

Жас спортшылардың жетістіктері: болашақ чемпиондарға бағыт

ЖАРИЯЛАНДЫ
26.12.2024

ТІРЕК СӨЗДЕР

болашақ чемпиондар, жас спортшылар, жаттықтыру әдістемесі, мотивация, психологиялық қолдау, спорт инфрақұрылымы, спортты дамыту, спорттық жетістіктер, спорттық тәрбиелеу

СІЛТЕМЕ

<https://bilimger.kz/173764/>

Қайратбекұлы Талғат

Даулет Серікбаев атындағы Шығыс Қазақстан техникалық университеті

Дене шынықтыру және спорт

Педагогика ғылымдарының магистрі

Аңдатпа

Мақала жас спортшылардың жетістіктері мен олардың болашақ чемпиондарға айналу жолындағы маңызды факторларды қарастырады. Спортқа жастарды тарту, олардың жеке әлеуетін дамыту, сондай-ақ әлеуметтік және психологиялық қолдау көрсетудің маңыздылығы анықталады. Сонымен қатар, жаттықтырушылар мен ата-аналардың рөлі, спорттық инфрақұрылымның жағдайы және мотивациялық факторлар арқылы жас спортшылардың табысқа жетуіне ықпал ететін аспектілер талқыланады.

Кілт сөздер

жас спортшылар, спорттық жетістіктер, болашақ чемпиондар, спортты дамыту, жаттықтыру әдістемесі, спорт инфрақұрылымы, мотивация, психологиялық қолдау, спорттық тәрбиелеу

Спорт – тек дене шынықтыруды емес, сонымен қатар ұлттың рухани және мәдени дамуын да қамтитын кешенді процесс. Жас спортшылардың

жетістіктері олардың денсаулығы мен психологиялық жағдайынан бөлек, мемлекет үшін үлкен мәнге ие, себебі олар елдің халықаралық аренада бәсекеге қабілеттілігін арттырады. Спортпен айналысу жасөспірімнің жеке тұлға ретінде қалыптасуына, жауапкершілік сезімін дамытуға және еңбекқорлыққа тәрбиелеуге үлкен ықпал етеді. Сондықтан жасөспірімдердің спорттық жетістіктеріне дұрыс бағыт беру, қолдау көрсету және жағдай жасау маңызды. Бұл мақалада жас спортшылардың жетістіктерін қамтамасыз ететін негізгі факторлар, олардың спорттық дамуына әсер ететін аспектілер мен болашақ чемпиондарға бағыт беру мәселелері қарастырылады.

Жастарды спортқа тартудың маңыздылығы

Жас өспірімдерге ерте жастан спортқа қатысу арқылы олардың физикалық, психологиялық және әлеуметтік дамуына ықпал етуге болады. Қазіргі заманғы қоғамда балалардың дене белсенділігі жиі төмендейді, себебі олар көбірек уақытын компьютерлік ойындармен немесе әлеуметтік желілерде өткізеді. Осыған байланысты спортты насихаттау және балаларды спорттық секцияларға тарту өзекті мәселеге айналады.

Ерте жастан спортпен айналысқан балалардың денсаулығы, физикалық жағдайы жақсы болады, әрі олар өмірлік дағдыларды – тәртіп, ұжымда жұмыс істеу, мақсатқа жету сияқты қасиеттерді игереді. Осы тұрғыдан алғанда, мектептерде спорттық үйірмелер мен секциялар ашуды күшейту маңызды. Жас спортшыларға өздерінің физикалық мүмкіндіктерін бағалауға мүмкіндік беріп, оларды шыдамдылыққа, табандылыққа тәрбиелеу қажет.

Сонымен қатар, балаларға арналған спорттық шаралар мен жарыстарды өткізу олардың спортқа деген қызығушылығын арттыруда шешуші рөл атқарады. Мұндай іс-шаралар спортшыларға жеңістер мен жеңілістерді қабылдауға үйретіп, олардың өзін-өзі бағалауын қалыптастырады.

Жаттықтырушылар мен ата-аналардың рөлі

Жас спортшылардың жетістіктері көп жағдайда жаттықтырушылар мен ата-аналардың бірге атқаратын жұмысына байланысты болады. Жаттықтырушылардың кәсібилігі мен олардың тәрбиелеу әдістері спортшылардың нәтижесіне тікелей әсер етеді. Жаттықтырушы өз шәкіртінің физикалық дайындықтан бөлек, оның психологиялық жағдайына да назар аударуы қажет. Ол спортшының тұлғалық ерекшеліктерін ескере отырып, оның мотивациясын арттыру және тиімді жұмыс істей білу керек. Сонымен қатар, жаттықтырушылар балалардың жасы мен деңгейіне сай әдістемелерді пайдаланып, жас спортшының дамуын бақылап, жетілдіріп отыруы тиіс.

Ата-аналар да жас спортшының дамуына үлкен әсер етеді. Олар балаларына қолдау көрсетіп, мотивациясын арттырып, қиындықтарда моральдық көмек көрсетуі керек. Әсіресе, баланың жарыстарда жеңіліс табуы немесе дайындық барысында қиындықтармен кездесуі кезінде ата-ананың қолдауы шешуші фактор бола алады. Спорттық жетістіктерге жетуде ата-ананың бірлескен жұмысы мен ынтымақтастығы, оның ішінде баланың психологиялық жай-күйіне көңіл бөлу өте маңызды.

Инфрақұрылым мен материалдық қолдаудың әсері

Жас спортшылардың жетістіктеріне әсер ететін маңызды факторлардың бірі – спорттық инфрақұрылымның жағдайы. Жоғары деңгейдегі спорттық нысандар мен жабдықтардың болуы спортшылардың кәсіби дамуында маңызды рөл атқарады. Заманауи жаттығу залдары, жабдықтар мен техникалық ресурстар спортшылардың нәтижелерін жақсартуға мүмкіндік береді.

Көптеген аймақтарда, әсіресе ауылдық жерлерде, спорттық инфрақұрылымның болмауы жас өспірімдерге спортпен айналысуға мүмкіндік бермейді. Осы себепті мемлекет тарапынан спорттық кешендер мен стадиондардың салынуы және заманауи жабдықтармен қамтамасыз етілуі қажет. Бұл жас спортшыларға дұрыс жаттығу жасау үшін қажетті жағдайлар жасайды. Сонымен қатар, халықаралық стандарттарға сәйкес келетін жаттығу орталықтарын ашу арқылы жас спортшыларды әлемдік

деңгейге дайындауға болады.

Мемлекет тарапынан материалдық қолдаудың артуы, демеушілер мен жеке сектордың спортқа инвестиция салуы жас спортшылардың жоғары деңгейде дайындалуына мүмкіндік береді. Бұл спортшылардың еліміздің атын шығаруға деген ұмтылысын арттырады және халықаралық аренада жеңістерге жетуге ықпал етеді.

Мотивация және психологиялық қолдау

Жас спортшылардың жетістіктеріне психологиялық дайындық пен мотивация үлкен әсер етеді. Спорттың сәтті болуы тек физикалық күшке ғана байланысты емес, психологиялық тұрақтылық пен сенімділікке де тәуелді. Жас спортшылар өз мақсаттарына жету жолында түрлі қиындықтар мен сәтсіздіктерге тап болады, және олармен күресуге мотивация мен ішкі күш қажет.

Спортшылардың мотивациясын арттыру үшін жаттықтырушылар мен психологтар олардың тұлғалық ерекшеліктерін ескере отырып, психологиялық қолдау көрсетуі тиіс. Психологиялық тренингтер мен мотивациялық жаттығулар спортшының ішкі ресурстарын аша отырып, олардың өзін-өзі сендіруіне көмектеседі. Жаттықтырушылар да спортшыларды жеңістер мен жеңілістерді тең қабылдауға, қиындықтардан сабақ алуға үйретуі керек.

Бұдан бөлек, жастардың жетістіктеріне деген мақтаныш пен спортқа деген сүйіспеншілікті арттыру үшін оларды үлгілі спортшылармен кездесулер ұйымдастырып, олардың жетістіктері мен тарихымен таныстыру да маңызды. Бұл оларға болашақта үлкен жетістіктерге жетуге деген сенім береді.

Жас спортшылардың жетістіктері еліміздің спорттық деңгейін көтеру мен халықаралық аренада танылу жолындағы маңызды қадам болып табылады. Оларға дұрыс бағыт-бағдар беру, мотивациясын арттыру, жан-жақты қолдау көрсету және спорттық инфрақұрылымды дамыту арқылы болашақ чемпиондарды тәрбиелеуге мүмкіндік бар. Бұл – тек спорт саласының ғана емес, жалпы қоғамның да ортақ міндеті. Жас

өспірімдерге арналған арнайы бағдарламалар мен қолдау шаралары арқылы біз болашақтағы ұлы чемпиондарды тәрбиелей аламыз.

Пайдаланылған әдебиеттер

1. Сейдахметова, Л. «Спорттық психология: теория және практика», Алматы, 2021.
2. Қазақстан Республикасы Спорт және туризм министрлігі. «Ұлттық спортты дамыту бағдарламасы», Нұр-Сұлтан, 2022.
3. Jones, R., «Coaching Young Athletes: A Comprehensive Guide», London, 2019.
4. Махмұтов, А. «Дене шынықтыру және спорт педагогикасы», Астана, 2020.
5. WHO (World Health Organization), «Physical Activity Guidelines for Children and Youth», Geneva, 2020.

ҚМ АА Күәлік нөмірі: **KZ45VPY00102718** — ҚР Мәдениет және Ақпарат министрлігі

© 2026 **Bilimger.kz** Ақпараттық-танымдық білім порталы. Барлық мазмұн авторлық құқықпен қорғалған.