

# ҚОСТАНАЙ ОБЛЫСЫНДАҒЫ ДЕҢЕ ШЫНЫҚТЫРУ

№ 4 (51) 31 ДЕКАБРЯ 2025 ГОДА

МУЗЫКАЛЫҚ ЖАТТЫҒУ – ДЕНСАУЛЫҚТЫҢ НЕГІЗІ

СТР. 4

НЕЙРОТРЕНИНГ ЧЕРЕЗ ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ:  
ОПЫТ ПОВЫШЕНИЯ ФИЗИЧЕСКОГО И  
КОГНИТИВНОГО РАЗВИТИЯ МЛАДШИХ  
ШКОЛЬНИКОВ

СТР. 7

ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РАЗВИТИЯ  
ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИХ УМЕНИЙ УЧАЩИХСЯ  
НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ  
С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ МЕТОДИКИ CASE STUDY

СТР. 12

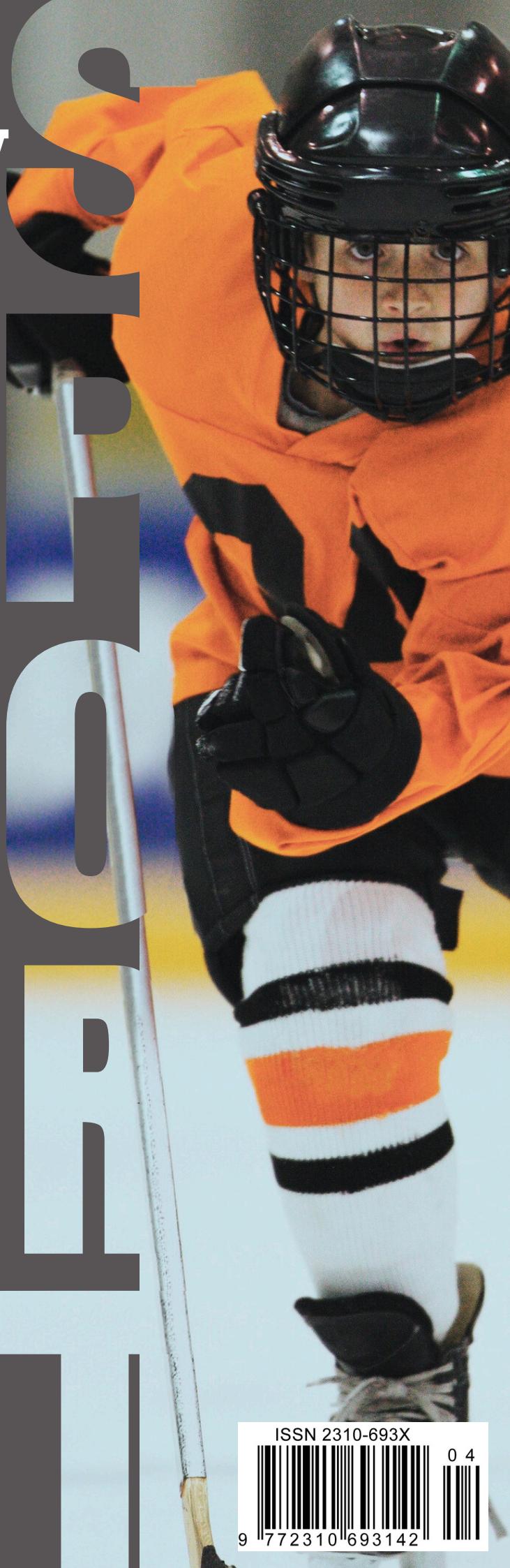
ДЕҢЕ ШЫНЫҚТЫРУ САБАҒЫНДА  
ОҚУШЫЛАРДЫҢ ФИЗИКАЛЫҚ ДАЙЫНДЫҒЫН  
БАҒАЛАУДЫҢ ЗАМАНАУИ ӘДІСНАМАСЫ:  
ӘДІСТЕМЕЛІК ҚҰРАЛ НЕГІЗІНДЕГІ  
ПЕДАГОГИКАЛЫҚ ЗЕРТТЕУ

СТР. 16

ОРГАНИЗАЦИЯ КРУЖКОВОЙ РАБОТЫ  
ПО ХОККЕЮ С ШАЙБОЙ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ШКОЛЕ:  
ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ И ПРАКТИКА РЕАЛИЗАЦИИ

СТР. 26

АДАПТАЦИЯ ТРАДИЦИОННЫХ МЕТОДОВ  
ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ К ТРЕБОВАНИЯМ СОР  
СТР. 28



# Календарь событий РЦФКиДО 01 октября - 31 декабря 2025 года



## ОТДЕЛ СПОРТА

**06.10. - 08.10.2025** - КАЗАХСТАНСКАЯ СПАРТАКИАДА КОЛЛЕДЖЕЙ ПО МИНИ-ФУТБОЛУ (ЮНОШИ, ГРУППА Б)  
**13.10. - 15.10.2025** - КАЗАХСТАНСКАЯ СПАРТАКИАДА КОЛЛЕДЖЕЙ ПО МИНИ-ФУТБОЛУ (ДЕВУШКИ)  
**16.10. - 18.10.2025** - КАЗАХСТАНСКАЯ СПАРТАКИАДА КОЛЛЕДЖЕЙ ПО ВОЛЕЙБОЛУ (ЮНОШИ, ГРУППА Б)  
**20.10. - 22.10.2025** - КАЗАХСТАНСКАЯ СПАРТАКИАДА КОЛЛЕДЖЕЙ ПО ТОҒЫЗҚҰМАЛАҚ (ГРУППА А)  
**23.10. - 24.10.2025** - КАЗАХСТАНСКАЯ СПАРТАКИАДА КОЛЛЕДЖЕЙ ПО ТОҒЫЗҚҰМАЛАҚ (ГРУППА Б)  
**28.10. - 30.10.2025** - КАЗАХСТАНСКАЯ СПАРТАКИАДА КОЛЛЕДЖЕЙ ПО ВОЛЕЙБОЛУ (ЮНОШИ, ГРУППА А)  
**03.11. - 05.11.2025** - КАЗАХСТАНСКАЯ СПАРТАКИАДА КОЛЛЕДЖЕЙ ПО ВОЛЕЙБОЛУ (ДЕВУШКИ, ГРУППА А)  
**06.11. - 08.11.2025** - КАЗАХСТАНСКАЯ СПАРТАКИАДА КОЛЛЕДЖЕЙ ПО ШАХМАТАМ (ГРУППА А)  
**10.11. - 12.11.2025** - КАЗАХСТАНСКАЯ СПАРТАКИАДА КОЛЛЕДЖЕЙ ПО ВОЛЕЙБОЛУ (ДЕВУШКИ, ГРУППА Б)  
**13.11. - 15.11.2025** - КАЗАХСТАНСКАЯ СПАРТАКИАДА КОЛЛЕДЖЕЙ ПО БАСКЕТБОЛУ (ДЕВУШКИ, ГРУППА А)  
**17.11. - 19.11.2025** - КАЗАХСТАНСКАЯ СПАРТАКИАДА КОЛЛЕДЖЕЙ ПО БАСКЕТБОЛУ (ЮНОШИ, ГРУППА А)  
**20.11. - 21.11.2025** - КАЗАХСТАНСКАЯ СПАРТАКИАДА КОЛЛЕДЖЕЙ ПО БАСКЕТБОЛУ (ЮНОШИ, ГРУППА Б)  
**24.11. - 25.11.2025** - КАЗАХСТАНСКАЯ СПАРТАКИАДА КОЛЛЕДЖЕЙ ПО БАСКЕТБОЛУ (ДЕВУШКИ, ГРУППА Б)  
**27.11. - 28.11.2025** - КАЗАХСТАНСКАЯ СПАРТАКИАДА КОЛЛЕДЖЕЙ ПО ШАХМАТАМ (ГРУППА Б)  
**01.12. - 02.12.2025** - КАЗАХСТАНСКАЯ СПАРТАКИАДА КОЛЛЕДЖЕЙ ПО НАСТОЛЬНОМУ ТЕННИСУ (ГРУППА А)

## ОТДЕЛ ТУРИЗМА

**01.10. - 03.10.2025** - ОБЛАСТНОЙ ТУРИСТСКИЙ ФЕСТИВАЛЬ «ЕВРОПА-АЗИЯ»,  
ПРИУРОЧЕННЫЙ К ВСЕМИРНОМУ ДНЮ ТУРИЗМА  
**18.11. - 21.11.2025** - ОБЛАСТНЫЕ СОРЕВНОВАНИЯ ПО ТУРИСТСКОМУ МНОГОБОРЬЮ  
НА ИСКУССТВЕННОМ РЕЛЬЕФЕ, ПРИУРОЧЕННЫЕ К 130-ЛЕТИЮ СО ДНЯ РОЖДЕНИЯ САПАРГАЛИ БЕГАЛИНА

## МЕТОДИЧЕСКИЙ ОТДЕЛ

**09.10. - 10.10.2025** - РЕСПУБЛИКАНСКИЙ КОНКУРС ДЕТСКИХ ИССЛЕДОВАНИЙ  
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ «ДИФКИС»  
**07.11.2025** - ОБЛАСТНОЙ КОНКУРС НА ЛУЧШИЙ ВИДЕОУРОК «УРОК, КОТОРЫМ Я ГОРЖУСЬ»  
**12.11.2025** - ОБЛАСТНОЙ СЕМИНАР-ПРАКТИКУМ ДЛЯ УЧИТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ  
«ОПЫТ ЭФФЕКТИВНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ  
В СИСТЕМЕ СОВРЕМЕННОГО КАЧЕСТВЕННОГО ОБРАЗОВАНИЯ»

## СОСТАВ РЕДАКЦИОННОГО СОВЕТА РЕГИОНАЛЬНОГО НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКОГО ЖУРНАЛА

**Председатель редакционного совета** **Бимурзин Куаныш Уахитович**, директор Регионального центра физической культуры и дополнительного образования Управления образования акимата Костанайской области

**Члены редакционного совета:** **Сивохин Иван Павлович**, доктор педагогических наук, член в ученном совете по защите докторских диссертаций, Казахская академия спорта и туризма г. Алматы, старший научный сотрудник КРУ им. А.Байтурсынұлы

**Сафаргалиева Гульфия Надимовна**, заведующая кафедрой теории и практики физической культуры и спорта КРУ им. А.Байтурсынұлы

**Огиенко Надежда Анатольевна**, КПН педагогических наук, разработчик образовательных программ «Туризм», «Физическая культура и спорт», «Начальная военная подготовка и физическая культура», старший преподаватель КРУ им. А.Байтурсынұлы

**Султанова Галия Еркеновна**, победитель Республиканского конкурса «Лучший педагог -2024», педагог Костанайского высшего педагогического колледжа

**Миничкин Роман Иванович**, педагог-мастер, учитель физической культуры Общеобразовательной школы № 8 отдела образования города Костаная Управления образования акимата Костанайской области

**Жуатов Сапар Куанышевич**, методист физической культуры методического кабинета отдела образования Мендыкаринского района

**Главный редактор** **Рябченкова Наталья Дарябаевна**, заместитель директора Регионального центра физической культуры и дополнительного образования Управления образования акимата Костанайской области

**Ответственный секретарь** **Варакина Татьяна Валерьевна**, руководитель методического отдела Регионального центра физической культуры и дополнительного образования Управления образования акимата Костанайской области

**Технический редактор** **Эсова Асель Серыковна**, методист Регионального центра физической культуры и дополнительного образования Управления образования акимата Костанайской области

## РЕГИСТРАЦИОННОЕ СВИДЕТЕЛЬСТВО

№13909-Ж, выдано Министерством культуры и информации РК 01.10.2013

## СОБСТВЕННИК

КГУ «Региональный центр физической культуры и дополнительного образования» Управления образования акимата Костанайской области

## СЕГОДНЯ В НОМЕРЕ

### ӨЗЕКТІ / АКТУАЛЬНО

4

**Сакаева Дарина Есентельдиновна**  
МУЗЫКАЛЫҚ ЖАТТЫРУ – ДЕНСАУЛЫҚТЫҢ НЕГІЗІ

5

**Калиев Кабдрахман Ануарбекович, Конуслаев Амир Серикович, Сарбасов Кайрат Калмантаевич**  
АКТУАЛЬНОСТЬ ИННОВАЦИОННЫХ ФОРМ ОБУЧЕНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ШКОЛЕ

7

**Шваб Михаил Иванович**  
НЕЙРОТРЕНИНГ ЧЕРЕЗ ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ: ОПЫТ ПОВЫШЕНИЯ ФИЗИЧЕСКОГО И КОГНИТИВНОГО РАЗВИТИЯ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

9

**Жумабаев Арман Жомартович**  
ТУРИЗМ И СПОРТ: ИНТЕГРАЦИЯ АКТИВНЫХ ФОРМ ОТДЫХА

12

**Шерцер Александр Иванович, Ченцов Дмитрий Сергеевич**  
ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РАЗВИТИЯ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИХ УМЕНИЙ УЧАЩИХСЯ НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ МЕТОДИКИ CASE STUDY

14

**Жагипаров Ермек Мусаевич**  
РОЛЬ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ И СПОРТИВНЫХ СЕКЦИЙ В ВОСПИТАНИИ ЛИЧНОСТИ ШКОЛЬНИКА (НА ПРИМЕРЕ БАСКЕТБОЛА)

16

**Абикенов Мурат Аманович**  
ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ САБАҒЫНДА ОҚУШЫЛАРДЫҢ ФИЗИКАЛЫҚ ДАЙЫНДЫҒЫН БАҒАЛАУДЫҢ ЗАМАНАУИ ӘДІСНАМАСЫ: ӘДІСТЕМЕЛІК ҚҰРАЛ НЕГІЗІНДЕП ПЕДАГОГИКАЛЫҚ ЗЕРТТЕУ

18

**Жусупов Асхат Тохтарович**  
ИГРОВЫЕ ТЕХНОЛОГИИ НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ: ПРИМЕНЕНИЕ, МЕТОДИКА, НОРМАТИВЫ

20

**Черноок Сергей Юрьевич**  
ФОРМИРОВАНИЕ КОМАНДНОГО ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ У ШКОЛЬНИКОВ НА УРОКАХ БАСКЕТБОЛА

23

**Жалғас Асхат Бақытбекұлы**  
ҚОЗҒАЛМАЛЫ ОЙЫНДАР АРҚЫЛЫ ҚҰНДЫЛЫҚТАРҒА НЕГІЗДЕЛГЕНДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ САБАҒЫН ҮЙІМДАСТАРУДЫҢ ӘДІСТЕМЕЛІК НЕГІЗДЕРІ

26

**Исмагулов Азамат Аманжолович**  
ОРГАНИЗАЦИЯ КРУЖКОВОЙ РАБОТЫ ПО ХОККЕЮ С ШАЙБОЙ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ШКОЛЕ: ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ И ПРАКТИКА РЕАЛИЗАЦИИ

28

**Биржанов Талгат Карсакбаевич, Зарипова Ирина Гаптулгазизовна, Дүйсеков Азамат Танатханович**  
АДАПТАЦИЯ ТРАДИЦИОННЫХ МЕТОДОВ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ К ТРЕБОВАНИЯМ СОР

31

**Мамаев Ерлан Боранышұлы**  
ҚОЗҒАЛЫС АРҚЫЛЫ ТҰЛҒА: ПСИХОӘЛЕУМЕТТІК Дағдыларды Қалыптастырудың жаңа моделі

37

**Сулейменова Жансая Саматовна**  
КАЗАХСКАЯ НАЦИОНАЛЬНАЯ ИГРА «БЕС АСЫҚ»: ИСТОРИЯ, ПРАВИЛА И ЗНАЧЕНИЕ  
**Вейгель Александр Владимирович**  
ИГРА «АСЫҚ АТУ» КАК ИНСТРУМЕНТ РАЗВИТИЯ ЛИЧНОСТИ ШКОЛЬНИКОВ: ПРАКТИЧЕСКИЙ ОПЫТ УЧИТЕЛЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

## МУЗЫКАЛЫҚ ЖАТТЫҒУ – ДЕНСАУЛЫҚТЫҢ НЕГІЗІ

**САКАЕВА ДАРИНА ЕСЕНГЕЛЬДИНОВНА**

Қостанай облысы әкімдігі білім басқармасының «Қостанай қаласы білім бөлімінің Е.Қайырбеков атындағы № 9 жалпы білім беретін мектебі» КММ бастауыш сынып мұғалімі



2025–2026 жаңа оқу жылынан бастап біздің мектепте әр сейсенбі ерекше басталады – еліміз бойынша жүргізіліп жатқан «Таңғы жаттығу» жобасының көнілді қымылдары мен ырғакты әуендерімен. Қазақстанның барлық мектептерін қамтыван бұл ауқымды бастама өсіп келе жатқан үрпақтың денсаулығын нығайтуға, қымыл-қозғалыстың аздығына қар-сы тұруға және салауатты өмір салтын ұстану дағдысын ерте жастан қалыптастыруға бағытталған. 4 «Б» сыныптың жетек-шісі ретінде осы жобаның біздің ұжымда қалай жүзеге асып жатқанын және өз байқаған тәжірибеммен бөліскім келеді.

Біздің сынып жобаға оның басталған сәтінен бастап белсенді қатысып келеді. Сейсенбі күндері сағат дәл 7:50-де сыныптағы үлкен интербелсенді тақта арқылы арнайы дайындалған бейне қосылады. Балалар қуанышпен үстелдерінен тұрып, 3 минут бойы ырғакты музика арқылы қарапайым, бірақ тиімді қымылдар кешенін қайталайды. Бұл жобаның дәл осы жылы басталуы да кездейсок, емес – ол ұлт денсаулығын нығайтуға және жастардың өз денсаулығына жауап-кершілікпен қарауын қалыптастыруға бағытталған мемле-кеттік саясаттың заңды жалғасы болып табылады.



### Бұл жоба неге маңызды және тиімді?

Біріншіден, ол қазіргі заманың басты мәселелерінің бірі – гиподинамияны шешуге көмектеседі. Балалар көп уақытын партада немесе үйде гаджеттермен отырып өткізеді. Қысқа уақыттық, бірақ жүйелі түрде жүргізілетін таңғы жаттығу ағзаны «оятуға», қан айналымын жақсартуға, бұлшықеттер мен буындарды алда келе жатқан оқу күніне дайындауға көмектеседі. Байқағаным – осындай жаттығудан кейін оқушылар бірінші сабакқа әлдеқайда зейінді және белсенді түрде кіріседі.

Екіншіден, музикалық сергітүү сәтінің форматы 9-10 жаста-

ғы балаларға өте ыңғайлы. Ойын түрінде берілуі, көрнекі бейнелер мен ырғакты музика міндетті дene белсенділігін нағыз қуанышқа айналдырады. Балалар мұны жалықтыратын сабак деп қабылдамайды, керісінше көнілді оқиға, сабак алдында эмоционалды түрде сергіл алуға мүмкіндік ретінде көреді. Бейнедегі қымылдарды қайталайтын кейіпкерлер олардың сенімді досына әрі ынталандыруышына айналады.

Үшіншіден, бұл жоба жауапкершілікті қалыптастырып, әдетке айналдыруға үйретеді. Жүйелілік – негізгі фактор. Әрекет апта сайын қайталанған сайын, ол күн тәртібінің ажырамас бөлігіне айналады. Қазірдің өзінде балалардың күнін дene белсенділігінен бастауға деген тұрақты әдеті қалыптастып келе жатқанын байқап отырмыз. Бұл әдет олардың ересек өмірінде де сақталады деп сенеміз.



**Жобаның табысты жүзеге асуындағы заманауи технологиялардың рөлі.**

Бұл жобаның сәтті жүзеге асуында мектептердің заманауи жабдықталуының маңызы зор екенін атап өтпеуге болмайды. Біздің сыныптағы интербелсенді тақта – жай ғана экран емес, ол қызықты да қарқынды сергітүү сәтінің әлеміне ашылған төрзесе. Бейне мен дыбыс сапасының жоғары болуы толықтай ену әсерін тудырады.

**Орындаушылардан – көшбасшыларға: тұлғалық қасиеттерді дамыту.**

Мен өз сыныбымда байқаған ең керемет әрі қуанышты өзгеріс – балалардың жай ғана тапсырманы орындастындардан белсенді көшбасшыларға айналуы. Жоба басталған бірнеше аптадан кейін-ақ төртінші сынып оқушыларым өз бастамаларын көрсете бастады. Енді әр сейсенбі сайын бір оқушы алға шығып, бүкіл сыныпқа сергітүү жаттығуын өзі жүргізеді,

бұрыннан таныс қымыл-қозғалыстарды қайталаіды.

Бұл қарапайым көрінетін қадамның білім беру және тәрбиелік маңызы өте зор. Ол келесі қасиеттерді дамытады:

- Өз-өзіне сенімділік – Бала көпшілік алдында сөйлеуді, үялшақтықты жеңуді үйренеді.
- Жауапкершілік – Жаттығуды жүргізіп түрған бала өз іс-әрекетінің бүкіл сыныптың көңіл күйі мен белсенділігіне әсер ететінін түсінеді.
- Көшбасшылық қасиеттер – Балалар үйымдастыруши әрі шабыттандыруши болуға үйренеді.

Мен үшін, мұғалім ретінде, бұл – әр баланың өсуін, ішкі мүмкіндіктерінің ашылуын бақылаудың баға жетпес тәжірибесі.

- Өз-өзіне сенімділік: Бала көпшілік алдында сөйлеуге үйренеді, үялшақтықты жеңеді.
- Жауапкершілік: Жас жүргізуши өз әрекеттерінің сыныптың көңіл күйі мен белсенділігіне әсер ететінін түсінеді.
- Көшбасшылық қасиеттер: Балалар үйымдастыруши әрі шабыт беруші рөлін атқаруға үйренеді.

Мен үшін, мұғалім ретінде, бұл – әр баланың өсуін және әлеуетінің ашылуын бақылаудың баға жетпес тәжірибесі.

Физикалық мәдениет пәнінің мұғалімі болып табылмайтын әріптестерге арналған практикалық ұсыныстар.

Біздің тәжірибеміз негізінде осы маңызды жобаға қатысып жүрген әріптес ұстаздарға бірнеше кеңес ұсынғылар келді: кел

- Позитивті көңіл-күй қалыптастырыныз. Балаларды жаттығуға алдын ала дайындаңыз, оны көңілді әрі жағымды

іс-шара ретінде сипаттаңыз.

1. Бастамашылдықты қолданыз. Ең белсенді әрі жауапты окушыларға жүргізуши рөлін ұсыныңыз. Бұл тек сол оқушыны ғана емес, басқа балаларды да ынталандырады.
2. Өзіңіз де белсенді қатысыңыз. Мұғалім балалармен бірге жаттығу жасағанда, арадағы кедергілер жойылып, сынапта ерекше сенімді атмосфера қалыптасады.
3. Пайдасын түсіндіріңіз. Ұақыт сайын окушыларға бұл жаттығулардың не үшін қажет екенін еске салып отырыңыз. Гиподинамия деген не екенін және тұрақты қозғалыстың денсаулыққа қалай пайдалы екенін қарапайым тілмен түсіндіріңіз.

**Қорытынды.** «Таңертенгі жаттығу» республикалық жобасы – бұл жай ғана жаңа бастама емес, еліміздің жарқын болашағын қалыптастырудың ойластырылған және өз ұақытында жасалған қадам. Бұл жоба мемлекеттік саясат пен заманауи білім беру технологияларын үйлестіріп, физикалық жағынан сау, белсенді және жауапты үрпақ тәрбиелеуді басты мақсат етеді.

Аптасына бар болғаны 3-4 минут қана қажет, кейде балалар өздері басқа кез келген күні таңертен жаттығуды өткізуі дұрыс, ал бұл біздің балаларға қандай қуатты позитив сыйлайды! Мен мұғалім ретінде осы жобада үлкен әлеует көріп отырмын және 2025-2026 оқу жылынан басталған бұл ізгі дәстүр біздің мектептерде ұзақ жылдар бойы сақталып, Қазақстандық окушылардың денсаулығына нақты пайда әкеletініне сенімдімін.

## АКТУАЛЬНОСТЬ ИННОВАЦИОННЫХ ФОРМ ОБУЧЕНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ШКОЛЕ

### КАЛИЕВ КАБДРАХМАН АНУАРБЕКОВИЧ

учитель физической культуры КГУ «Карагайлинская общеобразовательная школа  
отдела образования Алтынсаринского района» Управления образования акимата Костанайской области

### КОНУСПАЕВ АМИР СЕРИКОВИЧ

учитель физической культуры КГУ «Карагайлинская общеобразовательная школа  
отдела образования Алтынсаринского района» Управления образования акимата Костанайской области

### САРБАСОВ КАЙРАТ КАЛМАНТАЕВИЧ

учитель физической культуры КГУ «Карагайлинская общеобразовательная школа  
отдела образования Алтынсаринского района» Управления образования акимата Костанайской области

**Аннотация.** Статья представляет обзор и анализ перспективных направлений для создания новой стратегии развития образовательной системы Республики Казахстан в области физической культуры и спорта, предлагает обоснование инновационных преобразований в системе образования на базе общеобразовательных школ путем реализации проектов по открытию спортивных классов с учетом спортивной специализации обучающихся.

**Ключевые слова:** педагог, физическое обучение, инновационный подход, система образования, педагогические компетентности.

Современная тенденция развития целостного образовательного процесса, в котором физическая культура выступает базовой областью педагогической деятельности и занимает приоритетное место, заключается в её трансформации в систему формирования физической культуры личности, а так-

же в расширении её роли до ключевого здоровьесберегающего и культурообразующего компонента всей системы образования.

Основная цель педагогов, интегрирующих физическую культуру, – устранение фрагментарности знаний и создание

практической, здоровьесберегающей основы для всех учебных дисциплин. Важно продемонстрировать учащимся, что физическая активность и здоровье – это необходимый ресурс для успешного освоения любых областей знаний и эффективной жизнедеятельности в целом. Необходимо внедрять принципы здорового образа жизни (ЗОЖ) во все уроки, превращая заботу о здоровье в осознанную повседневную норму, а не в отдельное требование предмета «Физическая культура».

Суть перехода к организации спортивных классов заключается в углублённом освоении одного или нескольких видов спорта в рамках школьной программы, при этом спорт используется как педагогическое средство. В конечном итоге спортивно-специализированные формы обучения способствуют превращению физической культуры в практико-ориентированный, лично значимый предмет, максимально реализующий воспитательный и развивающий потенциал спорта.

Интеграция спортивной культуры и общего образования через организацию спортивных классов является эффективным, хотя и ресурсоёмким, инновационным способом развития учащихся. Эта модель позволяет не только повысить физическую активность и спортивные навыки, но и обеспечить гармоничное сочетание углублённой спортивной подготовки с качественным общеобразовательным процессом.

Спортивные классы – это не просто усиленные тренировки, а целостная педагогическая система, направленная на всестороннее развитие личности спортсмена. Главное преимущество – согласование расписания уроков и тренировок. Это позволяет избежать перегрузок и конфликтов между учебным планом и спортивным графиком, что часто становится проблемой для учащихся-спортсменов в обычных школах.

Школа берёт на себя ответственность за индивидуальные учебные планы и гибкие формы обучения (например, дистанционные занятия или консультации) для компенсации пропусков, связанных с соревнованиями и сборами. В общеобразовательный процесс интегрируются знания из спортивных наук (физиологии, психологии, биомеханики), что повышает интеллектуальный уровень подготовки спортсменов и их понимание тренировочного процесса.

Учащиеся получают возможность работать с квалифицированными тренерами и учителями физической культуры, имеющими опыт работы в детско-юношеском спорте. Спортивные классы, как правило, создаются на базе школ с развитой спортивной инфраструктурой (современные залы, бассейны, стадионы), что критически важно для качества тренировок.

Вся школьная среда ориентирована на принципы ЗОЖ: правильное питание, режим сна и отказ от вредных привычек рассматриваются как неотъемлемая часть не только тренировочного, но и учебного процесса. Спортивные классы формируют сплочённый коллектив, объединённый общими целями и интересами, что способствует развитию коммуникативных навыков и командной работы.

Благодаря специальным программам обучения и трениро-

вок учащиеся имеют больше времени для совершенствования своих спортивных навыков и могут достигать более высоких результатов. Таким образом, интеграция спортивной культуры и образования в форме спортивных классов способствует всестороннему развитию личности учащихся. Ученик перестаёт разделять себя на «спортсмена» и «школьника»: он учится применять дисциплину, целеустремлённость и умение преодолевать трудности, сформированные в спорте, к учебному процессу, и наоборот.

Кураторство со стороны как школьных учителей, так и тренеров позволяет своевременно выявлять проблемы (усталость, стресс, снижение мотивации) и оперативно их решать. Постоянная занятость, участие в коллективе и наличие чётких целей служат профилактикой асоциального поведения, интернет-зависимости и вредных привычек.

Для успешной интеграции спорта в образовательный процесс необходимо обеспечить доступность спортивных занятий для всех учащихся, а также создать условия для поддержки и развития спортивных талантов. Это включает устранение физических, социальных, экономических и психологических барьеров. Спортивные сооружения должны быть адаптированы для учащихся с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и маломобильных групп населения. Учителя физической культуры обязаны владеть компетенциями в области инклюзивного образования, уметь адаптировать упражнения и правила игр, создавая безопасную и мотивирующую среду.

Формирование новой концепции многолетней физической подготовки на базе общеобразовательной школы открывает широкие возможности для повышения эффективности, преемственности и индивидуализации образовательного процесса, обеспечивая гармоничное развитие учащихся на протяжении всего периода обучения.

Ключевым требованием является гибкая интеграция учебного и тренировочного режимов с точным согласованием по времени и объёму нагрузки. Тренировочные программы должны соответствовать сенситивным периодам развития и биологическому возрасту обучающихся.

Инновационность здоровьесформирующей педагогики физического воспитания спортивной направленности заключается в дифференцированном подходе к освоению ценностей физической культуры, что обеспечивает возможность индивидуального физического совершенствования в соответствии с потребностями и возможностями каждого ученика.

Реализация концепции спортивных классов на базе общеобразовательных учреждений является рациональным и экономически обоснованным решением. Это позволяет учащимся заниматься спортом, не неся дополнительных расходов на аренду внешних спортивных объектов, а школам – эффективно использовать имеющиеся ресурсы и педагогические кадры.

Кроме того, раннее вовлечение в систематическую спортивную деятельность способствует формированию здорового образа жизни и в долгосрочной перспективе снижает уровень заболеваемости и затраты на медицинское обслуживание.

Организация спортивных классов должна быть интегрирована в общую структуру школы, подчиняться её администрации и образовательным стандартам.

Рекомендуется ввести должность координатора или куратора спортивных классов, отвечающего за согласование расписаний и взаимодействие с внешними спортивными организациями.

Важным условием является интеграция спортивно-медицинского контроля в общую систему школьного здравоохранения, включая наличие специалиста по спортивной медицине и реабилитации.

Качественная реализация концепции требует гибкого расписания, позволяющего сочетать учёбу и тренировки без ущерба для общеобразовательных предметов. Учебные планы должны быть согласованы таким образом, чтобы спортивная подготовка дополняла основную программу.

Сотрудничество с местными спортивными клубами и федерациями обеспечивает учащимся доступ к профессиональной поддержке, участию в соревнованиях и накоплению командного опыта, способствуя их физическому, социальному и личностному росту.



## НЕЙРОТРЕНИНГ ЧЕРЕЗ ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ: ОПЫТ ПОВЫШЕНИЯ ФИЗИЧЕСКОГО И КОГНИТИВНОГО РАЗВИТИЯ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

**ШВАБ МИХАИЛ ИВАНОВИЧ**

учитель физической культуры КГУ «Общеобразовательная школа № 1 отдела образования города Лисаковска» Управления образования акимата Костанайской области

**Аннотация.** В статье описан опыт внедрения элементов нейротренинга в физическое воспитание младших школьников через подвижные игры. Нейротренинг рассматривается как современный инструмент, направленный на развитие межполушарных связей, внимания и моторной координации детей. На протяжении четырёх лет автор применял нейроигры и кинезиологические упражнения в образовательном процессе, что подтвердило их эффективность в повышении уровня физического и когнитивного развития учащихся. Приведены примеры игр с теннисными мячами, адаптированные к возрастным особенностям детей 7–10 лет. Наблюдения показали рост вовлеченности ранее пассивных школьников, улучшение координации движений и концентрации внимания. Работа подчёркивает значение профессионального самообразования педагога в освоении новых технологий и повышении качества уроков физической культуры.

**Ключевые слова:** нейротренинг, подвижные игры, кинезиология, когнитивное развитие, младшие школьники, профессиональное самообразование.

**Андратпа.** Мақалада бастауыш сынып оқушыларының дene шынықтыру сабактарында қымылды ойындар арқылы нейротренинг элементтерін енгізу тәжірибесі сипатталады. Нейротренинг балалардың қымыл үйлесімділігін, зейінін және жартышаралық байланысты дамытуға бағытталған заманауи құрал ретінде қарастырылады. Автор төрт жыл бойы нейроойындар мен кинезиологиялық жаттығуларды жүйелі түрде қолданып, олардың тиімділігін дәлелдеді. Жас ерекшеліктеріне бейімделген 7–10 жас аралығындағы балаларға теннис доптарымен ойындар ұсынылған. Бақылаулар бүрын белсенді болмаған оқу-шылардың қатысуы артқанын, қымыл үйлесімділігінің және зейінді шоғырландыру қабілетінің жақсарғанын көрсетті. Жұмыс мұғалімнің кәсіби өзін-өзі жетілдіруінің білім беру процесін жақсартудағы маңызын атап өтеді.

**Түйін сөздер:** нейротренинг, қымылды ойындар, кинезиология, когнитивті даму, бастауыш сынып оқушылары, кәсіби өзін-өзі жетілдірілу.

**Abstract.** The article describes the experience of introducing elements of neurotraining into the physical education of primary school students through active games. Neurotraining is considered as a modern tool aimed at developing interhemispheric connections, attention, and motor coordination in children. For four years, the author has systematically used neurogames and kinesiological exercises, which proved their effectiveness in improving both physical and cognitive development of students. Examples of tennis ball games adapted to the age characteristics of children aged 7–10 are presented. Observations showed increased involvement of previously passive students, improvement in coordination and concentration. The work emphasizes the importance of teacher self-education in mastering new technologies and improving the quality of physical education lessons.

**Key words:** neurotraining, active games, kinesiology, cognitive development, primary school students, professional self-education.

**Введение.** Современная школа сталкивается с проблемой снижения двигательной активности и концентрации внимания у детей младшего школьного возраста. Многие учащиеся приходят на уроки физической культуры уставшими или неза-

интересованными. Это требует поиска новых подходов, способных не только повысить физическое развитие, но и активизировать когнитивные функции.

Одним из таких подходов является нейротренинг – система упражнений, направленных на развитие межполушарных связей, улучшение внимания, памяти и координации движений.

**Теоретические основы нейротренинга.** Нейротренинг объединяет двигательные и когнитивные задачи. Его ключевая особенность – необходимость выполнять движения, требующие одновременной работы обоих полушарий мозга, переключаемости внимания и контроля действий.

Исследования показывают, что такие упражнения:

- активизируют работу мозга, улучшают концентрацию внимания;
- способствуют развитию мелкой и крупной моторики;
- положительно влияют на эмоциональное состояние ребёнка;
- помогают быстрее переключаться между видами деятельности.

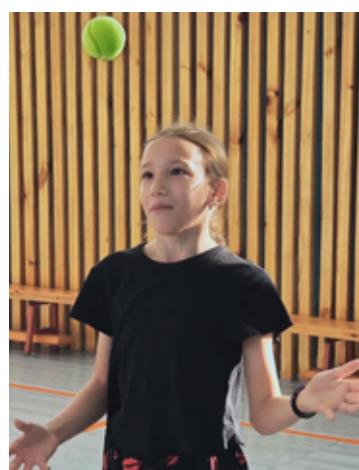
Для школьников младшего возраста это особенно важно, так как они находятся на этапе формирования базовых учебных навыков и нуждаются в развитии устойчивости внимания и самоконтроля.

**Методика проведения (нейроигры и подвижные упражнения).** В процессе практической деятельности был применён комплекс подвижных игр, направленных на решение физических и нейропсихологических задач:

#### 1. «Смена рук»

**Цель:** развитие межполушарной координации, ловкости и концентрации внимания.

**Описание:** ученик подбрасывает мяч правой рукой вверх на уровне головы и ловит левой рукой. Затем подбрасывает левой рукой и ловит правой. После освоения основного движения учитель усложняет задание:



- выполнять подбрасывания, произнося вслух счёт (1, 2, 3, ...) или буквы алфавита;
- выполнять в движении – шаг вперёд на подбрасывание, шаг назад на ловлю;
- выполнять в паре, перекидывая мяч друг другу с изменением рук.

#### *Варианты усложнения:*

- подбрасывание выше уровня головы;
- использование двух мячей (одновременно или поочерёдно);
- добавление команд учителя «Правая!», «Левая!», и смена рук по сигналу.

**Нейроэффект:** упражнение развивает межполушарные связи, внимание, слухоречевую реакцию и зрительно-моторную координацию.

#### 2. «Ритм-пас»

**Цель:** тренировка памяти и переключаемости внимания.

**Описание:** дети в парах обмениваются мячом по заданному ритму (например: быстро – медленно – быстро). Учитель может менять ритм хлопками или командой.

**Нейроэффект:** улучшает слуховое внимание и способность удерживать последовательность действий.

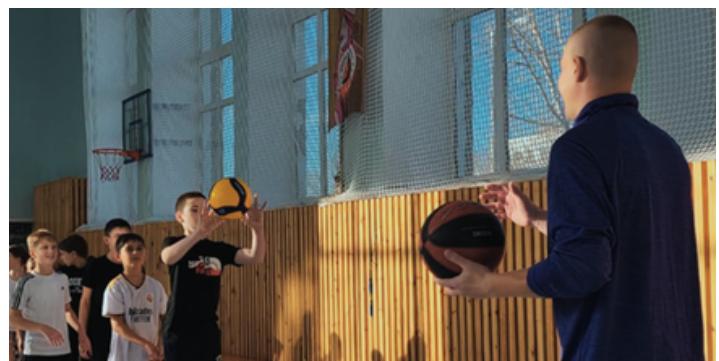
#### 3. «Цвет – движение»

**Цель:** развитие реакции и способности быстро переключаться.

**Описание:** учитель держит два мяча разных цветов (например, красный и жёлтый). Бросает один мяч ребёнку. Задача: красный ловить правой рукой, жёлтый – левой.

**Вариация:** подключить счёт – красный = «лови», жёлтый = «отбрась назад».

**Нейроэффект:** тренировка внимания, зрительно-моторной координации и скорости реакции.



#### 4. «Двойное зеркало»

**Цель:** синхронизация движений, развитие памяти.

**Описание:** дети стоят парами. Один делает движения с мячом (подбрасывает, отбивает о пол, перекладывает из руки в руку), второй должен повторить «зеркально». Через 1 минуту роли меняются.

**Нейроэффект:** работа над вниманием и переключением зрительно-моторных образов.

#### 5. «Передай по кругу»

**Цель:** тренировка командного взаимодействия и реакции.

**Описание:** дети стоят в кругу и передают мячи по разным траекториям: один – по часовой стрелке, другой – против. Задача – не уронить и не перепутать последовательность.

**Нейроэффект:** улучшение пространственного восприятия, внимания и умения работать в группе.



#### 6. «Бросок + слово»

**Цель:** развитие речи, памяти, координации движений и

быстроты реакции.

**Описание:** первый участник бросает мяч о пол или стену, одновременно называет слово по теме (например: «футбол»). Следующий игрок ловит мяч, повторяет предыдущее слово («футбол») и добавляет своё («баскетбол»). Игра продолжается по кругу – каждому нужно повторить всю цепочку слов и добавить новое. Если кто-то ошибается – цепочка начинается заново с новым набором слов. Чтобы дети не застаивались, разделите класс на несколько небольших групп.

**Нейроэффект:** активизирует межполушарное взаимодействие, улучшает речевую и двигательную координацию, развивает рабочую память и внимание.

**Внедрение в образовательный процесс.** Элементы нейротренинга внедрялись как в основные уроки физической культуры, так и в программу пришкольного лагеря. Для этого занятия строились по трёхчастной схеме:

**Разминка (5 минут)** – упражнения на внимание и межполушарную координацию. Использовались игры «Смена рук» (подбрасывание и ловля мяча разными руками) и «Цвет – движение» (реакция на цвет мяча с разными действиями). Эти упражнения помогали быстро активизировать внимание и включить детей в работу.

**Основная часть (15–20 минут)** – подвижные нейроигры с элементами синхронизации и памяти. Наибольшую эффективность показали «Ритм-пас» (обмен мячами по заданному ритму), «Двойное зеркало» (зеркальное повторение движений партнёра) и «Передай по кругу» (одновременная работа с двумя мячами в группе). Они развивали командное взаимодействие, зрительно-моторную координацию и способность удерживать последовательность действий.

**Заключительная часть (3–5 минут)** – упражнения на снижение эмоционального напряжения. Применялась игра «Бро-

сок + слово», где дети в спокойном темпе бросали мяч и называли слова по теме. Это помогало закрепить эффект тренировки, снизить утомляемость и плавно завершить занятие.

Такое построение урока способствовало более быстрой адаптации детей к нагрузке, повышало их концентрацию внимания и мотивацию к физической активности на протяжении всего занятия.

**Результаты наблюдений.** Отмечена устойчивая положительная динамика:

- ранее пассивные учащиеся стали активнее участвовать в подвижных играх;
- повысилась точность и координация движений при выполнении упражнений с мячами;
- дети стали быстрее реагировать на команды и реже отвлекаться;
- учителя начальных классов отмечают, что после уроков с нейроиграми учащиеся проявляют большую собранность и интерес к другим видам деятельности.

Основные трудности связаны с различным уровнем моторного развития у детей, что требует адаптации упражнений по степени сложности и их постепенного усложнения.

**Заключение.** Нейротренинг через подвижные игры является эффективным инструментом для повышения уровня физического и когнитивного развития младших школьников. Он способствует не только улучшению физических качеств, но и формированию устойчивости внимания, самоконтроля и положительной мотивации к обучению.

Для педагога использование нейротренинга – это часть профессионального самообразования, позволяющая осваивать современные технологии, совершенствовать мастерство и повышать качество образовательного процесса.



## ТУРИЗМ И СПОРТ: ИНТЕГРАЦИЯ АКТИВНЫХ ФОРМ ОТДЫХА

### ЖУМАБАЕВ АРМАН ЖОМАРТОВИЧ

учитель физической культуры КГУ «Общеобразовательная школа № 1 отдела образования города Лисаковска» Управления образования акимата Костанайской области

**Аннотация.** В статье рассматривается роль интеграции туризма и спорта в физическом воспитании школьников как эффективного средства формирования здорового образа жизни. Анализируются современные подходы к использованию активных форм отдыха в образовательном процессе, раскрываются особенности спортивного туризма как многофункционального средства физического, нравственного и патриотического воспитания учащихся. Представлены практические аспекты применения туристско-спортивной деятельности на уроках физической культуры и во внеклассной работе, рассмотрены основные виды спортивного туризма и их воздействие на развитие физических качеств школьников. Особое внимание уделяется воспитательному потенциалу туризма и его значению для укрепления здоровья подрастающего поколения в условиях современной школы.

**Ключевые слова:** спортивный туризм, физическое воспитание, активный отдых, школьники, здоровье, физические качества.

**Анданпа.** Мақалада саламатты өмір салтын қалыптастырудың тиімді құралы ретінде оқушыларды дene тәрбиесінде туризм мен спортты интеграцияудың рөлі қарастырылады. Білім беру процесінде белсенді демалыс нысандарын пайдаланудың заманауи тәсілдері талданады, спорттық туризмдің оқушыларды дene, адамгершілік және патриоттық тәрбиелеудің көпфункционалды құралы ретіндегі ерекшеліктері ашылады. Дене шынықтыру сабактарында және сынныптан тыс жұмыста туристік-спортық қызыметті қолданудың практикалық аспектілері ұсынылған, спорттық туризмнің негізгі түрлері және олардың оқушылардың дene қасиеттерін дамытуға әсері қарастырылған. Қазіргі мектеп жағдайында өскелен үрпақтың денсаулығын нығайту үшін туризмнің тәрбиелік әлеуетіне және оның маңыздылығына ерекше назар аударылады.

**Түйін сөздер:** спорттық туризм, дene тәрбиесі, белсенді демалыс, оқушылар, денсаулық, дene сапалары.

**Abstract.** The article examines the role of integrating tourism and sports in the physical education of schoolchildren as an effective means of forming a healthy lifestyle. Modern approaches to using active forms of recreation in the educational process are analyzed, and the features of sports tourism as a multifunctional means of physical, moral and patriotic education of students are revealed. Practical aspects of applying tourism and sports activities in physical education lessons and extracurricular work are presented, main types of sports tourism and their impact on the development of physical qualities of schoolchildren are considered. Special attention is paid to the educational potential of tourism and its significance for strengthening the health of the younger generation in modern school conditions.

**Key words:** sports tourism, physical education, active recreation, schoolchildren, health, physical qualities.

Современная школа сталкивается с первоочередной задачей – укреплять физическое здоровье детей. Недостаток движения, длительное время у экранов и растущая учебная нагрузка негативно отражаются на организме школьников. В этой связи объединение туристической и спортивной активности, а также включение подвижных форм отдыха в педагогическую практику рассматриваются как действенные средства физического развития, формирования культуры сохранения здоровья и всестороннего личностного роста обучающихся.

Спортивный туризм занимает особое место в системе физического образования: он сочетает двигательную деятельность с перемещением в природной среде, развитие спортивных навыков – с освоением маршрутов на открытом воздухе. Дисциплина строится на соревновательном преодолении трасс с естественными препятствиями, классифицированными по уровню сложности. Будучи частью национальных систем физического воспитания России и Казахстана, спортивный туризм успешно выполняет оздоровительные, воспитательные и просветительские задачи. По данным российской статистики, это направление входит в десятку самых массовых официальных видов спорта, что подтверждает его широкую распространённость и общественный интерес.

Разнообразие форм спортивного туризма позволяет использовать его на всех возрастных ступенях обучения. Пешие маршруты, лыжные переходы, водные путешествия, велосипедные походы и высокогорные восхождения открывают широкие возможности для развития двигательных качеств и моторных умений. Наиболее доступным видом остаётся пеший туризм – от треккингов до однодневных выходов; он укрепляет общую выносливость и положительно влияет на работу сердечно-сосудистой и дыхательной систем. Лыжные маршруты, особенно соответствующие природно-климатическим условиям Казахстана, способствуют улучшению координации, росту силовой выносливости и подготовке к длительным нагрузкам в холодный период [1].

Туризм на воде – каякинг, рафтинг и другие виды активности в водной среде – развивает смелость, решительность и умение действовать, когда обстановка меняется мгно-

венно и не всегда предсказуемо. Велопоходы укрепляют скоростно-силовые качества, повышают выносливость и точность согласования движений. Горный туризм и скалолазание формируют волевые черты, чувство ответственности, навыки преодоления препятствий и эффективного взаимодействия в группе. Каждое направление имеет собственную специфику и предъявляет особые требования к физической подготовке школьников, что позволяет дифференцировать нагрузку и подбирать оптимальные формы занятий для детей разного возраста и уровня тренированности.

Ключевая особенность спортивного туризма – его многоплановое влияние на физиологические системы занимающихся. В отличие от многих видов спорта, развивающих преимущественно отдельные качества, туристская активность обеспечивает более сбалансированное укрепление организма. Длительное пребывание на свежем воздухе, естественная смена типов деятельности и разнообразные режимы нагрузок в природе укрепляют здоровье, повышают функциональные резервы, способствуют закаливанию и устойчивости к неблагоприятным факторам среды. Регулярные занятия благотворно влияют на опорно-двигательный аппарат, укрепляют основные группы мышц, развивают координацию и чувство равновесия.

Спортивный туризм отличается доступностью и хорошими результатами для развития физических качеств школьников. Это особенно важно в нынешних социально-экономических условиях, когда не каждая семья может оплачивать занятия в коммерческих секциях. Походы и соревнования по туризму, как правило, не требуют дорогостоящего оборудования и специальных сооружений, оставаясь открытыми для всех учащихся независимо от финансовых возможностей. При этом эмоциональная насыщенность, романтика пути и возможность проявить себя в преодолении естественных препятствий делают такие активности привлекательными для подростков [2].

Воспитательный потенциал туристской деятельности высок. Как командная дисциплина, туризм развивает умение работать вместе, поддерживать товарищей и действовать солидарно; учит распределять роли и согласовывать собственные

действия с работой всей группы, принимать ответственность за порученное дело. В условиях похода формируются самостоятельность, инициативность, дисциплина и организованность. Сталкиваясь с трудностями полевого быта, школьники учатся решать их сообща, что укрепляет чувство товарищества и формирует устойчивую коллективную идентичность.

Спортивно-туристическая практика способствует воспитанию патриотических чувств у школьников через живое знакомство с природными ландшафтами, историческими памятниками и культурными традициями родного края. Посещение мест воинской славы, изучение памятников истории, обращение к укладам и обычаям народов, населяющих регионы Казахстана, пробуждают интерес к прошлому страны, формируют уважение к культурному наследию предков и стремление беречь и приумножать богатства национальной земли. Экологическая просветительская работа в рамках экспедиций закладывает ответственное отношение к природе, понимание необходимости её охраны и рационального использования ресурсов [3].

Познавательная роль туризма проявляется в расширении кругозора и закреплении на практике знаний, полученных на уроках географии, биологии, истории, физики и других дисциплин. В походных условиях теоретические представления о рельефе и климате, растительном и животном мире, закономерностях погоды и правилах ориентирования получают реальное воплощение. Такое прикладное применение учебного материала обеспечивает более глубокое усвоение понятий и формирует целостное, межпредметное видение мира. Одновременно развиваются наблюдательность, познавательная мотивация и исследовательские навыки учащихся.

Включение туризма в образовательный процесс возможно в разных организационных форматах. На уроках физической культуры элементы туристской подготовки уместны при освоении легкоатлетического раздела: кроссовые пробежки по пересечённой местности с преодолением естественных препятствий, обучение приемам преодоления барьеров и на выкам ориентирования. Отдельные занятия могут быть полностью посвящены туристской тематике: от освоения специальных узлов и установки временного укрытия до разжигания костра, оказания доврачебной помощи и работы с картой и компасом.

Внеурочная деятельность открывает ещё более широкие возможности для воспитательных и образовательных целей туризма. Кружки и секции при школах и станциях юных туристов обеспечивают систематическую подготовку, формируют устойчивый интерес к занятиям. В их рамках ведётся подготовка значкистов и спортсменов-разрядников, младших инструкторов и помощников руководителей походов. Программы включают изучение теоретических основ туризма, физическую и техническую подготовку, участие в однодневных и многодневных маршрутах, а также в соревнованиях по технике туризма и спортивному ориентированию.

Эффективной формой объединения туристской и физкультурно-оздоровительной работы становятся дни здоровья и туризма, проводимые в течение учебного года с заданной периодичностью. Такие мероприятия вовлекают в ак-

тивную рекреацию всех учащихся независимо от уровня подготовленности. В программу могут входить туристская полоса препятствий, конкурсы на демонстрацию практических навыков, ориентирование на местности, соревнования по установке палатки, разведению костра, оказанию первой помощи, а также конкурсы туристской песни и художественной самодеятельности [4].

Особую роль в системе туристско-спортивной работы занимают лагеря, организуемые на время школьных каникул. Проживание в таких условиях дает детям возможность подолгу находиться на природе, регулярно заниматься туризмом и другими видами физкультурной активности, участвовать в походах и экскурсиях, пробовать себя в соревнованиях и творческих конкурсах. Распорядок дня в туристическом лагере, как правило, включает утреннюю зарядку, тренировки по технике туризма и спортивному ориентированию, подвижные игры, водные процедуры, а также походы различной длительности и сложности.

Опыт многих образовательных организаций показывает: систематические занятия туризмом укрепляют здоровье школьников, повышают работоспособность и успеваемость, формируют активную жизненную позицию. Ребята, регулярно участвующие в походах, реже болеют респираторными инфекциями, легче выдерживают стрессовые ситуации, отличаются дисциплинированностью и ответственным отношением к поручениям. Туристская практика формирует важные прикладные навыки — от разжигания костра и приготовления пищи в полевых условиях до ремонта обуви и одежды, ориентирования на местности и оказания доврачебной помощи, — которые пригодятся в дальнейшей жизни [5].

Современное развитие спортивного туризма связано с ростом его массовости и доступности. В рамках национального проекта «Демография» программа «Спорт — норма жизни» нацелена на популяризацию элементов спортивного туризма на уроках физической культуры, обновление форм физкультурных мероприятий и соревновательной активности среди школьников. Создаются благоприятные условия для начинающих, налаживается система подготовки инструкторов и судей по спортивному туризму, разрабатываются методические материалы для учителей по включению туристских средств в образовательную практику.

В совокупности объединение туристской и спортивной составляющих и применение активных форм рекреации в школьном физическом воспитании помогают решать задачи укрепления здоровья, всестороннего физического развития, а также нравственного и патриотического воспитания подрастающего поколения. Спортивный туризм соединяет оздоровительные, образовательные и воспитательные эффекты, способствует формированию здорового образа жизни и активной гражданской позиции учащихся. Для учителя физической культуры это широкое поле для профессионального творчества: можно разнообразить формы и методы работы, сделать уроки и внеурочные мероприятия более интересными и эмоционально насыщенными. Развитие туристско-спортивной деятельности в школах повышает результативность физического воспитания и благоприятно отражается на состоянии

здоровья детей.

**Литература:**

1. Коробейников Н. К. Физическое воспитание / Н. К. Коробейников, А. А. Михеев, И. Г. Николенко. – М.: Высшая школа, 1989. – 384 с.
2. Курилова В. И. Туризм / В. И. Курилова. – М.: Просвещение, 1988. – 224 с.
3. Долженко Г. П. Основы туризма: учебное пособие / Г. П. Долженко. – М.: МарТ, 2009. – 320 с.
4. Сергеев В. Н. Туризм и здоровье / В. Н. Сергеев. – М.: Профиздат, 1987. – 80 с.
5. Рындач М. А. Основы туризма: учебное пособие / М. А. Рындач; под ред. И. И. Смоленского. – М.: Дашков и К, 2013. – 204 с.

## ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РАЗВИТИЯ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИХ УМЕНИЙ УЧАЩИХСЯ НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ МЕТОДИКИ CASE STUDY

**ШЕРЦЕР АЛЕКСАНДР ИВАНОВИЧ**

учитель информатики Назарбаев Интеллектуальная школа  
естественно-математического направления города Костаная

**ЧЕНЦОВ ДМИТРИЙ СЕРГЕЕВИЧ**

учитель физической культуры Назарбаев Интеллектуальная школа  
естественно-математического направления города Костаная

**Аннотация.** В данной статье рассматриваются подходы к организации, подготовке, развитию и совершенствованию проектно-исследовательской деятельности учащихся в контексте физического воспитания. Актуальность темы обусловлена необходимостью формирования у школьников не только двигательных навыков, но и исследовательских умений, направленных на понимание физиологических, психологических и социальных аспектов физической активности. В исследовании акцент сделан на межпредметную интеграцию, особенно между физической культурой, биологией, психологией и информатикой, что позволяет формировать осознанное отношение к здоровью, спортивной подготовке и саморазвитию. Представлены результаты анкетирования старшеклассников, модель развития исследовательских умений, тематическое планирование исследовательской деятельности через уроки и внеурочные формы работы по физической культуре.

**Ключевые слова:** физическое воспитание, исследовательская деятельность, здоровье, проектная деятельность, межпредметная интеграция, двигательная активность, исследовательские умения.

**Введение.** Современные цели образования ориентированы на формирование личности, способной к самостоятельному мышлению, принятию решений и рефлексии. Передача готовых знаний перестает быть главной задачей, что требует внедрения новых педагогических методов и подходов. Образование должно развивать функциональную грамотность и исследовательские умения, соответствующие задачам научно-технического прогресса. Важным аспектом является переход от традиционной передачи знаний к активному их получению и самостояльному обучению. Физическая культура как учебный предмет перестала быть лишь средством физического развития – сегодня это важная платформа для формирования навыков командной работы, лидерства, самоконтроля, а также исследовательских умений. Исследования становятся неотъемлемой частью образования, а подготовка к олимпиадам, конкурсам и соревнованиям требует систематизации и упорядочивания работы с учащимися.

Современные социально-экономические и научно-технические изменения требуют создания педагогических условий для формирования исследовательских умений. Развитие исследовательских умений учащихся требует интеграции

дисциплин и целенаправленной работы на протяжении всего обучения. Современная система образования должна готовить учащихся к жизни в информационном обществе, формировать у них творческое, критическое мышление, способность самостоятельно решать задачи и проводить научные исследования. Ключевыми компетенциями, необходимыми для успешного образовательного процесса является развитие лидерских качеств, умений работать в команде, самореализация.

**Особенности исследовательской деятельности на уроках физической культуры.** Исследовательская деятельность учащихся в области физической культуры может быть направлена на изучение:

- Влияния физических упражнений на физиологическое состояние (ЧСС, выносливость);
- Рационального режима дня и питания;
- Профилактики травматизма;
- Психологической устойчивости в соревновательной деятельности;
- Разработки собственных программ тренировок и фитнес-тестов.

В данном контексте методология case study позволяет учащимся анализировать реальные жизненные ситуации (например, спортивные травмы, конфликт в команде, переутомление), выдвигать гипотезы, предлагать решения и оформлять свои исследования в виде проектов или презентаций.

Методологическая основа исследования. В основу легли личностно-деятельностный и компетентностный подходы, примененные в адаптированном формате. Личностно-деятельностный подход, представленный в исследованиях таких ученых, как Л.С. Выготский, Д.Б. Эльконин В.В. и др., рассматривает личность как субъект деятельности, которая сама, формируясь в деятельности и в общении с другими людьми, определяет характер этой деятельности и общения. При личностно-деятельностном подходе осуществляется учет индивидуально-психологических особенностей учащихся, формирование и развитие познавательных процессов, личностных качеств, деятельностных характеристик.

Компетентностный подход, представленный в исследованиях таких ученых, как И.А. Зимняя, М.В. Кларин и др., рассматривает учебное сотрудничество при организации исследовательской деятельности как важный фактор в достижении цели, что может быть реализовано только в результате самостоятельной работы каждого участника группы в постоянном их взаимодействии. Основополагающей категорией компетентностного подхода будет – «компетенция». Компетенция выступает как содержание образования, которое, будучи усвоено, развивает умения и навыки. Компетентностный подход предполагает: учет и соотнесение данных, противоречивость; пошаговый поиск решения; исчерпывающее доказательство выводов; проверку решения и соответствие требованиям задачи.

Выявлено, что при развитии исследовательских умений у учащихся формируются следующие виды компетенций: учебно-познавательная (планирование, анализ, рефлексия), коммуникативная (взаимодействие, знание языков, социальные роли) и профессиональная компетенция (готовность к работе в определенной сфере). Выделены следующие исследовательские умения: мыследеяностные (выдвижение идей, постановка задач, рефлексия), презентационные (подготовка докладов и наглядных материалов), коммуникативные (слушание, поиск компромиссов), поисковые (поиск информации, выделение главного) и информационные (структурирование, передача и хранение данных).

Работая над уточнением состава исследовательских умений учащихся, автор взял за основу классификацию Кукар У.Ю., которая включает в себя:

- информационные умения (умение самостоятельно осуществлять поиск нужной информации; умение структурировать и сохранять информацию);
- экспериментально-аналитические умения (умение формулировать проблему и гипотезу; определять объект, предмет, цель и задачи исследования; проводить анкетирование; устанавливать причинно-следственные связи; обобщать, сравнивать, моделировать и обрабатывать данные; умения проводить эксперимент; тестировать);
- рефлексивные умения (анализировать и выстраивать пер-

спективу; осмысленно решать задачу при недостаточном количестве знаний).

Личностно-деятельностный подход предполагает формирование мотивации к физической активности через участие в проектах (например, изучение влияния утренней зарядки на настроение в течение дня).

Компетентностный подход реализуется в овладении учащимися исследовательскими и коммуникативными навыками, связанными с физкультурной тематикой (ведение дневника тренировок, анализ динамики результатов, подготовка публичных выступлений).

**Исследовательские умения в контексте физической культуры.** Исследовательская деятельность – ключевой компонент продуктивного обучения, организующий образовательный процесс через активные действия учащихся: прогнозирование, анализ, оценка, синтез. Автор рассматривает исследовательскую деятельность как творческий процесс взаимодействия учителя и учащихся, направленный на поиск решения неизвестного и передачу культурных ценностей, формирующий мировоззрение (А. С. Обухов). Результаты оформляются в виде исследовательских работ или проектов. Психологические исследования (А.Н. Поддьяков, Д.Б. Богоявленская) подтверждают связь исследовательских умений с продуктивными формами обучения: проблемной, частично-поисковой, исследовательской. Методика case study способствует этому через:

- постановку кейса (задач в кейсе), формулировку проблемы и контекста;
- вовлечение учеников в ролевую работу;
- исследование проблемы, поиск решений, сбор данных;
- принятие решений, разработку плана и презентацию.

Учащиеся развивают следующие исследовательские компетенции:

1. Информационные – умение искать и структурировать данные о здоровье, тренировках, биомеханике.
2. Экспериментально-аналитические – умение проводить тестирования физических качеств (гибкость, сила, выносливость), анализировать состояние организма, фиксировать показатели.
3. Рефлексивные – умение анализировать эффективность тренировок, собственное самочувствие, уровень усталости и стресса.
4. Коммуникативные – навыки взаимодействия в команде, умение формулировать идеи, аргументировать и презентовать.
5. Мыследеяностные – постановка цели: «Какой тренировочный режим оптимальен при подготовке к сдаче нормативов ПТ?»

Результаты педагогического эксперимента (адаптация). В рамках работы с научным объединением на базе школы учащиеся 8–11 классов участвовали в исследовательской деятельности, связанной с физической культурой. Исследования проводились в форме:

- дневников самонаблюдения (пульс, нагрузка, самочувствие);
- проектов по разработке мини-программ тренировок;

- анкетирования одноклассников (например, «Как спорт влияет на качество сна?»);
- анализа двигательной активности через фитнес-трекеры и цифровые приложения.

Примерная структура элективного курса: «Основы исследовательской деятельности в физической культуре»:

№	Раздел	Часы
1	Введение в научную деятельность. Роль спорта в жизни человека	2
2	Основы физиологии и самонаблюдения	6
3	Методы исследования и тестирования физической формы	6
4	Оформление и защита исследовательских проектов	10
5	Практическая часть: проведение собственного мини-исследования	10

Содержание программы должно быть направлено на вовлечение учащихся в процесс поиска, анализа и создания собственного исследовательского продукта за счет: введения заданий исследовательского типа; решения реальных жизненных задач через методику case study; использование современных информационных средств обучения; развитие ораторского мастерства; развитие рефлексивных навыков учащихся.

**Диагностика и оценка уровня развития исследовательских умений.** Процессу развития исследовательских умений способствует определенные педагогические условия. Для определения следующих педагогических условий были взяты за основу данные психолого-педагогической литературы (Р.С. Альтшуллер, П.Я. Гальперин, А.М. Матюшкин и др.), а также анализ образовательных практик:

Мониторинг, диагностика и анализ состояния уровня исследовательских умений, в т.ч.:

- Педагогическое наблюдение на уроках: анализ предыдущих продуктов исследовательской деятельности (творческие работы и проекты) учащихся;
- Диагностика: познавательной, эмоциональной и личностной сферы учащихся (темперамент, самооценка, уровень тревожности); анкетирование прибывших учащихся: ана-

лиз мотивационной и профориентационной сферы учащихся (ДДО, карта интересов, направленность личности). Критерии оценки исследовательских умений включают:

- Умение сформулировать цель исследования (например, «Определение влияния разминки на результативность прыжков в длину»);
- Владение методами тестирования (например, проведение Купер-теста);
- Способность анализировать результаты (рост выносливости, сила мышц);
- Презентация и защита проекта на спортивных конференциях.

Оценивание может вестись по 3-балльной шкале:

- 3 балла – высокий (продуктивный) уровень: самостоятельно выполнено исследование, оформлено, защищено;
- 2 балла – средний (креативный) уровень: выполнено с помощью учителя, с элементами самостоятельности;
- 1 балл – начальный уровень: минимальное участие, не завершено.

Педагогические условия развития исследовательских умений включают использование методов: проблемного, игрового, моделирования, проектов. Каждый из описанных методов может быть реализован с использованием методики case study. Метод case study – это одна из личностно-ориентированных технологий, педагогическое условие, способ организации деятельности школьников, интегрирующий в себе проблемный подход, групповые методы, рефлексивные, презентативные, исследовательские, поисковые и прочие подходы.

**Заключение.** Формирование исследовательских умений в физической культуре способствует развитию осознанного отношения к здоровью, самостоятельности, аналитического мышления. Это возможно при соблюдении педагогических условий: индивидуальный подход, мотивация через спорт, междисциплинарные связи, игровые и практико-ориентированные методы. Практика показывает, что даже в таком предмете, как физическая культура, можно выстроить эффективную систему исследовательской работы.

## РОЛЬ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ И СПОРТИВНЫХ СЕКЦИЙ В ВОСПИТАНИИ ЛИЧНОСТИ ШКОЛЬНИКА (НА ПРИМЕРЕ БАСКЕТБОЛА)

**ЖАГИПАРОВ ЕРМЕК МУСАЕВИЧ**

учитель физической культуры КГУ «Общеобразовательная школа №16  
отдела образования города Костаная» Управления образования Костанайской области



**Аннотация.** В настоящей работе раскрывается значение внеурочной деятельности и спортивных секций в формировании личности школьника. Особое внимание удалено роли баскетбольной секции как эффективного средства воспитания, формиро-

вания лидерских качеств, дисциплины, командного взаимодействия и физического совершенствования учащихся.

**Ключевые слова:** внеурочная деятельность, спортивные секции, баскетбол, воспитание, личность, школьник.

**Андратпа.** Бұл жұмыста оқушыныңжеке басын қалыптастырудығы сабактан тыс іс-шаралармен спортсекцияларының маңызы ашылады.Баскетбол секциясының тәрбиенің,көшбасшылық қасиеттерді қалыптастырудың,тәртіптің, командалық өзара іс-күмілдың және оқушылардың дene бітімін жетілдірудің тиімді құралыретіндегі рөліне ерекшеназар аударылады.

**Түйін сездер:** сыныптан тыс жұмыс, спорттық секциялар, баскетбол, тәрбие, тұлға, оқушы.

Современная система образования Республики Казахстан направлена на всестороннее развитие личности учащегося, где особое место занимает физическое воспитание и организация внеурочной деятельности. Одним из приоритетных направлений в работе учителя физической культуры является формирование устойчивого интереса школьников к систематическим занятиям спортом. Внеклассическая деятельность выступает мощным средством социализации, укрепления здоровья и воспитания активной жизненной позиции.

Баскетбол – один из самых динамичных и увлекательных видов спорта, который пользуется популярностью среди школьников. Он способствует развитию координации движений, быстроты реакции, ловкости и силы, а также требует высокой степени взаимодействия в команде.

Баскетбол позволяет решить проблемы занятости у детей свободного времени. И что еще очень важно, что мяч является постоянным источником положительных эмоций и может стать надежным другом человека на всю жизнь. В играх и действиях с мячом совершенствуются навыки большинства основных движений. Игры с мячом – это своеобразная комплексная гимнастика. В ходе их школьники упражняются не только в бросании и ловле мяча, забрасывании его в корзину, метании на дальность и в цель, но также в ходьбе, беге, прыжках. Выполняются эти движения в постоянно изменяющейся обстановке. Это способствует формированию у учащихся умений самостоятельно применять движения в зависимости от условий игры. Упражнения и игры с мячом при соответствующей организации их проведения благоприятно влияют на работоспособность учащихся. Упражнения с мячами различного веса и диаметра развиваются не только крупные, но и мелкие мышцы обеих рук, увеличивают подвижность суставов пальцев и кистей. При ловле и бросании мяча учащийся действует обеими руками. Это способствует гармоничному развитию центральной нервной системы и всего организма.

Организация баскетбольной секции в школе требует продуманного подхода. В своей педагогической практике придерживаюсь принципов систематичности, доступности и индивидуализации. Тренировочный процесс строится на сочетании образовательных, воспитательных и развивающих задач. Каждое занятие направлено не только на совершенствование техники владения мячом и тактики игры, но и на формирование моральных качеств – дисциплины, уважения, взаимопомощи и настойчивости.

Для повышения интереса учащихся к занятиям в секции большое значение имеет организация школьных соревнований, товарищеских матчей, участие в городских и областных турнирах. Эти мероприятия позволяют детям проявить себя, испытать чувство успеха, научиться работать в команде. Кро-

ме того, участие в соревнованиях укрепляет волевые качества, учит преодолевать трудности, формирует уверенность в собственных силах.



Влияние игры баскетбол на физическое развитие школьников также сильно. В первую очередь у ребят занятых в этом спорте развивается выносливость, и укрепляются все группы мышц. Тренировка по баскетболу – это прыжки, бег, прыжки, махи руками, наклоны и приседания, которые позволяют развивать все группы мышц и укреплять сердце и сосуды.

Более того баскетбол развивает:

**1) Физическое развитие.** Систематические занятия укрепляют здоровье, способствуют совершенствованию основных физических качеств, таких как координация, скорость реакции, выносливость, ловкость и сила. Баскетбол положительно влияет на органы дыхания, постоянное слежение за мячом и другими игроками улучшает обзор и тренирует периферическое зрение и помогает поддерживать нормальный вес.

**2) Интеллектуальное развитие.** Учащиеся учатся быстро анализировать ситуацию на площадке, просчитывать действия соперников и партнеров, а также принимать решения в меняющихся условиях. Динамика игры требует высокой внимательности, что благотворно сказывается и на учебе.

**3) Социальные навыки.** Это командный вид спорта, который учит школьников работать сообща, принимать решения, помогать друг другу и уважать партнеров по команде, и эффективно общаться со сверстниками. Развиваются лидерские качества и умение находить общий язык в коллективе. Спортивные достижения, похвала тренера и команды усиливают чувство собственной значимости. Участие в соревнованиях помогает учащимся почувствовать уверенность, преодолеть страх публичных выступлений и поверить в свои способности.

**4) Психологическое и личностное развитие.** Участие в секции способствует формированию целеустремленности, уверенности в себе и укреплению духа. Дети учатся справ-

ляться с неудачами, принимать поражения как часть игры, что развивает настойчивость и терпение.

**5) Воспитательный аспект.** Занятия спортом формируют самодисциплину, справедливость и уважение к соперникам и судьям, умение планировать свое время и брать на себя ответственность.

Учитывая эти факты, на вопрос, что дает баскетбол можно ответить, что практика показывает, что школьники, активно занимающиеся баскетболом, отличаются более высоким уровнем физической подготовленности, лучше адаптируются к учебной нагрузке и проявляют высокую социальную активность. У них формируется ответственность, лидерские качества и стремление к самосовершенствованию. Учитель, наблюдая за динамикой развития каждого участника, может своевременно корректировать педагогическое воздействие, поддерживая положительную мотивацию.

Регулярные занятия спортом занимают свободное время

школьников, направляют их энергию в позитивное русло, создают условия для самореализации. Кроме того, совместные спортивные мероприятия укрепляют связи между школой, родителями и сообществом, что повышает воспитательный потенциал школы.

Таким образом, внеурочная деятельность и спортивные секции, такие как баскетбол, являются мощным инструментом формирования зрелой, активной, уверенной в себе личности, способной к сотрудничеству, самосовершенствованию и здоровому образу жизни. Спорт воспитывает волю, настойчивость, умение работать в коллективе и стремление к достижению целей. В условиях модернизации казахстанского образования внеурочная деятельность по физической культуре должна рассматриваться как важный инструмент формирования гармонично развитой личности школьника.

## ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ САБАҒЫНДА ОҚУШЫЛАРДЫҢ ФИЗИКАЛЫҚ ДАЙЫНДЫҒЫН БАҒАЛАУДЫҢ ЗАМАНАУИ ӘДІСНАМАСЫ: ӘДІСТЕМЕЛІК ҚҰРАЛ НЕГІЗІНДЕГІ ПЕДАГОГИКАЛЫҚ ЗЕРТТЕУ

АБИКЕНОВ МУРАТ АМАНОВИЧ

Қостанай облысы әкімдігі білім басқармасының «Алтынсарин ауданы білім бөлімінің Мәриям Хәкімжанова атындағы Щербаков жалпы білім беретін мектебі» КММ дene шынықтыру мұғалімі



**Аннотация.** Мақалада дene шынықтыру сабағында оқушылардың физикалық дайындығын бағалауға арналған әдіstemелік құралдың құрылымы мен мазмұны ғылыми-тәжірибелік түрғыдан талданады. Автор құралдағы бағалау тәсілдерінің мазмұнын, жас ерекшелігіне сай тест түрлерін және дene сапаларын қалыптастырудың әдістерін нақтылады. Сонымен қатар, мақалада құралды апробациялау барысы мен оның нәтижелері сипатталады және оны оқу процесінде тиімді қолдану жолдары ұсынылады. Зерттеу жұмысы дene тәрбиесі пәннің бағалау жүйесін жаңғыруға бағытталған тәжірибелік және әдіснамалық үлес ретінде қарастырылады.

**Түйін сөздер:** физикалық дайындық, бағалау критерийлері, дene сапалары, дene тәрбиесі, оқушы деңсаулығы.

**Аннотация.** В статье проводится научно-практический анализ структуры и содержания методического пособия, предназначенного для оценки физической подготовленности учащихся на уроках физической культуры. Автор уточняет содержание методов оценки, виды тестов с учетом возрастных особенностей и методы формирования физических качеств. Кроме того, описываются процесс апробации пособия и его результаты, а также предлагаются пути эффективного использования данного инструмента в учебном процессе. Исследование рассматривается как практический и методологический вклад в модернизацию системы оценивания по предмету «Физическая культура».

**Ключевые слова:** физическая подготовленность, критерии оценки, физические качества, физическое воспитание, здоровье учащихся.

**Кіріспе.** Қазіргі заманғы білім беру жүйесінде дene тәрбиесі пәні оқушы тұлғасын жан-жақты дамытудағы маңызды бағыттардың бірі ретінде өзектілігін жоғалтқан жоқ, себебі ол баланың физиологиялық дамуын қамтамасыз етіп қана қоймай, салауатты өмір салтын қалыптастыруға бағытталған тәрбие құралы болып саналады. Дene шынықтыру сабағы тек қозғалыс белсенділігіне емес, сонымен қатар тәрбиелік, дамытушылық және диагностикалық мақсаттарға да қызмет етуі тиіс, өйткені оқушының дамуы жан-жақты қолдауды талап

етеді және оның тұлғалық, когнитивтік, эмоционалдық әлеуетімен тығыз байланысты [1].

Мұндай жағдайда дene шынықтыру пәннің мазмұнын жаңғыру, бағалау тәсілдерін жетілдіру және сабак құрылымын ғылыми негізде үйымдастыру – білім сапасын арттырудың қажетті шартына айналып отыр. Осы орайда оқушылардың физикалық дайындығын кешенді бағалауға арналған әдіstemелік құралды білім беру үдерісінде пайдалану – педагогикалық қызметтің сапасын арттырып, дene тәрбиесінің

жүйелі жүзеге асуына ықпал ететін маңызды практикалық ресурс болып табылады [2]. Құралды қолдану арқылы мұғалім окушының даму динамикасын нақты бағалап, жеке траекториясын қалыптастыруға мүмкіндік алады және оқыту мен тәрбиелеу үрдісін біртұтас педагогикалық жүйеге айналдырады.

**Негізгі бөлім.** Қазіргі білім беру жүйесінде окушылардың дene дайындығын бағалау олардың денсаулығы мен өмір суру сапасын жақсарту түрфысынан ерекше мәнге ие. Физикалық дайындық – адамның қозғалыс белсенділігінен туындастын, денсаулығы мен функционалдық мүмкіндіктерін сипаттайтын кешенді көрсеткіш [3]. Окушылардың физикалық дайындығын обьективті бағалау олардың қозғалыс белсенділігін дамытуға, спорттық дағдыларын жетілдіруге және салуатты өмір салтын қалыптастыруға ықпал етеді. Сонымен қатар, дұрыс үйімдастырылған бағалау жүйесі окушылардың жеке қабілеттері мен жас ерекшеліктерін ескере отырып, дene тәрбиесін сабактарын тиімді жүргізуге мүмкіндік береді.

Физикалық дайындықты бағалаудың маңыздылығы, ең алдымен, окушылардың денсаулығын сақтау және нығайту мақсатында оларды белсенді қозғалысқа ынталандыру қажеттілігімен түсіндіріледі. Дене шынықтыру мұғалімдері мен окушылардың өзара іс-кимылын жетілдіру үшін нақты және сенімді бағалау әдістерін қолдану талап етіледі. Соңғы жылдары балалар арасында гиподинамияның артуы, қымыл белсенділігінің төмендеуі және дұрыс тамақтанбау мәселелері окушылардың жалпы физикалық жағдайына теріс әсер етіп, түрлі аурулардың пайда болуына әкелуде [4]. Сондықтан физикалық дайындықты бағалау жүйесін жетілдіру окушылардың функционалдық мүмкіндіктерін уақытылы анықтауға, оларды түзету шараларын енгізуге және білім беру үдерісіне дер кезінде бейімдеуге мүмкіндік береді.

Заманауи технологиялардың дамуы окушылардың физикалық дайындығын бағалауда виртуалды және аралас оқыту жүйелерін пайдалануға мүмкіндік береді. Бұл бағытта:

1) дene шынықтыру сабактарына арналған виртуалды жатығу бағдарламалары әзірленіп, окушылар қозғалыс техникасын интерактивті түрде үйрене алады;

2) қашықтықтан оқыту режимінде окушылардың физикалық белсенділігін бақылауға арналған смарт-құрылыштар мен онлайн платформалар кеңінен қолданылады;

3) аралас оқыту жүйелері арқылы мұғалімдер дәстүрлі әдістер мен цифрлық технологияларды біріктіре отырып, окушылардың дайындық деңгейін жан-жақты бағалайды [5].

Физикалық дайындықты бағалаудың болашақтағы бағыттары білім беру жүйесіндегі цифрландыру үдерістерімен, инновациялық технологиялардың дамуымен және оқыту әдістерін жетілдіруге деген қажеттілікпен тікелей байланысты. Окушылардың дene дайындығын обьективті бағалау үшін жасанды интеллект, үлкен деректер, цифрлық платформалар мен физиологиялық зерттеулерді біріктіре отырып, жаңа тәсілдер әзірлеу маңызды. Осы өзгерістердің барлығы дene шынықтыру пәнінің сапасын арттырып қана қоймай, окушылардың физикалық белсенділігін дамытуға және олардың денсаулығын нығайтуға бағытталған кешенді жүйенің қалыптастына ықпал ететін болады.

Осындағы қажеттіліктерге сай, тәжірибем барысында жи-

әдіснамамды әдістемелік құрал ретінде жинақтауды жөн көрдім. Әдістемелік құрал құрылымы жағынан бірнеше маңызды бөлімнен тұрады [6]. Бірінші бөлімде – окушылардың жас ерекшеліктеріне сай физикалық көрсеткіштерді бағалау теориясы қарастырылады. Мұнда адамның жастық даму кезеңдері мен физиологиялық мүмкіндіктеріне негізделген тест түрлері ұсынылған. Екінші бөлім – практикалық бөлім. Бұл бөлімде нақты бағалау өлшемдері мен тест өткізу әдістемесі бајандалған.

Құралда окушылардың төзімділік, күш, жылдамдық, икемділік және жалпы қымыл дағдылары сияқты дene сапаларына байланысты кешенді бағалау шкаласы берілген. Әсіресе, «базалық диагностика – аралық мониторинг – қорытынды бағалау» алгоритмі мұғалім үшін сабактағы нәтижелілікті қадағалауға мүмкіндік береді [7].

Бағалаудың негізі ретінде келесі тест түрлері қолданылады:

1. 30 м және 100 м жүгіру;
2. 1000 м немесе 2000 м қашықтыққа жүгіріс;
3. Қол итеру, қолды бүгіп жазу (ұлдар), преске жаттығу (қызыдар);
4. Икемділікке арналған алға еңкею тесті;
5. Жүрек соғысын өлшеу және физикалық жүктемеден кейінгі қалпына келу уақыты.

**Практикалық бөлім: Апробация нәтижелері.** Әдістемелік құралдың тиімділігін педагогикалық практикада дәлелдеу мақсатында 2024 жылдың қаңтар–мамыр айлары аралығында Қостанай облысындағы үш жалпы орта білім беретін мектепте апробациялық зерттеу жұмыстары жүргізілді. Зерттеу тобына 5–9 сынып аралығындағы 108 окушы мен 4 дene шынықтыру пәнінің мұғалімі тартылды. Апробация процесі үш кезеңге бөлінді: бастапқы диагностика (қаңтар), аралық мониторинг (наурыз) және қорытынды бағалау (мамыр). Бағалау кезінде окушылардың төзімділік, жылдамдық, икемділік және күш сапаларына бағытталған стандартты тестілермен қатар, функционалдық көрсеткіштер (жүрек соғысы жиілігі, тыныс жиілігі, қалпына келу уақыты) де ескерілді [8].

Зерттеу нәтижелері әдістемелік құралдың практикалық құндылығы мен қолданбалы әлеуетін нақты дәлелдеді. Атап айтқанда, окушылардың физикалық көрсеткіштері оқу жылының басындағы нәтижелермен салыстырғанда орта есеппен 12–18% аралығында артты, бұл дene сапаларының айтартылған жақсарғанын көрсетеді. Окушылардың 83%-ы сабакқа қатысу белсенділігінің артқанын және тапсырмаларға қызығушылықпен қатысқанын атап өтті [9]. Мұғалімдердің барлығы (100%) құралдың құрылымын түсінікті, мазмұнын жүйелі әрі қолдануға ыңғайлы деп бағалап, оны қүнделікті сабак жоспарлау, саралап оқыту және қалыптастыруши бағалауды үйімдастыру үдерісіне тиімді енгізгенін раставды.

Құрал құрамында ұсынылған «Рефлексия парасы», «Окушының жеке даму картасы», сондай-ақ критерийалды бағалау үлгілері окушының өзіндік талдау мен өзін-өзі бағалау дағдыларын дамытуда маңызды рөл атқарды. Бұл элементтер окушының оқу жетістіктерін саналы түрде бақылап, жеке білім беру траекториясын қалыптастыруына жол ашты. Сонымен қатар, окушының дene сапаларындағы өзгерісті кезең-

кезеңімен қадағалау арқылы мұғалім нақты кері байланыс орната алды, ал бұл – оқыту мен тәрбиелу сапасын арттырудың негізгі көрсеткіші.

Жалпы алғанда, апробация нәтижесі әдістемелік құралдың мектеп жағдайына бейімді, педагогикалық талаптарға сай және оқушының тұлғалық дамуына бағытталған тиімді құрал екенін айғақтады.

**Қорытынды.** Жүргізілген зерттеу жұмысы мен шынықтыру пәніндегі бағалау жүйесін жаңғыртудың қажеттілігі мен өзектілігін айқын көрсетті. Әдістемелік құрал тәжірибеде қолданылған кезде ол оқушылардың физикалық дайындығын тексерудің тиімді, нақты әрі ғылыми негізделген жүйесіне айнала алатынын дәлелдеді. Мұнда оқушының жас ерекшелігі, физиологиялық мүмкіндігі, қозғалыс дағдылары және даму динамикасы ескеріліп, бағалау оқушыны жазалауға емес, ынталандыруға бағытталады [10]. Бұл – қазіргі білім беру талаптарына сай келетін жаңаша көзқарас.

Құралдың құрылымы логикалық жағынан жақсы жүйеленген: бастауыш, негізгі және жоғары буын оқушылары үшін

бейімделген тест үлгілері, даму карталары, рефлексия парақтары мен қалыптастыруши бағалау критерийлері мұғалімнің жұмысын женілдетіп қана қоймай, оқушыны өз жетістігін көруге, алға мақсат қоюға итермелейді [11]. Бұл – тұлғалық даму мен өзіндік рефлексияға жол ашатын қуатты қуран.

Технологиялық жағынан да бұл құралдың әлеуеті зор. Оны цифрлық форматқа көшіру, мобильді қосымша немесе онлайн платформа арқылы оқушылардың физикалық даму траекториясын тіркеу – болашақтың педагогикалық трендтерімен үндесетін қадам [12]. Бұл мұғалімдер мен ата-аналар үшін де оқушының дене дайындығы туралы нақты деректермен жұмыс істеуге мүмкіндік береді.

Осылайша, ұсынылып отырған әдістемелік құрал – дене тәрбиесі мазмұнын жаңғыртып қана қоймай, оқыту мен бағалаудың мәдениетін өзгертуге ықпал ететін заманауи әрі қолданбалы педагогикалық шешім. Бұл құрал – болашақтың дені сау, саналы және белсенді азamatын қалыптастыруға бағытталған нақты практикалық қадам.

#### Әдебиеттер:

- Назарбаев Н.Ә. Қазақстан – 2050 стратегиясы: қалыптасқан мемлекеттің жаңа саяси бағыты. – Астана: ҚР Президентінің ресми сайты, 2012. – 32 б.
- Жолдасбеков Ж. Мектептегі дене тәрбиесі. – Алматы: Рауан, 2018. – 164 б.
- Әбдіқадыров А. Дене тәрбиесінің педагогикасы. – Нұр-Сұлтан: Фолиант, 2020. – 212 б.
- Қалиев С., Бержанов К. Педагогика тарихы. – Алматы: Мектеп, 2019. – 180 б.
- Сарыбеков Н. Дене шынықтыру мұғалімінің әдістемелік жұмысы. – Шымкент: Айдана, 2021. – 145 б.
- World Health Organization. Physical Activity Guidelines for Children and Adolescents // WHO Guidelines on physical activity and sedentary behaviour. – Geneva, 2020. – Р.45–67.
- Қазақстан Республикасы Білім және ғылым министрлігі. Орта білім беру ұйымдарында дене шынықтыру пәнін үйімдастыру ережелері. – НҚА, 2022. – 28 б.
- Аманжолов С. Педагогикалық технологиялар. – Алматы: Дағын, 2017. – 136 б.
- Hardman K., Marshall J. World-wide survey of school physical education // UNESCO Research Journal. – 2014. – Vol. 2. – No. 3. – Р.5–19.
- Айтмұхамбетов А. Қазіргі заманғы дене тәрбиесі. – Алматы: Білім, 2023. – 198 б.
- Тұрғанбаева Б.Ә. Оқу-тәрбие үрдісіндегі жаңа педагогикалық технологиялар. – Алматы: Ғылым, 2021. – 160 б.
- Bailey R., Armour K. et al. The educational benefits claimed for physical education and school sport: an academic review // Research Papers in Education. – 2009. – Vol. 24. – No. 1. – Р. 1–27.

## ИГРОВЫЕ ТЕХНОЛОГИИ НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ: ПРИМЕНЕНИЕ, МЕТОДИКА, НОРМАТИВЫ

ЖУСУПОВ АСХАТ ТОХТАРОВИЧ

учитель физической культуры КГУ «Щербаковская общеобразовательная школа имени Мариям Хакимжановой отдела образования Алтынсаринского района»  
Управления образования акимата Костанайской области



**Аннотация.** В статье рассматриваются современные подходы к применению игровых технологий на уроках физической культуры во втором классе в контексте обновлённого содержания образования Республики Казахстан. Автором обобщён теоретический и практический материал, раскрывающий педагогическую ценность игры как основного средства физического, эмоционального и социального развития младших школьников. На основе анализа нормативно-правовой базы (Закон РК «Об

образовании», ГОСО РК, СанПиН, Типовая учебная программа по предмету «Физическая культура», 2022 г.) определены требования к организации безопасного игрового пространства, дозировка физических нагрузок и педагогическому сопровождению урока. Представлены результаты внедрения игровых методик, доказавшие их эффективность в повышении мотивации учащихся, развитии физических качеств и укреплении здоровья.

**Ключевые слова:** физическая культура, игровые технологии, начальная школа, физическое воспитание, нормативы, здоровье, методика.

**Аннотация.** Маңалада Қазақстан Республикасының жаңартылған білім мазмұны жағдайында 2-сыныптағы деңе шынықтыру сабактарында ойын технологияларын қолданудың заманауи тәсілдері қарастырылады. Автор ойын қызметінің бастауыш мектеп оқушыларының деңе, эмоциялық және әлеуметтік дамуының негізгі құралы ретіндегі педагогикалық маңызын айқындаиды. «Білім туралы» ҚР Заңы, БФМ 2022 ж. «Дене шынықтыру» пәні бойынша типтік оқу бағдарламасы және СанЕмН талаптары негізінде қауіпсіз ойын кеңістігін үйімдастыру, жүктемелерді мөлшерлеу және педагогикалық қолдау шарттары сипатталған. Ұсынылған әдістемелер оқушылардың қызығушылығын арттыруға, қымыл-қозғалыс сапаларын дамытуға және деңсаулықты нығайтуға мүмкіндік береді.

**Түйін сөздер:** деңе шынықтыру, ойын технологиилары, бастауыш мектеп, әдістеме, деңсаулық, норматив.

**Abstract.** Game Technologies in Physical Education Lessons of Primary School: Methodology, Effectiveness and Regulatory Aspects. The article explores modern approaches to the use of game-based technologies in physical education classes for grade 2 within the updated educational content of the Republic of Kazakhstan. The author summarizes theoretical and methodological foundations highlighting the pedagogical value of play as a key means of physical, emotional and social development of younger pupils. Based on the current normative framework (Law of the Republic of Kazakhstan «On Education», State Standard of Primary Education, Sanitary Rules, and the Model Curriculum 2022), the paper defines requirements for safe game organization, physical load regulation and teacher's facilitation. Practical outcomes demonstrate that playful methods significantly improve pupils' motivation, motor skills and health indicators.

**Key words:** physical education, game technologies, primary school, methodology, standards, motivation, health.

**Введение.** Современные тенденции развития образования в Республике Казахстан ориентируют педагогов на внедрение инновационных технологий, обеспечивающих целостное развитие личности ребёнка. В этой связи игровая технология рассматривается как педагогическая система, объединяющая обучение, воспитание и развитие средствами физической активности.

Во втором классе игра выполняет функции обучения, мотивации и социализации. Она позволяет детям воспринимать физические упражнения как естественную часть их деятельности, что способствует формированию интереса к физической культуре и здоровому образу жизни.

**Методы и нормативная основа.** Исследование основано на анализе нормативно-правовых документов Республики Казахстан:

1. Закона РК «Об образовании» (2007, с изменениями 2024 г.);
2. ГОСО РК начального образования (Приказ № 182 от 15.05.2019 г.);
3. Типовой программы по предмету «Физическая культура» (МОН РК, 2022 г.);
4. Санитарных правил и норм (СанПиН РК) (МЗ РК, 2021 г.);
5. Методических рекомендаций МОН РК по организации уроков физической культуры (2023 г.).

Применялся комплекс методов: теоретический анализ литературы, наблюдение за деятельностью учащихся, педагогический эксперимент и самооценка обучающихся по специально разработанным листам.

**Результаты и обсуждение.** Применение игровых технологий в системе физического воспитания позволило достичь следующих результатов:

- 1) Повышение мотивации учащихся – более 85 % детей

отметили, что уроки с элементами игры вызывают интерес и желание активно участвовать.

2) Развитие двигательных качеств – показатели скорости и ловкости повысились в среднем на 10–12 % по результатам контрольных упражнений.

3) Снижение тревожности и утомляемости – благодаря чередованию игровых и восстановительных фаз, что соответствует требованиям СанПиН.

4) Формирование навыков сотрудничества и взаимопомощи – дети проявляют инициативу и умение работать в команде.

Внедрение сюжетно-ролевых, народных и эстафетных игр позволило соединить физическое развитие с воспитательными задачами. Например, использование казахских народных игр («Асық ату», «Арқан тарту») усилило интерес к национальной культуре и воспитало уважение к традициям.

## Методические рекомендации.

1. Игровые упражнения следует подбирать с учётом возрастных и физиологических особенностей детей, дозируя нагрузку в соответствии с СанПиН РК.
2. В структуру каждого урока рекомендуется включать три–четыре игровые формы различной направленности (скорость, координация, гибкость, выносливость).
3. При организации игр необходимо соблюдать правила безопасности и санитарные требования, обеспечивая достаточно пространство и исправность оборудования.
4. Важно включать родителей и школьное сообщество в проведение спортивно-игровых мероприятий, способствующих сплочению коллектива и формированию культуры здоровья.
5. Учителю следует проводить рефлексию и самоанализ эффективности игровых методов, фиксируя динамику физи-

ческой подготовленности учащихся.

**Выводы.** Игровые технологии в системе физического воспитания начальной школы представляют собой эффективный инструмент формирования интереса к движению, развития физических качеств и воспитания личностных ценностей.

Игра как педагогическое средство обеспечивает комплексное развитие ребёнка – физическое, эмоциональное и социальное, – а её внедрение в уроки физической культуры

полностью соответствует целям ГОСО РК и принципам здоровьесберегающих технологий.

Дальнейшее развитие методики предполагает интеграцию цифровых средств, использование интерактивных игровых платформ и расширение практики этнокультурных игр, что позволит сделать физическое воспитание ещё более содержательным и мотивирующим.

## ФОРМИРОВАНИЕ КОМАНДНОГО ВЗАЙМОДЕЙСТВИЯ У ШКОЛЬНИКОВ НА УРОКАХ БАСКЕТБОЛА

ЧЕРНООК СЕРГЕЙ ЮРЬЕВИЧ

учитель физической культуры КГУ «Суворовская общеобразовательная школа отдела образования Узункольского района» Управления образования Костанайской области



**Аннотация.** Данная работа посвящена изучению вопроса развития компетенций командной работы у учащихся общеобразовательных школ посредством занятий баскетболом в контексте модернизированной образовательной программы Республики Казахстан. В статье представлен детальный анализ результативности применения игровых и состязательных техник для совершенствования коммуникативных навыков, стратегического мышления и согласованных действий среди школьников. Сформулированы конкретные методические указания по структурированию учебного процесса с использованием специализированных упражнений и игровых заданий, ориентированных на формирование навыков конструктивного взаимодействия в коллективе. Итоги проведенного исследования демонстрируют существенное улучшение степени сплоченности внутри команд, коммуникативных способностей и результативности игры у учащихся при условии регулярного использования предложенной методологической базы.

**Ключевые слова:** баскетбол, командное взаимодействие, коммуникативные компетенции, тактическое мышление, физическое воспитание, игровая деятельность.

**Аңдатпа.** Мақалада Қазақстан Республикасының жаңартылған білім беру мазмұны аясында баскетбол құралдары арқылы мектеп оқушыларында командалық өзара іс-қимыл дағдыларын қалыптастыру мәселесі қарастырылады. Оқушылардың коммуникативтік құзыреттіліктерін, тактикалық ойлаудың және ұжымдық әрекеттерін дамыту үшін ойын және бәсекелестік әдістерінің тиімділігіне талдау ұсынылған. Командада өзара іс-қимыл жасау қабілеттерін қалыптастыруға бағытталған арнайы жаттығулар мен ойын тапсырмаларын пайдалана отырып, оқу процесін үйімдастыру бойынша практикалық ұсыныстар әзірленді. Зерттеу нәтижелері ұсынылған әдістемені жүйелі түрде қолдану кезінде оқушылардың командалық ынтымақтастық деңгейінін, коммуникативтік дағдыларының және ойын тиімділігінің айтарлықтай артуын көрсетеді.

**Түйін сөздер:** баскетбол, командалық өзара іс-қимыл, коммуникативтік құзыреттіліктер, тактикалық ойлау, дene тәрбиесі, ойын қызметі.

**Abstract.** The article examines the problem of forming teamwork skills in schoolchildren through basketball within the framework of the updated educational content of the Republic of Kazakhstan. An analysis of the effectiveness of game and competitive methods for developing communicative competencies, tactical thinking and collective actions of students is presented. Practical recommendations have been developed for organizing the educational process using special exercises and game tasks aimed at forming team interaction skills. The research results show a significant increase in the level of team cohesion, communication skills and game efficiency of students with systematic application of the proposed methodology.

**Key words:** basketball, team interaction, communicative competencies, tactical thinking, physical education, game activity.

В системе образования Республики Казахстан, ориентированной на подготовку функционально грамотных и компетентных специалистов, важнейшее значение придается развитию навыков коммуникации и сотрудничества у обучающихся. Закон Республики Казахстан «Об образовании» определяет формирование социальных навыков и способности

эффективного взаимодействия в коллективе как одну из ключевых задач образовательного процесса [1]. Предмет «Физическая культура», особенно раздел «Баскетбол», предоставляет широкие возможности для формирования навыков командной работы у школьников.

Реализация единой программы воспитания «Адал аза-

мат», утвержденной приказом Министерства просвещения РК № 123 от 26 мая 2025 года, подчеркивает важность развития таких качеств, как ответственность, взаимопомощь и уважение к партнерам, что особенно актуально в командных игровых видах спорта [2]. Баскетбол, будучи командной спортивной игрой, создает благоприятную среду для развития навыков взаимодействия, принятия коллективных решений и достижения общих целей.

Вопросы формирования командного взаимодействия в спортивных играх рассматриваются в научных трудах отечественных и зарубежных ученых. Ю.Д. Железняк и Ю.М. Портнов подчеркивают эффективность баскетбола как средства воспитания коллективизма и формирования навыков взаимодействия в команде [3]. В.И. Лях акцентирует внимание на значении командных спортивных игр для социализации школьников и развития их коммуникативных способностей [4]. Исследования Е.Р. Яхонтова свидетельствуют о том, что занятия баскетболом способствуют развитию лидерских качеств и ответственности за результат команды [5]. А.Я. Гомельский указывает на необходимость систематического обучения тактическим взаимодействиям с учетом возрастных особенностей школьников [6].

Тем не менее, в специализированных источниках, посвященных науке и методике, ощущается дефицит детальных инструкций по построению командной работы среди учащихся на занятиях баскетболом. Эти инструкции должны учитывать возрастные этапы развития и соответствовать современным образовательным стандартам. Недостаточно разработаны комплексные стратегии по организации обучающего процесса, которые бы последовательно формировали умения и навыки работы в коллективе.

**Цель исследования.** Разработать и научно обосновать методику формирования навыков командного взаимодействия у школьников 7-9 классов средствами баскетбола на уроках физической культуры.

### Задачи исследования:

1. Проанализировать теоретические основы формирования командного взаимодействия в процессе занятий баскетболом.
2. Разработать систему специальных упражнений и игровых заданий для развития навыков командного взаимодействия.
3. Апробировать предложенную методику в образовательном процессе.
4. Оценить эффективность разработанной методики формирования командного взаимодействия.

**Научная новизна исследования** заключается в разработке комплексной методики формирования командного взаимодействия у школьников средствами баскетбола с учетом психолого-педагогических особенностей подросткового возраста и требований современной системы физического воспитания.

В период с сентября 2024 года по май 2025 года на базе КГУ «Надеждинская основная средняя школа отдела образования Костанайского района» Управления образования акимата Костанайской области было проведено научное изыска-

ние. В данном исследовании приняли участие сто двадцать четыре школьника, обучающихся в 7-9 классах. Участники были распределены на две группы: экспериментальную (численностью 62 человека) и контрольную (также 62 человека).

В процессе исследования применялся комплекс методов, включающий: аналитический обзор теоретических и методических публикаций, посвященных изучаемой проблеме; мониторинг образовательного процесса и игровой активности учеников; педагогический эксперимент с применением специально разработанной методологии; социометрическое исследование, направленное на измерение сплоченности коллектива; экспертную оценку эффективности взаимодействия в команде; оценку технико-тактической подготовленности в условиях игровых ситуаций посредством тестирования; анкетирование обучающихся с целью выявления уровня мотивации и степени удовлетворенности; методы статистического анализа для обработки полученных данных.

Проектирование методологической базы осуществлялось в соответствии с положениями Типовой образовательной программы по дисциплине «Физическая культура», предназначеннной для 7-9 классов, а также с учетом психологических особенностей подросткового возраста [7, 8].

В баскетболе, слаженная работа в команде – это многогранный процесс скоординированных действий игроков, преследующих единую цель. Ю.М. Портнов выделяет в структуре командного взаимодействия несколько ключевых составляющих [9].

Важнейшим является коммуникативный аспект, включающий как словесный, так и бессловесный обмен информацией между игроками. Это передача тактических планов, оповещения об угрозах, а также поддержка и ободрение товарищей по команде.

Стратегический элемент предполагает глубокое понимание текущей игровой обстановки, умение принимать совместные решения, согласовывать собственные действия с партнерами и четкое выполнение командных тактических установок.

Не менее важна и эмоционально-волевая составляющая, которая проявляется в сплоченности коллектива, оказании взаимной помощи, чувстве ответственности за общий результат и умении собраться в критические моменты игры.

Возрастные особенности учащихся 7-9 классов создают благоприятную почву для развития навыков командной работы. Исследования Л.С. Выготского и Д.Б. Эльконина показывают, что в подростковом возрасте усиливается стремление к общению со сверстниками, повышается значимость коллектива и формируется способность к анализу как собственных, так и чужих действий [10].

Анализ данных, представленных в таблице 1, демонстрирует статистически значимое улучшение всех параметров командного взаимодействия в экспериментальной группе, обусловленное применением разработанной методики. Процент точных передач мяча партнерам увеличился на 35,4%, что указывает на прогресс в уровне технической и тактической подготовки обучающихся, а также на укрепление взаимопонимания в процессе игры.

Таблица 1 – Динамика показателей командного взаимодействия в экспериментальной и контрольной группах

Показатель	Контрольная группа	Экспериментальная группа	Прирост ЭГ (%)
	До	После	До
Эффективность передач в игре (%)	58,3±3,2	62,1±3,1	57,9±3,3
Результативность командных атак (%)	41,2±2,8	43,5±2,7	40,8±2,9
Индекс групповой сплоченности	0,42±0,05	0,46±0,04	0,43±0,05
Вербальная коммуникация (раз за игру)	12,4±1,8	14,2±1,7	12,8±1,9
Выполнение тактических комбинаций (балл)	3,2±0,4	3,6±0,4	3,3±0,4
Удовлетворенность совместной деятельностью (балл)	6,4±0,6	6,8±0,5	6,5±0,6

Примечание: – различия статистически значимы при  $p<0,05$ .

Особого внимания заслуживает увеличение результативности командных атак, зафиксированное на уровне 57,4%. Данный факт свидетельствует о формировании навыков координированных действий в фазе нападения. Учащиеся стали более эффективно создавать численное превосходство, использовать тактические заслоны и своевременно занимать позиции для приема мяча.

Показатель групповой сплоченности возрос на 65,1%, что подтверждает эффективность предложенного подхода в создании благоприятной психологической атмосферы внутри коллектива. Социометрические исследования выявили снижение конфликтности, увеличение числа положительных взаимных выборов и формирование устойчивых микрогрупп внутри команды.

Наиболее заметным изменением является увеличение интенсивности вербальной коммуникации во время игры (на 123,4%). Учащиеся экспериментальной группы активно использовали голосовые сигналы для предупреждения партнеров, координации действий и поддержки товарищей, что свидетельствует о развитии коммуникативной культуры в процессе игровой деятельности.

Уровень успешного выполнения тактических комбинаций увеличился более чем в два раза (на 136,4%), что говорит о высокой эффективности последовательного обучения тактическим элементам. Учащиеся продемонстрировали глубокое понимание игровых сценариев, способность к быстрому принятию коллективных решений и умение действовать в соответствии с командной тактикой.

Удовлетворенность совместной деятельностью продемонстрировала прирост в 40,0%, что свидетельствует о позитивном восприятии школьниками образовательного процесса и осознании значимости работы в команде. Опрос, проведенный среди учащихся, показал, что 87,1% участников экспериментальной группы сообщили о возрастании интереса к занятиям баскетболом, 82,3% отметили улучшение взаимоотношений с одноклассниками, а 78,2% подчеркнули формирование чувства ответственности за общий результат команды.

В контрольной группе, где применялись традиционные образовательные подходы без акцента на развитие навыков

командного взаимодействия, не было зафиксировано статистически значимых изменений в исследуемых показателях ( $p>0,05$ ), что подчеркивает необходимость целенаправленной работы по развитию компетенций в области коллективного взаимодействия.

Полученные результаты соответствуют данным исследований Н.В. Семенова, указывающим на то, что систематическое применение специализированных упражнений и игровых заданий, ориентированных на формирование командного взаимодействия, существенно повышает эффективность совместных действий в спортивных играх [15].

Ключевым фактором успешной реализации методики является поэтапное формирование навыков командного взаимодействия с постепенным усложнением поставленных задач: от создания благоприятной психологической атмосферы и формирования мотивации к командной игре до освоения сложных тактических схем взаимодействия в условиях соревновательной деятельности.

Особое значение придается использованию игровых методик обучения, которые, согласно исследованиям Ж.К. Холодова и В.С. Кузнецова, характеризуются высоким мотивационным потенциалом и способствуют формированию устойчивого интереса к занятиям физической культурой [16]. Использование игровых форм создает благоприятные условия для проявления и развития коммуникативных умений, инициативности и креативного мышления.

Важным аспектом методики является систематический анализ игровых ситуаций с акцентом на качество взаимодействия между участниками команды. Рефлексивная деятельность обучающихся способствует осознанию важности согласованных действий, формированию ответственности за общий результат, а также развитию способности к самоанализу и корректировке своего поведения в интересах всего коллектива.

Данное изучение имеет ограничение в виде проведения в рамках одной образовательной организации. Для обеспечения надежной валидации предложенного подхода требуются дополнительные исследования с расширением выборки участников, включающей школьников из разных регио-

нов Республики Казахстан, различающихся по уровню физической подготовленности.

Представленная система развития командного взаимодействия у учащихся 7-9 классов посредством баскетбола демонстрирует свою результативность в качестве педагогического инструмента содействия развитию коммуникативных способностей, тактической проницательности и умений согласованных действий в коллективе.

Использование данной системы приводит к выраженному улучшению показателей, характеризующих командное взаимодействие, включая точность пасов, продуктивность командных наступательных действий, уровень сплоченности группы, качество словесного обмена информацией и реализацию тактических схем.

### Литература:

1. Закон Республики Казахстан «Об образовании» от 27 июля 2007 года № 319-III (с изменениями и дополнениями по состоянию на 01.01.2025 г.). – Астана: Правительство РК, 2025. – 89 с.
2. Единая программа воспитания «Адал азамат» в организациях образования: утв. приказом Министра просвещения РК от 26 мая 2025 года № 123 // Информационно-правовая система нормативных правовых актов Республики Казахстан «Әділет»
3. Железняк, Ю.Д. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения / Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнов. – Москва: Академия, 2021. – 520 с.
4. Лях, В.И. Физическая культура. 8-9 классы: учебник для общеобразовательных организаций / В.И. Лях. – Москва: Просвещение, 2023. – 256 с.
5. Яхонтов, Е.Р. Психологические особенности деятельности баскетболиста / Е.Р. Яхонтов. – Санкт-Петербург: СПбГУФК, 2020. – 158 с.
6. Гомельский, А.Я. Энциклопедия баскетбола от Гомельского / А.Я. Гомельский. – Москва: ФАИР-ПРЕСС, 2002. – 352 с.
7. Типовая учебная программа по предмету «Физическая культура» для 5-9 классов уровня основного среднего образования: утв. приказом Министра образования и науки РК от 3 апреля 2022 года № 125. – Астана: НАО, 2022. – 47 с.
8. Выготский, Л.С. Психология развития ребенка / Л.С. Выготский. – Москва: Смысл, 2004. – 512 с.
9. Портнов, Ю.М. Баскетбол: примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ / Ю.М. Портнов. – Москва: Советский спорт, 2004. – 100 с.
10. Эльконин, Д.Б. Психология игры / Д.Б. Эльконин. – Москва: Педагогика, 1978. – 304 с.
11. Елисеев, С.Н. Баскетбол: справочник / С.Н. Елисеев. – Москва: Физкультура и спорт, 2003. – 224 с.
12. Нестеровский, Д.И. Баскетбол: теория и методика обучения / Д.И. Нестеровский. – Москва: Академия, 2007. – 336 с.
13. Яхонтов, Е.Р. Индивидуальная тренировка баскетболиста / Е.Р. Яхонтов. – Москва: Физкультура и спорт, 1981. – 120 с.
14. Лях, В.И. Тесты в физическом воспитании школьников / В.И. Лях, А.А. Зданевич. – Москва: АСТ, 1998. – 272 с.
15. Семёнов, Н.В. Баскетбол: обучение тактическим действиям / Н.В. Семёнов // Физическая культура в школе. – 2019. – № 5. – С. 42-48.
16. Холодов, Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. – Москва: Академия, 2018. – 480 с.

Систематизированное построение учебного процесса с применением специализированных упражнений и игровых заданий способствует формированию прочных навыков взаимодействия в команде, повышению заинтересованности в занятиях баскетболом и удовлетворению от совместной деятельности.

Направления будущих исследований включают разработку систем обучения командному взаимодействию для учащихся младшей и старшей возрастных групп, создание цифровых средств для анализа и контроля командных действий, а также изучение влияния сформированных навыков командной работы на социальную адаптацию обучающихся и их академическую успеваемость в других областях.



## ҚОЗҒАЛМАЛЫ ОЙЫНДАР АРҚЫЛЫ ҚҰНДЫЛЫҚТАРҒА НЕГІЗДЕЛГЕН ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ САБАҒЫН ҰЙЫМДАСТЫРУДЫҢ ӘДІСТЕМЕЛІК НЕГІЗДЕРІ

### ЖАЛҒАС АСХАТ БАҚЫТБЕКҰЛЫ

Костанай облысы әкімдігі білім басқармасының «Алтынсарин ауданы білім бөлімінің Мәриям Хәкімжанова атындағы Щербаков жалпы білім беретін мектебі» КММ дене шынықтыру мұғалімі

**Андратпа.** Мақалада жалпы білім беретін мектептерде дene шынықтыру пәні бойынша құндылықтарға бағытталған білім беруді іске асырудағы қозғалмалы ойындардың тәрbiелік және әдістемелік маңызы қарастырылады. Қозғалмалы ойындарды оқу процесіне кіріктіру арқылы оқушылардың азаматтық жауапкершілігі, әділдік, өзіндік тәртіп, ынтымақтастық және құрмет сынды тұлғалық қасиеттерін қалыптастыру жолдары сипатталып, сабак құрылымындағы ойындардың орны, таңдау критерийлері мен бағалау тәсілдері сараланады. Сонымен қатар, инклюзивті ортада бейімделген ойын түрлерін қолдану және мұғалімнің кәсіби рефлексиясы бойынша ұсыныстар беріледі.

**Түйін сөздер:** қозғалмалы ойын, құндылықтарға негізделген оқыту, дene шынықтыру сабағы, интеграция, педагогикалық рефлексия, оқушы тұлғасы.

**Аннотация.** В статье рассматривается воспитательное и методическое значение подвижных игр в реализации ценностно-ориентированного обучения на уроках физической культуры в общеобразовательной школе. Описаны пути формирования у обучающихся личностных качеств, таких как гражданская ответственность, справедливость, самодисциплина, сотрудничество и уважение, через интеграцию подвижных игр в учебный процесс. Проанализированы место игр в структуре урока, критерии их отбора и способы оценивания. Также приведены рекомендации по использованию адаптированных игр в инклюзивной среде и профессиональной рефлексии педагога.

**Ключевые слова:** подвижная игра, ценностно-ориентированное обучение, урок физической культуры, интеграция, педагогическая рефлексия, личность ученика.

**Abstract.** The article explores the educational and methodological significance of movement-based games in implementing value-oriented education during physical education lessons in general education schools. It describes ways to develop students' personal qualities such as civic responsibility, fairness, self-discipline, cooperation, and respect through the integration of physical games into the learning process. The article analyzes the role of games within the lesson structure, criteria for their selection, and assessment methods. Additionally, it provides recommendations for using adapted games in inclusive settings and for supporting teachers' professional reflection.

**Key words:** movement-based game, value-oriented education, physical education lesson, integration, pedagogical reflection, student personality.

**Кіріспе.** Қазіргі таңда білім беру жүйесі оқушының жеке тұлғасын жан-жақты дамытуға, оның бойына адами және азаттық құндылықтарды дарытуға бағытталған. Бұл үрдіс Қазақстан Республикасының Мемлекеттік жалпыға міндетті білім стандарты мен «Адал азamat» бағдарламасында нақты көрініс тапқан. Соның аясында дene шынықтыру сабағы дәстүрлі қозғалыс дағдыларын жетілдірумен ғана шектелмей, оқушының тәртіптілігі, жауапкершілігі, әділдігі мен ынтымақтастығы сияқты қасиеттерін қалыптастырыратын пәрменді тәрбие құралына айналуы тиіс [1]. Аталған мақсатқа жету үшін дene шынықтыру сабақтарына қозғалмалы ойындарды жүйелі енгізу – маңызды әдістемелік қадам болып табылады. Қозғалмалы ойындар – оқушылардың физикалық белсенділігін арттырумен қатар, құндылықтық бағдарын дамытудың да тиімді тетігі ретінде қарастырылуы қажет. Осылан орай, дene тәрбиесі пәнінде құндылықтарға бағытталған ойындарды қолдану өзекті мәселе ретінде қарастырылады.

### **Негізгі бөлім. 1. Мақсаты мен міндеттері.**

Қозғалмалы ойындарды дene шынықтыру сабағында жүйелі қолдану арқылы оқушылардың физикалық дамуын ғана емес, сонымен қатар азаматтық жауапкершілік, ынтымақтастық, әділдік, тәртіп және өзара сыйластық сынды тұлғалық құндылықтарын қалыптастыру – қазіргі заманғы мектеп мұғалімінің басты міндеттерінің бірі. Бұл бағыт құндылықтарға негізделген білім беру тұжырымдамасы мен Қазақстан Республикасының Мемлекеттік жалпыға міндетті білім беру стандарты (ҚР БФМ №115 бүйрұғы) талаптарына толық сәйкес келеді [2].

Мақсатқа жету үшін келесі міндеттерді іске асыру көзделеді:

- 1) Дene шынықтыру сабағының мазмұнына құндылық ба-

дарын енгізу;

- 2) Сабак құрылымына сәйкес тиімді қозғалмалы ойындарды іріктеу;
- 3) Инклюзивті оқытуға бейімделген ойындарды ұйымдастыру;
- 4) Бағалау және оқушы рефлексиясы арқылы құндылықты саналы менгерту.

### **2. Қозғалмалы ойындардың тарбиелік әлеуеті.**

Қозғалмалы ойын – бұл тек жаттығу емес, оқушының жан-жақты дамуына ықпал ететін педагогикалық құрал. Ойын барысында балалар топпен әрекеттесіп, бір-бірімен қарым-қатынасқа түсіп, өзара қолдау мен әділеттілік сияқты құндылықтарды бойына сіңіреді. Бұған қоса, қозғалмалы ойындар эмоционалды атмосфераны жақсарту, мотивацияны арттыру, стресті төмendetу, және инклюзивті оқушылардың әлеуметтесуіне жәрдемдесу тұрғысынан да маңызды рөл атқарады [3].

Ойындар оқушыларға нақты өмірлік жағдаяттарды модельдеуге, қындылықтарды шешүге, дұрыс шешім қабылдауға мүмкіндік береді. Бұл – құндылықтық ойлауды, этикалық шешім қабылдауды және қоғамдық мінез-құлыш нормаларын менгеруді дамытуға бағытталған әрекет.

### **3. Құндылықтарға бағытталған сабак құрылымы.**

ҚР БФМ №130 бүйрұғы негізінде дene шынықтыру сабағы үш негізгі бөлімнен тұрады: кіріспе, негізгі, және қорытынды. Әр бөлім өзіне тән мақсаттар мен әдіс-тәсілдер арқылы ойын әрекеттерін тиімді қолдануды қөздейді.

**Кіріспе бөлімі:** Бұл кезеңде сабақтың мақсаты түсіндіріліп, мотивация қалыптастырылады, ойын арқылы серікtestік қарым-қатынас пен көніл күй жақсартылады. Мысалы, «Сәлем, достым!» ойныны арқылы оқушылар бір-біріне жағымды көніл-күй сыйлайды.

Негізгі бөлім: Бұл – негізгі қымыл-қозғалыс дағдыларын, көсемдік қабілетті, тактикалық ойлау мен ынтымақтастықты дамытатын кезең. Мұнда қозғалысқа негізделген жарыс түрлері, ұлттық және топтық ойындар үйімдастырылады. Мысалы, «Жалауша алып қашу» ойыны жылдамдықты ғана емес, жинақылық пен командалық өзара әрекеттесуді талап етеді.

Қорытынды бөлім: Сабак соңында ойын талқыланып, оқушылар өзара кері байланыс беріп, рефлексия жасайды. Бұл кезеңде құндылықты саналы ұғынуға бағытталған сұрақтар қойылады: «Сен бүгін әділ ойнай алдың ба?», «Қай сәтте дос-тыңа көмектестің?» т.с.с.

## 4. Сабак мақсаттарына сай ойын таңдау.

Қозғалмалы ойындарды таңдау кезінде келесі критерийлер ескерілуі тиіс:

1) Оқушының жас ерекшелігі мен физиологиялық мүмкіндігі;

2) Сабактың оқу мақсаты мен күтілетін нәтижесі;

3) Құндылық бағыты (мысалы: әділдік, ынтымақтастық, көшбасшылық);

4) Қауіпсіздік талаптарының сақталуы.

## Мысалдар:

1) «Арқан тартыс» – командалық бірлік, көшбасшылық және әділ сайыс мәдениетін дамыту;

2) «Соқыр теке» – сенім мен жауапкершілікке тәрбиелу;

3) «Тізбекпен секіру» – жауапкершілік, зейін мен тәртіптілікке үйрету;

4) «Қаз-қалпақ» – инклузивті ортадағы балалармен жұмысқа бейімделген нұсқа.

## 5. Инклузивті білім беру жағдайындағы бейімделген ойындар.

Инклузивті оқыту – қазіргі білім беру саясатының ажырамас бөлігі. Бұл бағытта мұғалім ойын әрекетін әр оқушының психо-физиологиялық жағдайына бейімдеуі қажет. Мысалы, есту қабілеті шектеулі оқушылар үшін визуалды белгілермен басқарылатын ойын түрлері ұсынылады [4]. Қымылды шектеулі оқушылар үшін отырып ойнайтын немесе дene мүшелеріне шамадан тыс жүктеме түсірмейтін жаттығулар қолданылуы тиіс.

Мысал: «Сигнал бойынша әрекет» – бір оқушы нұсқауышының ишарасын көріп, топқа жеткізеді. Бұл сенім, зейін және визуалды қабылдауды дамытуға бағытталған.

## 6. Бағалау және оқушы рефлексиясы.

Құндылықтарды бойға сіңіру үшін сабак соңында оқушылармен рефлексия жүргізу – әдістемелік түрғыдан маңызды. Ол үшін ауызша сұрақтар, жазбаша өзін-өзі бағалау парактары, смайлік карталар немесе «Бағдаршам» әдісі қолданы-

лады.

## Бағалау мысалдары:

1) «Ойын ережесін сақтадым ба?»

2) «Досыма көмектестім бе?»

3) «Топпен әділ ойнадым ба?»

Мұғалімнің формативті бағалауы тек дene белсенділігіне емес, оқушының құндылыққа сай әрекетіне негізделеді. Мысалы, сабак соңында: «Бүгін Айсұлтан командаға әлсіз оқушыны қолдады – бұл ынтымақтастықтың жарқын көрінісі» деген кері байланыс оқушыны моральдық түрғыдан көтереді.

Жоғарыда қарастырылған әдістемелік тәсілдер қозғалмалы ойындарды тек дene шынықтыру сабағының мазмұны ретінде ғана емес, құндылыққа бағдарланған тәрбие беру құралы ретінде қарастыру қажеттігін дәлелдейді. Әділеттілік, өзара қолдау, көшбасшылық, ынтымақтастық секілді құндылықтарды ойын арқылы дамытуың педагогикалық әлеуеті зор. Бұл тәсіл білім беру сапасын арттыруға, оқушылардың тұлғалық өсүін қолдауға және мектептің тәрбие жүйесін күштейтуге мүмкіндік береді.

**Қорытынды.** Қазіргі қоғамның әлеуметтік-мәдени сұранысы білім беру жүйесінде тек пәндей білім мен дағдыны қалыптастырумен шектелмей, оқушының тұлғалық болмысын, құндылықтың бағдарын дамытуды талап етеді. Осы түрғыдан алғанда, мектептегі дene шынықтыру сабағын құндылықтарға бағыттау – оқушыны жан-жақты дамыған азamat ретінде қалыптастырудың стратегиялық мәні бар педагогикалық қадам болып табылады.

Қозғалмалы ойындар – тек қымыл-қозғалысты жетілдіру құралы емес, сонымен қатар оқушының ішкі дүниесін тәрбиелеуге, оның әлеуметтік, моральдық, азamatтық сапаларын нығайтуға ықпал ететін пәрменді әдіс. Мұндай ойындарды сабак құрылымына кіркіту арқылы мұғалім ынтымақтастықты, әділдікті, жауапкершілікті, тәртіптілік пен құрметті қалыптастыра алады [5].

Дегенмен, бұл үдеріс мұғалім тарапынан әдістемелік құзыреттілікті, кәсіби рефлексияны, және шығармашылық ізденісті талап етеді. Әрбір ойын түрі нақты оқу мақсаты мен құндылыққа сай іріктеліп, оқу үдерісіне бейімделу тиіс.

Ұсынылып отырған әдістемелік тәсілдер мен тәжірибелік ұсыныстар дene шынықтыру пәннің тәрбиелік әлеуетін көңейтіп, оқушылардың қоғамдық құндылықтарды саналы түрде игеруіне мүмкіндік береді. Бұл құрал жалпы білім беру үйімдарында құндылыққа негізделген физикалық мәдениетті қалыптастыруға арналған тиімді практикалық шешімдердің жиынтығы ретінде бағаланады.

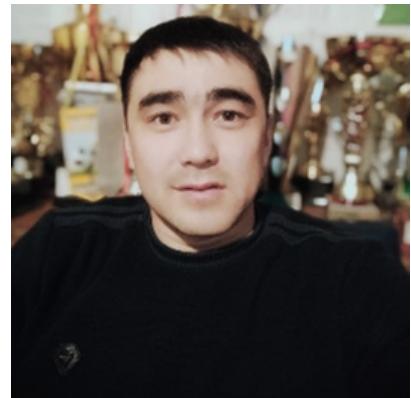
## Әдебиеттер:

1. Қазақстан Республикасының жалпы орта білім берудің мемлекеттік жалпыға міндетті стандарты. КР БFM №115 бүйрүғы, 05.07.2021.
2. «Орта білім беру үйімдарында оқу процесін үйімдастырудың ерекшеліктері туралы» КР БFM №130 бүйрүғы. – 2023 ж.
3. Жансүгіров С. Қозғалмалы ойындардың тәрбиелік маңызы. – Алматы: Рауан, 2021.
4. Сатыбалдинова Ж. Құндылыққа бағдарланған дene шынықтыру сабағы.// Педагогика және спорт. – 2022. – №3. – Б. 24-29.
5. Құсайынов А. Спорт педагогикасы. – Астана: Фолиант, 2020. – 276 б.

# ОРГАНИЗАЦИЯ КРУЖКОВОЙ РАБОТЫ ПО ХОККЕЮ С ШАЙБОЙ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ШКОЛЕ: ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ И ПРАКТИКА РЕАЛИЗАЦИИ

**ИСМАГУЛОВ АЗАМАТ АМАНЖОЛОВИЧ**

учитель физической культуры КГУ «Краснопресненская общеобразовательная школа отдела образования Мендыкаринского района» Управления образования акимата Костанайской области



**Аннотация.** В статье рассматриваются особенности организации кружковой деятельности по хоккею в общеобразовательной школе как средства физического воспитания и формирования индивидуальных качеств учащихся. Приведён опыт реализации кружков по хоккею в школьной среде, включая пример сельской школы. Также анализируются результаты внедрения хоккейного кружка в школьную среду, положительные изменения в физическом развитии и социализации обучающихся.

**Ключевые слова:** кружковая работа, хоккей, школьное образование, физическое воспитание, дополнительное образование, спортивная секция.

**Андратпа.** Мақалада жалпы білім беретін мектептегі хоккей бойынша үйірме қызметтің үйымдастырудың ерекшеліктері оқушылардың дene тәрбиесі мен жеке қасиеттерін қалыптастыру құралы ретінде қарастырылады. Ауыл мектебінің үлгісін қоса алғанда, мектеп ортасында хоккей үйірмелерін жүзеге асыру тәжірибесі келтірілген. Сондай-ақ, хоккей үйірмесін мектеп ортасына енгізу нәтижелері, оқушылардың дene дамуы мен әлеуметтік бейімделуінде он өзгерістері талданады.

**Түйін сөздер:** үйірме жұмысы, хоккей, мектептегі білім, дene тәрбиесі, қосымша білім, спорт секциясы.

**Abstract.** The article examines the specifics of organizing extracurricular hockey activities in general education schools as a means of physical education and the development of students' personal qualities. It presents practical experience in implementing hockey clubs in the school environment, including an example from a rural school. The article also analyzes the outcomes of introducing a hockey club into the school setting, highlighting positive changes in students' physical development and social adaptation.

**Key words:** extracurricular activities, hockey, school education, physical education, supplementary education, sports club.

Физическое воспитание школьников является важной составляющей образовательного процесса, направленной не только на оздоровление организма, но и на развитие личностных и человеческих качеств. В условиях современной школы все большую актуальность приобретает кружковая работа, как одна из форм внеурочной деятельности, обеспечивающая индивидуализацию образовательного процесса и вовлечение учащихся в активную спортивную деятельность [4].

Хоккей – командный вид спорта, обладающий высоким воспитательным, физкультурно-оздоровительным и мотивационным потенциалом. Его внедрение в кружковую работу позволяет формировать у учащихся не только физические качества (скорость, выносливость, координацию), но и такие личностные характеристики, как дисциплинированность, ответственность, командный дух [3]. Развитие хоккея в сельских школах Казахстана имеет значительный потенциал, особенно учитывая богатые хоккейные традиции страны и интерес к этому виду спорта [1]. В июне 2025 года стартовала программа по развитию школьного хоккея: Казахстанская федерация хоккея совместно с Национальным научно-практическим центром физической культуры при Министерстве просвещения подписали соглашение, согласно которому проект охватит 50 общеобразовательных школ по всей стране с целью сделать хоккей массовым видом спорта для детей [6]. Хотелось бы поделиться собственным опытом организации кружковой деятельности по хоккею с шайбой.

Организация хоккейного кружка требует соблюдения ряда педагогических, санитарных и организационных условий:

**1. Педагогическая направленность:** программа кружка должна быть ориентирована на возрастные и физиологические особенности учащихся, а также учитывать их уровень физической подготовки.

**2. Материально-техническое обеспечение:** наличие необходимого инвентаря (клюшки, шайбы, защитное снаряжение), оборудованной площадки или зала [2].

**3. Квалификация педагога:** руководитель кружка должен обладать соответствующей подготовкой в области физической культуры и спортивной тренировки, а также уметь применять методы дифференцированного подхода в обучении.

**4. Форма занятий:** в рамках кружка используются как традиционные тренировочные занятия, так и игровые, соревновательные формы, способствующие поддержанию интереса и вовлечённости учащихся [5].

**Результаты внедрения кружка по хоккею в Краснопресненской общеобразовательной школе среди учащихся 4–8 классов.**

В рамках педагогического проекта по внедрению кружковой деятельности по хоккею в условиях сельской общеобразовательной школы были организованы регулярные занятия с учащимися 4–8 классов, была разработана программа кружка «Хоккей с шайбой». Продолжительность работы составила два учебных года. Участие приняли 36 школьников в возрасте от 10 до 13 лет. Для реализации программы на территории школы оборудован зимний хоккейный корт, который ежегодно подготавливается к сезону своими силами (корт зали-

вается водой). Хоккейный корт открытый, поэтому возникают трудности по подготовке и очистке ледового покрытия, так как это сезонный вид спорта и зависит от погодных условий. В сельской местности закрытый хоккейный корт – редкость, но все же энтузиазм и заинтересованность не только нас, учителей физической культуры, но также других педагогов и жителей села, дала возможность реализовать хотя бы открытую площадку.

#### **Цели исследования:**

- Изучить влияние регулярных хоккейных занятий на физическое развитие учащихся;
- Оценить изменения в социально-психологической адаптации школьников;
- Проанализировать уровень мотивации к занятиям физической культурой до и после проекта.

#### **Методы исследования:**

- Педагогическое наблюдение;
- Тестирование физических качеств (бег 30 м, челночный бег, метание набивного мяча, прыжок в длину с места);
- Анкетирование учащихся;
- Беседы с учителями и классными руководителями.

#### **Основные результаты.**

##### **1. Физическое развитие:**

По итогам учебного года в экспериментальной группе зафиксированы следующие улучшения (таблица 1):

Таблица 1 - Результаты изменения физических качеств

№	Показатель	До внедрения	После внедрения	Изменение (%)
1	Челночный бег (3×10 м), сек	10,8	9,8	-9,3%
2	Прыжок в длину с места, см	155	175	12,70%
3	Метание мяча (набивной, 1 кг), м	18	20,5	14,10%
4	Посещаемость кружка, %	0 (кружка не было)	94	94
5	Мотивация к физкультуре (опрос), %	33	78	45

##### **2. Уровень посещаемости и вовлечённости:**

- Посещаемость кружка составила в среднем **94%** за год;
- Более **80%** учащихся отметили, что с нетерпением ждали занятий;

#### **Литература:**

1. Концепция развития физической культуры и спорта Республики Казахстан на 2023 – 2029 годы от 28 марта 2023 года № 251;
2. Карташов, М. Л. «Хоккей Казахстана». Астана: «ИП Карташов», 2010 – 120 с.;
3. Алексеев Е. Хоккей для начинающих. Уроки профессионала - Москва: Питер, 2015 - 300 с.;
4. Холодов, Ж.К., Кузнецов, В.С. Практикум по теории и методике физического воспитания и спорта - Москва: Академия, 2001 – 211с.;
5. Быстров, В.А. Основы обучения и тренировки юных хоккеистов. Москва: Терра-Спорт, 2000 г.;
6. СМИ-24 интернет-журнал, <https://smi24.kz/ru/news/novosti/v-kazahstane>

- Зафиксировано снижение количества пропусков уроков физической культуры по неуважительным причинам на 40%.

#### **3. Социальная адаптация и поведенческие изменения:**

- Учителя отметили улучшение дисциплины и активности на уроках у 60% участников кружка (математика, казахский язык, история);
- В 7 классе удалось сформировать стабильное ядро неформального лидерства из числа активных участников кружка, что способствовало улучшению психологического климата в коллективе.

#### **4. Мотивация к физической активности:**

- До начала проекта только **33%** учащихся проявляли устойчивый интерес к физкультуре;
- После года занятий хоккеем мотивация повысилась до **78%**, согласно итоговому анкетированию;
- 10 школьников выразили желание продолжить занятия хоккеем за пределами школы.

Также немаловажно то, что на постоянной основе стали проводиться школьные и сельские соревнования по хоккею с шайбой. На протяжении этих лет проводились турниры по хоккею с шайбой. Была создана команда по хоккею и выезжала за пределы района, также за пределы страны (Сарыкольский, Карасуский, Федоровский районы, г. Костанай и Российской Федерации, Курганская область).

**Выводы.** Реализация кружка по хоккею в сельской школе среди учащихся 4–8 классов продемонстрировала высокую эффективность как в физкультурно-оздоровительном, так и в воспитательном аспектах. Учитывая ограниченность досуговой инфраструктуры в сельской местности, подобная форма организации спортивной активности имеет важное значение для формирования здорового образа жизни, профилактики девиантного поведения и повышения общей учебной мотивации.

Организация кружковой деятельности по хоккею в общеобразовательной школе является перспективным направлением дополнительного образования. Она способствует комплексному развитию школьников, улучшению их физического и психологического состояния, формированию социальных компетенций. Дальнейшее развитие данного направления требует методической поддержки, обмена педагогическим опытом и внедрения инновационных форм работы.

# АДАПТАЦИЯ ТРАДИЦИОННЫХ МЕТОДОВ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ К ТРЕБОВАНИЯМ СОР

**БИРЖАНОВ ТАЛГАТ КАРСАКБАЕВИЧ**

учитель физической культуры КГУ «Надеждинская общеобразовательная школа  
отдела образования Костанайского района» Управления образования акимата Костанайской области

**ЗАРИПОВА ИРИНА ГАПТУЛГАЗИЗОВНА**

учитель физической культуры КГУ «Физико–математический лицей  
отдела образования города Костанай» Управления образования акимата Костанайской области

**ДУЙСЕКОВ АЗАМАТ ТАНАТХАНОВИЧ**

учитель физической культуры КГУ «Майкольская общеобразовательная школа  
отдела образования Костанайского района» Управления образования акимата Костанайской области

**Аннотация.** Данное исследование посвящено вопросам трансформации классических подходов к организации физкультурного образования в соответствии с критериями суммативного оценивания учебных разделов (СОР) в рамках модернизированной образовательной системы Казахстана. В работе проанализированы перспективы адаптации игровых и состязательных форм обучения, методики циклических тренировок и строго нормированных физических упражнений для достижения объективности при оценке образовательных результатов обучающихся. Предложены конкретные методические решения по внедрению проверенных временем педагогических приемов в современную систему оценивания по критериям, при этом обеспечивается сохранение их воспитательной и здоровьесберегающей функции. Полученные в ходе исследования данные демонстрируют результативность разработанных методических решений в аспекте совершенствования оценочных процедур и усиления учебной мотивации школьников.

**Ключевые слова:** физическое воспитание, суммативное оценивание за раздел, критериальное оценивание, традиционные методы обучения, физическая культура, образовательный процесс.

**Андратпа.** Бұл зерттеу Қазақстанның жаңғырылған білім беру жүйесі шеңберінде оқу бөлімдерін жиынтық бағалау критерийлеріне сәйкес дene шынықтыруды үйімдастырудың классикалық тәсілдерін трансформациялау мәселелеріне арналған. Жұмыста оқушылардың білім беру нәтижелерін бағалау кезінде объективтілікке қол жеткізу үшін оқытудың ойын және бәсекелестік формаларын, циклдік жаттығулар мен қатаң нормаланған дene жаттығуларының әдістемелерін бейімдеу перспективалары талданады. Критерийлер бойынша қазіргі заманғы бағалау жүйесіне үақытпен тексерілген педагогикалық әдістерді енгізу бойынша нақты әдістемелік шешімдер ұсынылды, бұл ретте олардың тәрбиелік және деңсаулық сақтау функцияларын сақтау қамтамасыз етіледі. Зерттеу барысында алынған деректер бағалау рәсімдерін жетілдіру және оқушылардың оқу уәждемесін күшейту аспектінде әзірленген әдістемелік шешімдердің нәтижелілігін көрсетеді.

**Түйін сөздер:** дene тәрбиесі, бөлім бойынша жиынтық бағалау, критериалды бағалау, дәстүрлі оқыту әдістері, дene шынықтыру, білім беру процесі.

**Abstract.** This study focuses on the transformation of classical approaches to the organization of physical education education in accordance with the criteria of summative assessment of educational sections within the framework of the modernized educational system of Kazakhstan. The study analyzes the prospects for adapting game and competitive forms of education, as well as the methodology of cyclic training and strictly regulated physical exercises, in order to achieve objectivity in assessing the educational results of students. The study proposes specific methodological solutions for incorporating time-tested pedagogical techniques into the modern system of assessment based on criteria, while ensuring the preservation of their educational and health-promoting functions. The data obtained during the study demonstrate the effectiveness of the developed methodological solutions in terms of improving assessment procedures and enhancing students' academic motivation.

**Key words:** physical education, summative assessment for section, criterion-based assessment, traditional teaching methods, physical culture, educational process.

В Казахстане проводится крупная образовательная реформа, направленная на повышение качества обучения и более объективную оценку знаний школьников. Согласно законам об образовании, главная задача – создать систему оценивания, которая будет мотивировать учеников развивать практические умения и ключевые навыки. С 2025-2026 учебного года в рамках предмета «Физическая культура» вводится суммативное оценивание за раздел (СОР). Это нововведение требует серьезной перестройки учебного процесса: необходимо отказаться от устаревших методов и внедрить новые, чтобы более точно измерять и развивать навыки учеников на уроках

физкультуры [1].

Реализация единой программы воспитательной работы «Адал азамат», утвержденной распоряжением Министерства просвещения РК №123 от 26.05.2025 года, акцентирует внимание на формировании ответственной, дисциплинированной и социально активной личности [2].

Вопросы интеграции общепринятых методик обучения в современную оценочную систему анализируются в трудах казахстанских ученых. А.Б. Айтбаева акцентирует внимание на том, что критериальное оценивание предполагает создание однозначных, поддающихся измерению и выполнимых кри-

териев для каждого вида образовательной деятельности [3]. К.М. Серикбаев выделяет особенности оценивания в физической культуре, обусловленные необходимостью принимать во внимание не только количественные показатели, но и качественные аспекты двигательной активности [4]. Б.Т. Нурахметов и Ш.К. Касымова подчеркивают значимость индивидуального подхода при оценке физической подготовленности учащихся [5].

Вместе с тем, в научно-методических изданиях недостаточно подробно описаны конкретные способы адаптации традиционных подходов к физическому воспитанию к требованиям суммативного оценивания за раздел/сквозную тему. Отсутствуют комплексные методические пособия, позволяющие педагогам результативно интегрировать игровой, соревновательный методы, круговую тренировку и метод строго дозированного упражнения в систему критериального оценивания.

**Цель исследования.** Разработать и научно обосновать систему адаптации традиционных методов физического воспитания к требованиям суммативного оценивания за раздел для объективной оценки учебных достижений учащихся.

#### Задачи исследования:

1. Проанализировать возможности адаптации традиционных методов физического воспитания к требованиям СОР.
2. Разработать критерии оценивания для модифицированных методов обучения.
3. Апробировать предложенные подходы в образовательном процессе.
4. Оценить эффективность адаптированных методов.

**Научная новизна** данной работы определяется созданием целостной методической системы трансформации классических педагогических подходов физкультурного образования применительно к современным стандартам оценивания по критериям, с учётом предметной специфики дисциплины «Физическая культура» и психофизиологических характеристик различных возрастных групп обучающихся.

Экспериментальная работа осуществлялась на базе КГУ «Надеждинская общеобразовательная школа отдела образования Костанайского района» Управления образования акимата Костанайской области в течение 2024-2025 учебного года (сентябрь - май). Исследованием было охвачено 156 обучающихся основной школы (5-9 классы).

#### В процессе исследовательской деятельности применялся комплекс методов:

- изучение и анализ научно-педагогической литературы, программно-методической документации;
- систематическое наблюдение за учебно-воспитательным процессом;
- экспериментальная апробация модифицированных педагогических методик;
- опрос участников образовательного процесса (школьники, родительская общественность);
- экспертиза созданных методических разработок;
- статистическая обработка экспериментальных данных.

Проектирование адаптационной системы велось с опорой на положения Типовой учебной программы дисциплины

«Физическая культура» и официальные методические указания по внедрению критериального оценивания [6, 7].

**Результаты исследования. Модификация игрового метода для СОР.** Игры считаются одним из самых действенных и мотивирующих способов развития физических навыков [8]. Чтобы интегрировать этот подход в систему оценки, была создана многогранная модель для анализа игровой деятельности учащихся.

Модель состоит из следующих компонентов:

- Технический компонент: оценивает, насколько хорошо ученики выполняют игровые элементы (например, пасы, отборы, ведение мяча, броски) в реальных игровых условиях. Параметры оценки основаны на принципах биомеханики и учитывают возрастные особенности развития детей.
- Тактический компонент: направлен на определение уровня понимания игровых ситуаций, способности принимать обоснованные решения и качества командной работы. Для объективной оценки разработаны инструменты педагогического наблюдения с подробными описаниями критерии [9].
- Кондиционный компонент: фиксирует, как проявляются физические качества учеников (скорость реакции, выносливость, координация) во время игры.

Специально разработанные игровые формы содержат встроенные оценочные инструменты, которые позволяют фиксировать личные достижения в рамках командной игры. Так, для баскетбола создан протокол, позволяющий регистрировать технико-тактические действия каждого игрока с помощью специальных карт наблюдения.

**Адаптация соревновательного метода.** Конкурентный подход обладает существенной стимулирующей ценностью, но его применение в контексте формативного оценивания требует тщательного планирования и анализа результатов [10]. Нами разработана структура комплексной оценки в рамках соревновательного процесса, включающая следующие элементы:

- Критерий результативности – объективно измеримые показатели, такие как время, пройденная дистанция или число повторений, которые преобразуются в балльную систему. При этом учитываются возрастные стандарты и половые различия участников.
- Критерий процесса – оценка правильности исполнения упражнений в условиях соревнования, основанная на анализе видеоматериалов и экспертных оценках.
- Критерий динамики – отслеживание индивидуального прогресса каждого учащегося по сравнению с его предыдущими результатами. Это создает благоприятную среду для успехов, независимо от исходного уровня физической подготовки.

Ключевым фактором адаптации является разработка дифференцированных стандартов, позволяющих всем учащимся добиться успеха при условии достаточного усердия. С этой целью были созданы таблицы нормативных требований трех уровней сложности: базового, среднего и продвинутого.

**Интеграция метода круговой тренировки в СОР.** Метод

круговой тренировки предоставляет возможность всесторонне оценить уровень физической подготовленности обучающихся в сжатые сроки [11]. Предлагаемая нами структура предполагает наличие от 6 до 8 станций, каждая из которых предназначена для диагностики конкретного физического качества или двигательного умения.

Основные положения адаптации:

- детализированные оценочные показатели на каждой станции;
- упорядочная система автоматического вычисления результатов;
- градация заданий по степени сложности;
- реализация возможности самооценки и взаимной оценки.

Каждый пункт оснащен разъяснительной картой с характеристикой упражнения, критериями оценивания и уста-

новленными показателями для разных уровней подготовки. Полученные данные регистрируются в личном формуляре, который впоследствии анализируется для выведения итоговой оценки СОР.

Представленная методика в наибольшей степени соответствует принципам критериального оценивания в силу строгой регламентации всех аспектов выполнения [12]. Разработанная система содержит стандартизированные проверочные упражнения для диагностики разнообразных физических параметров с подробным описанием техники выполнения, порядка дозирования нагрузки и условий проведения тестирования.

Протоколы оценивания, позволяющие объективно фиксировать как количественные, так и качественные показатели выполнения упражнений.

Таблица 1 – Сравнительный анализ эффективности адаптированных методов

Показатель	Контрольная группа	Экспериментальная группа	Прирост, %
Объективность оценивания (по оценке экспертов, баллы)	3,2±0,4	4,6±0,3*	43,8
Мотивация к занятиям (по данным анкетирования, баллы)	3,5±0,5	4,4±0,4*	25,7
Удовлетворенность системой оценивания учащихся (%)	64,1±5,2	87,2±4,1*	36
Удовлетворенность системой оценивания родителей (%)	58,7±6,1	83,5±4,8*	42,2
Средний балл физической подготовленности	3,7±0,3	4,2±0,3*	13,5
Процент учащихся, достигших повышенного уровня	18,2±3,8	34,6±4,2*	90,1

Примечание: – различия статистически значимы при  $p<0,05$ .

Как демонстрируют данные, представленные в таблице 1, внедрение скорректированных методик привело к ощутимому улучшению объективности оценивания, зафиксированному на уровне 43,8%, что было подтверждено заключением независимых экспертов. Отмечается подъем мотивации школьников к занятиям физической культурой на 25,7%, что объясняется большей прозрачностью оценивания и обеспечением ситуации успеха для всех учеников.

Особо следует выделить повышение степени удовлетворенности системой оценивания как со стороны самих учащихся (на 36,0%), так и со стороны их родителей (на 42,2%). Это указывает на то, что разработанная адаптивная система воспринимается всеми участниками образовательного процесса как более справедливая и доступная для понимания.

Существенным результатом является увеличение доли учеников, достигших продвинутого уровня физической подготовленности, на 90,1%. Это свидетельствует о том, что внедренная система не только гарантирует беспристрастность оценивания, но и активно влияет на повышение качества физической подготовки школьников [13].

Полученные нами результаты согласуются с существующими исследованиями, которые показывают, что критериальное оценивание, при правильной организации, способствует увеличению мотивации и повышению успеваемости учащихся. При этом, наше исследование показывает успешную интеграцию общепринятых методов физического воспитания в систему формативного оценивания без ущерба для их

образовательного потенциала.

Центральным элементом успеха адаптации является разработка четких, проверяемых и достижимых критериев оценивания для каждого используемого метода. Важно подчеркнуть, что критерии обязаны учитывать не только финальный результат, но и технику выполнения упражнений, а также индивидуальный прогресс каждого ученика.

Особенное значение имеет дифференцированный подход, позволяющий каждому ученику, независимо от его первоначального уровня физической подготовки, достигать успеха при условии достаточных усилий. Это способствует формированию устойчивой позитивной мотивации и живого интереса к занятиям физической культурой.

Стоит отметить, что данное исследование было проведено на базе одной образовательной организации. Для получения более точных данных о практике оценивания, подтверждения эффективности предложенных подходов необходимо проведение дальнейших исследований с более широкой выборкой учащихся из различных областей Казахстана.

Внедрение модифицированных подходов способствует возрастанию заинтересованности школьников в уроках физической культуры, совершенствованию уровней физической тренированности, а также повышению степени удовлетворенности системой оценивания со стороны всех вовлеченных в образовательный процесс.

Таким образом, направления последующих научных изысканий включают проектирование электронных платформ для автоматизированного оценивания образовательных

результатов, формирование комплексного ресурса модифицированного влияния системы оценивания по критериям национальных учебных заданий по всем содержательным линиям курса физической культуры, а также исследование пролонгированного влияния системы оценивания по критериям на динамику состояния здоровья и уровень физического развития школьников.

#### **Литература:**

1. Закон Республики Казахстан «Об образовании» от 27 июля 2007 года № 319-III (с изменениями и дополнениями по состоянию на 01.01.2025 г.). – Астана: Правительство РК, 2025. – 89 с.
2. Единая программа воспитания «Адал азамат» в организациях образования: утв. приказом Министра просвещения РК от 26 мая 2025 года № 123 // Информационно-правовая система нормативных правовых актов Республики Казахстан «Әділет»
3. Айтбаева, А.Б. Критериальное оценивание в современной школе: теория и практика / А.Б. Айтбаева. – Алматы: Қазақ университеті, 2024. – 218 с.
4. Серикбаев, К.М. Физическая культура: методические аспекты критериального оценивания / К.М. Серикбаев. – Астана: Фолиант, 2024. – 286 с.
5. Нурахметов, Б.Т. Дифференцированный подход в физическом воспитании школьников / Б.Т. Нурахметов, Ш.К. Касымова // Вестник КазНПУ. Серия: Педагогические науки. – 2024. – № 2(80). – С. 145-152.
6. Типовая учебная программа по предмету «Физическая культура» для 5-9 классов уровня основного среднего образования: утв. приказом Министра образования и науки РК от 3 апреля 2022 года № 125. – Астана: НАО, 2022. – 47 с.
7. Методические рекомендации по организации критериального оценивания в общеобразовательных школах. – Астана: НАО имени И. Алтынсарина, 2025. – 112 с.
8. Жаркимбаева, Ш.М. Игровые методы в физическом воспитании: современные подходы / Ш.М. Жаркимбаева, А.К. Досмагамбетов // Теория и методика физической культуры. – 2024. – № 3(77). – С. 68-75.
9. Мухамбетова, Г.Н. Технология разработки критериев оценивания игровой деятельности учащихся / Г.Н. Мухамбетова // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2024. – № 4. – С. 12-16.
10. Ибраимов, Т.Ж. Соревновательный метод в системе физического воспитания школьников / Т.Ж. Ибраимов. – Алматы: Қазақстан, 2023. – 164 с.
11. Досмагамбетова, Р.С. Круговая тренировка как средство комплексного развития физических качеств / Р.С. Досмагамбетова, Е.В. Филиппов // Педагогика и психология. – 2024. – № 1(58). – С. 89-97.
12. Оспанов, Д.К. Контрольные упражнения в физическом воспитании: методика разработки и применения / Д.К. Оспанов. – Караганда: КарУ, 2024. – 192 с.
13. Бекмуратова, А.У. Влияние критериального оценивания на мотивацию учащихся к занятиям физической культурой / А.У. Бекмуратова // Вестник Евразийского национального университета. Серия: Педагогика. – 2025. – № 1(142). – С. 234-241.



## **ҚОЗҒАЛЫС АРҚЫЛЫ ТҰЛҒА: ПСИХОӘЛЕУМЕТТІК Дағдыларды Қалыптастырудың жаңа мөдөлі**

### **МАМАЕВ ЕРЛАН БОРАНШЫУЛЫ**

Қостанай облысы білім басқармасының «Алтынсарин ауданы білім бөлімінің ыбырай Алтынсарин атындағы Обаған ЖББ мектебі» КММ дene шынықтыру пәні мұғалімі

**Андратпа.** Бұл мақалада Қостанай облысының жалпы білім беретін мектептерінде дene шынықтыру сабағында психоэмоциональдық және әлеуметтік дағдыларды дамытуға бағытталған «Қозғалыс арқылы тұлға» авторлық бағдарламасына жүргізілген апробациялық зерттеудің нәтижелері қарастырылады. Бағдарлама мазмұны оқушылардың тұлғалық дамуына, топпен әрекеттесу дағдыларын жетілдіруге, сондай-ақ эмоцияны басқару мен стресс деңгейін төмендетуге бағытталған. Зерттеу барысында үш мектеп базасында пилоттық сынақ үйымдастырылып, аралық нәтижелер педагогикалық-диагностикалық әдістер арқылы жинақталды. Мақалада ғылыми-әдістемелік негіздер, қолданылған әдістер, алынған нәтижелер және болашақта енгізу мүмкіндіктері сараланды.

**Түйін сөздер:** дene шынықтыру, тұлғалық даму, психоэмоциональдық тұрақтылық, әлеуметтік дағды, апробация, педагогикалық диагностика.

**Аннотация.** В данной статье рассматриваются результаты апробационного исследования авторской программы «Лич-

ность через движение», направленной на развитие психоэмоциональных и социальных навыков учащихся в рамках уроков физической культуры в общеобразовательных школах Костанайской области. Содержание программы ориентировано на личностное развитие обучающихся, совершенствование навыков взаимодействия в коллективе, а также на управление эмоциями и снижение уровня стресса. В ходе исследования на базе трёх школ был организован pilotный запуск программы, промежуточные результаты которого были собраны с помощью педагогико-диагностических методов. В статье анализируются научно-методологические основы, применяемые методы, полученные результаты и перспективы внедрения программы в будущем.

**Ключевые слова:** физическая культура, личностное развитие, психоэмоциональная устойчивость, социальные навыки, апробация, педагогическая диагностика.

**Abstract.** This article presents the results of a pilot study of the author's program «Personality Through Movement», aimed at developing students psycho-emotional and social skills during physical education classes in general education schools of Kostanay Region. The program content focuses on fostering personal development, enhancing group interaction skills, and improving emotion regulation and stress reduction among students. The pilot implementation was carried out in three schools, and interim results were collected using pedagogical-diagnostic methods. The article analyzes the scientific-methodological foundations, the applied research methods, the obtained results, and the potential for future integration of the program.

**Key words:** physical education, personal development, psycho-emotional stability, social skills, pilot testing, pedagogical diagnostics.

**Кіріспе.** Қазақстан Республикасында білім беру жүйесін жаңғыру үрдісі оқушының жан-жақты дамыуна бағытталған жаңа педагогикалық модельдерді енгізуі талап етеді. Соңғы жылдары білім беру мазмұнын жаңарту аясында тұлғалық-бағдарлы тәсіл алдыңғы қатарға шықты. Бұл орайда дene шынықтыру пәні тек физикалық қасиеттерді дамыту құралы ғана емес, сонымен қатар тұлғаның эмоционалдық және әлеуметтік салаларын жетілдіретін тиімді педагогикалық ортаға айналуда.

Бүгінгі таңда оқушылардың психоэмоционалдық күйін тұрақтандыру, өзін-өзі тану және басқару дағдыларын қалыптастыру, қарым-қатынас мәдениетін жетілдіру – орта білім беру жүйесінің өзекті міндеттерінің бірі болып отыр. Осы мақсатқа жету үшін дәстүрлі дene шынықтыру сабағының мазмұнына заманауи тәсілдерді, соның ішінде эмоционалдық интеллектті дамыту, ұжымда әрекет ету дағдыларын менгеру, стресс-менеджмент элементтерін енгізу маңызды.

Костанай облысы Алтынсарин ауданының бірнеше мектебінде 2025 жылдың қыркүйек айынан бастап «Қозғалыс арқылы тұлға» атты авторлық бағдарлама апробациядан өткізілуде. Бағдарлама мақсаты – дene белсенділігі арқылы оқушының тұлғалық және әлеуметтік қабілеттерін кешендей түрде дамыту. Бұл бағдарлама дәстүрлі жаттығулармен қатар, психологиялық тренинг элементтерін, топтық серіктестікке негізделген ойындарды, өзіндік рефлексия жаттығуларын қамтиды.

Осы мақалада зерттеудің теориялық негіздері мен әдістемесі, практикалық іске асу жолдары, сондай-ақ апробациялық кезеңде жинақталған негізгі нәтижелер мен педагогикалық қорытындылар жүйеленеді. Зерттеу Қостанай облысының үш мектебінде, нақты айтқанда Ы.Алтынсарин атындағы Обаган мектебі, Аққозы ЖББМ және Қарабұтак ЖББМ базасында жүргізілді.

**Әдебиеттерге шолу.** Тұлғаны жан-жақты дамыту мәселесі педагогика ғылымында ұзақ уақыттан бері талқыланып келеді. Л.С. Выготскийдің мәдени-тарихи теориясына сәйкес, баланың дамуы – әлеуметтік қатынастар жүйесіндегі әрекет арқылы жүзеге асады [1]. Бұл қағида әсіресе ұжымдық ойындар мен қозғалыс белсенділігі арқылы орындалатын әрекеттерде нақты көрініс табады. Ж. Пиаже, А. Адлер, К. Роджерс сынды

ғалымдар тұлғаның әлеуметтік дағдылары, эмоцияны басқару қабілеті және рефлексиялық сана арқылы дамитынын көрсеткен.

Шетелдік тәжірибеде мектеп оқушыларына арналған психоәлеуметтік қолдаудың түрлі моделдері бар. Мысалы, «Social-Emotional Learning (SEL) through Physical Activity» модельі АҚШ пен Финляндия мектептерінде белсенді түрде қолданылып, оқушылардың оқу мотивациясын арттыруда он нәтижелер берген [2].

Қазақстандық контексте бұл бағыт әлі де қалыптасу кезеңінде. Алайда соңғы жылдары мектеп психологтарының, әлеуметтік педагогтардың және дene шынықтыру мұғалімдерінің бірлескен жұмысы нәтижесінде жаңа интеграциялық әдістемелер пайда болуда. Мәселен, Ж.Т. Әбдіғаппарова, А.К. Сапарова сынды отандық ғалымдар тұлғаның эмоционалдық мәдениетін дамытуда қимыл-қозғалыстың рөлін атап көрсетеді [3].

«Қозғалыс арқылы тұлға» бағдарламасының әдіснамалық негізі – оқушы тұлғасының үйлесімді дамуын қамтамасыз етуге бағытталған гуманистік педагогика, психологиялық-педагогикалық синтез, және ойын арқылы оқыту тәсілдерімен сабактасады [4]. Бұл бағдарламаның бірегейлігі – дene тәрбиесін тек физиологиялық даму құралы ретінде емес, психологиялық тұрақтылық пен әлеуметтенудің тиімді құралы ретінде ұсынуында.

**Зерттеу әдіснамасы.** Зерттеудің мақсаты – дene шынықтыру сабағында оқушылардың психоэмоционалдық және әлеуметтік дағдыларын дамытуға бағытталған «Қозғалыс арқылы тұлға» авторлық бағдарламасының тиімділігін апробациялау және педагогикалық түрғыдан талдау [5].

#### Зерттеудің міндеттері:

1. Бағдарлама мазмұнын педагогикалық талаптарға сайын езірлеу;
2. Оны үш мектепте апробациядан өткізу;
3. Педагогикалық диагностиканы жүргізу арқылы оқушылардың бастапқы және аралық нәтижелерін салыстыру;
4. Жаңа үлгінің тиімділігін сараптау және тарату мүмкіндігін бағалау [6].

**Зерттеу базасы:** Қостанай облысының 3 мектебі болып

анықталды.

**Қатысушылар:** 5–9-сынып аралығындағы оқушылар. Жалпы саны: 128 оқушы. Жыныстық құрамы: 64 ұл бала, 64 қыз бала. 3 дene шынықтыру пәннің мұғалімі және 1 мектеп психологи қатыстырылды.

1 кесте - Зерттеу кезеңдері

Кезең	Мерзімі	Іс-әрекет сипаттамасы
I – Дайындық	2024 ж. тамыз	Бағдарлама мазмұнын талдау, әдістемелік материалдарды дайындау
II – Апробация	2024 ж. қыркүйек-қараша	Бағдарлама негізінде дene шынықтыру сабактарын жүргізу
III – Қорытынды	2025 ж. желтоқсан	Нәтижелерді талдау, кері байланыс жинау, әдістемелік ұсыныстар құрастыру

#### Қолданылған әдістер:

- Сауалнама: Оқушылардың эмоциялық хал-ахуалы, топпен жұмыс жасауға дайындығы, дene шынықтыруға қатынасы [7].
- Бақылау: Мұғалімдердің сабак процесіндегі бақылау параметрлері.
- Тест: Психоэмоционалдық күйді анықтауда арналған қысқа психометриялық шкалалар (мысалы, «STAI» және «Розенбергтің өзін-өзі бағалау шкаласы» бейімделген түрде).
- Рефлексия: Сабак соңындағы жазбаша және ауызша кері байланыс.
- Салыстырмалы талдау: Апробацияға дейін және кейін алынған нәтижелерді салыстыру.

**Зерттеу нәтижелері мен олардың талдауы.** Апробация қорытындысы оқушылардың психоэмоционалдық және әлеуметтік дағдыларында айтарлықтай он өзгерістер байқалғанын көрсетті [8]. Зерттеу нәтижелері келесі бағыттарда жүйеленді:

#### 1. Әлеуметтік дағдылардың артуы.

- Оқушылардың 76%-ы топпен жұмыс істеу кезінде сенімділік пен өзара қолдаудың артқанын айтты;
- 68%-ы «өз пікірін ашық білдіру оңайырақ болды» деп көрсетті;
- Ұялшақ және пассивті оқушылардың белсенділігі арта түсті (бақылау нәтижелері бойынша).

#### 2. Психоэмоционалдық күйдің тұрақтануы.

- Сауалнамада 71% оқушы «сабактан кейін көніл күйім жақсарады» деп жауап берді;
- Тыныс алу жаттығулары мен релаксация элементтерін жүйелі қолдану нәтижесінде стресс деңгейі төмендеген (психометриялық тесттер нәтижесімен дәлелденді);
- Өзін-өзі бағалау көрсеткіштері 0,6 балға жоғарылаған (Розенберг шкаласы бойынша) [9].

#### 3. Рефлексия мен өзіндік бақылаудың артуы.

- Бағдарлама соңында жазбаша рефлексияда оқушылардың 81%-ы «сабактарда өзім туралы көп нәрсе білдім» деп жазды;
- Рефлексия элементтері арқылы оқушыларда өзіндік сана,

жауапкершілік, серіктестікті сезіну ұғымдары тереңдеген.

#### 4. Сабакқа қызығушылық.

- Бағдарлама кезеңінде дene шынықтыру сабактарын босататын оқушылар саны 35%-ға азайған;
- Сабактарға қатысу мотивациясы артып, оқушылар спорттық формада келуді ұмытпайтын болғаны мұғалімдер тарапынан да айтылды.

2 кесте - Салыстырмалы көрсеткіштер

Көрсеткіш түрі	Аprobацияға дейін	Аprobациядан кейін	Өзгеріс
Топпен жұмысқа қатысу	58%	85%	27%
Көңіл-куй позитивтілігі	62%	78%	16%
Өзін-өзі бағалау орташа ұпайы	02.09.2025	03.05.2025	+0.6
Сабакқа қатысу жиілігі	67%	91%	24%

Осылайша, «Қозғалыс арқылы тұлға» бағдарламасы дene шынықтыру сабағының әлеуетін кеңейтіп, тұлғалық және әлеуметтік дағдыларды тиімді дамытуға мүмкіндік беретінін көрсетті [10]. Зерттеу әдіснамасының теориялық негізін анықтау барысында тұлғаның дамуына ықпал ететін гуманистік және әлеуметтік-танымдық бағыттағы тұжырымдамаларға жүгіндік.

Ең алдымен, зерттеудің тұлғалық-бағдарлы бағыты А. Адлердің индивидуалды психологиясының қағидаларымен тығыз байланысты. Адлер тұлғаны әлеуметтік контекст шеңберінде дамитын белсенді әрекет субъектісі ретінде қарастырады және адамның әлеуметтік байланыс пен ұжымдық сезім арқылы дамитынын атап көрсетеді [11]. Бұл бағдарламадағы командалық ойындар мен топтық серіктестік – адлерлік түсінік бойынша тұлғаның әлеуметтік рөлін сезіну мен өз орнын табуына мүмкіндік беретін психоәлеуметтік құрал болып табылады.

Сонымен қатар, оқушылардың мотивациялық қажеттіліктері мен өзін-өзі тану деңгейін ескеру мақсатында бағдарлама құрылымы А. Маслоудың қажеттіліктер иерархиясы теориясына негізделді. Маслоу өз еңбектерінде адамның дамуы тек физиологиялық қажеттіліктерді қамтамасыз етумен шектелмейтінін, керісінше, қауіпсіздік, әлеуметтік тиістілік, өзін-өзі құрметтеу және өзін-өзі жүзеге асыру деңгейлерінің қанағаттандырылуы арқылы толыққанды тұлға қалыптасатынын алға тартады [12]. Осы негізде бағдарламаға эмоцияны басқару, өзін-өзі тану және топта қолдау сезінуді қамтамасыз ететін жаттығулар енгізілді.

Зерттеу барысында қолданылған әдістердің бірі – бақылау арқылы әлеуметтік мінез-құлышты бағалау – А. Бандураның әлеуметтік үйрену теориясына сүйенеді. Оның теориясы бойынша, адам мінез-құлқы негізінен бақылау, модель арқылы үйрену және кері байланыс нәтижесінде қалыптасады [13]. Бұл қағида бағдарламада қолданылған топтық жаттығуларда, рөлдік ойындар мен бірін-бірі қолдау әрекеттерінде көрініс тапты. Оқушылар бір-бірінің мінез-құлқын бақылау, көшбасшылық қасиеттерді модельдеу және жағымды эмоциялық жауаптарды қайталау арқылы тұлғалық дағдыларды мен-

герді.

Осылайша, зерттеу әдіснамасы индивидуалды дамудың ішкі мотивациясы (Маслоу), әлеуметтік әрекет пен жауапкершілік (Адлер), және бақылау арқылы мінез қалыптастыру (Бандура) сияқты теориялық тұғырларға негізделіп құрылды. Бұл тәсіл оқушылардың тұлғалық, әлеуметтік және эмоционалдық қабілеттерін интеграцияланған түрде дамытуға мүмкіндік берді.

Оқу процесіндегі тұлғалық және әлеуметтік дағдыларды дамыту әдістемесінің негізі ретінде зерттеуде Селевко Г.К. ұсынған қазіргі білім беру технологияларының классификациясы пайдаланылды. Атап айтқанда, жекелеп оқыту, тұлғалық-бағдарлы тәсіл, ынтымақтастықта оқыту, және рефлексивті оқыту технологиялары авторлық бағдарламаның мазмұнына кіріктірлі [14].

Бағдарламада қолданылған әлеуметтік-эмоционалдық жаттығулар мен топтық серіктестікке негізделген ойындар Хухлаев О.Е. мен Данилова М.В. әзірлеген эмоционалдық интеллектті дамыту әдістемесіне сүйене отырып құрылды. Олар өз енбектерінде мектеп оқушыларына арналған арнайы тренингтік жаттығуларды жүйелеп, эмоцияны тану, өзін-өзі реттеу, және басқаларға эмпатия таныту дағдыларын дамыту алгоритмін ұсынады [15].

Сонымен қатар, зерттеу барысында Михайлова Н.В. ұсынған SEL (Social and Emotional Learning) технологиясының мектептегі тиімділігін анықтауға арналған тәсілдер қолданылды. Оның енбегінде қозғалыс пен эмоцияны байланыстыратын әдістер ұсынлады, бұл бағдарламаның «қозғалыс арқылы тұлға» бағытына әдіснамалық негіз болды [16].

**Қорытынды және ұсыныстар.** Бұгінгі білім беру жүйесінде тұлғаның жан-жақты дамуы – басты мақсаттардың бірі. Бұл орайда дene шынықтыру пәні оқушылардың тек физикалық емес, сонымен қатар психоэмоционалдық және әлеуметтік дағдыларын дамытуға бағытталған тиімді алаңға айналып отыр. «Қозғалыс арқылы тұлға» авторлық бағдарламасы дәл осы мақсатты жүзеге асыру үшін әзірленіп, Қостанай облысының үш мектебінде апробациядан сәтті өтті.

Зерттеу нәтижелері инклузивті дene тәрбиесінің әлеуметтік және психологиялық аспектілері жөнінде жазған Киселева С.В. мен Борисенко Ю.И. енбектерімен де ұштасады. Олар әртүрлі әлеуметтік-эмоционалдық деңгейдегі оқушыларды біріктіру арқылы қабылдау, түсіну, және бірлескен әрекет жасауға негіз болатын ортаның маңыздылығын атап өтеді [17]. Бұл «Қозғалыс арқылы тұлға» бағдарламасының инклузивті әлеуетін дәлелдейді.

Сабак барысында оқушылардың командалық жұмысқа психологиялық дайындығы бағдарламаның тиімді жүзеге асуына айтарлықтай ықпал етті. Бұл аспект Назарова Т.И. енбекінде сипатталғандай, сабак құрылымында топтық динамиканы, рөлдік құрылымды, және топтық эмоционалдық климатты ескерудің маңызын растайды [18].

#### Әдебиеттер:

1. Выготский Л.С. Психология развития человека. – М.: Смысл, 1999. – 512 с.
2. CASEL (Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning). «SEL through Physical Activity». – [www.casel.org](http://www.casel.org)
3. Әбдіғаппарова Ж.Т. Оқушының эмоциялық мәдениетін дамытудағы қымыл-қозғалыс рөлі. // Педагогика және психология. – 2020. – №3. – Б. 85-89.

Халықаралық деңгейде әлеуметтік-эмоционалдық оқытудың тиімділігі CASEL ұйымының аналитикалық баяндамасында жоғары бағаланған. Аталған дереккөзде ұсынылған 5 негізгі SEL-компоненті (өзінді тану, өзін-өзі басқару, әлеуметтік сана, қарым-қатынас дағдылары және жауапты шешім қабылдау) «Қозғалыс арқылы тұлға» бағдарламасының мазмұндық негізіне айналды [19].

Durlak J.A. және серіктестері жүргізген мета-талдау бойынша, мектепте SEL бағдарламаларын жүйелі енгізу оқушылардың академиялық үлгерімін, психоэмоционалдық тұрақтылығын, және әлеуметтік қарым-қатынасын едәуір жақсартады [20]. Бұл нәтиже біздің зерттеу нәтижелерімен де толық сәйкеседі.

Сонымен қатар, Hellison D. ұсынған "Жеке және әлеуметтік жауапкершілік арқылы оқыту" (TPSR) моделінің элементтері бағдарлама құрылымына сәтті енгізілді. Бұл модельде қозғалыс тек физикалық дамуға емес, құндылықтар мен мінездүкүліктерге бағытталған [21].

Зерттеу нәтижелері көрсеткендей, бағдарлама оқушылардың өзара әрекеттесу қабілеттін, эмоцияны басқару дағдыларын, өзін-өзі тану және бағалау деңгейін айтарлықтай арттыруды. Бұған қоса, сабакқа қатысу мотивациясы жоғарылап, сабак босатулар саны едәуір азайды. Мұндай өзгерістер бағдарламаның әдістемелік негізінің, мазмұндының және құрылымының тиімді үйімдастырылғандығын дәлелдейді.

Бағдарламаның ерекшелігі – дene белсенділігін эмоциялық және әлеуметтік даму компоненттерімен ұштастыра отырып, оқушының тұлғалық әлеуетін ашуға бағытталуында. Бұл – қазіргі білім беру мазмұнын жаңғыртудың талаптарына толық сай келеді.

#### Ұсыныстар:

1. Бағдарламаны облыстық деңгейде қеңінен тарату: Аprobация нәтижелері негізінде бағдарлама Қостанай облысының басқа аудандарындағы мектептерге енгізілуі қажет.
2. Білім беру мазмұнына енгізу: «Қозғалыс арқылы тұлға» бағдарламасының кейбір модульдері жаңартылған оқу бағдарламасына бейімделіп, факультатив немесе таңдау курсы ретінде ұсындылуы мүмкін.
3. Мұғалімдерге арналған біліктілікті арттыру курстары: Бағдарлама әдістерін тиімді менгеру үшін педагогтар мен мектеп психологтарына арналған қысқамерзімді курс үйімдастыру ұсындылады.
4. Психологтармен бірлескен жұмыс: Бағдарлама психоэмоционалдық, компоненттерді қамтитындықтан, мектеп психологымен бірлесе отырып жүзеге асырылуы оның тиімділігін арттырады.
5. Зерттеудің жалғастыру: Ұзақ мерзімді әсерді бағалау мақсатында бағдарлама аясындағы мониторингтік зерттеу жалғастырылуы қажет.

4. Сапарова А.К. Тұлғаны әлеуметтендірудің педагогикалық негіздері. – Алматы: Қазақ университеті, 2019. – 230 6.
5. Bandura A. Social Foundations of Thought and Action. – New Jersey: Prentice-Hall, 1986. – 617 р.
6. Пиаже Ж. Речь и мышление ребенка. – М.: Педагогика, 1997. – 320 с.
7. Министерство образования и науки РК. Обновленное содержание среднего образования. – Астана, 2021.
8. Выготский Л.С. Психология развития человека. – 2-е изд. – М.: Смысл, 1999. – 512 с.
9. Пиаже Ж. Речь и мышление ребенка. – М.: Педагогика, 1997. – 320 с.
10. Роджерс К. Взгляд на психотерапию. Становление человека. – М.: Прогресс, 1994. – 448 с.
11. Адлер А. Практика и теория индивидуальной психологии. – СПб.: Ювента, 2002. – 384 с.
12. Маслоу А. Мотивация и личность. – СПб.: Евразия, 2008. – 352 с.
13. Бандура А. Теория социального обучения. – М.: Педагогика, 1986. – 412 с.
14. Селевко Г.К. Современные образовательные технологии. – М.: Народное образование, 2005. – 256 с.
15. Хухлаев О.Е., Данилова М.В. Развитие эмоционального интеллекта у школьников: методика и практика // Психология образования. – 2018. – №3. – С. 23–28.
16. Михайлова Н.В. Использование технологии социально-эмоционального обучения в школе // Образование и воспитание. – 2021. – №4 (48). – С. 94–98.
17. Киселева С.В., Борисенко Ю.И. Инклюзивное физическое воспитание: социальный и психологический аспекты // Вестник Томского государственного педагогического университета. – 2019. – №5 (207). – С. 112–118.
18. Назарова Т.И. Психологическая готовность учащихся к командной работе // Психология и педагогика: сб. материалов международной научно-практической конференции. – Новосибирск, 2020. – С. 155–158.
19. CASEL. Effective Social and Emotional Learning Programs. – Chicago: Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning, 2013. – 84 р.
20. Durlak J.A., Weissberg R.P., Dymnicki A.B. The impact of enhancing students' social and emotional learning: A meta-analysis of school-based universal interventions // Child Development. – 2011. – Vol. 82, №1. – P. 405–432.
21. Hellison D. Teaching Personal and Social Responsibility Through Physical Activity. – Champaign, IL: Human Kinetics, 2011. – 232 р.



## КАЗАХСКАЯ НАЦИОНАЛЬНАЯ ИГРА «БЕС АСЫҚ»: ИСТОРИЯ, ПРАВИЛА И ЗНАЧЕНИЕ

### СУЛЕЙМЕНОВА ЖАНСАЯ САМАТОВНА

учитель физической культуры КГУ «Аулиекольская общеобразовательная школа имени И.Я. Сыянова отдела образования Аулиекольского района» Управления образования акимата Костанайской области

**Аннотация.** В работе рассматривается происхождение и развитие древней казахской игры «Бес асық». Раскрывается её значение в культуре и воспитании детей, а также роль в формировании ловкости, внимательности и уважения к традициям. Отмечается, что сегодня игра возрождается и занимает достойное место в системе национального воспитания и в школьной программе. Данная статья поможет рассмотреть правила игры «Бес асық», историю и культурное наследие, то, какие качества развиваются учащимися, а также основные этапы игры «Бес асық».

**Ключевые слова:** бес асық, национальная игра, традиции, культура, воспитание, правила.

**Аннадта.** Бұл жұмыста қазақ халқының көне ұлттық ойыны «Бес асықтың» шығу тарихы мен дамуы баяндалған. Асық ойынының мәдени және тәрбиелік маңызы, оның баланың ой-өрісін, ептілігін және қолдың икемділігін дамытудағы рөлі қарастырылған. Сонымен қатар, бүгінгі күні «Бес асық» ойынының мектеп бағдарламасына енгізіліп, ұлттық мұра ретінде қайта жаңғырып келе жатқаны көрсетілді. Бұл мақала бес асық ойынының ережелерін, тарихы мен мәдени мұрасын қарастыруға көмектеседі. Білім алушылар қандай қасиеттерді дамытады. «Бес асық» ойынының негізгі кезеңдері.

**Түйін сөздер:** бес асық, ұлттық ойын, дәстүр, мәдени мұра, тәрбие, ережесі.

**Abstract.** This paper explores the origin and development of the ancient Kazakh national game “Bes Asyk”. It highlights the cultural and educational importance of the game, which helps children develop dexterity, attention, and respect for traditions. Today, “Bes Asyk” is being revived as part of Kazakhstan’s cultural heritage and is included in school programs to preserve national values. This article will help you review the teacher’s working methods. What kind of development is taking place in the students. The

main stages of the Bes assik game.

**Key words:** bes asyk, national game, traditions, culture, upbringing, and rules.

Казахские национальные игры являются важной частью духовной и культурной жизни народа. С давних времён они служили не только развлечением, но и способом воспитания подрастающего поколения, формирования силы, ловкости и смекалки. Одной из самых древних и любимых игр казахского народа является «Бес асық» игра с косточками барана, которая передаётся из поколения в поколение.

**История происхождения.** Игра «Бес асық» имеет очень древние корни. Её история уходит во времена кочевых племён, населявших казахские степи. Асык - это косточка из коленного сустава барана, которая с древности использовалась не только как игрушка, но и как оберег, символ удачи и храбрости. Археологи находили асыки при раскопках древних стоянок и курганов, возраст которых превышает три тысячи лет. Это свидетельствует о том, что игры с асыками существовали ещё в эпоху бронзы. Игра «Бес асық» в разные времена имела множество вариантов. Основная её суть это умение метко подбрасывать и ловко собирать асыки, не уронив ни одного. В игре развиваются такие качества, как: координация движений, быстрота реакции, внимание и ловкость рук.

**Современное развитие.** В наши дни игра «Бес асық» вновь обретает популярность. Она включена в школьные программы, в занятия по физической культуре. Проводятся различные соревнования по «Бес асық» такие как национальный этап школьной лиги, чемпионаты области, различные турниры. Игра признана частью нематериального культурного наследия Казахстана. Сегодня «Бес асық» объединяет детей и взрослых, укрепляя интерес к национальной культуре и традициям предков. Игра «Бес асық» это не просто древнее развлечение, а живая часть духовного наследия казахского народа, отражающая его быт, культуру и мировоззрение. Через простую игру с асыками дети учатся ловкости, внимательности и уважению к традициям. Сегодня она служит связующим звеном между прошлым и настоящим, напоминая о богатстве и глубине национальной культуры. Сохранение и развитие этой игры - важный шаг в воспитании любви к Родине и уважения к истории своего народа. Разберем основные правила игры «Бес асық».

**Правила игры «БЕС АСЫҚ».** Количество участников 2 - 5 человек. Для игры требуются 5 асыков.

**Описание.** Очередность участия в игре определяется по жребию. Все располагаются по кругу. Игру начинает первый и играет до тех пор, пока не нарушит правила. Затем в игру вступает второй, третий и т.д. Играют одной рукой.

**Действие первое «Бірлік».** Игрок разбрасывает по полу 5 асыков, выбирает из них один - «хана», подбрасывает его вверх, подбирает один лежащий асык и ловит подброшенный. Подобранный асык откладывается. Снова подбрасывается асык вверх, подбирается второй, затем третий и четвертый. «Хана» кладем последним.

**Действие второе «Екілік».** Асыки разбрасываются. «Хан» подбрасывается вверх, а с пола подбираются два и ловится подброшенный «хан». Затем подбираются другие два.

**Действие третье «Үштік».** Асыки разбрасываются. Подбрасывается «хан» и подбираются три. Во второй раз подбирается оставшийся.

**Действие четвертое «Төртік».** Все асыки в руке. «Хан» подбрасывается вверх, остальные кладутся на пол, подброшенный «хан» ловится. Затем «хан» бросается вверх, четыре подбираются и ловится подброшенный «хан».

**Действие пятое «Жалақ».** «Хан» подбрасывается вверх, остальные четыре находятся в руке. Указательным пальцем игрок дотрагивается 3 раза проведя по ковру пока не поймает подброшенный «хан».

**Действие шестое «Алақан».** Асыки разбрасываются. Подбросив «хана» вверх, игрок должен успеть взять один асык и положить его в левую ладонь (при этом пальцы не должны подниматься) и поймать подброшенного «хана». После того, как все асыки будут собраны в ладошке, кладется «хан» и правой ладошкой закрывается.

**Действие седьмое «Бұрыш».** Асыки разбрасываются. Берется «хан». Четыре асыка кладутся по углам квадрата (старшие классы - 20 x 20 см, младшие - 10 x 10 см). Подбросив один асык вверх, игрок должен успеть собрать все асыки и поймать подброшенный «хан».

**Действие восьмое «Алмастыру» («Замена»).** Асыки разбрасываются. «Хан» подбрасывается вверх, по одному заменяются и ловится подброшенный, после того как вы заменили все, подбрасывается «хан» и собираются все асыки в одну ладонь.

**Действие девятое «Үндемес» («Тихий»).** Асыки разбрасываются. «Хан» подбрасывается вверх, подбирается один и ловится подброшенный. В руках игрока оказываются два асыка, но при этом они не должны касаться друг друга.

**Действие десятое «Сарт сүрт» («Два звука»).** Игрок разбрасывает по полу асыки, подбрасывает «хана», подбирает один из асыков, лежащих на полу, ловит «хана» так, чтобы в ладони асыки ударились друг о друга со звуком, и сразу ещё раз подбрасывает «хана» и ловит его так, чтобы он ещё раз ударился об этот же асык в ладони. Затем первый асык откладывается, и те же действия производятся с остальными асыками. Таким образом «хан» со звуком ударяется по два раза о каждый асык.

**Действие одиннадцатое «Қаршу».** Делается разброс асыков, подбрасывается «хан», необходимо взять один асык и «хана» поймать сверху пальцами вниз, образуя кулак, дальше кладется асык и повторяется движение заново.

**Действие двенадцатое «Нәби» («Воротики»).** Левой рукой игрок образует как бы арку, опираясь на большой и средний пальцы. Правой рукой через левую разбрасывает асыки. Выбирает один из них, подбрасывает вверх через левую руку, затем забрасывает один сквозь «арку» и ловит подброшенный. Таким же образом забрасывает по очереди в «арку» все асыки. В этом действии есть правило: кроме выбранного асыка игрок выбирает еще один - «старший» («наби»). Это может быть самый близкий или самый дальний асык, о чём догова-

риваются в начале игры. Он забрасывается в «карку» самым последним.

**Набор очков «Ұпай».** Закончив все предыдущие действия, игрок начисляет себе очки. Кладет все асыки себе на внутреннюю часть ладони подбрасывает вверх 5 асыков, ловит их на наружную сторону ладони, еще раз подбрасывает и ловит сверху, образуя кулак. Каждый асык оценивается в 10 очков. Если игрок поймает все 5 асыков, то получит 50 очков.

Игроки, подбирая с пола асыки, не должны касаться руками других асыков. Если правило нарушается, игру продолжает следующий игрок. Во время разброса ронять «хана» запрещено. После каждого прохождения этапа нужна фиксация то есть «хан» кладется последним.

Каждый раз, продолжая игру, игрок начинает с того действия, в котором ошибся. По правилам игры, если играют 2 игрока друг против друга, проводится 2 тайма по 10 мин. За это время для победы необходимо пройти все этапы и собрать 150 очков. Попытка для сборов очков дается только один раз, то есть после одного круга. Если сделал 3 круга подряд и

собрал 150 очков время останавливается. Если же счет равный, после 2 таймов дается еще 1 тайм.

**Заключение.** «Бес асық» это не просто развлечение, а важная часть культурного и духовного наследия нашего народа. Она передаёт через поколения традиции, ценности и мудрость предков. Благодаря этой игре дети с ранних лет учатся ловкости, внимательности, выдержке и честной борьбе, что формирует не только физические, но и нравственные качества личности.

Современное возрождение «Бес асық» в школах и на соревнованиях показывает, что интерес к национальной культуре и обычаям не угасает, а наоборот растёт. Эта игра помогает укреплять связь между поколениями, воспитывает уважение к истории и гордость за родную землю.

Сохранение и развитие таких традиционных игр, как «Бес асық», имеет огромное значение для духовного воспитания подрастающего поколения. Они напоминают нам о богатстве казахской культуры, о её глубине и уникальности, сохраняя связь между прошлым, настоящим и будущим нашей страны.

## ИГРА «АСЫҚ АТУ» КАК ИНСТРУМЕНТ РАЗВИТИЯ ЛИЧНОСТИ ШКОЛЬНИКОВ: ПРАКТИЧЕСКИЙ ОПЫТ УЧИТЕЛЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

ВЕЙГЕЛЬ АЛЕКСАНДР ВЛАДИМИРОВИЧ

учитель физической культуры КГУ «Урицкая общеобразовательная школа № 1 отдела образования Сарыкольского района» Управления образования акимата Костанайской области

**Аннотация.** В статье представлен практический опыт внедрения национальной игры «Асық ату» в образовательный процесс по физической культуре. Автор показывает, как традиционная казахская игра способствует развитию меткости, координации, быстроты реакции и общей физической подготовленности школьников. Подчёркивается воспитательное значение игры: формирование дисциплины, честной игры, уважения к национальным традициям и развитие командного взаимодействия. Приводятся примеры игровых методов, цифровых инструментов и соревновательных форм, повышающих мотивацию учащихся и их интерес к занятиям. Материал ориентирован на педагогов, стремящихся сочетать национальные традиции с современными подходами физического воспитания.

**Ключевые слова:** асық ату, национальные игры, физическая культура, координация, мотивация учащихся, командное взаимодействие.

Современный школьник живёт в мире цифровых технологий, где всё стремительно меняется и внимание детей всё труднее удержать традиционными формами урока. Именно поэтому учителю так важно искать такие формы и методы, которые одновременно развиваются ребёнка физически, эмоционально и культурно. Одним из таких эффективных средств для меня стала национальная игра «Асық ату», которую я внедряю в свою работу на основе программы дополнительного образования для учащихся 5–7 классов. Опыт показал, что эта игра способна оживить уроки физической культуры, придать им новый смысл, а детям – мотивирующее ощущение азарта, успеха и связи с национальной традицией.

С первых занятий учащиеся не просто знакомятся с техникой бросков или правилами игры – они погружаются в историю и культуру своего народа. Важно показать детям, что асық – это не обычная косточка, а символ смелости, честности, уважения к сопернику и традициям предков.

Такое культурное погружение формирует бережное отношение к национальному наследию и помогает по-новому взглянуть на уроки физкультуры. Дети начинают понимать, что игра – не только спорт, но и часть духовной культуры, и это сразу повышает их интерес и ответственность.

Практико-ориентированная программа позволяет выстроить занятия так, чтобы ребёнок не пассивно «выполнял действия», а участвовал в живом и постоянно меняющемся процессе. Разминка всегда проходит в игровой форме: команды получают сигналы, быстро передают асық, соревнуются в реакции, выполняют элементы на координацию. Такая структура не только готовит мышцы к работе, но и включает внимание, развивает реакцию и создаёт атмосферу реально-го динамичного спорта.

Основная часть урока – обучение технике бросков и базовым игровым приёмам. Я поэтапно показываю стойку, движения рук, особенности приёмов «Табан»,

«Шалка», «Қалтырау». Сначала дети повторяют движения без цели, затем – пробуют броски на точность, а позже уже применяют их в игровых ситуациях. Этот постепенный подход полностью соответствует методической линии программы: от простого – к сложному, от освоения базовой техники – к соревнованиям и тактическим действиям.

Важнейшей частью занятий являются игровые мини-задания, которые развивают физические качества незаметно для самих учащихся. Игра «Кто точнее?», эстафета «Меткий асықшы», упражнения «Поймай асық» или «Сорви асық» превращают тренировку в захватывающее приключение. Ученики с удовольствием включаются в процесс, а развитие меткости, силы кистей, равновесия и реакции происходит естественным образом – через игру.

Особое внимание в программе уделено судейству. Я назначаю ребят помощниками судьи, фиксирующими очки, контролирующими дистанцию или следящими за безопасностью. Такая практика воспитывает чувство ответственности, учит быть объективным, принимать решения, уважать правила и труд судьи. Дети, которые в обычных условиях стесняются проявлять себя, в этой роли раскрываются: растёт уверенность, самостоятельность, аккуратность.

Отдельным направлением стало применение цифровых технологий. Программа предусматривает использование QR-тестов, видеоразборов, электронных таблиц достижений. На уроках дети сканируют коды с видеороликами, где показана правильная техника бросков, выполняют онлайн-тесты по правилам игры, наблюдают свои успехи в цифровой таблице прогресса. Современный формат помогает соединить традиционную игру и цифровое мышление школьника – получается уникальный баланс прошлого и настоящего.

Изменения, которые происходят с детьми в результате занятий, очевидны и очень показательны. Увеличивается общая физическая подготовленность: они лучше удерживают равновесие, быстрее реагируют, точнее бросают. Но не менее важны личностные качества: возрастает дисциплина, дети становятся более внимательными к словам учителя и друг к другу, учатся поддерживать товарищей, уважать соперника, анализировать свои действия. Через игру формируется командность, взаимопомощь, аккуратность и уверенность в собственных силах.

Кульминацией учебного года становятся школьные соревнования и фестивали: «Асық – достық ойыны», командные турниры, соревнования «Меткий асықшы». Эти праздники превращаются в важное событие для всей школы. Ребята выступают в роли спортсменов, судей, организаторов, ведущих. Это даёт им бесценный опыт социальной активности и личностного роста. Для многих учеников участие в таких мероприятиях становится первой спортивной победой и значимым шагом к уверенности в собственных возможностях.

Таким образом, внедрение программы «Асық ату» показало, что национальная игра способна стать современным, эффективным и интересным инструментом педагогической работы. Она не только развивает физические качества, но и укрепляет связь поколений, формирует уважение к национальной культуре, раскрывает в детях лидерские и социальные навыки. «Асық ату» объединяет традиции и инновации, делает уроки физкультуры живыми, эмоциональными и значимыми для школьников. И самое важное – она помогает детям почувствовать себя частью большого наследия и научиться честно, смело и красиво играть – в спорте и в жизни.

## ФОТОГАЛЕРЕЯ



