

Рамашов Н.Р. п.ғ.к., профессор Ауесхан А., Картабаев Б. магистрант

Е.А.Бөкетов атындағы Қарағанды университеті

ӘСКЕРГЕ ДЕЙІНГІ ЖАСТАРДЫҢ ДЕНЕ ТӘРБИЕСІ

Елбасының 2012 жылғы 16-шы ақпанындағы «Әскери қызмет және әскери қызметшілердің мәртебесі туралы» № 561 Заңына сәйкес жоғары оқу орындарындағы әскерге шақырылу және әскер жасындағы жастарды бастапқы әскери даярлықтан өткізу болып отыр.

Жастардың патриоттық тәрбие алып шығуы, оларда қазақстандық патриотизмге, елжандылыққа, отансүйгіштіке тәрбиелеу жұмысында бастапқы әскери дайындықтың мәні зор [1].

Осындай қыруар істі жүзеге асыру, әскери істерге үйрету мен әскери-патриоттық тәрбие берудің санасы, осы істердің ұйтқысы болып табылатын алғашқы әскери дайындық мұғалімінің біліктілігіне көп байланысты. Бастапқы әскери дайындық және дене тәрбиесі пәндері бірін - бірі толықтырып тұрады. Ал бастапқы әскери дайындық пәні жастарды болашақ Отан қорғауға дайын болуға, патриотизмге тәрбиелейді десек, ол мақсатқа дене тәрбиесінсіз жету мүмкін емес. Өскелең ұрпақты осындай биік мақсаттарға жетелеу үшін 1-сыныптан бастап Қазақстандық патриотизмге, Отанын, елін сүйуге тәрбиелеу мектептің негізгі міндеті.

Жыл сайын мектептерде бастапқы әскери дайындық пәнін бастау жайлы бұйрық жүйелі түрде беріледі. Осы бұйрықта «Дене шынықтыру сабақтарындағы саптық пәрмендер Қазақстан Республикасы әскери жарғыларының талаптарына сай берілсін» - деген сөздер осының айғағы, яғни саптық пәрмендерді, әскери терминологияны жүйелі түрде оқушылар санасына жас кезінен енгізу болып табылады. Бұдан шығатын қорытынды: бұл екі пән егіз және оларды қатар алып жүру мұғалім үшін үлкен парыз [2].

Арнайы жаттығулар жалпы жаттығулардан соң 10-15 минут бойы жасалады. Сабақтың бұл бөлімі 3-5 минут бойы жақсылап демалумен

аяқталады. Бұл кезде студенттерге қажетті құралдарды дайындайды, екіден жұптасады, залда және кілемдерде тиісті орындарын алады. Негізгі бөлімінің ұзақтығы 40-60 минут. Оқып үйрену, жетілдіру, жан-жақты дайындықты дамытып ерік күшін тәрбиелеу. Сабақтың негізгі бөлімінде жаңа арнайы жаттығулар амалдар, қарсы амалдар, қорғану және тактикалық даярлық әдістері үйретіледі. Осындай сабақтарда үйренген техникалық және тактикалық әрекеттер оқу және оқу-жаттығу белдесулерінде пысықталады. Қорытынды бөлімнің ұзақтығы 5-10 минут. Міндеттері спортшыларға түсетін күшті біртіндеп азайтып, организмнің қалыпына келу процесін тездету, сабақтың қорытындысын шығару. Бұл бөлімде спортшылар сапқа тұрып жүреді, бір орында және қозғала жүріп, көңілде сақтату жаттығуларын жасайды, қимылдап ойнайды, қалыпқа келу жаттығуларын жасайды. Сабақтың қорытынды бөлімі топ спортшыларының сапқа тұруымен аяқталады. Жаттықтырушы сабақты қысқаша ғана қорытындылап, қажет болған жағдайда үйге тапсырма береді. Оқушылар сабақтан тыс уақыттарда ертеңгілік бойжазбасын міндетті орындауы тиіс. Олар ұйқысын ашуға, денесінің сергек болуына көмегін тигізеді. Ертеңгілік бойжазбаны таза ауада немесе желдетілген бөлмеде жасаған дұрыс. Ол екі бөлімнен тұрады. Бірінші бөлімде жалпы организмді дамытатын, ал екінші бөлімде арнаулы жаттығулар жасалады. Бірінші бөлімде жайлап жүруден бастап, спортшы жүгіріске көшеді де, содан соң бір орында тұрып немесе қозғала жүріп, организмді түгел шынықтыратын жаттығулар орындайды. Мұндай жаттығуларды тұла бойдағы бұлшық етті түгел дамытатындай етіп іріктеп алу керек. Сонымен қатар ондай жаттығуларда да бір мақсатты көздеу керек, айталық, шапшаңдықты, шымырлықты арттыру, спортшыны жинақы ету, т.с.с.

Оқушылар сонмен қатар жаттығу сабақтанынан соң кешкі серуенге шыққаны дұрыс. Кешкі серуен организмді қалыпқа келтіріп, ұйқының жақсы болу үшін жағдай жасайды. Кешкі серуен күн тәртібіне сай міндетті түрде жасалып тұрады. Соңынан жылы душ қабылдаған дұрыс. Дене тәрбиесін

жүзеге асыруды сабақтастыру, біздің көзқарасымыз бойынша, дене тәрбиесі әдістемесін студенттерге үйретуде жүзеге асырылуы тиіс. Бұл дене тәрбиесі мазмұны бойынша білім беруді жүзеге асыруда дұрыс меңгеруге ықпал жасайтын дене тәрбиесі әдістері мен технологияларына, оларды логикалық түрде құру, ұйымдастыру тәсілдеріне ерекше көңіл бөлінуі қажеттігін көрсетеді. Оқытушы нақты оқыту ақпаратын беруші, оны студенттердің меңгеруін ұйымдастырушы және соның нәтижесін бағалаушы позициясын ұстаушы адам ретінде болмауы керек, қайта студентке көмектесетін, өзінің білім беру қызметінің субъектісі болу керек. Ол үшін оқытушы талдауға тиісті бағдарламаны меңгерудегі және бағдарламаны оқуда студенттердің өздері қабылдауына кеңесші, сарапшы болуы тиіс. Оқытушының жаңа ұстанымы үнемі студенттермен бірге кішігірім зерттеулер орындау, студенттік топтармен бірге оқу үдерісін ұйымдастырудың түрлі формаларын бірге шығармашылық тұрғыда іздестіру жаңашылдық бағытта кәсіби біліктілігін жетілдіріп отыру өзекті сипат береді деген тұжырым жасаймыз.

М.Я. Виленский пікірі бойынша, оқушылардың жеке тұлғалық дене мәдениеті – бұл жеке тұлғаның физикалық дамуы мен білімінің деңгейін, осы деңгейге жету тәсілдерін түсінуін және дене тәрбиесі-спорттық іс-әрекетінің әр түрлі формалары мен жалпы өмірінен көрінуін сипаттайтын сапалық, жүйелілік, динамикалық білім. Оның құрылымы өзара байланысты үш бірліктен тұрады:

- құндылық бірлік - жеке тұлғаның қажетін, мұратын, мотивін, ұстанымын, қызығушылығын білдіреді;
- нақты қызметтік бірлік - жеке тұлғаның денсаулығын, қозғалу қабілеті мен дағдысын анықтайтын физикалық мінсіздік болып табылады;
- тәжірибелік - іс-әрекеттік бірлік, дене тәрбиесі-спорттық белсенділік өрісінен кең көрінеді (танымдық, үгіт-насихаттық, нұсқаулық, өзін-өзі жетілдірілу, өзін-өзі дамыту, өзін-өзі тәрбиелеу) [3].

Оқушылардың құндылық бағытын қалыптастыру үдерісінің тетігін сызба түрінде төмендегідей етіп көрсетуге болады. Жеке тұлға қабылдайтын

(сабақта, сабақтан және мектептен тыс іс-әрекеттерде) құндылық бағыттары сананың ерекше арналары арқылы өтіп, «маңызды» немесе «жеке тұлғалық мән» деңгейімен топтастырылады. Одан әрі оқушылардың нақты өмірі мен тәжірибесі жағдайында шындалады, олар бекітілген және бекітілмеген, өз іс-әрекеттері мен тәртіптерінің шын мәнінде басқара алатыны және санада сақталып, мұғалім, ұжым, жанұя талап еткен жағдайда ғана көрінетін дағдылар болып бөлінеді. Әдептілік, имандылық, мейірімділік, қайырымдылық, ізеттілік, қонақжайлылық құндылықтары қалыптасқан халқымыз осы асыл да абыройлы қасиеттерін жас ұрпақтың ақыл-парасатына азық ете білу үшін, әрбір тәрбиеші, ұстаз халық педагогикасын, сан ғасырларда қалыптасқан салт-дәстүрлерді, әдет-ғұрыптарды жан-жақты терең білумен қатар, өзінің бойына адамдық құндылықтарды терең сіңірген, рухани жаны таза адам болуы шарт.

Ол рухани адамгершілік тағылымдарды өркениетті өмірмен байланыстыра отырып, білім берудің барлық кезеңдерінде негізге алғаны жөн. Сонда ғана өзінің міндетін айқын сезіне білетін, мінез құлқы жетілген саналы адам қалыптасады.

Пайдаланған әдебиеттер

1 «Әскери қызмет және әскери қызметшілердің мәртебесі туралы» Қазақстан Республикасының 2012 жылғы 16 ақпандағы Заңы.

2 Қазақстан Республикасы тарихи сананы қалыптастыру туралы тұжырымдамасы //Егемен Қазақстан. - 1996. - 7 тамыз. - Б.2-3.

3 Бондаревский Е.Я. Педагогические основы контроля над физической подготовленностью учащейся молодежи: автореф. ... канд.пед.наук.: 13.00.04. -Москва, 1983.-21 с.