

УДК: 37.034

КЫРГЫЗ ЭЛДИК КЫЙМЫЛДУУ ОЮНДАРДЫН ДЕНЕ ТАРБИЯ САБАГЫНДАГЫ ОРДУ

Мамажонов Ёкубжон Нажмидинович
ОшМПУнун окутуучусу
ORCID: 0009-0008-8194-6514
Jakip8181kg@mail.ru

Аннотация.

Бул макалада кыргыз элдик кыймылдуу оюндардын дене тарбия сабактарында колдонулушунун окуучулардын кыймыл активдүүлүгүнө жана сабакка болгон кызыгуусуна тийгизген таасири изилденген. Элдик кыймылдуу оюндардын тарыхый, педагогикалык негиздери, алардын балдардын физикалык, психологиялык жана тарбиялык өнүгүүсүнө тийгизген таасири жана аларды дене тарбия сабактарында колдонуу мүмкүнчүлүктөрү кароого алынган. Мындан тышкары, бул элдик кыймылдуу оюндар балдардын психологиялык абалын жакшыртып, алардын ден-соолугун чыңдоого жардам бере тургандыгы аныкталды.

Ошондой эле, макалада дене тарбия мугалимдери жана тарбиячылар үчүн кыргыз элдик кыймылдуу оюндарды сабактарда жана класстан тышкаркы иш-чараларда колдонуу боюнча практикалык сунуштар берилген. Кыргыз элдик кыймылдуу оюндар дене тарбия сабактарына интеграцияланган учурда, алар балдарды физикалык активдүүлүккө жана социалдык баалуулуктарга үйрөтүүдө чоң роль ойной тургандыгы белгиленди.

Негизги сөздөр: Кыргыз элдик кыймылдуу оюндар, кыймыл активдүүлүгү, физикалык өнүгүү, психологиялык өнүгүү, тарбиялык таасир, педагогикалык негиздер, улуттук баалуулуктар.

МЕСТО КЫРГЫЗСКИХ НАРОДНЫХ ПОВИЖНЫХ ИГР НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

Мамаджонов Ёкубжон Наймидинович
Преподаватель ОшМПУ
ORCID: 0009-0008-8194-6514
Jakip8181kg@mail.ru

Аннотация.

В данной статье изучается влияние использования кыргызских народных двигательных игр на уроках физкультуры на двигательную активность учащихся и интерес к урокам. Рассмотрены историко-педагогические основы народных подвижных игр, их влияние на физическое, психологическое и педагогическое развитие детей и возможности их использования на уроках физической культуры. Кроме того, установлено, что эти популярные подвижные игры улучшают психологическое состояние детей и способствуют укреплению их здоровья.

Также в работе даны практические рекомендации учителям физкультуры и воспитателям по использованию кыргызских народно-двигательных игр на уроках и во внеклассной деятельности. Было отмечено, что при интеграции кыргызских народных спортивных игр в уроки физического воспитания они играют важную роль в обучении детей физической активности и социальным ценностям.

Ключевые слова: Кыргызские народные подвижные игры, двигательная деятельность, физическое развитие, психологическое развитие, воспитательное воздействие, педагогические основы, национальные ценности.

PLACE OF KYRGYZ FOLK OUTDOOR GAMES IN PHYSICAL EDUCATION LESSONS

Mamadzhonov Yokubzhon Naimidinovich
Teacher of OshMPU
ORCID: 0009-0008-8194-6514
Jakip8181kg@mail.ru

Abstract.

This article examines the impact of using Kyrgyz folk motor games in physical education lessons on students' motor activity and interest in lessons. The article examines the historical and pedagogical foundations of folk outdoor games, their impact on children's physical, psychological and pedagogical development and the possibilities of using them in physical education lessons. In addition, it has been established that these popular outdoor games improve children's psychological state and contribute to strengthening their health.

The work also provides practical recommendations for physical education teachers and educators on the use of Kyrgyz folk motor games in lessons and extracurricular activities. It was noted that when integrating Kyrgyz folk sports games into physical education lessons, they play an important role in teaching children physical activity and social values.

Keywords: Kyrgyz folk outdoor games, motor activity, physical development, psychological development, educational impact, pedagogical foundations, national values.

Кыргыз элдик кыймылдуу оюндар – бул элдин маданий мурасы болуп, муундан-муунга өтүп келген тарбиялоонун натыйжалуу каражаттарынын бири. Заманбап билим берүү системасында улуттук баалуулуктарды сактоо жана өнүктүрүү актуалдуу маселелердин бири болуп саналат. Айрыкча, дене тарбия сабактарында кыргыз элдик кыймылдуу оюндарды колдонуу окуучулардын ден соолугун чыңдоого, кыймыл активдүүлүгүн жогорулатууга жана улуттук аң-сезимин калыптандырууга жардам берет.

Учурда технологиянын өнүгүшү менен балдардын кыймыл-аракеттери азайып, активдүү оюндарга болгон кызыгуу төмөндөп бара жатат. Бул ден соолук көйгөйлөрүнө, мисалы, ашыкча салмак, булчуңдардын начар өнүгүшү жана кыймыл координациясынын начарлашына алып келүүдө. Ошондуктан, мектептерде дене тарбия сабактарын кыргыз элдик кыймылдуу оюндар менен байытуу окуучулардын ден соолугун чыңдоо жана спортко болгон кызыгуусун арттыруу үчүн өтө маанилүү.

Андан сырткары, элдик кыймылдуу оюндар жалаң гана физикалык өнүгүүгө эмес, ошондой эле тарбиялык жана социалдык жактан да чоң мааниге ээ. Алар окуучулардын топ менен иштөө жөндөмүн өркүндөтүп, лидерлик сапаттарын жана тартипти калыптандырат. Кыргыздын салттуу оюндарын окутууга интеграциялоо аркылуу окуучулар элдик маданиятты, каада-салттарды тереңирээк үйрөнүп, руханий баалуулуктарды сактоого салым кошушат. Жаш муундардын улуттук өзгөчөлүгүн сактоосуна шарт түзүп, аларга өз улутунун маданий мурастарын, каада-салттарын жана нарк-насилдерин түшүнүүгө жана баалоого жардам берет. Ошондой эле, улуттук өзгөчөлүктү сактоо аркылуу жаштар өздөрүнүн этникалык иденттүүлүгүн бекемдеп, дүйнөлүк маданияттар менен өз ара урматтоо жана ынтымакта жашоого үйрөнүшөт. [1,166]

Дал ушул себептерден улам, кыргыз элдик кыймылдуу оюндардын дене тарбия сабагындагы ордун изилдөө актуалдуу болуп эсептелет. Бул теманын практикалык мааниси да чоң, анткени аны ишке ашыруу аркылуу заманбап билим берүү системасына улуттук элементтерди интеграциялоо мүмкүнчүлүгү жаралат.

Бул изилдөөнүн максаты – кыргыз элдик кыймылдуу оюндардын дене тарбия сабагындагы ордун аныктоо жана аларды натыйжалуу колдонуу методикасын иштеп чыгуу болуп саналат. Башкача айтканда кыргыз элдик кыймылдуу оюндардын тарыхый жана педагогикалык негиздерин изилдөө аркылуу бул оюндардын балдардын физикалык, психологиялык жана тарбиялык өнүгүүсүнө тийгизген таасирин талдоо, сабактарында кыргыз элдик кыймылдуу оюндарды колдонуу мүмкүнчүлүктөрүн жана ыкмаларын изилдөө, практикалык тажрыйба аркылуу бул оюндардын окуучулардын кыймыл активдүүлүгүнө жана сабакка болгон кызыгуусуна тийгизген таасирин баалоо, дене тарбия мугалимдерине жана тарбиячыларга сунуштар иштеп чыгуу бул изилдөөнүн негизги максаттарын болуп эсептелет.

Кыргыз элдик кыймылдуу оюндардын тарыхый негиздерине токтолсок, Кыргыз элинин тарыхый өнүгүүсүндө кыймылдуу оюндар күнүмдүк жашоонун, тарбиялоонун жана машыгуунун ажырагыс бөлүгү болгон. Көчмөн жашоо образында балдардын физикалык

жактан чың болушу жана ар тараптуу өнүгүүсү чоң мааниге ээ болгондуктан, элдик оюндар жаш муунду тарбиялоонун негизги каражаттарынын бири катары калыптанган.

Элдик оюндар көбүнчө жоокердик өнөргө даярдоо, шамдагайлыкты, чыдамкайлыкты, топ менен иштөө жөндөмүн жана стратегиялык ой жүгүртүүнү өнүктүрүү максатында колдонулган. Көптөгөн кыймылдуу оюндар көчмөн элдин жашоо-шартына шайкеш келип, аң уулоо, ат үстүндөгү өнөр жана жоокердик даярдыкка байланыштуу болгон. Маселен, "Ордо", "Жоолук таштамай", "Кемпир-Чал", "Төө жүгүртмөй", "Эки бут, бир кол" сыяктуу оюндар жаш балдарды ыкчамдыкка, шамдагайлыкка жана эр жүрөктүүлүккө үйрөткөн.

Ошондой эле, кыргыз элдик кыймылдуу оюндар социалдык байланыштарды чыңдоо, улуу муундун насаатын жаштарга өткөрүү жана ынтымакты бекемдөө функцияларын да аткарган. Алар кышкы же жайкы жайлоолордо өткөрүлгөн тойлордо, каада-салттарда жана эс алуу учурларында уюштурулуп, жаш балдардын коомдогу ордун табуусуна жардам берген.

Кыргыз элдик кыймылдуу оюндардын тарбиялоочу жана билим берүүчү мааниси абдан чоң. Алар балдардын дене тарбиялык, интеллектуалдык жана моралдык жактан өнүгүүсүнө жардам берет. Алардын тарбиялык багытын эске алсак, Кыргыз элдик кыймылдуу оюндар балдарга эмгекчилдикти, улууларды сыйлоону, тартипти жана биримдикти үйрөтөт. Алардын негизинде коллективдүүлүк, адилеттүүлүк жана өз ара жардамдашуу сыяктуу сапаттар калыптанат.

Балдардын кыймыл активдүүлүгүн өнүктүрүүсүн эске алсак, бул оюндар аркылуу балдардын дене түзүлүшү чыңдалып, шамдагайлыгы, реакция ылдамдыгы жана координациясы жакшырган. Бул өзгөчөлүк азыркы дене тарбия сабактары үчүн да актуалдуу. Балдардын интеллектуалдык өнүгүүсүнө да оң таасирин тийгизет. Анткени көптөгөн оюндар стратегиялык ой жүгүртүүнү, логикалык чечим кабыл алууну жана чыгармачылыкты өнүктүрүүгө багытталган. Ошол себептен "Кыргыз элдик кыймылдуу оюндар – бул балдардын физикалык жактан гана эмес, эмоционалдык жана интеллектуалдык өнүгүүсүнө да өбөлгө түзүүчү тарбиялык каражат."-деп М.Сариева баса белгиленген. [2] Автор бул эмгегинде кыргыз элдик оюндардын балдардын интеллектуалдык жана социалдык өнүгүүсүнө болгон таасирин терең изилдейт. Оюндар балдардын когнитивдик жөндөмдөрүн жакшыртууга, командалык иштөө, өз ара пикир алмашуу жана стратегиялык ойлонуунун негизинде жакшырганын көрсөтөт.

Ал эми эмоционалдык жана социалдык жактан өнүгүүсүн эске алсак оюн учурунда балдар бири-бири менен баарлашып, коомдук көндүмдөрдү өздөштүрүшөт. Алар эрежелерди сактоого, лидерлик сапаттарын өнүктүрүүгө жана жеңүү же жеңилүү сезимин туура кабыл алууга үйрөнүшөт. Элдик кыймылдуу оюндар ар кандай курактагы балдарга ылайыкталып, аларды жашына жараша жөндөмдөрүн өнүктүрүүгө да багытталган.

Кыргыз элдик кыймылдуу оюндардын балдардын физикалык, психологиялык жана тарбиялык өнүгүүсүнө тийгизген таасирине токтоло кетсек. Кыргыз элдик кыймылдуу оюндар балдардын ден-соолугун чыңдоо менен катар, алардын психологиялык жана тарбиялык өнүгүүсүнө да чоң таасир этет. Ошол себептүү Ш.Алиев "Кыргыз элдик оюндарындагы эң маанилүү аспект - балдардын дене кыймылдарын өнүктүрүү менен алардын психологиялык жана социалдык жактан биригүүсү"-деп баса белгилеген. [3]

Бул оюндар аркылуу балдар дене тарбиялык жөндөмдөрүн өркүндөтүп, эмоционалдык жана социалдык жактан да өсүшөт.

Физикалык өнүгүүгө тийгизген таасири. Кыргыз элдик кыймылдуу оюндар балдардын ден-соолугун чыңдоо жана кыймыл активдүүлүгүн жогорулатуу үчүн натыйжалуу каражат болуп эсептелет. Алар төмөнкү физикалык сапаттарды өнүктүрүүгө жардам берет. Мисалы чыдамкайлыкка жана күчтүүлүккө калыптанат. Оюндар көп учурда чуркоо, секирүү, секирип тоскоолдуктарды жеңүү, тартылуу жана жүк көтөрүү сыяктуу физикалык аракеттерди талап кылат. Бул балдардын булчуңдарынын чыңдалышына өбөлгө түзөт. Андан сырткары шамдагайлыкка жана ыкчамдыкка үйрөнүшөт. Мисалы: "Алып качмай", "Жоолук таштамай", "Кууп жет", "Каптаган" сыяктуу оюндар балдардын тез реакция кылуу жөндөмүн жана кыймыл ылдамдыгын өнүктүрөт. Андан ары балдар кыймылдарды туура айкалыштырып,

денесин көзөмөлдөөнү үйрөнүшөт. Мисалы, "Эки бут, бир кол" оюну кыймыл координациясын жакшыртат.

Балдардын мүчөлөрүнүн ийкемдүүлүгү да калыптанат. Айрым оюндарда секирүү, ийилүү, денени кыйшайтуу сыяктуу аракеттер бар. Бул балдардын ийкемдүүлүгүн жана сөөк-муун системасынын туура өсүшүн камсыз кылат. Жүрөк-кан тамыр жана дем алуу системасына да оң таасирлери бар. Анткени кыймылдуу оюндар активдүү физикалык аракетти талап кылгандыктан, балдардын жүрөк жана өпкө иштешин жакшыртып, жалпы ден соолугун чыңдайт.

Психологиялык өнүгүүгө тийгизген таасири. Кыргыз элдик кыймылдуу оюндар балдардын психологиялык абалын жакшыртып, алардын аң-сезиминин калыптанышына жардам берет. Кыймылдуу оюндар эмоционалдык чыңалууну басандатат, сергектикти жана көңүлдү көтөрөт. Аны менен балдарда стресс жана чарчоо менен күрөшүү аракети жүрөт. Оюн учурунда балдар өздөрүнө болгон ишенимди бекемдеп, чечкиндүү аракеттерди жасоо аркылуу чечкиндүүлүккө үйрөнүшөт.

Балдардын концентрациясы жана ой жүгүртүүсү өсөт. Кээ бир оюндар логикалык ой жүгүртүүнү, тактикалык пландаштырууну жана көңүл бурууну талап кылат. Андан сырткары лидерлик жана команда менен иштөө жөндөмү да пайда болот. Себеби, көпчүлүк кыймылдуу оюндар командалык иштөөгө негизделген. Бул балдарга лидерлик сапаттарды өнүктүрүүгө жана топтук иштөө көндүмдөрүн жакшыртууга жардам берет.

Тарбиялык өнүгүүгө тийгизген таасири. Элдик оюндар кыргыз элинин тарыхый, маданий жана руханий баалуулуктарын камтыйт. Алар балдардын тарбиясын калыптандырууда маанилүү роль ойнойт.

Кыргыз элдик оюндар аркылуу балдар өз элинин маданиятын, үрп-адаттарын жана салт-санаасын үйрөнүшөт. Бул дегени балдарда улуттук аң-сезими өсөөрүнө терең ишенимди пайда кылат. Аны менен бирге балдарда жоопкерчилик жана тартипти сактоо көндүмдөрү пайда болот. Оюн эрежелерин сактоо балдарды жоопкерчиликтүү жана тартиптүү болууга үйрөтөт. Балдар оюн учурунда жеңүү жана жеңилүү сезимдерин туура кабыл алууну, чынчыл ойноону жана башкаларга адилеттүү мамиле жасоону үйрөнүшөт. ошону менен бирге эле алар бири-бирине жардам берүү жана достук мамиле түзүү аркылуу командалык оюндарда ынтымак, тил табышуу жана бири-бирин колдоо сыяктуу сапаттары өнүгөт.

Натыйжада кыргыз элдик кыймылдуу оюндар балдардын физикалык, психологиялык жана тарбиялык өнүгүүсүнө комплекстүү түрдө таасир этет. Алар ден-соолукту чыңдоонун, аң-сезимди калыптандыруунун жана социалдык көндүмдөрдү өркүндөтүүнүн мыкты каражаты болуп эсептелет. Ошондуктан, бул оюндарды заманбап дене тарбия сабактарына активдүү киргизүү зарыл.

Дене тарбия сабактарында кыргыз элдик кыймылдуу оюндарды колдонуу мүмкүнчүлүктөрүн жана ыкмаларын кененирээк токтоло кетсек.

Биринчиден окуучулардын курактарына ылайыкташтыруу керек.

Башталгыч класстарда (1–4-класстар) – кыймылы жеңил, кызыктуу жана социалдык көндүмдөрдү калыптандыруучу оюндар колдонулат. Мисалы: "Аркан тартыш", "Жоолук таштамай", "Аламан чабыш". Ал эми орто класстарда болсо (5–8-класстар) – ыкчамдыкты, шамдагайлыкты жана топтук иштөөнү талап кылган оюндар колдонулат. Мисалы: "Улак тартыш", "Төө жүгүртмөй", "Кууп жет". Жогорку класстарда (9–11-класстар) – күчтү, чыдамкайлыкты жана стратегиялык ой жүгүртүүнү талап кылган оюндар ылайыктуу. Мисалы: "Ордо", "Чүкө атыш", "Кан-жарган".

Экинчиден дене тарбия сабактарынын структурасына интеграциялоого көңүл буруубуз керек. Аны дене тарбия сабактарында төмөнкү этаптарда киргизүүгө боло тургандыгын белгиледик. Мисалы:

- Сабактын башталышында (жылынуу көнүгүүлөрү катары) – Оюн аркылуу окуучулар денесин даярдап, машыгууга болгон мотивациясын арттырат.
- Негизги бөлүктө (негизги кыймыл көнүгүүлөрүн машыгуу максатында) – Оюндар дене тарбиянын негизги максаттарын ишке ашырууга жардам берет.

- Сабактын акырында (эс алуу жана көнүгүүлөрдү бекемдөө үчүн) – Жөнөкөй жана кызыктуу оюндар колдонулуп, денени бошондотуу максатында пайдаланылат.

Жыйынтыктап айтканда кыргыз элдик кыймылдуу оюндарды дене тарбия сабактарында колдонуу окуучулардын кыймыл активдүүлүгүн жана сабакка болгон кызыгуусун айтарлык жогорулатат. Бул оюндарды дене тарбия сабактарында, мектепке чейинки билим берүүдө, ошондой эле класс тышкаркы иш-чараларда колдонуу окуучулардын улуттук маданиятты түшүнүүсүнө жана сүйүүсүнө өбөлгө түзөт. Ошондой эле, аларды жакшы физикалык даярдыкка жана психологиялык чыдамкайлыкка тарбиялоо үчүн маанилүү.

Мугалимдер жана тарбиячылар үчүн кыргыз элдик кыймылдуу оюндарды колдонуу боюнча атайын методикалык сунуштар жана программаларды иштеп чыгуу зарыл. Окуучулардын кызыгуусун жана натыйжалуулугун арттыруу үчүн оюндарды туура жана кызыктуу түрдө уюштуруу керек.

Ошентип, кыргыз элдик кыймылдуу оюндар дене тарбия сабактарында колдонулганда, алар окуучулардын физикалык, психологиялык жана эмоционалдык өнүгүүсүнө оң таасир берип, сабактардын натыйжалуулугун жана кызыгуусун жогорулатат.

Колдонулган адабияттар:

1. Мурзаканова, Г. (2024). РОЛЬ УРОКА ЧТЕНИЙ В ФОРМИРОВАНИИ ЭТНОКУЛЬТУРНОЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ УЧАЩИХСЯ НАЧАЛЬНЫХ КЛАССОВ. Вестник Ошского государственного педагогического университета имени А.Мырсабекова, 2(2), 165–169. <https://doi.org/10.56122/v2i2.232>
2. Сариева, М. "Кыргыз элдик оюндардын педагогикалык аспектери." Бишкек-2020-ж. Кыргыз педагогикалык университети.
3. Алиев, Ш. "Кыргыз элинин салттуу оюндары жана алардын балдар тарбиясындагы мааниси." Бишкек 2015-ж. Мектеп басмасы.
4. Жумаев, И. "Дене тарбия жана салттуу кыргыз оюндарын билим берүү процессинде колдонуу." Бишкек-2018-ж. .
5. Мухамеджанова, К. "Традиционные игры кыргызского народа: педагогическое значение в воспитании детей." Бишкек-2021-ж.
6. Абдрахманова, А. "Физическая культура и воспитание в кыргызской традиции." Бишкек-2019г.