

БӨЛІМ: ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ

Бестас ойыны: дене шынықтыру мен ойлау қабілетін дамытуЖАРИЯЛАНДЫ
30.09.2025СІЛТЕМЕ
<https://bilimger.kz/182679/>**Тоқтаубай Қайырлы**

Астана қаласы әкімдігінің

«М.Жұмабаев атындағы №65 мектеп-гимназиясы» ШЖҚ МКК

Дене шынықтыру пәні мұғалімі

Ұлттық ойындар – баланың да, ересектің де физикалық күш-қуатымен қоса, логикалық қабілетін дамытатын сауық түрлері болып табылады. Бұл ойындарда әр қатысушы өзінің жетістігін сезініп, қанағат алады. Қазақ халқының ұлттық ойындары тарихы тереңде, көне дәуірден басталады. Ойындардың қалыптасу кезеңдері мен шығу тарихы – өз алдына бөлек әңгіме. Ойын халықтың өмір сүру салтынан, өмір үшін күресінен туындаған қажеттіліктің бірі. Ойын-сауық еңбек мазмұнына, оның құралдарына байланысты әртүрлі формада дамып, жетілген. Қазақ халқы ежелден ойын-сауыққа бейім болған халық. Бүгінгі күні қазақ ұлттық ойындарының жүзден астам түрі белгілі.

Қазақ халқы «баланы жастан» тәрбиелеуді ойын-сауық арқылы жүргізудің маңыздылығын жоғары бағалаған. Ойынсыз өскен ұрпақтың тәрбиесін, халықтың мәдениетін бағалау екіталай. Адам мен ойын түйіндес, тығыз байланыста. Ойын-сауық қазақ қоғамының дәстүрі мен өмір салтына үнемі әсер еткен. Мысалы, тас дәуірінде – таяқ жүгірту, асық, ақсүйек; темір дәуірінде – қарағи, садақ; ал үйсін, қаңлы хандықтары кезеңінде – ақбайпақ, алтыбақан, арқан тартыс, белбеу тастау, жасырынбақ, айдапсал сияқты ұлттық ойындар кең таралған.

Мемлекеттік құрылым қалыптасқан сайын ойындар халықтық мерекелердің құрамына енген. Көшпелілер мерекелерінде күрессіз, ат пен жаяу жарыссыз, айтыс, ән мен күйсіз, аң аулаусыз той болмайтын болған. Көшпелілер үшін бұл ойындар тек физикалық дайындық қана емес, сонымен бірге тұлғаның рухани, әлеуметтік дамуына ықпал ететін құрал болған.

«Бестас» – қазақ халқының көне ұлттық ойындарының бірі. Ойынның негізгі мақсаты –

баланың моторикасын, тапқырлығы мен логикалық ойлау қабілетін дамыту. Бестас арқылы оқушы топтық жұмысқа үйренеді, өзара сыйластық, бірлік, әділдік сезімдерін қалыптастырады. Ойын барысында балалар ой елегінен өткізіп, стратегия құрады, кезектілік пен ережені сақтауды меңгереді.

Бестастың шығу тарихы қазақ халқының көшпелі өмірімен тығыз байланысты. Бала кезінен ойын арқылы физикалық және психикалық дайындығы қалыптасады. Ойынның тәрбиелік мәні зор: балалар бір-бірін сыйлауды, ережені ұстануды, жеңісті әділ бағалауды үйренеді. Сонымен қатар, ойын балалардың қимыл-қозғалыс үйлесімін, зейінін, есте сақтау қабілетін жетілдіреді.

Бүгінгі таңда «Бестас» ұлттық ойыны мектептегі дене шынықтыру сабақтарының негізгі элементіне айналып отыр. Мектебімізде дене шынықтыру пәні мен бос уақытты тиімді пайдалану арқылы балалар асық ату, тоғызқұмалақ, күрес және бестас сияқты ұлттық ойындармен айналысады. Ұлттық ойындар балаларды жан-жақты дамытып қана қоймай, салауатты өмір салтын насихаттаудың тиімді құралы болып табылады.

Бестас ойынын сабақтарда қолдану арқылы оқушылардың логикалық ойлау қабілеті, икемділігі, тапқырлығы дамиды. Ойын балалардың шығармашылық қабілеттерін арттырып, белсенділігін, спорттық қабілетін жетілдіреді. Сонымен қатар, балаларға ұлт дәстүрін, тарихын, мәдениетін танытуға мүмкіндік береді. Бестас ойындарын ұйымдастыру балалардың ортақ мақсатқа бірігіп, ұжымдық жұмысқа тартылуына септігін тигізеді.

Ұлттық ойындар арқылы жас ұрпаққа адамгершілік қағидалары, әділдік, бірлік, өзара сыйластық қасиеттері дарытылады. Бестас ойыны балаларды қызықтырып, олардың ойлау, есте сақтау және қимыл-қозғалыс дағдыларын жетілдіреді. Сонымен қатар, балалардың отансүйгіштік сезімін қалыптастыруда, ұлттық мәдениетке құрметпен қарауға тәрбиелеуде маңызды рөл атқарады.

Қорыта келе, «Бестас» ұлттық ойыны – балаларды жан-жақты дамытуға, физикалық және логикалық қабілеттерін жетілдіруге, ұлттық мәдениет пен дәстүрді насихаттауға мүмкіндік беретін тиімді педагогикалық құрал. Мектеп тәжірибесі көрсеткендей, ұлттық ойындарды жүйелі қолдану балалардың білімге қызығушылығын арттырады, салауатты өмір салтын қалыптастырады және болашақ ұрпаққа ұлттық құндылықтарды бойына сіңіруге жол ашады.

Пайдаланған әдебиеттер:

1. Аманжолов, С. Қазақтың ұлттық ойындары. Алматы: «Мектеп» баспасы, 2015. 224 б.
2. Байтұрсынов, А. Қазақ тәрбиесі мен ұлттық ойындар. Алматы: «Өнер», 2012. 198 б.

3. Ермекова, Г. Дене тәрбиесі және ұлттық спорт түрлері. Астана: «Білім» баспасы, 2018. 176 б.
4. Жұмабаев, М. Қазақ халқының ұлттық дәстүрлері мен ойындары. Алматы: «Қазына», 2010. 240 б.
5. Қараев, Б. Ұлттық ойындар арқылы балаларды тәрбиелеу әдістемесі. Алматы: «Фолиант», 2016. 152 б.
6. Мұқанова, А. Бастауыш сыныпта ұлттық ойындарды қолдану тәжірибесі. Алматы: «Білім-Орда», 2019. 130 б.
7. Назарбаев, Н. Қазақстан халқының мәдени мұрасы: дәстүрлі ойындар. Нұр-Сұлтан: «Ұлттық кітап», 2020. 208 б.
8. Сейітов, Ж. Ұлттық спорт және дене шынықтыру сабақтары. Алматы: «Дайк-Пресс», 2017. 184 б.
9. Тұрсынов, Қ. Балаларды ұлттық ойын арқылы тәрбиелеу әдістемесі. Алматы: «Мектеп», 2014. 160 б.

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

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