ҚАЗАҚСТАН РЕСПУБЛИКАСЫНЫҢ БІЛІМ ЖӘНЕ ҒЫЛЫМ МИНИСТРЛІГІ

М.Т. Нургалиев, Г.А. Нургалиева

Оқушылардың жас ерекшелігіне сай ұлттық ойын түрлерін пайдаланудың тиімді жолдары

ӘДІСТЕМЕЛІК ЖИНАҚ

ӘӨЖ 796.01
КБЖ 75.1

Рецензенттер:
«Өрлеу» біліктілікті арттыру Ұлттық орталығы
Нұр-Сұлтан қаласы бойынша педагогикалық қызметкерлердің біліктілігін арттыру институты, Білім беру процесін педагогика-психологиялық қолдау кафедрасының ЖБМ тренері, аға оқытушы **Ф.Б.Ғалымжанова**;
«Инновация» Оқу-әдістемелік Орталығының ғылыми қызметкері, «Алтын кітап» баспасының әдеби редакторы, өнертану және пед. ғылымдар магистрі **А.Д. Әшірбаева.**

Оқушылардың жас ерекшелігіне сай ұлттық ойын түрлерін пайдаланудың тиімді жолдары // құрастырушы авторлар: **М.Т.Нургалиев, Г.А.Нургалиева** – Алматы облысы, дене шынықтыру және физика пәндерінің мұғалімдері, 2021. – 48 б.

ISBN 978-601-2211-05-3

Құрастырушы авторлар қазақтың көне спорт түрлері, қазақ өнері жайлы деректерді ғаламдық мәселелермен байланыстыра отырып, қызықты әдістемелік жинақ жасаған. Екі автор оқушылардың дене тәрбиесі мен салауатты өмір салтын қалыптастыруына септігін тигізетін атбегілік өнердің маңыздылығын шебер ашып көрсеткен.

ӘӨЖ 796.01
КБЖ 75.1

«Инновация» Оқу-әдістемелік Орталығының 2021 жылғы 20 қыркүйектегі №2 хаттамасына сәйкес сараптау комиссиясының шешімімен баспаға ұсынылды.

ISBN

978-601-2211-05-3

© «Инновация» баспа үйі, 2021

ҚАЗАҚСТАН РЕСПУБЛИКАСЫ
«ИННОВАЦИЯ» ОҚУ-ӘДІСТЕМЕЛІК ОРТАЛЫҒЫНЫҢ
БАСПАСЫНА ҰСЫНЫЛДЫ

Рецензенттер:
«Өрлеу» біліктілікті арттыру Ұлттық орталығы
Нұр-Сұлтан қаласы бойынша педагогикалық қызметкерлердің біліктілігін арттыру институты, Білім беру процесін педагогика-психологиялық қолдау кафедрасының ЖБМ тренері, аға оқытушы **Ф.Б.Ғалымжанова**;
«Инновация» Оқу-әдістемелік Орталығының ғылыми қызметкері, «Алтын кітап» баспасының әдеби редакторы, өнертану және пед. ғылымдар магистрі **А.Д. Әшірбаева.**

Құрастырушы автор:
Нургалиев Мустапа Турсунович
Алматы облысы Іле ауданы
«№17 орта мектебі» КММ дене шынықтыру пәнінің мұғалімі
Нургалиева Гульнар Ахметовна
Алматы облысы Іле ауданы
«№17 орта мектебі» КММ физика пәнінің мұғалімі

© «Инновация» баспа үйі – 2021 жыл

Алғы сөз

Қазақстан Республикасы Білім және Ғылым Министрлігі мен Ы.Алтынсарин атындағы Ұлттық білім академиясын ұсынған 2017-2018 оқу жылына ҚР жалпы орта білім беретін ұйымдарда оқу процесін ұйымдастырудың ерекшеліктері туралы Әдістемелік нұсқау хатта: «Дарынды балаларға арналған арнайы білім беру ұйымдарында, гимназияда, мектеп-гимназиялар мен лицейлерде, мектеп-лицейлерде, жалпы білім беретін мектептерде пәндерді тереңдетіп оқыту үшін факультативтер және оқушылардың таңдауы бойынша қосымша курстарды, үйірмелер ұйымдастыру қажет делінген. Себебі, Қазақстан Республикасының зияткерлік, дене бітімі және рухани дамыған азаматын қалыптастыру қажет». Білімі мен білігі жағынан өркениетті елдердегі замандастарымен қатар тұра алатын, бойында ұлттық, отаншылдық рухы мықты қазақстандықтардың жаңа ұрпағын тәрбиелеу қажеттігі баса айтылған . Сондықтан пән сабақтарында, үйірме жұмыстарында қазақтың ұлттық ойындарын пайдаланудың тәрбиелік-танымдық маңызы өте зор.

Әлемдік өркениетте батыл қадаммен алға адымдап келе жатқан Қазақстанның бүгінгі қол жеткізген жетістігі, биік абыройы көңіл қуантады, шабытыңды шарықтатады. Халқымыздың аяулы перзенттерінің бірі, жан-жақты талант иесі Ш.Уәлиханов «Әрбір халықтың өркениетті ел болуы үшін азаттық пен білім керек» - деген екен. Азаттығын алған, еңсесі биік елміз. Ендігі мақсат – Мәңгілік Ел болып, өркениетті озық елдердің қатарында тұрақты орын табу.

Осындай ізгі ниеттермен тарихымызды саралап, ұлыларымызды ұлықтап, есімдерін жарыққа шығарып, олардың шығармаларын зерделеп, әлемге мақтаныш сезіммен паш етіп жатырмыз, ұлттық құндылықтарымызды, рухани жауһарияттарымызды жаңғыртып, жаңа заманға лайықтап үйлестіріп жатырмыз. Өйткені біз әлемдік өркениеттің төрінен тұрақты орын табу үшін ұрпақтар сабақтастығын жалғастыру ұшін ұлттық мәдениетке басымдық беру керектігін түсініп жеттік. Осы орайда, мен қазіргі жаңа педагогикада ұлттық ойын түрлерін жаңа технологиямен ықпалдастыра сабақта қолдану туралы сіздермен ой бөліспекшіміз.

Оқушылардың жас ерекшелігіне сай ұлттық ойын түрлерін пайдаланудың тиімді жолдары

«Таза алтынды тот баспайды» дейді дана халқымыз. Мыңдаған жылдар өтсе де ғасырлар қатпарын жарып өткен, тәрбиелік-тағылымдық мәні зор ұлттық ойындарымызды сабақ барысында неге кеңінен қолданбасқа? Ұлттық ойындарды дұрыс іріктеп пайдалана білсек, сабақ мақсаттарына жетуімізге үлкен ықпал жасайды. Қазақ балалар әдебиетінің атасы, қазақтың тұңғыш педагогі, ағартушы ғалым Ы. Алтынсарин «Қазақ хрестоматиясын» жазып отырып орыс досы И. Н.Ильминскийге былай деп хат жолдаған болатын. «Қазақ хрестоматиясына орыс әдебиетінен Иван Андреевич Крыловтың мысалдарын аударғанда іріктеп отырып, қазақ балаларының табиғатына жақын шығармаларды ғана енгіздім. Себебі қарғаны, түлкіні, аюды сөйлетіп қойсам, қазақ балалары күледі, қазақ балары мұндайға сенбейді. Балалардың қабылдау табиғатына сай мысалдарды ғана аудардым» деген болатын. Сан ғасырлар өтсе де, сом тұлғасы саф алтындай жарқырап тұрған Ы.Алтынсарин салған жолмен жүре отырып, әріптестеріме ұлттық мәдениетіміздің уызы – қазақша ойын түрлерін оқу-тәрбие жұмыстарында кеңінен пайдалануға шақырамын.

Сіз ұлттық ойын түрлерін білесіз бе? Отбасыңызда балаларыңызға ұлттық ойын түрлерін үйреттіңіз бе, ұлттық ойындардың бала тәрбиесіндегі ролі қандай? Қазақта баланы ептілікке, шапшаңдыққа, алғырлыққа, жан-жақты ойлауға тәрбиелейтін ойындар барын білесіз?!

Адап сал, Қыз кәде, Айгөлек (ойын), Айтжүргін,

Айқұлақ ойыны, Алакүшік, Алтыатар ойыны, Алтыбақан, Арынды арқан, Арқан тарту, Арқан тартыс, Асау мәстек, Асық ойындары, Ат ерттеу, Ат омыраулату, Ат үстіндегі тартыс, Атбақыл, Атшылар жарысы, Атынды ата, Атқаума (ойын), Аударыспақ, Аш қасқыр, Аяқ астындағы жіп, Ақ байпақ, Ақ сандық, Көк сандық, Ақ сүйек (ойын), Ақсақ қарға, Аңшылар (ойын).

Біз де (ойын) Білектесу. Ұл балалармен ойналатын ойын.

Байқап қал!

Батырлар жекпе-жегі (ойын). Ұл балалармен ойналатын ойын

Белбеу тастау

Бес тас (ойын). 10-15 жасар балалар ойнайтын ойын. Еңбек, дене шынықтыру сабақтарында қолдануға болады.

Бестас (шекемтас)

Бойға доп дарытпа. Қыз, ұл балалар да ойнай беретін ойын. Ептілікке, шапшаңдыққа баулиды.

Бүркіт (ойын)

Бұғынай

Бұғынбақ

Бұқа тартыс

Бәйге мен аламан бәйге

Бәлләй

Бөрік жасырмақ

Бөрік теппек

Даусынан біл. Дауыста, атыңды айтам, Баланың есте сақтау қабілетін арттырады, қырағылыққа баулиды. Домалақ ағаш, Доп тебу, Доп теппек, Дүмпілдек, Дәл басу, Дөнен жарыс, Ептілік (ойын) Есімде (ойын), Етек-етек,

Ешкіні тарту

Жігіт қуалау, Жігіт қуу, Жанды дөңгелек, Жануарлар қалай үндейді? (ойын)

Жапалақтар мен қарлығаштар (ойын), Жасырынбақ, Жатып күресу, Жауынгерлі әтештер, Жаяу жарыс, Жаяу көкпар, Жаяу тартыс, Жаңылма, Жемхана, Жорға жарыс, Жылдырт-жылдырт, Жылжымал нысана, Жүзік тастау

Жүйріктер жеңді

Жүрелей секіру

Жұптасып тартысу.

Инемді тап, Кім жылдам?, Кім түртті?, Кім шертті?, Үзем алу, Көге тартыс

Орамал тастау

Орда (ойын)

Ордағы қасқыр

Ортаға түспек

Ошақ (ойын)

Сайыскерлер

Сат аттылар

Сақ ұлақ (ойын)

Сақа

Сақин салу

Сақинатастау (ойын)

Секірудн секіру

Сен тұр, сен шық!

Сиқырлы аяқ

Соқыртеке

Судағы жасырынбақ

Табақ алып қашу немесе мүше алып қашу

Тай жарыс

Тартылу таяғы
Тартыс (ойын)
Тауық күрес
Тауқырайдан
Таяқ жүгірту
Таяқ ойнау
Тақия тастамақ
Тепе-теңдік (ойын)
Тең көтеру
Теңге ілу
Тоспа доп. Тоғыз аяқ, тоғыз табақ
Тоқым қағар
Тымақ ұру
Түйіген орамал
Түйілен шыт
Түйе жрыс
Түйе шепек
Түйе-түйе
Түлкішек ойын)
Тұзақ құру
Тұмақ ұру
Тұтқын алу
Хан ату
Хан жақсы ма?
Хан талапай
Шалма (ойын). Шалма тастау
Шертпек
Шымбике
Шүлдік (ойын)
Қазан (ұлттық ойын)

Қазан доп

Қазақ күресі

Қазақтың ұлттық ойындары

Қалашыққа жеткізу

Қалтырауық қамыр кемпір және Ақ боран

Қамал күзету

Қамалды қорғау

Қандық-сандық

Қап киіп жарысу (ойын) Қара сиыр

Қара Құлақ

Қарагие

Қарамырза (ойын)

Қарақұлақ (ойын)

Қардан жасалған тир

Қармақ (ойын). Кез-келген пән сабақтарында пайдалануға болатын ойын.

Қарт-құрт

Қарғымақ

Қасқыр қақпан

Қасқұлақ

Қаһарлы-Бану

Қой бағу (ойын)

Қол соқпақ

Қосқұлақ (ойын)

Қуалап соқ (ойын)

Қыз ойнақ

Қыз қуар

Қындық-сандық

Қырықаяқ (ойын)

Қысқа жүгірістер. Құнан жарыс. Үй артында қол ағаш.

Үйімнің үстіндегі кім? Үш орындық.

Ұлттық ойындарды зерттеген Е.Сағындықов, Ә.Диваев секілді ғалымдар:

- ойын-сауық,
- тұрмыс-салт ойындары,
- жануарлар дүниесі,
- аңшылыққа байланысты ойындар,
- дене шынықтыру спорт ойындары деп бөліп жіктеген.

Әрине, ойындардың бүгінде біразы ел есінен шығып, ұмытылып кетті. Халық арасында кең таралған ұлттық ойындардың саны – 200-ге жуық.

«Айдап сал» ойынына қатынасушыларғ шек қойылмайды. Ойнаймын дегендердің бәрі де қатынаса береді. Ойнаушылар екі топқа бөлінеді. Бірінші топтың ойыншылары сыртқа шығып кетеді де, екінші топтағылар үйде отырып қалады. Ойын жүргізуші сыртта тұрғандардың есімдерін үйде отырғандардың әрбіреуіне қойып, өзі белгілеп алады да, сырттан келген ойыншыларға қойылған есімді білдірмейтіндігі жөнінде ескертеді. Енді сырттағы ойыншыларды бір-бірлеп шақыра бастайды. Сырттан келген ойыншы үйдегі ойыншылардың біреуін көрсетіп, яғни өз есімімен аталған ойыншыны табуы керек. Егер таба алмаса, онда ойыншылар орындарына барып отырады. Осылайша сыртта тұрған ойыншылар жеке-жеке кіріп, өз есімдері қойылған жігітті іздеп болғаннан кейін белгілеген адамын дұрыс таппағандар айып тартады. Ал өз есімін тапқандар сол ойыншының қасына барып отырады, айып тартпайды. Айып тартушылар көпшіліктің ұйғаруымен өлең айтады, би билейді. Әйтеуір білген өнерін көрсетеді. Осылайша ойын

қайталанып біткеннен кейін, екі топтың ойыншылары орындарын ауыстырады, ойын қайта басталады.

Айқұлақ – көктемнен бастап жаз бойы ойнайтын ойын. Айқұлақты ойнау үшін кешке таман жұрт аяғы басылған соң көп балалар жиналып өздерінің арасынан үш баланы шығарады: бірі – «қасқыр», бірі – «қойшы», бірі – «ит».

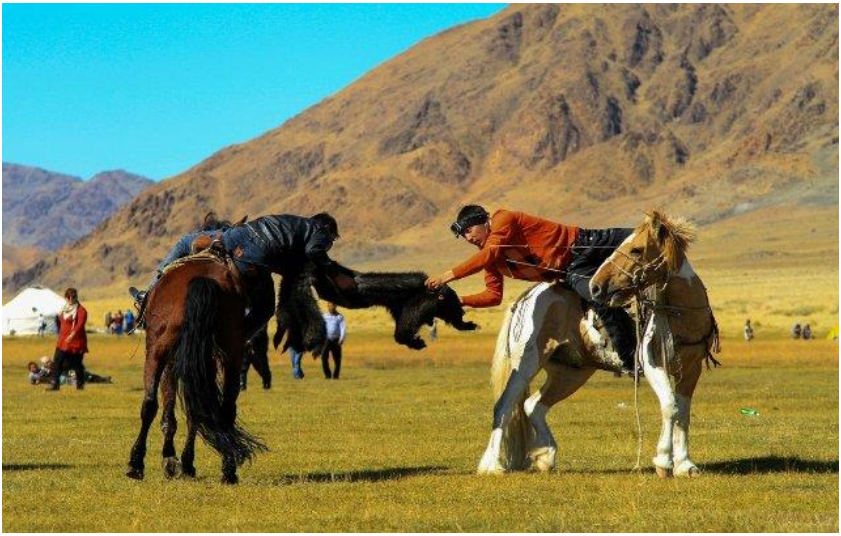
Қасқыр болатын баланың екі шекесіне екі тақияны тікейтіп, орамалмен маңдайын байлап, арқасына киім-кешекті тығып томпайтып, белін астынан буып «қасқыр» қылып болған соң, балаларға жуытпай анадай бір бұтаның тасасына жатқызады. Қойшы болатын баланың үстіне жыртық шапан, басына жаман бөрік кигізіп, қолына бір таяқ беріп, «ит» болған баланы қасына ертіп, қойлардың жанына жатқызады. Қалған бір топ баланы «қой» қылып көгендеп қояды. Біраздан соң «қойлар» дүр етіп үркеді, сол уақытта «ит» те абалап, «қасқырменен» арсылдасып қалған кезде, «қойшы» да айтақтап, «лақ-қозыны» айырып қалады. Сөйтіп «қасқыр» бірде құр кетіп, бірде алып кетіп жүріп, ақырында

сол «қойлардың» бәрін де тауысады. Міне, бұл ойын осылай бітіп, екінші басталғанда да сол бұрынғы тәртіппен өтетін болады. Бұл ойын жастарға таза ауада дем алуға, көңіл көтеруге, шынығуға, өмірді түсініп, білуге жәрдемдеседі.

«Табақ алып қашу» ойыны – өте ертеден келе жатқан көне ойындардың бірі. Бұл ойын ат үстінде ойналатын болған. Ойын негізі өмір шындығынан туған. Үлкен тойларда немесе атақты кісілердің асында халық көп жиналып, көп үй тігілген. Сол жиылған көп халықты тамақтандыру, ас беріп күту қажеттігі туған. Ол үшін сандаған мал сойылып, тай қазандар көтеріліп, ет асылған. Сол тамақты бас-аяғы ат шаптырым ұлан-ғайыр жұртқа, жаяу тасып жеткізу мүмкін болмаған. Сондықтан етті үйді үйге (киіз үйлерге) салт атты жігіттер жеткізіп беріп тұрған. Ал шауып келе жатқан аттың үстінде, қолына табақ толы ет көтеріп, оны төкпей-шашпай, апаратын жеріне дұрыстап жеткізіп берудің өзі де үлкен өнер. Осыны дұрыс орындап шығу үшін, той болардан көп бұрын, той, не ас беретін елдің азаматтары әзірлік ретінде табақ алып қашу ойынын ойлап тауып, жаттығу ретінде ойнайтын болған. Келе-келе ол жалпы халықтық ойынға айналған. Ойынға қатынасушылардың санына шек қойылмайды. Салт аттылар алаңға жиылып, араларынан біреуін табақ алып қашушы етіп тағайындайды. Ол табаққа салынған затты алып қашады. Қуып жеткен ойыншы одан табақты алып өзі бұрын белгілеген жерге жеткізуге тырысады. Табақты белгілеген жерге кім бұрын жеткізсе, сол жеңіске жетеді. Табаңты бермес үшін бұлтарма шабу сияқты түрлі амал-айла қолданылады. Табақ қолдан-қолға ауысады. Бірақ табаққа салынған зат түспеуі керек. Ол әлденеше

қайталанып ойналады. Бұл ойынды сұрақ-жауап, сабақты бекіту барысында пайдалануға болады деп білемін.

«Көкпар» – көптің көзайымына айналған ат пен жігітті сынға салатын тартыс түрі. Оның «дода және жаппай тартыс» деп аталатын екі түрлі әдісі біздің халық арасында кең таралған. Дода тартыс екі команда арасында өтетін болса, жаппай тартыста жеке шабандоздар өздігінше жеңіске жетуге тырысады. Көкпарда ер-жігіттің күшін, төзімділігін, батылдығы мен ептілігі сыналады. Сондай-ақ, бұл спорт түрі жылқы малының да жүйріктілігін көрсетеді.Көкпар тарту қатысушылардың санына байланысты 8-15 минут аралығында өтеді.



Көкпаршылардың мақсаты – орталық шеңберде жатқан 70-80 келі тартатын серкені өз командасының «отауына» түсіру. Егер әр команда 5 адамнан болса, ұзындығы 300 м, ені 100 м, 10 адам болса – 500х200 м, 15 адамнан болса – 700х300 м, 20 адамнан болса – 1000х500 м көкпар алаңы

болады. Қай команда «отауына» көбірек серке салса, сол команда жеңіске жетеді.

Дене шынықтыру сабақтарымен қоса, кез келген сабақта «Білім көкпары» әдісі ретінде қолдануға болады.

«Сиқырлы таяқ». Бұнда ойнаушылар санына шек қойылмайды. Ойынға жиналғандар қол ұстасып, дөңгелене шеңбер құрып тұрады да, араларынан біреуін ойын жүргізуші етіп тағайындайды. Жүргізуші қолына таяқ ұстап, шеңбердің ортасына шығады да, ойын тәртібін, жолдарын түсіндіреді. Ойнаушылардың бір шетінен бастап барлығына рет қатарын білдіретін сандарын атайды. Сонан кейін жүргізуші қолындағы таяғының бір басын жерге тіреп тік ұстайды да, кез келген бір ойыншының санын атап, таяқты қоя береді. Айталық, жүргізушінің атаған саны төртінші, бесінші, оныншы не жиырмасыншы бола ма, әйтеуір, рет саны аталған ойыншы ести салысымен жүгіріп барып таяқты құлатпай ұстауы керек. Егер ол дауысты аңғармай я болмаса жайбасар болып, дереу алмай, таяқты құлатып алса, онда ол ортада тұрып, көптің ұйғаруымен өнер көрсетеді. Ол өлең айтып, би билеп, домбыра тартады, әйтеуір көпшілік нені талап етсе, бәрін орындауға тиісті. Ол өнерін көрсетіп болған соң қайтадан орнына барып тұрады. Егер таяққа тез жетіп жерге құлатпай ұстап алса, онда жүргізушімен орын ауыстырады. Бұл ойынның екінші түрі үлкен жиындарда, ойын-сауық кештерінде кең бөлмелерде ойналады. Ойынға ұзындығы бір метрдей таяқ пен доп керек (ертеде допты сиырдың жүнінен жасаған, доп болмаған жағдайда кез келген затты алуға болады). Ойын жүргізуші жиналғандарды отырғызғаннан кейін ойын тәртібімен таныстырады. Сонан соң ойынға қатынасушының біреуін

өзіне шақырып алып, допты ортаға қояды да, ойыншының көзін байлайды. Ондағы қоятын шарты – көзі байланған адам қолына берген таяқпен допты тауып барып ұруы керек. Мұндай жағдайда ойнаушылар допты қашықтау қоюға тырысады. Осы кезде ойын жүргізуші көзі байланған ойыншының қолына таяқтың былғанған басын ұстата қояды. Көзі байланған ойнаушы еш нәрседен қаперсіз таяқтың былғанған басын ұстай алады. Ойын жастарды шапшаңдыққа, сезімталдыққа тәрбиелейді.

«Аударыспақ» – ежелден келе жатқан күш және айла-тәсіл арқылы салт аттылардың ер үстінен аударып түсіретін қазақтың ұлттық ойындарының бірі. Бұл ойын жауынгерлердің сын сағатта найза, қылыш қолдану арқылы дұшпанын жеңуге тигізер көмегі зор болған. Қайрат-күші мол, шапшаң қимылдап, ат үстінде еркін отыратын жігіттердің бақ сынасар сайысы бүгінге дейін үлкен той жиын, мерекелерде ойнатылады.

«Қыз қуу» – жазық жерде өткізілетін ойын. Мәреге 300 метр жетпейтін тұстан қыз бен жігіттен құралған жұптар жарысқа қатысады. Дегенмен, қыз бен жігіттің арасы 15-20 метрдей болуы шарт. Арнайы белгі берілгенде олар алға шаба жөнеледі. Ойынның шарты бойынша жігіт қызды қуып жетуге міндетті. Қуып жеткендер, қыз бетінен сүюге мүмкіндік алса, жете алмай ұятты болғандар қыз қамшысымен жазаланады. Екеуі де осы жарыс үстінде өздерінің бар өнерлерін, ат үстіндегі шеберліктерін, тапқырлықтарын танытулары керек.

«Күрес» тарихы тереңде жатыр. Жеке адамның білек күші мен айла-амалы бірге сынға салынатын дода түрі. Мұнда жігіттер кіммен қарсылас болса да, қайрат, жігерлеріне қоса шеберліктерімен жеңіп шығуға тиіс. Қазақша күрес күні бүгінге дейін сақталып, халықаралық аренаға шыққан ең танымал ұлттық сайысымыз. Бұл – қазақ халқының осы спорт өнеріне ерекше ден қойып, тәлімдік маңызын ұстап қалғандығының белгісі болса керек.

«Ақсүйек» – жаздыгүні өткізілетін сауық-сайранға құралған ойын. Ақ сүйекке қыздар мен жігіттер, сондай-ақ балалар да қосылып, араласып ойнай алады. Ойынға ертеректе ірі қаран малды жілігі пайдаланылған. Қатысушылар теңдей болып екіге бөлінген. Сайысты бастаушы ақсүйекті әуелетіп, алыс лақтырады, ал қалғандары осы сүйектің шамамен қайда жерге түсетінін бақылап тұрады. Осылай ойын басталып та кетеді, сүйекті тапқан адам тапқанын айтып, мәреге қарай жүгіре жөнеледі. Екінші топтың қатысушылары оны ұстап алып, құрықтаған ойыншы ары қарай сөреге жүгіре жөнеледі. Міне, осылай кім сүйекті сөреге әкелсе, сол топ жеңімпаз болып есептеледі. Ал жеңілген жақ ән салып беруге міндеттелген. Ойын осылай жалғаса береді.

«Сақина салу» – арнайы жеребе тартылып, бір қыз бен жігіт ортаға шығады, ал қалғандары қолдарын уыстап тізіліп отырады. Қыз осы отырғандарды алақандарына сақина тастағандай аралап шығады. Әрине, солардың біріне қолындағы олжасын тастап кетуі тиіс. Ал жігіт қыздың кімге қалдырғанын табуы шарт.

Дұрыс таба алса, отырған ойыншы айып ретінде өнер көрсетеді, ал жігіт қателессе өзі айыпты болады. Бұл ойында айыпты түрлі жолдар арқылы өтеуге болады, мәселен, жұмбақ шешу, жаңылтпаш айту, би билеп, ән салу. Не айып тартатындығын қатысушылардың өздері бұйырады.

«Бастаңғы» – ауылдағы үлкен кісілер той жиынға кеткен кезде бас қосып жиналатын қазақ қыз-келіншектерінің дәстүрлі ойыны. Бұл кезде қыз балалар өзара бас қосып, емін-еркін ойнап-күліп, сырласады. Олар өз қалауларымен ауылдың жас келіншектерін де шақыра алады.

Бастаңғы – қыздардың үй шаруасындағы қимыл-әрекетінің көрінісін береді. Бастаңғыға келген қыздардың әр қайсысы тәтті-дәмдіні, құрт-майды үйден ала келіп, ортақ дастарқан жаяды. Ал тамақты өздері дайындайды. Бұл ойынның астарында үлкен тәрбиелік мән көруге болады. Қыздар осы ойын арқылы қонақ күтімін, табақты мүшелеп тартудың жөнін көріп, іс жүзінде орындайды. Бастаңғы

ілгеріде келтірген ойындар секілді сауық-сайранға жатпайды. Ешқандай шу болмауы керек. Себебі, бұл қылықтарын үлкен кісілердің біліп қою әбестік деп түсінген.

«Алты бақан» – жастардың жиналып бас қосып, сауық-сайран, әуелеткен ән кешін сыйлайтын тамаша ойын кеші. Мұнда қатысушыларға шек қойылмайды. Бұл ойын далада, жазды күндері арнайы құрылған бақандарда өткізеді. Оны әзірлеу үшін тербелетін тұғыр жасауға ұзындығы 3-4 метрлік алты бақан және үш мықты арқан қажет болады. Айтылған алты бақан үш-үштен жерге төбелері түйістіріліп орнықтырылады да оған көлденең арқалық ағаш байланады. Ал үш арқанның ұшын сол көлденең арқалыққа бекітіп қояды. Міне, осы дайындалған бақандарға қыз бен жігіттер алма-кезек ауысып тербетіліп, ән шырқап, қалғандары осы әнге қосылып керемет кештің көрінісін көрсетеді.

«Тоғыз құмалақ» – бүгінге дейін өз дәрежесін ұстап тұрған ұлттық ойындарымыздың бірі. Тоғыз құмалақты төрт бұрышты тақтада ойнайды. Тақтаның екі қатарға тоғыз-

тоғыздан сопақша келген ұясы, әр қатар үшін бірден жасалған екі қазан болады. Олардың түсі екі бөлек. Әр ойыншыға 81-ден құмалақ беріледі. Олар ұяларға 9-дан орналастырылады. Ойын шарты: тоғыз құмалақтың партиясы ақ пен қараның кезектесіп отыратын жүрісінен тұрады. Ойынды бастаушы адам өзінің кез келген ұяшығында бір құмалақты қалдырып, оларды сағат тіліне қарсы жақтан бастап ұяларға салып шығады. Егер ең соңы құмалақ түскен бәсекелестің ұзындығы тас саны жұп болса, онда ойыншы сол ұядағы құмалақты түгелімен, өз қазанына аударып алады. Ойын барысында ойыншылардың біреуінің ұясында 2 құмалақ қалып, оған қарсыласы ең соңғы тасын салып үлгерсе, ол үш тасты түгел алады да, ұя ойын аяғына дейін «тұздыққа» айналады. Бұдан кейін сол ұяға түскен тастар «тұздық» иесінің қазанына көшеді. Қазанына жалпы 82 құмалақ жинаған ойыншы жеңіске жетеді.

«Тымпи» ойынына қатысушылар шеңбер жасап, дөңгелене отырады. Ойынды жүргізуші: «Ал ойынды бастаймыз, бәрің түгел тым-тырыс тымпи!» деп бұйырады. Бұдан кейін бірде-бір ойыншы дыбыс шығармауы, үн қатпауы керек. Мұнда жүргізуші ғана сөйлеуге ерікті. Жүргізуші әзілкеш, күлдіргі болуы керек. Ол әзіл-қалжың сөздерді айтып немесе күлкілі іс-қимылмен қалай да біреуді күлдірудің амалын жасайды. Қалжың жыр да айтады. Бұл жерде тек қалжың өлеңге қатысушылардың атын қосып, шамдандырмау керек. Жаңылыстыру үшін неше түрлі сұрақтар қойып, көздеріне төнеді. Біреу абайсыз жаңылып сөйлесе не күліп жіберсе, айып тартады. Айыпты өлең айтады, ән салады не би билейді.

«Қыз кәде» ойында ұзатылатын қыздың жеңгелері мен күйеудің қосшылары тартысқа түседі.

Ойынды қыз жағының жеңгелері бастайды. Олар «қалыңсыз қыз болса да, кәдесіз күйеу жоқ» деп жол-жора жасаттырады. Екі жақ әзіл-қалжың қағыстырып, өнер

жарысына түседі. Кейбір аймақтарда ұзатылғалы отырған қызды үйден кілемге салып көтеріп алып шығып, дәл аттанар сәтте ойынды бастайтын болған. Ал Қазақстанның кейбір өңірлерінде «қыз кәде» қызды аттандырудан бір күн бұрын өткізілген.

«Асық» не «Көтермек» ойынын ер балалар ойнайды. Асықтың ең маңыздысы – сақа. Бір-біріне қарсылас болып екі бала немесе бірнеше бала екі топқа бөлініп сайысады.

Ойынның негізгі шарты – бір-бірінен асықты көбірек ұту. Асықтың үштабан және алтыатар деген кең таралған екі түрі бар. Үштабан ойнау үшін жерге көлденең сызық сызылып, оған әр ойыншы бір бірден арасын сирек етіп кеней тігеді. Ойынға қатысушылар сақасымен тігулі кенейді атып, үштабан сызылған жерден асырып жіберуі керек, үштабаннан кеней шықпай қалса, сол секілді сақа тимей қалса ойынды келесі ойыншы бастайды. Ал алтыатар ойынында кенейлермен қатар, сақасы шықпай қалған

баланың сақасы шетіне қосылып тігіледі. Кімде кім сол сақаны жұлып кетсе жерде қойылған барлық кенейге иелік етеді. Бір кенейді жұлып кеткен бала құлатқан олжаны ғана қанағат тұтады. Әр ойыншыға алты рет кезек беріледі. Алты кезектен кейін шетте тұрған сақа аман қалса, кенейлер сол балаға беріледі.

Ұлттық ойын – рухты ойын. Ол ұлттық сананы қалыптастырады, ұлттық жігерді шыңдайды, ұлттық намысты қайрайды.Қазіргі аз қозғалыс жасап, ертеден қара кешке шейін ұялы телефон, ноутбукпен отыратын жастар тәрбиесінде жас жеткеншектерді қозғалысқа түсіретін, таптырмайтын көмекші құрал. Сондықтан ұлттық ойындарды саралап, оқушылардың жас ерекшеліне сай пайдалана білсек ұтарымыз көп. Баланың жан-жақты дамуын қамтамасыз ететін ойын түрлерін ұлттық педагогикамызға кең көлемде енгізсек, қазіргі әлемдік педагогикадан алып жүрген қазақ балаларының табиғатына сәйкес келмейтін ойындарды ығыстырып шығарған болар едік. Бала тәрбиесінде ерекше рөл атқаратын ұлттық ойын түрлері және ойын ережесі туралы жастар арасында кеңінен насихаттай беруіміз қажет.

Атбегілік өнер өрнектері

Ат спорты – ат үстінде орындалатын спорттық жарыстар. Ат с-ның қазіргі заманғы түрлері: атпен мәнерлеп жүру (жай жүру, желдіру, шоқырақтатып шабу, пассаж, пьяффе т.б.), кедергілерден өту (конкур-иппик), үш сайыс (манежде жүру, алаңда атты сынау және кедергілерден өту), жарысу (1200-3200 м қашықтықты барынша тез шауып өту, стипл-чейз, кросс), атпен аң аулау, үлкен қашықтыққа ат шаптыру (25, 50 және 100 км) т.б.; ұлттық түрлері: бәйге, аударыспақ, көкпар, қыз қуу, теңге ілу. Ат с-нан ең алғашқы Олимпиялық ойындар б.з.б. 680 ж. өткізілген.

Атпен жүрудің арнаулы мектептері 16 ғасырдың бас кезінде Италияда, Францияда, Австрияда пайда болды. А. с. **Олимпиялық ойындар** бағдарламасына 1900 ж., дүние жүзі және Еуропа чемпионаттары бағдарламасына 1953 ж. енгізілді. Халықаралық ат спорты федерациясы (FEI) 1921 ж. құрылды. Қазақстан оған 1952 жылдан бері мүше.

1956 ж. Алматыда алғашқы А. с. мектебі ашылды. Қазақстандық шабандоздар алғаш Олимпиялық ойындарға 1960 ж. қатысты. Шабандоз С.Филатов Абсент атты ахалтеке сәйгүлігімен (Жамбыл обл, Луговой жылқы з-ты) ең жоғарғы көрсеткішке жетіп, 1 алтын (Рим – 1960), екі қола медальді жеңіп алды (Токио – 1964; Мехико – 1968).

1996 ж. Кечкемет қаласында (Венгрия) дүние жүзі ат спортшыларының 1-фестивалі өтті. Оған 23 мемлекеттің шабандоздары қатысты. Осы жарыста қазақстандық атбегілер ұлттық Ат спорты түрінің бәрінен өнер көрсетіп, жеңіске жетті.

Абайдың (1995), Жамбылдың (1996), М.Әуезовтың (1997) мерейтойлары құрметіне ұйымдастырылған халықаралық деңгейдегі аламан бәйгелерде қазақстандық шабандоздар Т.Медеушиев, О.Әмірғалиев, А.Өзіқазақ, Н.Сатыбаев т.б. жүлдегер атанды. Заманауи әлемдегі әртүрлі спорт түрлері әр түрлі, алайда, жарыстарға қарағанда, аз. Кәсіби шабандоздар өздерінің шеберліктерін дәлелдейтінін көріңіз, ат спортымен ойындардың барлық түрлерін жинаған ат спортына мүмкіндік береді. Бұл достарыңыз бен жақын адамдарыңыздың бос уақытын өткізудің керемет мүмкіндігі.

Ат спорты қандай спорт?

Байқаушылардың басты қызығушылығы адамның жануармен өзара қарым-қатынасы және спорттың жылқы қалай реттелетіні және ең аз қозғалыстарға қалай жауап беретіні болып табылады. Салмақты, пәрменді, әлсіреуді жеңілдету – бәрі ат спортында маңызды. Атлас спорты ежелгі уақытта өзінің атағына ие болды. Жарыстар Афинада өтті, әркім арба жарыстарын көре алды. Сондықтан, жарыстар 15-Олимпиаданың арнайы бағдарламасына енгізілгені таңқаларлық емес.

Аттардың қатысуымен барлық спорттық ойындар ат спортының түрлері деп аталады. Бұл тұжырымдама алғашқы олимпиаданың алдында 729 жыл бұрын пайда болды. Конкурсқа мыналар кіреді: кедергілерді жеңуге арналған жарыстар, шабандоздар, шабандоздар үш күндік жаттығулар өткізілгенде, атқа міну мен оқиғаның өнерін көрсетеді.

Атлетті спорт 1912 жылы ресми Олимпиада жарыстары деп танылды. Спорттың негізгі компоненттері құрамдас элементтерді қамтиды.

1. **Бридж** – жылқыда киілетін бөлшектер, оның бақылауы жеңілдетіледі. Спортшының артықшылығын ескере отырып, штангалық снафль немесе мотоцикл болуы мүмкін.

2. **Магнит** – темір биті, ол жылқыды шөппен басқаруға көмектеседі.

3. **Хакамора** – бұл аттың маңындағы екі былғары баумен ұқсастығы. Бөренелер жасанды немесе табиғи теріден жасалған болуы мүмкін.

4. Шабандозға жайлылық пен жайлылық беретін седла, сондай-ақ жануарды қорғайды.

5. Соққылардан және басқа да жарақаттардан соққылар кезінде аттардың қолын қорғайтын **аяқтар**.

6. **Валтаф** – ол терді сіңіріп, аттың артқы жағын қорғайтын седла астында қойылады.

7. **Попон немесе** жылқыны суықтан, жәндіктерден қорғайтын **арнайы көрпе**. Аяқ киім жүн, синтепоновым, мақта болуы мүмкін.

8. Теріні немесе былғарыдан жасалған күшті белбеуді білдіретін **герит**.

Жылқы басқаруға жеңілдік беретін басқа да қосымша оқ-дәрілер бар. Әуе-жарақ бір қолсыз және бу болуы мүмкін. Бірінші тақырыпқа мыналар жатады:

- жылқы тәрізді бұқа;
- жалған;
- риниялар.

Қару-жарақпен қатар, ат үстіндегі ат аттарды басқаруды

жеңілдетеді, мысалы, Э. оның дауысы (барлық спорт түрлерінде рұқсат етілмейді). Ат спорты түрлерінің көп түрлері бар, бірақ бірнеше классикалық түрлер бар: жарыстар, шапан, триатлон. Бу тасымалдау механизмі:

- қысқыш;
- кеуде белдемесі;
- құрылыс;
- дулыға;
- соққы.

Ат спорты - жағымды және жағымсыз жақтары

Ат ойындарында көптеген артықшылықтар мен кемшіліктер бар. Осы спортқа артықшылық бермес бұрын, барлық нюанстарды талдаңыз. Ат спорты спортының артықшылықтары:

- жылқылардың арқасында ауруларды емдеу;
- жүйке жүйесін тұрақтандыру және эмоционалдық фонды қалыпқа келтіру;
- психикалық процестерді қалпына келтіру;
- дене белсенділігі, салмақты жоғалтуға көмектеседі.

Қауіпті ат спорты туралы айтатын болсақ, тек осы түрге қосылғысы келетіндердің көпшілігінде маңыздысы бар кейбір жағымсыз факторлар бар:

- сілкілеу жүрек ауруына бейім адамдарда инсультты тудыруы мүмкін;
- бұлшық еттер мен шыршаның шамадан тыс күші.

Танымал пікірге қарамастан, ат спорттық жарыстары аяқтың қисаюына әкелмейді.

Ат спорты үшін не пайдалы?

Ат спорты спортта адамның денсаулығы ғана емес, өзін-өзі сенімді адам ретінде қалыптастырады. Байқау кезінде шабандоз жылқыны мүмкіндігінше сезінуі және өз қозғалыстарына ие болуы керек. Сабақтардың арқасында сіз күшті рух пен жақсы денсаулығыңызды қалыптастыра аласыз, бұлшық еттерін дамытып, үйлесімді фигурамен қамтамасыз ете аласыз. Таза ауадағы тұрақты серуендер иммунитетті арттырады және созылмалы аурулардың пайда болуына кедергі келтіреді.

Ат спортының қауіп-қатері.

Ауыр атлетикалық спорт түрлеріндегі спорттық жарақаттар, өкінішке орай, кең таралған, бірақ кәсіби қызметтегі жарақат алу жиі емес. Жылқының иеленуімен, өз денесінің сезімімен, жарақаттар мен қауіптерден аулақ болу шындық. Ең жиі кездесетін жағдайлар – иық, мойын, аяқ-қолдарда жарақат. Ең ауыр жарақаттар – аттың астына түскенде немесе жарақаттанғанда омыртқаның сынуы – бұл жұлынның үзілуі мен кейінгі параличтің болуы мүмкін екендігіне байланысты.

Ат спортының түрлері. Классикалық ат спорты спорты секіру, триатлон және шеберліктің өзгеріссіз триосы болып табылады. Дегенмен, қазіргі уақытта борттық, қозғалыстың, тротуардың, тротуардың, ат жарысының, кинотеатрдың, жигитовка танымал болып келеді. Түрлердің әрқайсысы өзінің жеке ерекшеліктеріне қарай ерекшеленеді және кәсіби тәсілдерді, дағдыларды және қабілеттерді талап етеді.

Ат спорттық жарыстары. Жоғарыда аталып өткендей, ат спорты 1912 жылдан бері Олимпиада ойындарының бір бөлігі болып табылады. Салт-дәстүр немесе ойын-сауық – бұл күрделі және жұмбақ түрдегі ойындардың бағдарламасына спортты қосу. Шеберліктер үшін күрделі элементтер мен жаттығулар ғана емес, қателіктер мен дәлдік болмауы – динамизм маңызды. Үлкен бәсекенің арқасында ешбір шабандоз тоқтап қалмауы керек. Ол аудиторияға «жағымды» нәтиже көрсетуі керек. Жылқы дұрыс өнімді қозғалыстарды қаншалықты жасай алады.

1. Әртүрлі ставкалар бойынша жұмыс жылқылары: азайғаннан бастап қосылады.

2. Айғырдың қозғалысы, икемділігі.

Жылқы бағаланғанда, оның мойынсұнуына, алға қарай жылжуына, қозғалыстардың көрінуіне, икемділігіне және тегістігіне назар аударылады. Жануарлардың барлық қажетті факторлардың бар болуы оң нәтиже беріп, ат спортының «талғампаз» өкілінің мәртебесін айқындауға мүмкіндік береді, сондықтан атлеттер атқа ерекше назар аударып, оған дұрыс көзқарас табу керек.

Ат спорты – бәсекелестік. Байқау ойын-сауық және күрделі бәсекелестік деп саналады. Ат спорты бұл спорт

түрі мен танымалдылығына тән. Байқауға қатысу үшін, шабандозды және оның атын ұзақ және күрделі дайындауды талап етеді. Атлет спортында батыл, айқын, физикалық дайындықтан өткен, ат спортында интеллектуалды болуы керек: кедергілерді жеңу, жоғары үйлестіру, күш, икемділік – аттың көрсетуі. Байқау кез-келген қателікті судьялар тіркеген және тіркелетін ережелер жүйесі бар.

Ат спорты – триатлон. Ойын-сауық аренаға, ат спорты бойынша далалық мамандандыруға жатады. Триатлонның мәні мемлекет мен дайындықты толығымен көрсету үшін бір атқа үш кедергіні жеңу болып табылады. Ең алдымен, аттың қаншалықты қалдырылғанын және қаншалықты мұқият болатынын тексеріңіз, содан кейін - қаншалықты күшті және жігерлі болса, үшінші күні ол өрістегі ауыр сынақтардан кейін оның жұмысқа қабілеттілігі мен күйін тексереді.

Ат спорты – көлік жүргізу. Қазіргі ат спорты түрлердің кең түрінде ұсынылған. Олардың бірі – қозғалыстың басты қатысушылары болып табылады. Негізгі түрлері: сырғанау, марафон, парктор, батыс спорт, ханымдар, поло және бага. Әрбір түр белгілі бір ерекшелікті бағалайды: дебридант, фитнес, жылдамдық, дене позициясы, үйлестіру.

Ат спорты – ат жарысы. Ат спортының қандай түрлері туралы біліп, жарыстарға қатысатын сынақтардың санатын көрсету керек. Сынақ кезінде аттың қаншалықты тез және динамикалық екенін тексеріңіз. Осыған байланысты жануарлардың жарамдылығы мен оның өнімділігін түсінуге үлес қосады. Жылқы жарысы спорт жүлдесі деп аталады және көп ақша ставкалары бар жүгіріспен өтеді.

Ат спорты – Дерби. Дерби – ат спорты бойынша кез-келген спорттық жарыстың негізгі сыйлығы. «Дерби» жарысының арқасында, сіз кез-келген жастағы үздік атты анықтай аласыз, өйткені жарыстар әртүрлі жас санаттарында өткізіледі. Дерби әр жылқы үшін өте маңызды оқиға болып саналады, өйткені мұнда тек оның жылдамдығы ғана емес, кәсіби жарамдылығы да тексеріледі.

Ат спорты - қызықты фактілер. Бұл спортта қатаңдық, дәйектілік және иерархиямен ерекшеленеді, ат спортының түрлері туралы қызығушылық пен қызығушылық тудырады:

- жоғары және тым толық адамдар жылқылармен жұмыс жасағанда табысты болады, өйткені олар дұрыс «серіктес» таба алмайды;
- Жылқуды бақылау тек қана көмеймен ғана емес, кез-келген жолмен жүзеге асырылуы мүмкін;
- жылқы тек қана шабандозды тыңдайды.

Ат спортының жұлдыздары. ТМД-ның ең сәтті аттары:

1. **Марфаева Марина**. 2016 Олимпиадасының қатысушысы, бірнеше рет жеңімпаз және ресейлік және халықаралық жарыстардың жеңімпазы.

2. **Корелов Александр**. МСМК, Ресей Федерациясының абсолютті чемпионы, Афинадағы және Бейжіндегі Олимпиада ойындарына қатысушы.

3. **Меркулова Инесса**. 2016 Олимпиадасының қатысушысы, Ресей және Кеңес чемпионаттарының бірнеше мәрте жеңімпазы, Әлем кубогының кезеңдері, Орталық Еуропа лигасының жеңімпазы. Ресейлік ұлттық шапан команданың жаттықтырушысы.

4. **Пыркин Анна**. Ресей құрамасының мүшесі, 2010 жылы Ресей чемпионатының лауреаты, 2009 жылғы Ресей президенті кубогының иегері.

5.**Туганов Владимир**. Екі Олимпиаданың қатысушысы, КСРО бірнеше дүркін чемпионы, Ресейдегі ат спортының федерациясының вице-президенті.

Ат спорты жұлдыздарының болуы бірнеше жыл бойы созылмайды – ол ондаған жылдар бойы, кейде өмір бойы өмір сүру керек. Нағыз кәсіпқойлар денсаулығына, дамыған түйсігі, тәртіптілігі, адалдығы болуы керек. Шабандоздың мансабын бастау үшін, арнайы білім алудың қажеті жоқ, сіз өзіңізді бөлімдерге баруды шектей аласыз, теорияны және тұрақты тәжірибені өз бетімен зерттей аласыз.

Конкур (фр. concours hippique-ат жарысы) ең жас, бірақ ат спортының ішінде ең қызығы және бейнелісі болып табылады.

Пайда болғанына 100 жыл уақыт өткенімен, өзінің пайда болған күнінен бастап спортшылар мен көрермендер арасында үлкен танымалдылыққа ие болды. Бұл жарыста спортшы мен жылқының әртүрлі жағдайда және кездескен кедергілерден бағыт бойынша жүріп өткен жолы сыналады. Шабандоздан табандылық, жақсы физикалық дайындық, темірдей жүйке керек, себебі жылқыны күнделікті кедергілерден секірту қиын. Ал жылқыдан үлкен күш, кедергіге қуатты келу және аяқпен итеру, қимылдардың жоғарғы координациясы, кедергіден секірген және жерге түскен кезде тепе-теңдікті сақтай білуі, сондай-ақ қимылдардың икемділігі және ырғақтылығы талап етіледі. Конкурда шабандозбен жылқының бір-бірін толық түсінбеушілігі болмай жеңіске жету мүмкін болмайды.

Тарихы. Конкурдың отаны ретінде Франция елі саналады. XIX ғасырдың 50 жылдары жылқылардың париждік көрмесінде «конкур иппик» атауын иеленген түрлі кедергілерден секіру бойынша алғашқы жарыс болып өтті. Алғашқы конкур-иппик жарысының белсенді ұйымдастушылары мен қатысушылары Самюрлық атты әскер мектебінің офицерлері мен курсанттары, басқа елдің офицерлері, сол мектепте оқитын және тәжірбиеден өтіп жатқандар болды. Бұл ат спорты түрінің құрылуына үлкен ықпал еткен итальяндық Пинеродо атты әскер мектебі әсіресе 1890-1907 жылдар аралығы. Сол мектептің жаттықтырушыларының бірі капитан Федерико Каприлли болды. Ол табиғи атқа міну мектебінің құрушысы. Ол ашқан атпен жұмыс жасаудың жаңа тәсілдері, конкур мен үшсайыстың дамуына тың серпін берді. Бейнелі ғана емес техникалық сайысқа айналдырды. Уақыт өте конкурдан

өткізетін жарыстар ауқымы кеңейіп, атқа міну техникасы жетілдіре түсті. Бұл спорттың танымалдылығы тым жоғары болып шыққандықтан, секіру жарыстары 1900 жылғы Париждегі II Олимпиада ойындарының бағдарламасына қосылды.

Конкурдың түрлері. Конкур бойынша жарыстардың сан алуан түрлері бар, мысалы:

«Өз бағыты». Әр қатысушының міндеті ұйымдастырушылар ұсынған кедергілердің барлығынан өз бағытын құру. Өз бағытын құрған кезде шабандоздарға шабандоз жылқы өз жұбының жеке ерекшеліктерін ескеріп, осылайша барлық ыңғайлы жолдарды және қашықтықты «кесіп өту» нұсқаларын есептеуге мүмкіндік беріледі.

«Айнадай» – **бағыттың принципі** «Шығып қалу ойынына» негізделеді. Бір уақытта шабандоз жылқы екі жұбы әр түрлі алаңдарда бірдей маршруттан өтеді. Маршрутты нашар өткен жұп жарыстан шығады, ал жақсырақ жұпқа келесі қатысушыны шығарады. Жарысты соңғы жеңген қатысушы жеңімпаз болады.

«Қиындық дәрежесінің артуы бойынша» – «Қиындық дәрежесінің артуы бойынша» конкур біртіндеп қиындай түсетін алты, сегіз немесе он кедергісі бар маршрутта өткізіледі. Қиындық дәрежесі тек биіктік немесе ені есебінен ғана емес, сол секілді маршрутта олардың орналасу схемасы есебінен артады. Ұпайлар әр өтілген кедергі үшін беріледі: бірінші кедергі үшін бір ұпай, екіншісі үшін екеу, үшіншісі үшін үшеу және т.с**.с.**

«Аңшы паркуры» – міндетті маршруты жоқ кедергілерді өту бойынша жарыс. Жарыс туралы ережеде тек кедергілердің саны және биіктігі көрсетіледі (кедергілер

жүйесін бұл ретте қоймайды), ал оларды өту кезектілігін шабандоздар өздері таңдайды. Барлық кедергілерден өткен және ең аз айып ұпайларын жинаған спортшы жеңеді. Нәтижелер тең болған жағдайда аңшы паркурын өтудің ең жақсы уақытын көрсеткен спортшы жеңімпаз атанады. Бағалау тек уақыт бойынша ғана жүргізілмейді. Бұл жағдайда құлағаны және алғаш екі бағынбаушылық үшін автоматты түрде артық шығындалған уақытпен айып ұпайлар беріледі, ал кедергілерді бұзғаны үшін айып ұпайларын емес, секундарты есептейді (арнайы кесте бойынша), оларды кейін аңшы паркурын өту уақытына қосады.

«Стильге» – Конкурдың бұл түрінде ұпайлар ат үйрету бойынша жарыстарда тәрізді ұпайлар жүйесі бойынша беріледі. Төрешілер отыруды, сол секілді шабандоздың әрекеттерін, жылқының техникасын және де жұптың жұмысын бағалайды. Маршрут аяқталған соң, шабандозға жалпы пайыз көрсетілген нәтижелері бар хаттама беріледі (ол бойынша жарыс нәтижесі есептеледі).

«**Уақыт нормасына жақындатылған»** – Конкурдың бұл түрінде шабандоз ұйымдастырушылар белгілеген уақыт нормасына ең жақын нәтижені көрсетуі тиіс. Айыптар жүйесі классикалық конкурдағыдай.

«Секіру қуаттылығына» – секіру қуаттылығына жарыстар (пьюсанс) бірнеше гиттерден құралады, олардың барысында шабандоздар келесі шеңберге өту үшін маршрутты таза өтуі тиіс. Әр гиттен соң кедергілер жоғарырақ және жалпы қиынырақ болады. Жарыстың соңына қарай қабырға 2,25 м дейін жетуі мүмкін. Әдетте нәтижелер төртінші гиттен соң қорытылады. Егер төрт

гиттен соң бірнеше шабандоздың ұпайлар саны бірдей болса, жүлде қаражаты олардың арасында бөлінеді.

«Қайта секірумен классикалық жылдамдыққа» – Классикалық конкур жылқының және шабандоздың кедергілерден өту қабілеттерін анықтауға арналған. Маршрутты өту тазалығы және жүйріктігі ескеріледі. Егер екі және одан астам шабандоз гитті таза немесе бірдей қателер санымен өтсе, нәтиже бір, ары кетсе екі қайта секіруді өткізу арқылы анықталады. Қайта секіру кезінде ең аз қателер санымен ең аз уақыт жеңісті болып есептеледі.

Ережелері. Аренаның (алаңның) өлшемдері. FEI (Халықаралық ат спорты федерациясы) ережелері бойынша конкур үшін ашық аренаның ауданы 3200 шаршы метрден кем болмауы тиіс. Ең кіші жағы 40 м-ден кем болмауы тиіс. Пониге арналған конкур ауданы кем дегенде 2400 шаршы метр аренада өткізілуі мүмкін. Жабық конкур манежі ауданының ені кем дегенде 20 м болатын 1200 м² кем болмауы тиіс.

Дене құрысын жазуға арналған алаңның және жаттығу өрісінің өлшемдері

Ашық жаттығу өрісінің минималды өлшемдері – 15 м × 35 м. «Конкур Иппик» және жабық орынжайларда өткізілетін жарыстар үшін дене құрысын жазуға арналған алаң мен жаттығу өрісінің ені кем дегенде 15 м және минималды ауданы 400 шаршы м болуы тиіс. Жаттығу өрісінде кем дегенде бір биіктікті және бір ендікті кедергі болуы тиіс.

Қоңырау. Қоңырау қатысушыларға белгі беруге арналған, мысалы: келесі қатысушыға алаңға шығуға дайындалу

- өнер көрсетудің басталуы туралы белгі
- өнер көрсетушіні
- қатысушыны тоқтатқан соң, оған өнер көрсетуді жалғастыруға рұқсат
- қатысушыны дисквалификациялау (ұзақ қоңырау немесе 3 рет қоңырау соғу)

Егер қатысушы тоқтау туралы белгіден соң тоқтамаса, оны дисквалификациялауы мүмкін. Тоқтатқан соң, өнер көрсетуді тиісті белгіні күтпестен жалғастыру, сондай-ақ, дисквалификациялауға әкеп соғады.

Жалаушалар. Кедергінің шекарасы бойынша жалаушалар орнатылуы тиіс. Ендікті кедергіде кем дегенде екі қызыл және екі ақ жалауша болуы тиіс. Қатысушыға әрдайым кедергіні ақ жалауша сол жақта, ал қызыл жалауша оң жақта болатындай өту талап етіледі.

Өнер көрсету уақыты

Сағат гит уақытын есептеуді салт атты және жылқы сөре сызығын өткенде бастап, олар мәре сызығын өткенге дейін жалғастырады.

«Қайта секіру»

Егер екі және одан көп қатысушылар гитті таза немесе айып ұпайларының бірдей санымен өтсе, бірдей нәтижелері бар барлық қатысушылар маршрутты қайта өтеді, ол, әдетте, қысқарақ, бірақ бір немесе екі қосымша кедергісі болуы мүмкін. Айып ұпайлары ең аз және қайта секіру маршрутын өтуге шығындаған уақыты ең аз шабандоз жеңімпаз болып есептеледі.

Маршрут. Қатысушы сөре сызығынан мәре жалаушасына дейін өтуі тиіс қашықтық маршрут деп аталады. Маршруттағы кедергілер, қатысушы кез келген

маршрутты өзі таңдай алатын жарыстарды қоспағанда, міндетті өту тәртібінде нөмірленген.

Маршрутты көрсету. Конкур қатысушыларына кедергілердің орналасу схемасымен танысу үшін маршрут бойынша бір рет өтуге мүмкіндік беріледі (тиісті киімде). Алаңға жұмыс киімін киіп шығуға тыйым салынады. Қатысушыларға кедергілерге жақыннан қарауға және оларды қалай өту дұрыс екендігі туралы шешім қабылдауға рұқсат етіледі. Кедергілерден өткені үшін ұпайларды қосындылайтын маршруттарда шабандоз, сондай-ақ өз жылқысының қабілеттеріне сәйкес ол қандай кедергілерде барынша көп ұпай жинай алатындығын ойластыру қажет. Шабандоз, сондай-ақ, кедергілер орналасқан топырақтың жағдайын қарап, түрлі кедергілердің өлшемдерін анықтайды.

Маршрутты құрастырушы

Маршрутты құрастырушы (курс-дизайнер) оны қатысушыларды, сол секілді көрермендерді қызықтыруды ескере отырып, салады. Кедергілер жылқыға гитті таза өту мүмкіндігін беретіндей орналасуы тиіс. Тәжірибелі маршрут құрастырушылар жылқылар қалай секіретіндігін және секіру кезінде қандай қиыншылықтар болатындығын жақсы біледі. Маршрутты жобалаған және орналастырған кезде құрастырушы қатысушылардың деңгейін ескеруі және кедергілердің қиындық дәрежесі қатысуға өтінім бергендердің тәжірибесіне сәйкестігін қамтамасыз етуі тиіс. Жарыс басталар алдында жарты сағат бұрын маршрутты құрастырушы алаңға шығу жеріне барынша жақын маршруттың егжей-тегжейлі схемасын іледі. Төрешілерге де схеманың көшірмесі беріледі.

«Конкурстан тыс». «Конкурстан тыс» терминімен конкурстан тыс қатысушы белгіленеді. «Конкурстан тыс» шабандоз-жылқы жұбы жүлдеге үміткер бола алмайды, өтілген гит үшін ұпайлар алмастырылып, басқа сыныпта немесе жарыста ескерілмейді. Көрсетілген шеберліктің жоғарғы деңгейіне қарамастан конкурстан тыс қатысушыларға қайта секіруге қатысуға тыйым салынады.

Конкур үшін белгіленген киім үлгісі. Ережелер жылқы мен шабандоздың таңнан бастап әдемі және тиянақты болуын талап етеді. Өз киім үлгісі бар қауымдастықтардың мүшелері жарысқа қатысқан және маршрутты өткен кезде өз қауымдастығының киімін киюі тиіс. Өзге жағдайда әйел шабандоздар атпен жүруге арналған редингот киюі керек. Ерлер ақ галстугы бар редингот киеді. Халықаралық жарыста рединготтың түсі шабандоздың ұлттық тиесілігіне байланысты анықталуы мүмкін. Ирландияның шабандоздары жасыл редингот киеді. Қорғаныс каскасы міндетті. Қамшыға рұқсат берілген, бірақ олардың ұзындығы 750 мм-ден аспауы тиіс. Шабандоздарға кез келген деңгейдегі конкур жарысында өкшелік киюге рұқсат берілген, бірақ өкшеліктердің өткір ұштары төмен және сыртқа бағытталуы тиіс. Оған қоса костюмнің қажетті керек-жарақтары – атпен жүруге арналған етік немесе ағытпалы қоныш, бриджи және көйлек. Ауа-райы ерекше ыстық болған жағдайда төрешілер рединготтың міндетті еместігі туралы шешім қабылдауы мүмкін.Жарыс қатысушыларына өріске жеңі жоқ күртке, пуловер немесе поло-жейде киіп шығуға тыйым салынады. Бұлыңғыр ауа-райы кезінде төрешілер плащ киюге рұқсат беруі мүмкін. Әскери немесе полиция бөлімшелеріне тиесілі жарыс

қатысушыларына өз киім үлгісін киюге рұқсат беріледі. Конкур бойынша балаларға арналған жарыста киім тиісті, қолайлы және қарапайым болуы тиіс.Кедергілердің түрлері

Конкурда кедергілердің сан алуан түрі бар, оларды өту үшін жылқы күшінің түрлі мөлшері жұмсалады.

- Крестовина – биіктікті кедергі, сырықтары екі бағанада айқыш-ұйқыш орналасады, бұл ретте сырықтың бір соңы, қарама-қарсы бағанға бекітілген екіншісіне қарағанда, бірінші бағанның жоғары жағына бекітіледі.
- Чухонец – сырықты қаша түріндегі биіктікті кедергі, сырықтар екі бағанға бекітілген.
- Кішкене есік – ені шамамен 2 метр болатын тік кедергі, құраушы элементі бағандарда еркін ілулі тұрады.
- Қабырға (банер) – биіктікті кедергі. Ағаш блоктардан бітеу қабырға түрінде жасалған.
- Үшайыр (пирамида, трипль-бар) – ендікті кедергі. Қоссырықтар принципі тәрізді, бірақ 3 параллель сырықтан құралады.
- Арық – ендікті кедергі, ірі жарыстардың маршруттар құрамына міндетті түрде кіруі тиіс. Арық құрғақ немесе дымқыл болуы мүмкін. Арықтың ені – 200-450 см.
- Шлагбаум – түрі бойынша темір жол торабындағы шлагбаумға ұқсас биіктікті кедергі – екі бағанада орналасқан ұзартылған үшбұрыш түрінде.
- Джокер – қиындық дәрежесі жоғары кедергі түрі, «Джокермен бірге» маршрутында ғана қолданылады. Ілмелі және қоссырық түрінде болуы мүмкін, мысалы: тек үстіңгі сырықтары бар ені үлкен қоссырықтар. Әдетте, маршруттың соңғы кедергісіне балама болады.

- Оксер (қоссырықтар) – жылқыны белгілі бір биіктік пен енді алуға мәжбүрлейтін ендікті кедергі болып табылады. Егер алдыңғы және артқы қоссырықтар бірдей биіктікте орналасса, бұл тік оксер, бірақ егер кедергінің соңғы сырығы жоғарырақ болса, кедергі «бірте-бірте» оксер деп аталады. Жоғарылауы жерден секіру жағынан немесе қону жағынан біртіндеп өзгеретін кедергілерді параллельділерге қарағанда жылқылар айтарлықтай жеңілірек алады, себебі параллель кедергілер кезінде жылқыға биіктігі мен ені бір деңгейдегі кедергілерден өту талап етіледі. Егер оксер бірнеше элементтен құралса да, ол бәрібір бір секіру арқылы өтілетін дара кедергі болып есептеледі. Сондай-ақ жүйелер бар. Бұл бір-бірінен бір/екі/үш қарқын (қиындығына қарай) аралықта орналасқан бірнеше кедергі. Кедергілердің санына байланысты жүйе қос немесе үштік болуы мүмкін.

Пайдаланылған әдебиеттер тізімі:

1. Ланда Б. Х. Диагностика физического состояния: обучающие методика и технология: учебное пособие - Москва: Спорт, 2017
2. https://kk.wikipedia.org/wiki/%D0%A1%D0%B0%D0%BD%D0%B0%D1%82:%D2%9A%D0%B0%D0%B7%D0%B0%D2%9B%D1%82%D1%8B%D2%A3_%D2%B1%D0%BB%D1%82%D1%82%D1%8B%D2%9B_%D0%BE%D0%B9%D1%8B%D0%BD%D0%B4%D0%B0%D1%80%D1%8B
3. https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/56448-kazahskie-nacionalnye-igry-na-urokah-fiziches.
4. Манжелей И. В. Инновации в физическом воспитании: учебное пособие - Москва, Берлин: Директ-Медиа, 2015
5. Серова Л. К. Мотивация в спортивной деятельности: монография - Москва: Спорт, Человек, 2020
6. https://argymaq.kz/archives/1872
7. Б.Қайратұлы Қазақтың атбегілік өнері
8. https://massaget.kz/blogs/7497/

МАЗМҰНЫ

Алғы сөз...…….....…..…….…....4
Оқушылардың жас ерекшелігіне сай ұлттық ойын
түрлерін пайдаланудың тиімді жолдары.....6
Атбегілік өнер өрнектері.....25
Пайдаланылған әдебиеттер тізімі…….....…….….....43

ҰСЫНЫСТАР ҮШІН

ҰСЫНЫСТАР ҮШІН

ҚАЗАҚСТАН РЕСПУБЛИКАСЫ
«ИННОВАЦИЯ» ОҚУ-ӘДІСТЕМЕЛІК ОРТАЛЫҒЫ

РЕСПУБЛИКА КАЗАХСТАН
УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ЦЕНТР «ИННОВАЦИЯ»

Электронды почта: **qazinnovation@mail.ru**

ҚАЗАҚСТАН РЕСПУБЛИКАСЫ
«ИННОВАЦИЯ» БАСПА ҮЙІ

РЕСПУБЛИКА КАЗАХСТАН
ИЗДАТЕЛЬСТВО «ИННОВАЦИЯ»

Электронды почта: **innovation.kz@bk.ru**