

Тухтаев Т.М., Садыков М.Ш., Худайназарова Ф.И., Сайдалиев М.Д.

**ДЕНЕ ТАРБИЯ ЖАНА СПОРТ МЕНЕН АЛЕКТЕНГЕН
ЖАШТАРГА РУХИЙ ЖАНА АДЕП-АХЛАКТЫК БИЛИМ БЕРҮҮ
МАСЕЛЕСИ БОЮНЧА**

Тухтаев Т.М., Садыков М.Ш., Худайназарова Ф.И., Сайдалиев М.Д.

**К ВОПРОСУ ДУХОВНО-ПРАВСТВЕННОГО
ВОСПИТАНИЯ МОЛОДЕЖИ ЗАНИМАЮЩИХСЯ ФИЗИЧЕСКОЙ
КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ**

T.M. Tukhtaev, M.Sh. Sadykov, F.I. Khudainazarova, M.D. Saydaliev

**TO THE ISSUE OF SPIRITUAL AND MORAL EDUCATION OF YOUTH
ENGAGED IN PHYSICAL CULTURE AND SPORTS**

УДК: 292. (122.7)

Азыркы учурда спорт кыймылы жана спорт биздин республиканын көпчүлүк жааштарын камтууда. Ушуга байланыштуу, биздин оюбузча, бул мамлекеттик жана спорттук уюмдардын гана негизги милдеттери эмес, ошондой эле дене тарбия жана спорт менен алектенген жааштарды моралдык жана руханий жактан тарбиялоо, өзгөчө окуу жайлардын бардык деңгээлдеринде бекемделчү иш. Автордун узак байкоосу жааштардын, өзгөчө студенттердин арасында адеп-ахлактык тарбия берүүнүн начарлыгынын кайсы бир даражасын айгинелейт. Ушуга байланыштуу негиз катары Кыргыз Республикасынын экс-президенти А.Атамбаевдин «2017-жыл - адеп, билим берүү жана маданият» жөнүндө Токтомун кабыл алуу керек, анда өзгөчө көңүлдү буруу менен адамдын моралдык стандарттарына: чынчылдык, адилеттүүлүк, башкаларга сый, жөнөкөйлүк, башкача айтканда, мораль жана адеп-ахлактык тарбиялоо. Ошондуктан биз бул багытта ишти активдүү түрдө күчтөндүрөбүз.

Негизги сөздөр: адеп-ахлактык, рухий, тарбиялоо, билим, окуу, дене тарбия, спорт, жамаат, мораль.

В настоящее время спортивное движение и спорт охватывают большинство молодежи нашей республики. В этой связи мы считаем, что основные задачи не только государственных, но и спортивных организаций, а также учебных заведений на всех уровнях укреплять работу по моральному и духовному воспитанию населения, особенно молодежи, занимающейся физической культурой и спортом. Долгие наблюдения автора свидетельствуют о некоторой степени слабой реализации нравственного воспитания среди молодежи, особенно студентов. В связи с этим в качестве основы следует принять постановление экс-президента Кыргызской Республики А.Атамбаева о том, что «2017 год - год нравственности, образования и культуры», обращая особое внимание на человеческие стандарты морали: честность, справедливость, уважение к другим, скромность, то есть мораль и нравственное воспитание. И поэтому мы считаем, активно усилить работу по в этом направлении.

Ключевые слова: нравственное, духовное, воспитание, знание, учеба, физическая культура, спорт, коллектив, мораль.

At present the sport movement and sports cover the majority of youth of our Republic. In this regard, we believe that the main tasks of not only the state, but also sports and sport organizations, as well as educational institutions at all levels to

strengthen the work on moral and spiritual education of the population, especially young people engaged in physical culture and sports. Long term observation by the author testifies to some degree of weak realization among the youth especially students of moral education. In this regard, it is necessary to take as a basis the decree of ex-President of Kyrgyzstan A. Atambaev, on declaring “2017 year - the year of morality, education and culture”, paying special attention to human standards of morality: honesty, justice, respect for others, modesty, i.e. morality and moral education.

Key words: moral, spiritual, education, knowledge, study, physical culture, sports, team, morality.

Известно, что люди каждой эпохи думали о проблемах здоровья и долголетия, искали разные способы и высказывали разные мнения о том, как быть физически сильными, сильными, устойчивыми и как вы можете долго жить. И поэтому, по-видимому, физические упражнения в терапевтических целях широко использовались греческими врачами. Историк Плутарх назвал гимнастику и движение «жизнью кладовки». Как утверждал Аристотель, «ничто не истощает и не уничтожает человека, как длительное физическое бездействие».

Абу Али Ибн Сино (Авиценна) среди других факторов (питание, диета, чистый воздух и т.д.) Уделяет особое внимание важности движения. Как он утверждает, систематические упражнения, а активные движения способствуют сохранению здоровья, долголетию и повышению эффективности человека.

Таким образом, из многих средств, рекомендованных для укрепления здоровья, до сих пор остается только упражнение. О роли положительных эффектов физических упражнений и активного движения может служить жизнь видных людей. Так, Лев Николаевич Толстой ежедневно выполнял гимнастические упражнения, а в возрасте 65 лет ездил на велосипеде.

А.С. Пушкин был отличным гимнастом, боксером, стрелком, фехтовальщиком. Великий русский ученый в области физиологии, академик, лауреат Нобелевской премии И.П. Павлов постоянно занимался физическими упражнениями, а в 1893 году в Инсти-

туте экспериментальной медицины он организовал общество врачей, которые, как физические упражнения, сами справлялись с гимнастикой. Мудрый Сократ шел босиком по снегу, Пифагор занимался спортом и был победителем на Олимпиаде.

Выявлено, что во время тренировки развиваются и укрепляются костно-мышечная система, суставы и связки, усиливаются мышечная сила, тонус и растяжимость, увеличивается количество капилляров в рабочих мышцах, что способствует кровообращению и увеличивает метаболизм в организме.

Последнее улучшает функции нервной системы и гуморальное регулирование мышечной активности, движения становятся более точными, координация более совершенна, укрепляет миокард и улучшает его сократимость, восстанавливает сосудистые реакции на мышечную работу, что способствует повышению эффективности участия людей в физической культуре и спорте. XXI – это не только возраст науки и технического прогресса, но и прогресс физической культуры и спорта.

В настоящее время физическая культура и спортивное движение охватывает большинство молодых людей в нашей республике. И поэтому основные задачи не только государственных, но и физкультурно-спортивных организаций, а также образовательных учреждений всех уровней должны не только проводить медико-спортивную деятельность, но и укреплять работу по моральному и духовному воспитанию населения, особенно молодежи, занимающейся физической культурой и спортом.

Следует отметить, что физическая подготовка и спорт способствуют не только улучшению здоровья, но и спорт помогает стать достойными гражданами, готовыми работать и защищать свою родину.

Установлено, что физическая подготовка и спорт, а также систематические ежедневные дозированные упражнения улучшают чувства и углубляют нравственные качества и человеческую волю, а также моральное поведение и культуру. Последнее может быть достигнуто только в условиях активной работы тренеров, преподавателей высших учебных заведений и школьных учителей, а также методистов в этом направлении.

Долгосрочное наблюдение автора указывает на определенную степень слабого морального и нравственного воспитания среди молодежи и отдельных лиц, занимающихся физической культурой и спортом. Многие могут задаться вопросом, почему не известные тренеры, и я пишу статью о нравственном образовании среди молодежи и особенно спортсменов (автор этой статьи является заслуженным работником физической культуры и спорта Республики Таджикистан и учит физическим учащиеся образования в Сулюктинском областном институте более 20 лет).

Известно, что чаще всего утомления, травмы отмечаются среди юных начинающих спортсменов, где не соблюдаются принципы физиологической

возможности организма и несоответствие объема, физической нагрузки. Во многих случаях причинами спортивной травмы является не соблюдение постепенности, систематичности, а также дозированной нагрузки и адаптации различных частей тела, особенно опорно-двигательного аппарата к физическим нагрузкам.

Такие неблагоприятные события чаще всего возникают по вине самих спортсменов, для достижения высоких спортивных результатов за короткое время спортсмен пренебрегает и отрицает роль и важность принципов постепенной и систематической, а также чрезмерной нагрузки на тренировки. К сожалению, тренеры, учителя и спортсмены не всегда прислушиваются к их советам.

В результате длительного нравственного воспитания они достигают морального идеала. Последнее является самой важной задачей ученых, тренеров, учителей, педагогов, руководителей дошкольных, школьных, средних специальных и высших учебных заведений.

Как известно из литературы, многие спортсмены всегда считают для себя высоким моральным идеалом других известных людей и спортсменов. Психолог и спортсмен, cms Садыков М.Ш. хорошее отношение к другу, уважение к спортивному противнику, честность, скромность.

Следует отметить, что мораль постепенно формируется в результате длительной и систематической работы, начиная от семьи и заканчивая спортивной командой. Доказано, что моральные черты начинают интенсивно формироваться в средние и средние школы [3].

Известно, что невозможно улучшить качество образования без культуры работы учебного процесса. Мы и другие ученые обращают внимание на воспитание педагогической культуры молодежи, особенно студентов, потому что человек, общающийся с окружающими, выражает свои чувства, эмоции, и мы можем говорить об образовании человека. Однако в университетах культура и образование не уделяют достаточного внимания. И поэтому молодые люди часто не могут контролировать свои эмоции и не знают правил обращения, особенно посетителей из отдаленных регионов республики.

В большинстве спортивных команд большинство из них – молодые мужчины и девочки с определенным характером и моральной убежденностью, что требует от тренера и учителя улучшения позитивных моральных аспектов молодежи, а также убеждения их в восстановлении их негативных аспектов или привычек. Тренер иногда должен увеличить влияние семейного и школьного образования. Это указывает на то, что спортивное образование не достигается без соответствующей моральной зрелости, психологической готовности будущих спортсменов.

Самым сложным в процессе нравственного воспитания является неправильная организация коучин-

га, негативные черты характера, формальное отношение тренера к его обязанностям, грубость, отсутствие принципа, нетребовательность, монотонность средств и методов обучения, низкий уровень культуры и образовательная работа, неблагоприятные условия и отсутствие материально-технической базы, оборудования, в зависимости от спорта и т. д.

Как добиться успеха в нравственном воспитании? Нам кажется, что воспитательная работа должна проводиться постоянно и систематически в процессе обучения, независимо от погодных условий, чтобы спортсмен мог преодолевать трудности. Например, мы проводим тренировки гребцов не только при температуре окружающей среды 18-20°C, но также при температурах 35-36°C, а также в условиях ветра, волны и дождя. Как сказал почетный тренер по гребле и неоднократный чемпион международных соревнований Хасанов И.

Другим важным фактором является требовательность тренера, творческая самостоятельная работа спортсмена, активность, ответственность, честность, мужество, решительность, трудолюбие, выносливость и т. д.

Чтобы повысить уровень нравственного развития спортсменов, улучшить информацию о нравственных категориях и нормах, а также спортивную этику, можно сформировать моральные оценки поведения других путем повышения нравственного воспитания: групповые и индивидуальные беседы по моральным и этическим темам, споры, чтения семинаров и конференций.

Эти перечисленные мероприятия часто проводятся в Сулуктском региональном институте Баткенского университета преподавателями физкультуры, что повышает идеологический и общеобразовательный уровень не только студентов физкультурных групп, но и молодых учителей других специальностей, которые участвуют в этих мероприятиях.

Известно, что в процессе нравственного воспитания людей, занимающихся физической культурой и спортом, большую роль играет коллектив, отдел, где он учится, работает, тренируется. В процессе проведения занятий учителя физического воспитания чаще всего замечают недостатки или успехи своих учеников, которые являются моральными, аморальными и должны оценивать поведение, действия и отношение ученика к заданной задаче и своевременно корректировать их. Поэтому будущий сотрудник физической культуры и спорта должен связать все свои действия с жизнью команды; он не должен быть вне команды и всегда нуждается в помощи своей команды.

Кроме того, команда обогащает свою индивидуальность и способствует полноценному развитию. Это особенно касается мальчиков и девочек, которые после окончания школы переходят в другую группу. Поэтому мы, как и другие, считаем коллективное образование наиболее ответственным и эффективным, что способствует нравственному росту личности и

развитию творческих способностей, а также моральным качествам личности и коллектива. В то же время необходимо отметить ответственность старших младших, начинающих и дружеских отношений с ними.

Во время длительных тренировочных лагерей, где обучение и отдых объединяет их, а во время соревнований острота борьбы обуславливает коллективный общий опыт. Желание выиграть является общим для каждого члена команды и способствует консолидации всех членов команды. По словам Белорусовой В.В. (1974) о роли команды и коллективном образовании в жизни и о победе в чемпионате мира и олимпийских играх по тяжелой атлетике Леонид Жаботинский.

Его исследования начались, его работа прошла не очень хорошо. Однако коллектив спортивной секции Харьковского транспортного завода оказал на него благоприятный эффект: он стал токарем, окончил вечернюю школу и поступил в Педагогический институт. Командная поддержка, требовавшая тренера депутата Светличного, помогла Л. Жаботинскому добиться выдающихся успехов в спорте.

Многие спортсмены оценивают свою заслугу как достижения всей команды, что является проявлением самых высоких моральных качеств личности. Конечно, тренер играет здесь важную роль, так как он нежный требованиям команды, прочный режим, рутина и дисциплина успешно объединяют команду. Принимая во внимание индивидуальность каждого человека, пола и возраста, он воспитывает волевые и моральные качества.

На ранних этапах тренер, учитель должен искать наиболее эффективные формы и методы обучения и образования из периода, сезона, строго следовать спортивному режиму. Это можно проиллюстрировать недавно нашими волейболистами, как женской командой, так и мужской командой, где капитанами команд были Кулдашев Б. и Айтемирова Дж., На конкурсе в Баткенском университете они заняли второе место и были награждены денежными призами в командном учете, где наиболее заинтересованным фанатом был директор СРИ БатГУ, Тороев Ы.Т.

Третий этап характеризуется формированием сложившихся коллективных отношений и формируется социальное положение каждого члена команды, возникает интерес к совместной деятельности, возникают дружеские и доброжелательные отношения между членами команды.

И, в конце концов, в результате совместной работы в команде каждый член должен предъявить самые высокие требования к себе, чтобы выполнить моральный уровень команды, то есть каждый член развивает самообразование, взаимную ответственность, самодисциплину, дружба, способность побеждать в любых условиях. Тренер, хотя он очень строгий и требовательный, пользуется авторитетом, его отношение к членам команды дружелюбное, добро-

желательное и доверчивое. С другой стороны, члены команды активно участвуют в образовании и перевоспитании членов команды, помогают тренеру, укрепляют дружбу и т.д.

Конечно, мы хотели бы отметить особую ответственную роль учителя-педагога среди студентов. Будучи постоянно среди молодежи, они способствуют формированию характера и улучшению личностных качеств, обучают и улучшают их мировоззрение, а также направляют поведение своих учеников в хорошем смысле, что является одной из больших задач гармоничного развития человека, сознательного и активного борца за новую и преданность своим делам.

Под руководством к.м.с. Садыкова М.Ш. в 2016-2017 учебном году по «тогуз коргоолу» в ноябре 2017г. Туракулов Рустам студент первого курса группы «физическое воспитание» занял второе место в первенстве г. Сулюкта в личном зачете среди 82 участников. В марте 2017 г. Назаров А., Ганиев С., Сайдалиев Б., Туракулов Р. заняли первое место в Баткенской области, а также девочки Атанова А., Арстанбек кызы Э., Мурзабек кызы М. заняли третье

место и в Международном турнире в Бишкеке, где принимали участие страны Средней Азии и Казахстана, Турция, Монголия и другой руководитель занятий по тогуз коргоолу – к.м.с. Садыков М.Ш.

Литература:

1. Педагогические кадры - основа инновационного развития образования (монография). / Под редакцией Л.М. Ростовской. - Барнаул, 2006.
2. Мудрик В. Социализация человека. - М., 2004.
3. Белоусова В.В. Воспитание в спорте. / Физкультура и спорт». - М., 1974.
4. Шахназаров Г. Нравственный компас поколений. - М. «Молодая гвардия», 1964.
5. Белоусова В.В. Беседа о морали спортсмена. - Л., 1960.
6. Озолин Н.Г. Воспитание моральных и волевых качеств спортсмена. / Физкультура и спорт». - М., 1958.
7. Белоусова В.В. Нравственное формирование личности спортсмена. / Журнал «Теория и практика физической культуры». – 1971. - №1.
8. Тухтаев Т.М., Мусурманова Г.С. Нравственное и духовное воспитание молодежи на примере эпоса «Манас» Жусупа Мамай.

Рецензент: к.пед.н., доцент Боркошев М.М.