

Умуркулова Ч.Ж.

ЖАЛАЛ-АБАД ШААРЫНДАГЫ КЫЗ-КЕЛИНДЕР АРАСЫНДА
ВОЛЕЙБОЛ ОЮНУНУН ТАРАЛЫШЫ

Умуркулова Ч.Ж.

РАСПРОСТРАНЕНИЕ ИГРЫ ВОЛЕЙБОЛ СРЕДИ ЖЕНСКИХ
КОМАНД ГОРОДА ЖАЛАЛ-АБАД

Ch.Zh. Umurkulova

THE DISTRIBUTION OF THE VOLLEYBALL GAME AMONG
WOMEN OF THE CITY OF JALAL-ABAD

УДК: 370.1/35.17

Волейбол оюнунун жалпы эле инсандын ден соолугу үчүн мааниси, ошондой эле Жалал-Абад шаарындагы кыз-келиндер арасында бүгүнкү күндө ойнолуучу жана таралышы тууралуу баяндалат. Кызыктуусу бүгүнкү күндөгү коомчулукта аялзатынын моралдык жактан өзүн-өзү колдоосу, ден соолугун чыңдоосу жана чымыр денеге кам көрүүсү актуалдуу маселе болуп эсептелет. Макалада мындай иш-чараларды мындан ары Кыргызстандын башка региондорунда дагы колго алып, өнүктүрүп коңшулаш мамлекеттер менен спорттук мелдешке чыгуу сунуштары да каралган. Волейбол оюнунун ойнолуу ыкмасы, командалардын таймашы, кыз келиндер үчүн өткөрүлүп жаткан стимулдаштырылган мелдештердин өткөрүлүшү жана жыйынтыктары айтылат. Кыргыз улуттук оюндарына караганда волейбол оюну бүгүнкү күндө эл арасында кенен таралышынын себеп, натыйжалары тууралуу да баяндалат. Чымыр денелүү инсанды тарбиялоодо спорттук оюндардын тарыхы жана ролу чоң экендигин белгилөөгө болот.

Негизги сөздөр: спорт, волейбол, Жалал-Абад шаары, лига, кыз-келиндер, ден соолук, шамдагайлык.

Здесь говорится о значении игры в волейбол для здоровья личности, ещё о том, как эта игра ведется среди женщин города Жалал-Абад. Самое интересное на сегодняшний день – это моральная самоподдержка женщин, забота, развитие и уход за здоровым телом является актуальным вопросом для общества. Рассматривается идея проведения разных спортивных состязаний, игр в махале, даже в других регионах странах. Отмечено, что игра в волейбол, командные соревнования среди женщин ведет стимул в жизнь и дает результат еще говорится о важности этой игры среди национальных игр, о причинах распространения и истории развития и еще нужно отметить важность и историю спортивных игр в воспитании здорового тела. Здесь говорится о важности игры в волейбол для здоровья личности, еще о сегодняшних играх среди женских команд города Жалал-Абад и ее влиянии и распространении

Ключевые слова: спорт, волейбол, город Жалал-Абад, лига, женская, здоровье, ловкость.

The article is considered of the values of volleyball games for the individual health? How this game is conducted among the women of the city Jalal-Abad. The most interesting for today is the moral self-support of women, development and caring of healthy body is the main issue for the society. We consider the idea of conducting competition of different spots games, even in other regions and countries. It is noted the game of volleyball, team competition among women leads to a

stimulus to life and gives us result. It is shown that this game is distributed among the people than the national games, and it is also necessary to note the importance and history of the development of sport games for the upbringing of a healthy body.

Key words: sport, volleyball, the city of Jalal-Abad, league, women, adroitness.

Кыргызстандын Түштүк регионунда жайгашкан Жалал-Абад областынын борбору Жалал-Абад шаарында кыз-келиндер арасында бүгүнкү күндө волейбол оюнун ойноо колго алынган. Анткени, замандын талабына ылайык коомдун бирден-бир маанилүү өзгөчөлүктөрүнүн бири болуп андагы баардык тармактардын, айрыкча өндүрүштүн, илимий чөйрөдө - изилдөөлөрдүн, билим берүүнүн, медицинанын, техниканын, спорттун эң жогорку темпте өсүп өнүгүүсү жана илимий-техникалык прогресстин коштоосунда ар дайым жаңыланып, улам бир жаңы деңгээлге көтөрүлүп, өзгөрүп туруусу саналат. Маселени ушул өңүттөн алып караганда, жергиликтүү жашоочулар замандын агымына карай волейбол оюнун ойноодо өз активдүүлүгүн көрсөтүп келишет.

Алгач волейбол оюнунун келип чыгуу тарыхына токтолсок, “волейбол” англис тилинен “volleyball”, “volley”- “топту жогортон уруу”, “учуп келип уруу”, “учкан топту уруу”, ал эми “ball” “топ” деген мааниде. Демек, учуп келе жаткан топту жогортон учуп уруу деген мааниде [2].

Ал эми жалпы эле спорттун чымыр денени сактоого жана тарбиялоодогу маанисине токтолсок, спорт – англис тилинен которгондо кандайдыр бир эрежелер менен уюштурулган «оюн - зоок, көңүл ачуу» дегенди түшүндүрөт. Кээ бир серепчилер спорттун тарыхы адам баласынын жаралганынан баштап эле пайда болгондугун айтышат. Мисалы, байыркы доорлордо Кытайда биздин заманга чейин 4000 мин жыл мурун гимнастикага окшош спорт түрү бар экени далилденген. Бирок, азыркы биз билген спорт жана спорттун түрлөрү кийин эле пайда болуп, ар кандай мелдештер уюштурулуп келе жатат. Спорт мелдеш, атаандаштык катары гана эмес адам баласынын ден соолугун чыңдоодо эң башкы ролду ойноорун билишибиз керек. Анткени, спорт аркылуу адам баласы ден соолугун чыңдап, карылыка чейин оорубай, узун өмүр сүрүүнүн жолдорунун бири. Ошондуктан, дээрлик баардык өлкөлөрдө спорт менен машыгуу улуттук денгээлде көтөрүлгөн. Кыргыз

элинде өткөн замандардан баштап эле спортко өзгөчө көңүл бурушчу. Анткени, көчмөн калк болгондуктан жана ар кандай согушка даяр болуш үчүн кыргыздын эр азаматтары спорттун ар кандай түрлөрү менен машыккан. Мисалы, улуттук каада-салттагы спорттук оюндар: балбан күрөш, эр сайыш, жамбы атмай, эр оодарыш, ат чабыш, улак тартыш жана стратегиялык маанидеги оюндар: ордо, тогуз коргоол, чатыраш. Азыркы спорттун түрлөрү Кыргызстанда Совет бийлиги орногондон кийин өнүгүп баштаган. Эгемендүүлүктү алгандан кийин өзүбүздүн спортчуларыбыз Кыргызстандын желегин желбиретишип, ар кандай мелдештерде жакшы жыйынтыктарга жетишүүдө [1, 212-б.].

Дене тарбия жана спорт системасынын адистери коомдун талабына жараша педагогика, социология ж.б. илимий тармактардан жетиштүү денгээлде билимдүү жана илимий-методикалык даярдыкта болсо үзүрлүү эмгектене албайт жана алардын кызматынын пайдалуулугу төмөн болот. Ошондуктан дене тарбия адистерин даярдоодо илимий изилдөө иштеринин негиздерин, мыйзам ченемдүүлүктөрүн, анын методологиялык өзгөчөлүктөрүн окутуу, заманбап изилдөө методдору жана каражаттары менен таныштыруу жана илимий жыйынтыктарды туура пайдаланууну, күнүмдүк практикада илимий ачылыштарды туура колдоно билүүнү үйрөтүү окутуунун эң негизги максаты болуп эсептелерине басым жасалууда.

Дене тарбиянын теориясынын жана методикасынын илим катары пайда болуу тарыхын талдоо, алардын өнүгүшүн бир нече этаптарга болуп кароонун негизинде жургузууну талап кылат.

Биринчи этап – адамдын күнүмдүк ишмердүүлүгүнүн жыйынтыгында алынган кыймыл аракеттеринин организмге болгон таасири тууралуу эмпирикалык билимдер. Мындай билимдердин жыйналышы “көнүгүү жасоонун натыйжалуулугун” “түшүнө билүүгө” жана тажрыйба алмаштырууну таанууга алып келди.

Экинчи этап – дене тарбия боюнча биринчи усулдардын иштеп чыгарылышы орто кылымды жана Байыркы Греция мамлекеттеринин кул ээлөөлүк мезгилин камтыйт. Ошол усулдардын түзүлүшү адамдын организмине физикалык көнүгүүлөрдүн физиологиялык жактан таасирин эске албастан, педагогдордун, врачтардын топтогон “көнүгүүлөрүнүн натыйжалуулугу” боюнча, алардын тажрыйбаларынын негизинде жүргөн. Мисал катары Египет, Байыркы Персия, байыркы грек шаарлары Спарта менен Афинадагы жаштарды тарбиялоо системаларын келтирсе болот. Алгач жеке усулдар - конкреттүү кыймылдарды, эмгек, мергенчилик, согуш куралдарын колдоно билүүгө, өзүнчө бир көнүгүүлөр - сууда сүзүү, найза ыргытуу, кылыч менен согушуу, күрөшүүнү үйрөтүүнүн натыйжалуу ыкмалары өнүккөн. Кийин, көптөгөн тажрыйба топтоолордун негизинде гимнастика, ат минүү, кылыч менен согушуу ж.б. боюнча алгачкы окуу куралы пайда болгон. Тажрыйбанын топтолушуна жана дене тарбияны маселелери менен алектенген педагогика илими пайда болду.

Дене тарбия билиминин өнүгүүсү жана процессинин өзгөчөлүгүн белгилөө – анын максаты, принциптери, каражаттары, усулдарынын акыл тарбиялоодон олуттуу түрдө айырмаланып тургандыгын аныктады, ал анын билимдин өз алдынча-дене тарбия илими болуп бөлүнүп чыгышына түрткү берди.

Ошентип, гимнастика, женил атлетика жана башка көнүгүүлөргө үйрөтүү өздөрүнүн негизинде кыймыл көндүмдөрүн калыптандыруу, кыймыл сапаттарын өнүктүрүү жана бул процесстерди башкаруунун жалпы мыйзам ченемдүүлүктөрүнө ээ. Ошону менен бирге, илимий билимдердин дене тарбиянын бирдиктүү теория жана методикасына интеграцияланышы ишке ашкан, ошентип Кайра жаралуу доорунан XIX кылымдын аягына чейин камтыган мезгилди, өнүгүүнүн үчүнчү этабы катары белгилесе болот [3, 62-б.].

Дене тарбиянын теориясы жана методикасы, адамзат тарабынан бул жаатта жеткиликтүү тажрыйба топтолгондо гана пайда болушу мүмкүн. Врачтар, педагогдор, философтор дене тарбия усулдары жана каражаттары тууралуу жалпылоочу корутундуларды чыгарганда, алгачкы маалыматтар Байыркы Грецияда жана башка мамлекеттерде пайда болгон.

XVI-XVII кылымдарда алардын адам жаратылышын, коомдогу анын ролун, инсанды тарбиялоо көйгөйлөрүн таануу дене тарбиянын маанилүүлүгүн түшүнүүгө алып келет. Дене тарбиянын педагогикалык жана социологиялык аспектилерине тиешелүү болгон көз караштардын ар кандай системалары түзүлдү.

Ян Амос Коменскийдин (1592-1670) теориясы физикалык көнүгүүлөр менен машыгууну баланын эмгек билгичтигинин негизинде жүргүзүү жана аны турмушка даяр болушуна көмөк көрсөтүү менен, аны физикалык, нравалык, тарбия менен камсыз кылуу керек деген ишенимге негизделген.

Джон Локктун (1632-1704) “Балдарды тарбиялоо боюнча ойлор” (1693) деген китебинде берилген көз караштары жеке саламаттыгына жетүүгө, эсендикте болууга шыктуу, дени сак жигиттерди тарбиялоого багытталган.

Жан Жак Руссонун (1712-1778) дене тарбия системасы эркек балдар жана кыздарды дифференцирленген тарбиялоодон айырмаланып турат. Ал, эркек балдарды кичинесинен баштап чыйралтуу керек, муздак сууда жуунтуу, күчтү өнүктүрүү жана эркти тарбиялоо үчүн физикалык көнүгүүлөргө үйрөтүү керек деп эсептелген. Кыздарды физикалык жактан тарбиялоо келбеттүүлүктү, кыймылдын жеңил болушун өнүктүрүү менен чектелиши керек деп белгиленген.

Волейбол – топ менен ойнолуучу командалык спорт оюну. Волейбол менен машыгуу тез жана так реакция жасоону, шамдагайлыкты, көз менен болжолдоону өөрчүтөт, кыймыл координацияларын жакшыртат. Оюнда дененин жалпы өөрчүшүнө, келбетти жакшыртууга түрткү берүүчү ар кандай кыймылдар (топту ар кандай абалда берүү жана уруу, секирүү, эңкейүү, чалкалоо, денени алга, артка бу-

руу) көп жасалат. Спорттун волейбол менен машыгууну балдар 9 жашынан баштаса болот. Мелдештерге катышууга 11-12 жаштан уруксат берилет. Волейбол менен машыгууда колдун манжаларынын травмасы, урунуу, байламталардын чоюлушу жана башка болушу мүмкүн. Травмалардын алдын алууда туура ойноо техникасына ээ болуу, оюн аянты текши жана спорттук бут кийимдин ыңгайлуу болушу чон мааниге ээ. Волейбол ойноо анча татаал эмес, аны залда жана ачык абада ойноого болот. Ошондуктан ал активдүү эс алуунун жана ден соолукту чындоонун мыкты каражаты болуп эсептелет. Аны ден соолугунда олуттуу өзгөрүүлөр болбогон ар кандай курактагы адамдар ойной алышат. Улгайган адамдар волейбол менен такай машыгуудан мурда врач менен кеңешүүсү зарыл.

Спорттун аябагандай тездик менен копчулуп адамдардын турмушуна активдүү кириши, ар бир үй-бүлөнүн күнүмдүк жашоосунун ажырагыз бир бөлүгү болуп калышы жана жогорку квалификациядагы спортчуларды даярдоо системасын үзгүлтүксүз өнүктүрүү аракети бул тармакка теориялык, практикалык жана илимий-методикалык даярдыгы бар адистерди тартууну талап кылат. Спорттун өнүгүүсү – илимдердин өнүгүүсүнүн практикалык жыйынтыгы. Тактап айтканда спорт – бул бир канча илимий ачылыштардын жайынтыгынан өсүп-өнүгүүчү, жөндөмдүү адамдардын практикалык ишмердүүлүгүнүн бир чөйрөсү. Ошондуктан дене тарбия жана спорт адистерин даярдоо окуу пландарына “илим-изилдөөнүн негиздери жана ыкмалары” деген атайын милдеттүү сабак кийирилген.

1920-жылдын экинчи жарым жылдыгынан баштап оюндун негизги элементтери пайда болуп (берүү пас чабуулчу уруу жана блок) негизинде акырындан команданын кыймылы өнүгөт. Түшүнүүнү талап кылат, өнөктөш менен бирге ойноо (Мисалы, “өчүрүү” топту атаандаштын аянтчасына анык эмес жана өз убагында уруу мүмкүн эмес). 1930-жылы группалар пайда болот. (2 же 3 оюнчунун катышуусу менен коргоо командасы) блок жана камсыздандыруу (страловка), жаңы чабуулчу-ошону менен алдамчы-уруу. Экинчи дүйнөлүк согуштан кийин аз эмес техникалык мисалдар пайда болду. 1960-жж. волейболисттер башка нерселерге, топту алууну жыгылдуу жана тоголонуу жана блок менен колду жылдыруу менен атаандаштын жагына, ал эми 1980-жж. топту секирүү менен берүү ыкмалары пайда болгон. Кыргыз Республикасында волейбол оюну боюнча алгач кыз-келиндер арасында биринчи жолу Турк «СЕБАТ» лицейдин (азыркы САПАТ) ата-энелери тарабынан 2014-жылдары уюштурулган. Мында жаш чектелген эмес.

2016-жылы 40 жаштан жогорку айымдар арасында Ысык-Көлдө волейбол боюнча биринчи турнир өткөрүлгөн. Мында 12 команда катышкан.

2017-жылдын ноябрь айында Кыргыз Республикасынын волейбол федерациясы тарабынан бул иш-чара колго алынып, волейбол федерациясы 40 жаштан жогорку айымдардын арасында биринчи жолу

Республикалык денгээлде оюн уюштурушкан. Бул оюнду Эгембердиева Рахат, Аманова Барчынай жана Тентимишова Замира айымдар уюштурушту. Мында Кыргыз Республикасы боюнча 20 команда катышты. Командалардын көптүгүнө байланыштуу А жана В лига болуп бөлүнүшүп ойношту. Жыйынтыгында А лигасынан 1 - орунду - Ак-Ниет командасы. Ал эми В лигасынан 1- орун Көк-Арт ; 2 - орун - Ош; 3-орун - Ош- Датка командалары ээлешти. Төмөндөгү сүрөт (фото) ушул турнирден чагылдырат.



Жыл сайын Республиканын түштүк региондорунда Ош, Жалал-Абад жана Баткен областарынын спортту суйуучу 40 жаштан жогорку айымдарынын ортосунда бүткүл дүйнөлүк “Энелердин күнүнө” карата көчмө волейбол турнири өткөрүлүп келет. 2018-жылдын 24-25-февралында Ош шаарында энелер лигасынын биринчи туру өткөрүлдү. Мында жалпы 13 команда катышты. Бул оюндун уюштуруучулары Жаанбаева Махабат жана Турдуева Тамара эжекелер болду. Жыйынтыгында: 1-орун – Ош, 2-орун – Ноокат, 3-орун – Ош-Датка командалары байгелүү орундарды багындырышты.

Бул лиганын максаты ар кесиптин ээлери болгон айымдардын ортосунда биримдикти, ынтымакты, достукту бекемдөө жана энелердин ден соолугун чындоо. Мындай оюндар жер-жерлерде өткөрүлүп келүүдө. Бул иш-чара Кыргыз Республикасынын Волейбол Федерациясынын президенти Сатыбалдиев Эльмурза Ракиевич тарабынан колго алынды.

Жалал-Абад шаарында акыркы эки жылдан бери волейбол оюнун өнүктүрүү бонча аялдар арасында салтка айланган ай сайын турнир өткөрүлөт. Турнирге 40 жаштан жогорку волейбол оюнун сүйүүчү айымдар катышат. Бул айымдардын арасында көп балалуу энелер, мугалимдер, врачтар жана башка кесиптин ээлери бар. Турнирдин максаты “эне аман, бала аман, эл аман” демекчи энелердин ден соолугун чындоо, волейбол оюнун даназалоо жана бирдиктүү болуу. Турнирде жалпы 6 команда ай сайын оюн уюштурушат. Алар: Жалал-Абад шаарындагы Эл аралык университети, Жалал-Абад мамлекеттик университети, Көк-Арт кичи шаарчасынын Көк-Арт командасы, Жал Кыз, Медайым 1 жана 2 командалары катышты.

Чындыгында келгенде бул турнирге эч ким демөөрчүлүк кылбайт. Оюнга ар бир команда 1200 сомдон акы төлөп кирет. Себеби 1, 2, 3-орундарды ээлеген командаларга дем-күч берүү максатында акчалай сыйлык тапшырылат. Оюндан сон командалар биригип жетишкен ийгилик, кетирген кемчиликтерди айтып берүү, бири-бири менен пикир алмашуу менен бирге алга карай умтулуу, бирдиктүү болуу жана ынтымакты сактоо алардын негизги максаттары жана бул турнирди салтка айлантуу.

Улуттун ден соолун чындоодо энелердин салымы өтө чоң. Шаардын ичинде ойнолуп келе жаткан кыз-келиндер арасындагы волейбол оюну башка

аймактардагы жергиликтүү жашоочулар арасында да өткөрүлсө, региондун спорттук жактан өнүгүшүнө салым кошкон болоор элек.

Адабияттар:

1. Бердибаева Н.М. Волейболдун келип чыгыш тарыхы жана учурдагы абалы. / Республиканский научно-теоретический журнал «Наука новые технологии и инновации Кыргызстана», №8. - Бишкек, 2016.
2. Волейбол. Под общей редакцией М.Фидлера. Физкультура и спорт. - Москва, 1979.
3. Джанузакон К.Ч. Илимий изилдөөнүн негиздери жана спортто колдонулуучу методдору. - Бишкек, 2014.

Рецензент: к.пед.н., доцент Мойдунов Т.М.