**871107301845**

**БЕЙСЕНБАЕВ Мейрамжан Турсинтаевич,**

**№131 жалпы орта білім беретін мектебінің**

**дене шынықтыру пәні мұғалімі.**

**Шымкент қаласы**

**ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ САБАҒЫНДА ҰЛТТЫҚ**

**ОЙЫНДАРДЫ ҚОЛДАНУДЫҢ МАҢЫЗЫ**

Дене шынықтыру сабағының мақсаты тек қана оқушылардың физикалық дамуын қамту емес, сонымен қатар олардың психологиялық, мәдени және әлеуметтік тұрғыдан да қалыптасуына ықпал ету. Ұлттық ойындар дене шынықтыру сабақтарының ажырамас бөлігі болып табылады, өйткені олар ұлттық мәдениетімізді сақтап, жас ұрпақты тәрбиелеуде үлкен рөл атқарады. Дене шынықтыру сабағында ұлттық ойындар оқушыларды өзінше әрекеттенуге, қабылдау мүшелерінің жұмысын арттыруға және ойлай білу, мақсатқа жету, өзін-өзі ұстай білуге үйретеді, өзіне-өзі сенуге, белсенділікке тәрбиелеп, ойын тәртібін сақтау оларды ұйымшылдыққа дағдыландырады.

Ұлттық ойындар халықтың ғасырлар бойы жинақтаған мәдени мұрасы мен дестүрлерін білдіреді. Дене шынықтыру сабағында қазақ халқының ұлттық ойындарын (мысалы, асық ату, көкпар, арқан тарту, жамбы ату, қазақша күрес, т.б.) қолдану арқылы балалар өз мәдениемен танысып, оны тереңірек ұғынады. Бұл олардың ұлттық бірегейлігін сезініп, қазақ мәдениетін құрметтеуге бағыттайды. Ұлттық ойындар көбінесе физикалық күшті, ептілікті, жылдамдықты және төзімділікті талап етеді. Мысалы, асық ату, арқан тарту, көкпар сияқты ойындар балалардың күшін, бұлшық ет тонусын нығайтады, олардың төзімділігін арттырады. Бұл ойындар балалардың жалпы физикалық дамуына және денсаулығын нығайтуға оң әсер етеді. Сондай-ақ ұлттық ойындар командалық жұмыс пен топтық ынтымақтастықты қажет етеді. Мысалы, көкпар, арқан тарту немесе асық ату ойындары балаларды бірлесіп жұмыс істей білуге, өзара құрмет пен қолдауды дамытуға үйретеді. Бұл балалардың әлеуметтік дағдыларын жетілдіріп, оларды бірігіп мақсатқа жетуге ынталандырады.

Ұлттық ойындарда әділдік, құрмет, қайраттылық және адалдық сияқты адамгершілік құндылықтар ерекше орын алады. Мысалы, қазақша күресте қарсыласты құрметтеу, адал күрес жүргізу – білім алушыны әділетті болуға, спорттық әдепті сақтауға баулиды. Ұлттық ойындар балаларға өмірде әділ болудың және өз ісіне жауапкершілікпен қараудың маңыздылығын көрсетеді. Ал кейбір ұлттық ойындар, мысалы, тоғызқұмалақ ойлау қабілетін дамытуға бағытталған. Бұл ойын балалардың логикалық ойлауын, стратегиялық жоспарлау дағдыларын және жедел шешім қабылдауды қалыптастырады. Тоғызқұмалақ секілді ойындар баланың зейінін, ұқыптылығын арттырып, оның ойлау қабілетін дамытады.

**Қорыта айтқанда,** денешынықтыру сабағындағы ұлттық ойындарды қолдану балаларды тек физикалық дамытумен ғана шектелмей, олардың әлеуметтік, моральдық және мәдени тұрғыдан қалыптасуына ықпал етіп, балаларға ұлттық бірегейлікті, мәдени мұраны қадірлеуді үйретеді. Сонымен қатар, ұлттық ойындар денсаулықты нығайтып, физикалық және психологиялық тұрғыдан жетілуге ​​ықпал етеді.