

Маяковский орта мектебі

**Қазақтың ұлттық ойындарын дене  
тәрбиесі сабағында кеңінен қолдану**

Дене тәрбиесі пәнінің  
мұғалімі  
Қабылдин Бекзат Кикбайвич

## **Сабақтың мақсаты:**

**Білімділік:** Ұлттық ойындар арқылы оқушының өз ұлтының әдет-ғұрпына, салт-дәстүріне деген қызығушылығын оятып, төл ойындар арқылы білім деңгейін көтеру.

**Дамытушылық:** Ұлттық ойындарды кеңінен насихаттай отырып, оны бүгінгі күнге лайықты етіп, сабақта кеңінен қолдану. Ұлттық ойындармен оқушыларды күштілік, ептілік, жылдамдылық, икемділік қасиеттерін дамыту.

**Тәрбиелік:** Ұлттық ойындарды сабақта кеңінен қолдана отырып, тәрбиелік мақсатты орындауды көздеу.

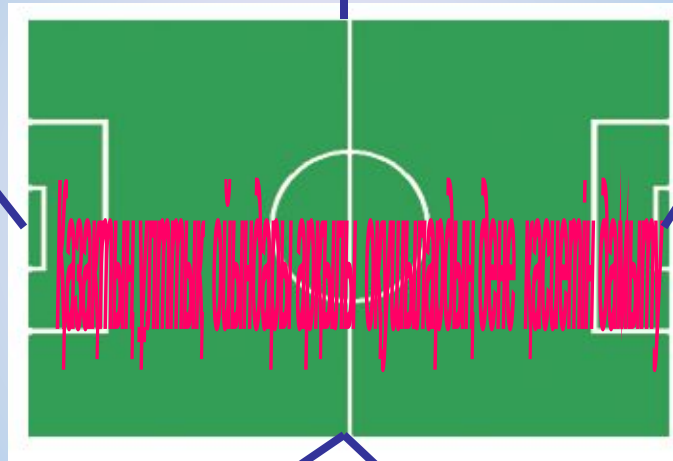
**Жылдамдық**



**Ептілік**



**Ерік-жігер**



**Қызығушылық, ұйымдастырушылық қабілет, ұйымдастырушылық қабілет, ұйымдастырушылық қабілет**

**Шапшаңдылық**



**Тез шешім қабылдау**



# Табан жарыс



«Табан жарыс» ойыны көгалды тегіс алаңда, спорт залда ойналатын ойын. Бұл ойынды екі топқа бөлініп ойнайды.

## ОЙЫН ЕРЕЖЕСІ

Екі топ қатарға тұрып ең бірінші тұрған ойыншының қолына ұлтарақ беріледі. Төреші белгі бергенде ұлтарақпен 15-20 м жердегі белгіні айналып келіп, келесі ойыншыға ұлтарақты беруі керек. Ойын осылай жалғасын табады.





# Қуып жет



Ойын көгалды алаңдарда ойналады. Барлығы 10-20 ойыншы қатысатын жігіттердің ат ойыны. Ойынға әр ойыншы өз атымен қатысады.

## ОЙЫН ЕРЕЖЕСІ

Жиналғандар екі топқа бөлінеді. Ойын жүргізуші арасы 1-2 шақырымдай жерден екі көмбе белгілейді. Көмбенің біреуіне таяқ шаншып, оның басына тұмақ кигізеді. Екінші көмбеде өзі тұрады. Екі топтан екі адамды шақырып, біреуінің қолына белбеу немесе орамал береді. Ойын жүргізушінің белгісі бойынша ойыншылар екінші көмбеге қарай шабады. Белбеу алған ойыншы екіншісін көмбеге жеткізбей қуып жетіп ұруы керек те, көмбеге жеткен соң белбеуді тымақтың үстіне тастап, қайта қашады. Екінші ойыншы белбеуді алып, қарсыласын көмбеге жеткенше қуып жетіп ұруы керек. Қай топтың ойыншысы қарсыласын көп ұстаса, сол топ жеңген болып есептелінеді.



# Тымақ ұру



Тымақ ұру ойыны көгалды алаңда өткізіледі. Ойнаушылардың санына шек қойылмайды. Ойынға әркім өз атымен қатысады. Күні бұрын көмбе белгіленіп 20 метр жерге биіктігі ат бойындай қазық қағылады да, тымақ кигізіледі. Ойынға көз байлайтын орамал керек. Ойыншылар бір сызықтың бойына қаз-қатар тұрады.

## ОЙЫН ЕРЕЖЕСІ

Басқарушы кезекте тұрған, яғни қатардан өз жағындағы ең шеткі ойыншыны ортаға шақырады. Оның көзін орамалмен байлап, атына мінгізіп, қолына қамшы береді. Осы көзі орамалмен байланған салт атты жігіт қолындағы қамшысымен тымақты дәл ұрып түсіруі керек. Ойын ережесі бойынша тымақты үш рет ұруға еркі бар. Айталық, бір рет ұрғанда тимесе, онда одан ары тымақты іздеп ұруына болады. Онда таба алмаса, тымақты одан ары іздеп тағы ұрады. Осылайша, барлық ойыншылар бір реттен айналып шыққанда, тымақты кім көп ұрса, сол ойыншы жеңімпаз аталады.



# Көкпар



Ойын көптеген жігіттердің қатысуымен өтетін аттылардың ойыны. Ойынға бауыздалған қозы мен лақтың біреуі пайдаланады.

## ОЙЫН ЕРЕЖЕСІ

Ойынға қатысушы аттылы жігіттер белгіленген сызықтың бойына қатарға тұрады. Аттылы жігіттер тұрған сызықтан

50-60 адымдай жерге көкпар тасталынады. Ойын жүргізушінің белгісімен салт аттылар тұра шабады, сол ақ қай бұрын жеткені жолында жатқан көкпарды іліп алып қашады. Оны артынан қуып жетіп, басып озған ойыншы тартып алады, осылайша ара қашықтығы 4-5 шақырымдай белгіленген көмбеге кім бұрын әкелсе, сол көкпарды алады. Көкпар қанша рет тігілсе, ойын сонша рет қайталаынады.





# Асық ойындары



Бұл ойынды да тек асығы бар балалар ғана ойнайды. Асық ойнаушылардың саны 4-8 балаға дейін жетеді. Әрине, асықты қыз балалар ойнамайды. Бұл ойынның түпкі мақсаты-асық ұтып алу.

## ОЙЫН ЕРЕЖЕСІ

Көнге барлық ойыншы бір-бірден асық тігеді. Содан соң, бір бала ойыншылардың кезектерін анықтау үшін басқалардың сақасын жинап алып, иіреді. Яғни, кімнің кімнен кейін асық ататынын анықтайды. Иірген кезде алшы түскен сақаның иесі - бірінші, тәйке түскеннің иесі – екінші, бүк түскендікі – үшінші, шік түскендікі – төртінші атады. Атқан кезде, атылған асық пен сақа бір жақты алшы немесе тәйке, бүк, шік түссе асықты алып ары қарай ата береді. Яғни, атқан кезде – сақа алшы түсіп, асық кез келген түрде жатса, егер сақа тәйке түсіп – асық та тәйке түссе, егер сақа да, асық та бүк, немесе шік түссе, мұндай жағдайда асықты алып, ары қарай ата береді. Қалған басқа жағдайда ешкім де асықты алмайды. Асықты атқан кезде де ойыннан шығып қалатын жағдай болады. Егер асықты атқан кезде, сақа атылады да, әлгі бала ойыннан шығып қалады. Тәйке түскен сақаны өзінен кейінгі кезекте тұрған бала атады. Бұл жерде мына бір жағдайды ескерте кеткен жөн. Көндегі асықты сақаның жатқан жерінде тұрып ату керек, ал тәйке түскен сақаны көнде тұрып ату керек, ал тәйкеге тигізе алмай қалса, онда атқан ойыншы ойыннан шығып қалады, демек көнге тіккен бір асығынан ұтылады.





# Арқан тартыс



Ұзындығы 8-10 метрдей жуан кендір арқан керек. Арқанның тең ортасынан орамал немесе шүберек байланып белгі жасалынады. Осы орталық белгінің екі жағынан бір жарым-екі метрдей жерден тағы да жоғарыдағы тәртіппен белгі жасалынады. Ойнаушылар (ойынға 10-15 адамнан) екі топқа бөлініп қатысады, екіге бөлінудің тәртібі: ойнаушылар бойларының биіктігіне қарай бір қатарға тізіліп тұрады. Ойын жүргізушінің берген командасы бойынша тізбекте тұрған ойнаушылар оң жақ шетінен қатар санды: бір, екі, үш... деп бастап, сол жақ шетіне дейін санап шығады. Сөйтіп, бұл топ тақ жұп болып екіге бөлінеді. Қатысушылардың саны он адамнан кем болмауы керек.

## ОЙЫН ЕРЕЖЕСІ

Күні бұрын жерге немесе еденге белгіленген сызықтың үстіне арқанның ортаңғы белгісін дәл келтіріп кереді. Содан соң арқанның екі жақ шеткі белгісінен бастап ұшына дейін ойнаушылар қос қолдап тартып тұрады. Енді ойын жүргізушінің берген белгісі бойынша жігіттер арқанды өз жақтарына қарай тарта бастайды. Мұндағы мақсат-екі топ бірін-бірі жердегі орталық сызықтан бұрын сүйреп әкетуі керек. Екі топтың қай жағы орталық сызықтан бұрын сүйреп өткізіп алса, сол жағы жеңді деп есептелінеді.

