

*Турсунбекова Т.М.*

**МЕКТЕПТЕГИ ДЕНЕ ТАРБИЯ БОЮНЧА БИЛИМ БЕРҮҮ  
ПРОЦЕССИНДЕГИ ОКУУЧУЛАРДЫН СЕРГЕК ЖАШОО ОБРАЗЫН  
КАЛЫПТАНДЫРУУНУН ПЕДАГОГИКАЛЫК НЕГИЗДЕРИ**

*Турсунбекова Т.М.*

**ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВОГО  
ОБРАЗА ЖИЗНИ У ШКОЛЬНИКОВ В ПРОЦЕССЕ УРОКОВ ФИЗИЧЕСКОЙ  
КУЛЬТУРЫ В ШКОЛЕ**

*T.M. Tursunbekova*

**PEDAGOGICAL BASES OF FORMATION OF A HEALTHY LIFESTYLE  
AMONG SCHOOLCHILDREN IN THE PROCESS OF PHYSICAL  
EDUCATION AT SCHOOL**

УДК: 378.5/613.377

*Бул макалада билим берүү процессиндеги окуучулардын сергек жашоо образынын калыптандыруунун педагогикалык негиздери; 8-9 жаштагы балдардын сергек жашоо образынын негиздерин калыптандыруунун педагогикалык өбөлгөлөрү; 8-9 жаштагы балдардын сергек жашоо образынын негиздерин калыптандыруу боюнча тажрыйбалык иштердин жыйынтыктары каралган.*

**Негизги сөздөр:** башталгыч класстын окуучулары, сергек жашоо образы, дене тарбия сабагы, билим берүү процесси, педагогикалык негиздер.

*В данной статье раскрываются педагогические условия формирования здорового образа жизни у школьников 8-9 лет в процессе уроков физической культуры в школе и результаты педагогической деятельности.*

**Ключевые слова:** учащиеся начальных классов, здоровый образ жизни, урок физической культуры, образовательный процесс, педагогические основы.

*This article reveals the pedagogical conditions of formation of a healthy lifestyle among schoolchildren 8-9 years in the physical education lessons at school and results of pedagogical activity.*

**Key words:** primary school pupils, a healthy lifestyle, physical education class, the educational process, pedagogical bases.

Мектептик дене тарбиясынын теориясында жана методикасында билим берүү процессинде окуучулардын ар бир конкреттүү контингенти дене тарбия боюнча билим берүүнүн, ден-соолугун, физикалык мүмкүнчүлүктөрүнүн жана психофизикалык даярдыгынын болгон деңгээлин эске алуу зарылдыгы жөнүндө жетиштүү текшерилген элестөөлөр калыптанып калган. Бул жобо мыйзам ченемдүүлүк менен кабыл алынып, жана сабактарды уюштуруунун жана жүргүзүүнүн тиешелүү мазмуну, формасын жана методикасын, ошондой эле сергек жашоо образынын (СЖО) критерийлерин колдонууга багыттайт. Бирок бул мыйзам ченемдүүлүк көбүнчө дене тарбия сабактарында анын көрүнүшүн чагылдырбайт [2].

Илимий-методикалык булактарда жана мектеп-тик практикалык структурасында, мазмуну жана башталгыч класстардын окуучуларынын СЖОнын

белгилери (критерийлери) үстүртөн каралган варианттарда белгиленет. Натыйжада башталгыч билим берүүнүн жана дене тарбия мугалимдери азырынча СЖОнын маселелери боюнча жетиштүү билимдерге ээ эмес, алар төмөнкү түзүмдүк блокторунун өз-ара аракеттенүүсүнүн динамикасын мүнөздөйт: мотивациялык-баалуулук, маалыматтык – таанып-билүүчүлүк, мазмундук—операционалдык жана чыгармачыл-ишмердүүлүк [3].

СЖОнын мазмундук аспектиси дене-бой тарбиялык ден-соолук чындоочулук максаттарды, милдеттерди, предметтик мазмунду, принциптерди, каражаттарды аныктоочу методикасында камтылган.

8–9 жаштагы балдардын СЖОнын негиздерин баалоо критерийлери бир катар көрсөткүчтөрүнүн жыйындысынан түзүлөт. Алар төмөнкүдөй:

– балдар үчүн СЖОнын максат, милдеттери, маанисин түшүнүү;

– жүрүм-турум жана эмоционалдык абалын өзүн-өзү баалоо;

– турмуш-тиричиликтин СЖОнын билимдеринин негиздери;

– социалдык-биологиялык система катары өзү жөнүндө билимдердин негиздери;

– психофизикалык сапаттарынын көрсөткүчтөрүнүн динамикасы;

– дене тарбиялык–денсоолук чындоочулук ишмердүүлүктүн болушу;

– СЖОнын позитивдик адаттарынын калыптандыгы;

– психосоциалдык “Мен” көрүнүшүнүн деңгээли.

– СЖОнын негиздери менен башталгыч класстардын окуучуларын дене тарбия боюнча окуу программасынын методикалык негизин иштеп чыгуу зарылдыгы келип чыкты. Ал төмөнкүлөрдү болжолдойт:

– дене тарбия боюнча билим берүү процессинде башталгыч класстарынын окуучуларынын СЖОнын калыптандырууда инсанга багытталган мамилени колдонуу;

– дене тарбия боюнча программанын теориялык жана практикалык бөлүмдөрүнүн системалуу мүнөзү;

– окуучулардын кыймылдык, психофизикалык жана инсандык сапаттарын максаттуу өнүктүрүү;

– кыймыл аракеттерине алдыга озуп окутуу;

– окуучуларга тиешелүү педагогикалык таасирлердин көйгөйлүү (тематикалык) багыттуулугу жана үзгүлтүксүздүгү негизиндеги билим берүү процессин уюштуруу жана түзүү [2].

Ден соолугун абалынын деңгээли, окуучулардын психофизикалык даярдыгы окуучуларга карата талаптардан олуттуу артта калат. Бул жөнүндө атайын билим, билгичтик, көндүмдөрдүн, сапаттардын, касиеттердин төмөнкү деңгээли, начар катышуу, оорулардын санынын көптүгү жана башкалар күбө боло алат.

Балдардын СЖОнын негиздерин уюштуруучулук-методикалык жактан камсыздоо дагы керектүү деңгээлге жеткен жок. Бул иштеги оң динамикага карабастан, бир катар маселелер адистик жактан өзгөрүү жана жаңыланууну талап кылат. Муну окуучуларга болгон педагогикалык таасирлердин салттуу каражаттар, формалар жана методдорун колдонулган маалыматтар күбөлөндүрөт.

8–9 жаштагы балдардын СЖОнын негиздерин дене тарбия боюнча билим берүү процессинде калыптандыруу боюнча иштелип чыккан жана аныкталган педагогикалык шарттар төмөнкүлөрдүн ишке ашуусун алдын алат:

– башталгыч класстарынын окуучуларынын СЖОнын калыптаныу процессинин үзгүлтүксүздүгү жана уланмалуулугу 8–9 жаштагы балдардын жаш курактык (дене-боулук, психикалык, социалдык) өзгөчөлүктөрүн эске алууга жана дене тарбия боюнча билим берүү процессинде окуучулардын кыймылдык активдүүлүктө жана СЖО болгон муктаждыктарынын жана мотивдеринин ишке ашуусуна багыттайт;

– өзүн-өзү өнүктүрүү, өзүн-өзү контролдоо, өзүн-өзү тарбиялоонун негизинде СЖОнын аңсезимдүү өбөлгөлөрүн түзүү жана ден соолугун субъекти катары өзүнө курч мамилесин окуучуда калыптандыруу максатында дене тарбиянын каражаттарын жана методдорун активдүү жана натыйжалуу колдонуу [1].

Жүргүзүлгөн изилдөөнүн жыйынтыктары тажрыйбалык программа боюнча окуучулар менен системалуу сабактардын илимий негиздүүлүгүн жана максаттуулугун ишендирип, көпчүлүк көрсөткүчтөргө оң таасирин тийгизет. Ошентип, калыптандыруучу тажрыйбанын жүрүшүндө контрольдук топ (КТ) менен салыштырганда тажрыйбалык топтордо окуучулардын СЖОнын көрсөткүчтөрүндө ишенимдүү айырмачылыктар ( $P < 0,05$ ) аныкталды:

– эркек балдарда КТ менен тажрыйбалык топ (ТТ)–1 ортосунда 11 тест боюнча, КТ менен ТТ–2 ортосунда 5 тест боюнча;

– кыздарда КТ менен ТТ–1 ортосунда 10 тест боюнча, КТ менен ТТ–2 ортосунда 4 тест боюнча.

8–9 жаштагы балдардын жашоо образын жана көлөмүн мүнөздөөчү жыйынтыктарынын топ ичиндеги динамикасы ошондой эле ТТ топтогу изилденүүчү көрсөткүчтөрдүн маанилүү көбөйүүсүн күбөлөндүрөт ( $P < 0,05$ ,  $P < 0,01$ ,  $P < 0,001$ ). Эркек балдарда ТТ–1 тобунда он жети көрсөткүчтөрдүн ичинен он төртү, кыздарда – он үч көрсөткүч ишенимдүү жакшырды, Эркек балдарда ТТ–2 тобунда он көрсөткүч, кыздарда – сегиз көрсөткүч ишенимдүү жакшырды. КТ эркек балдарда – үч, кыздарда – 1 көрсөткүч ишенимдүү өзгөрдү.

Иштелип чыккан программанын натыйжалуулугун аныктоодогу изилдөөдө алынган педагогикалык тажрыйбанын жыйынтыктары ТТ окуучуларга мамиленин дене тарбия боюнча билим берүү процессинде оң өзгөрүүлөрдү тактоого мүмкүндүк түздү. Тажрыйбанын жүрүшүндө алар өзүлөрүнүн денсоолугуна карата кызыгуулары, окуу ишмердүүлүгүнүн оптималдуу режимин уюштуруунун натыйжасы болгон окуучулардын дене бой денсоолугунун деңгээлинин жогорулоосу пайда болгон сабактарга кызыгуусу оң жакка өзгөрдү.

Биз жүргүзгөн изилдөөнүн материалдары окуу ишмердүүлүгүн эске алуу менен сабактарды уюштуруунун оптималдуу каражаттар, формалары жана методдорун аныктоого мүмкүндүк берди. Биздин оюбузча, алынган конкреттүү көрсөткүчтөр толугу менен бул иштин коюлган милдеттеринин жалпы багытына дал келет, белгилүү илимий жана ошондой эле методикалык мааниге ээ, мугалимдерге бир катар практикалык сунуштарды башталгыч билим берүүнүн методикасы жана дене тарбия боюнча калыптандырууга мүмкүндүк берди.

Бирок бул иш толугу менен балдардын СЖО калыптандыруу көйгөйүн чечти дегенден алыспыз, ал мындан аркы изилдөөлөрдө жалпы билим берүүчү мектептердин жогорку класстарында да каралуусу зарыл.

#### Адабияттар:

1. Айзаков, А.Д. Мониторинг состояния физического здоровья и здорового образа жизни детей, подростков и молодежи Западного Казахстана: автореф. дис. канд. пед. наук: 13.00.04/А.Д.Айзаков.– Алматы, 2010.–28 б.
2. Акимов, В.А. Педагогические условия формирования основ здорового образа жизни детей 9–10 лет на занятиях по физической культуре: автореф. дис. канд. пед. наук: 13.00.04/ В.А. Акимов. – Тула, 2003.–22 б.
3. Алешина, Л.И. Формирование мотивации здорового образа жизни будущего учителя в процессе профессиональной подготовки: автореф. дис. канд. пед. наук: 13.00.01/Л.И.Алешина.–Волгоград, 1998.–20 б.

Рецензент: д.пед.н., профессор Анаркулов Х.Ф.