларда да маңызды орын алған. Асықтың өзі өзінің символдық мәні бар, оны белгілі бір сенімдер мен дәстүрлермен байланыстырып, табиғаттың және адамның арасындағы өзара байланыс ретінде көрген.

**Зейін мен назарды дамыту**

Асық ойыны баланың зейінін, назарын бір нысанға шоғырландыруға үйретеді. Бұл ойынның мақсаты — асықты дәл тауып, қашықтыққа ату, дәлдікпен лақтыру. Осылайша, бала өзінің қолын және көзін үйлестіріп, ойынның әрбір кезеңіне ерекше көңіл бөлуі керек. Бұл балалардың ойлау қабілетін жетілдіріп, концентрация мен зейіндерін арттыруға көмектеседі.

**Әлеуметтік дағдыларды дамыту**

Асық ойыны – топта немесе жұппен ойнауға арналған ойын. Оған балалар арасында бәсекелестік, әділдік, ынтымақтастық, серіктесіңді құрметтеу сияқты әлеуметтік дағдыларды дамытуға мүмкіндік береді. Ойын барысында баланың өзін-өзі ұстауы, қарсыласымен дұрыс қарым-қатынас жасауы, жеңіске жетуге деген ұмтылысы қалыптасады. Бұл балаларға әлеуметтік ортада өз орнын табуға және қоғамға бейімделуге көмектеседі.

**Моральдық және адамгершілік тәрбиесі**

Асық ойыны арқылы балалар өзара сыйластық пен әділдікті меңгереді. Бұл ойын дағдыларын үйрену барысында әрбір қатысушының әділдікке ұмтылуы маңызды. Сонымен қатар, ұтылған жағдайда сабырлылық таныту, жеңіске жеткенде қарапайымдылық пен сыпайылық сақтау сияқты моральдық құндылықтарды қалыптастыруға үлкен септігін тигізеді. Осылайша, балалар ойын арқылы өмірде маңызды адами қасиеттерді игереді.

**Ұлттық құндылықтарды ұрпақтан ұрпаққа жеткізу**

Асық ойыны қазақ халқының бай мәдени мұрасының бір бөлігі болып табылады. Бұл ұлттық ойын арқылы балаларға дәстүрімізді, тарихымызды және ұлт мәдениетін дәріптеу мүмкіндігі туады. Асық ойнау арқылы ұрпақтар арасында рухани байланыс орнап, ұлттық құндылықтар мен дәстүрлер жалғасын табады.

**Қорытынды**

Асық ойынының пайдасы балалардың дене дамуына, зейін қою қабілеттеріне, әлеуметтік дағдылар мен моральдық қасиеттердің қалыптасуына үлкен әсер етеді. Қазіргі уақытта цифрлық ойындар мен гаджеттер балалардың өмірінің бір бөлігіне айналғанымен, дәстүрлі ұлттық ойындарды, соның ішінде асық ойынын насихаттау өте маңызды. Ұрпақ тәрбиесінде асық ойынының алатын орны ерекше, себебі ол балаларды дені сау, рухани бай, адамгершілік қасиеттері мол ұрпақ етіп тәрбиелейді.