полукочевников разборное, мягкое, хорошо приспособленное к перевозке, - юрта быстро и просто собирается и устанавливается на новом месте в любых природных условиях. Она прохладна в летний зной, хранит и защищает от холодного ветра, весной и осенью в открытой степи, в горах, удобна в быту. Поэтому в Каракалпакии юрта и в наши дни не утратила своего значения, как лучший вид переносного жилища, для людей тех профессий, которые вынуждены по условиям труда часто менять место работы, в первую очередь, для чабанов при отгонно-пастбищной системе животноводства.

В Программе адресных мероприятий по развитию сферы туризма и увеличению экспортного потенциала туристических услуг по Республике Каракалпакстан на период 2011-2012 годов были обозначены инвентаризация объектов культурного наследия на территории Республики Каракалпакстан, вошедшие в туристические маршруты, реконструкция гостиницы «Отель Нукус» в г.Нукусе, строительство новой гостиницы в г.Нукус на базе ООО «Айым тур», организация гостиницы в Турткульском районе на базе ООО «Турткулсаяхат»,реконструкция гостиницы «Ташкент» в г.Нукусе,создание экотуристической инфраструктуры в зоне «Акчакул» Элликкалинского района,создание туристического комплекса и этнографического парка в зоне Устюрт Кунградского района.

Что касается проблем подготовки кадров для сферы спортивного туризма, отметим, что в Ургенче функционирует колледж для подготовки специалистов экскурсоводов, инфраструктуры туризма. Такой колледж целесообразно открыть и в Нукусе.

Во-вторых, необходимо установить тесный контакт с факультетом международного туризма Ташкентского государственного экономического университета.

В третьих, открыть факультативные курсы туризма на факультетах иностранных языков и истории Каракалпакского госуниверситета.

Литература

1. Багдасарян В.Э., Биржаков М.Б., Бобылев В.Ю., Житенев С.Ю., Орлов И.Б., Путрик Ю.С. (отв. ред. и сост.), Федулин А.А. История туризма: учебник / коллектив авторов; отв. ред. и сост. И90 Путрик Ю.С. -М.: Федеральное агентство по туризму. 2014, -С. 256. - Москва: 2014, –С. 5-6.

2. Зорин И.В. Феномен туризма: Избр. соч: Миссия и функции туризма. Этнологические начала путешествий. Профессиональное туристическое образование. Образование и карьера в туризме. -М.: 2005.

3. Организация туризма: учебное пособие / Дурович А.П., Кабушкин Н.И., Сергеева Т. М. и др. ; под общ ред. Кабушкина Н.И. и др. –Минск: 2003. -С. 44-53.

РЕЗЮМЕ

Мақолада Қорақалпоғистон Республикасида спорт туризмини ривожлантириш зарурияти ҳақида фикр юритилган. Муаллиф Қорақалпоғистонда ҳар хил йўналишлар бўйича спорт туризмини ташкил этиш имкониятининг мавжудлигини таъкидлайди: Қорақалпоғистон Республикаси Элликқала туманидаги «Тўпроқ-қала», Беруний туманидаги қадимги Хоразм пойтахти «Кат»(Кият) ва ҳозирги Хива шахарлари. Бунинг учун муаллиф этнографик парк яратиш, уйлар ва меҳмонхоналар қуриш ва ходимларни ўқитиш зарур деб ҳисоблайди.

РЕЗЮМЕ

В статье анализируется состояние туризма в Республике Каракалпакстан, особенно отмечается необходимость развития спортивного туризма. Автор отмечает, что в Каракалпакстане имеются все возможности для осуществления спортивного туризма по следующему маршруту : “Топрак-кала” резиденция древнего Хорезма, городище Кият – ранее средневековая столица Хорезма, Куня-Ургенч и Хива. С целью этого автор считает, необходимо создать этнографический парк, построить дороги и гостиницы и подготовить кадры.

SUMMARY

The article deals with the analysis of the state of tourism in the Republic of Karakalpakstan, it is emphasized the necessity of the development of sport tourism. The author of the article points out that there are all the opportunities in Karakalpakstan for the realization of sport tourism on the following route: «Toprak-kala»- a residence of ancient Khorezm, a town Kiyat- a middle-aged capital of Khorezm, Kuunya-Urgench and Khiva. The author of the article recommends to create an ethnographic park to build roads and hotels and train the personnel.

ДЕНЕ ТӘРБИЯСЫ ҲӘМ СПОРТ ПЕНЕН ШУҒЫЛЛАНЫЎ ФОРМАЛАРЫ

Ж.А.Турдымуратов – *үлкен оқытыўшы*
Бердақ атындағы Қарақалпақ мәмлекетлик университети
С.М.Тойлибаев – *ассистент оқытыўшы*
Әжинияз атындағы Нөкис мәмлекетлик педагогикалық институты

Таянч сўзлар: жисмоний маданият, оила, жисмоний жихатдан ривожланиш, спорт, тарбия вазифалари, назорат этиш.
Ключевые слова: физическая культура, семья, физическое развитие, спорт, воспитательные цели, контроль.
Key words: physical culture, family, physical development, sport, educational purposes, control.

Баланы дене тәрбиясы ҳәм спортқа тартыў шаңарақ ҳәм мектепте, ата-аналар, дене тәрбиясы оқытыўшылары, класс басшылары, белгили пән оқытыўшылары тәсири астында басланады. Кейин кәсип-өнер колледжи, академиялық лицей ҳәм жоқары оқыў орынларында билим алыў ўақтында даўам еттириледи. Тәлимниң барлық басқышларында оқыўшыларды дене тәрбиясы ҳәм спорт пенен шуғылланыўларын хошеметлеў, олардың физикалық жақтан раўажланыўларын қадағалаў, спорт әлемине қызығыўларын раўажландырыў тийис. Шаңарақ ҳәм мектеп, колледжиниң ўазыйпасы – дене тәрбиясы ҳәм спортқа муҳаббатты сиңдириў, баркамал әўладты жүзеге шығарыўдан ибарат.

Дене тәрбиясы ҳәм спорттың үлкен потенциалын, сондай-ақ, тәрбиясы аўыр топардағы балалардың дене тәрбиясы ҳәм спорт пенен шуғылланыўға белгили бир қызығыўшылықларын инабатқа алып, сол истиң мазмунын үш өз ара байланыслы компонентлериниң толықлығы сыпатында көрип шығыў мүмкин:

Бириншиси – тәрбиясы аўыр топардағы балаларды келеси шуғылланыўларға турақлы қызығыўшылығын қәлиплестириў менен спорт секцияларына қамтыўға көмеклесиўши қурал, формалар ҳәм усылларды таңлаў.

Екиншиси – мәнәўий, психологиялық ҳәм физикалық жақтан саламатлықты жақсылаў.

Үшиншиси – өспиримлер тәрепинен спорттың таңланған түрлеринде дене тәрбиясы-саўалландырыўшы ҳәм спортқа тийис ислердиң усыллары, жолларының өзлестирилиўи.

Дене тәрбиясы әмелиятында шуғылланыўлардың ҳәр түрли форма ҳәм усыллары бар: билимлендириў мәкемелеринде дене тәрбиясы бойынша шуғылланыўлар ушын сабақ формалары; дене тәрбиясы-спортқа тийис искерлигин шөлкемлестириўдиң билиўге тийис формалары; физикалық шынығыўлар (мәселен, дене тәрбиясы паузалары ҳәм дене тәрби-

ясы минутлары) ҳәм басқа да бир қатар шуғыллаңыўлардың киши формалары деп аталыўшы инициативалық пенен уйымластырылған дене тәрбиясы шуғылланыўының түрли формалары [4].

Физикалық шынығыўлар шуғылланыўларының формалары астында ҳәр бир оқытыўшы (тренер, төреши) ҳәм шуғылланыўшылар, сондай-ақ, шынығыўларды тийисли шәртлериндеги өз ара байланысының (өз ара татыўлығы) анық түри менен характерленетуғын оқыў-тәрбиялық процесин шөлкемлестириў усыллары түсиниледи. Шуғылланыўшыларды жәмлестириў өзгешеликлери ҳәм оларға басшылық етиў усылы бойынша дене тәрбиясы жүзесине шуғылланыўлар еки топарға бөлинеди – сабақ ўақтында ҳәм сабақтан тыс ўақтында [2].

Сабақ формалары – бул оқытыўшы (тренер) тәрепинен турақлы түрде шуғылланыўшы балалар менен өткерилетуғын шуғылланыўлар.

Олар: дене тәрбиясы мәжбүрий пән есапланатуғын билимлендириў мәкемелери (мектеп, академиялық лицей, колледж, жоқары оқыў орынлары) де оқытыўшы тәрепинен мәмлекет дәстүрлери бойынша өткерилетуғын дене тәрбиясы сабақлары тренерлерди шуғылланыўшылардың таңлаған спорт түрине өзлесиўине бағдарланған спорт-тренировка шуғылланыўлары [3:143].

Сабақтан тыс формалар – бул қәнигелер болғанындай (жәмленген) шуғылланыўшылардың өзлери тәрепинен (өзбетинше) актив шаршағанды шығарыў, саламатлықты беккемлеў ямаса тиклеў, иске жарамлығын сақлаў яки асырыў, физикалық сапаларын раўажландырыў, ҳәрекетли тәжирийбелерин өзлестириў ҳәм басқа мақсетлерде өткерилетуғын шуғылланыўлар. Оларға: физикалық жағдайын оперaтив (күнделикли) басқарыў ушын пайдаланылатуғын шуғылланыўлардың киши формалары (азаңғы дене тәрбиясы, кирисиў гимнастикасы, дене тәрбиясы минутлары). Бул формалар қысқа мүддетте раўажландырыўшы, характерин шынықтырыўшы ўазыйпаларын шешпейди; шуғылланыўлардың ири формалары, яғный мазмуны бойынша қарағанда даўамлы, бир ҳәм көп комплексли шуғылланыўлар (мәселен, аэробика, шейпинг, атлетикалық гимнастика ҳәм басқалар). Шуғылланыўлардың бул формалары шынықтырыўшы, саўалландырыўшы-реабилитациялық яки рекреациялық характердеги ўазыйпаларды шешиўге бағдарланған; шуғылланыўлардың бәсекелесиў формалары, яғный жарысларда жеңип шығыў, физикалық яки техникалық таярлықта анықланатуғын дене тәрбиясы, спортқа тийисли искерликтиң формалары болып табылады (мәселен: рәсмий жарыслар, таңлап алатуғын жарыслар, биринши орын ушын беллесиў, чемпионатлар ҳәм басқалар) [3:144].

Педагогикалық көзқарастан дене тәрбиясы шуғылланыўлары бирнеше мақсетке муўапық болып, узақ мүддетли әмелиятта өзин ақлаған сабақ формалары деп тән алынған. Сабақ процесинде педагог ҳәм балалардың өз ара ҳәрекети шын кеўиллигине байланыслы тийкарланған. Бул оқытыўшыға барлық шуғылланыўшылардың билиўге тийис ҳәрекетли искерлигин өз ўақтында қадағалаў ҳәм де бағдарлаў имканын береди.

Сабақтағы оқыў-тәрбиялық процесин қәнигелер педагог ҳәм қурам бойынша турақлы шуғылланыўшылардың үзликсиз өз ара ҳәрекети системасы сыпатында көрип шығады. Сабақ улыўма дене тәрбиясында болғанындай спортқа тийис шынығыўлар, әмелий физикалық таярлықта да шуғылланыўларды систематикалық тәризде уйымластырыўдың бирқанша экономикалық ҳәм нәтийжели формасы болып есапланады. Сабақлардың тийкарғы өзгешелиги төмендегилер: педагог тәрепинен арнаўлы жаратылған орын, анық белгиленген ўақыт даўамында, командалық ҳәрекетли искерлик қурамы бойынша қарағанда уқсас топар шуғылланыўшылары менен олардың өзгешеликлери ҳәм индивидуал имканиятларын инабатқа алған ҳалда басшылық етиў болып есапланады [3:145].

Дене тәрбиясы сабақларының жеңиси ҳәм абзаллығы: оқыў-тәрбия процесин басқарыўдың үзликсизлиги ҳәм анықлығы; жақын мүнәсибет ҳәм педагог тәрепинен шуғылланыўшыларды жақсылап қадағалаў, үйрениў имканияты; ҳәр бир оқыўшыға жәмленген жәмәәттиң хошеметлеўши тәсири.

Сабақлардың нәтийжелиги топардың толық болыў өлшемлерине әмел етиўге байланыслы. Соның ушын түрли контингенттеги балалар ҳәм үлкенлерди физикалық жақтан тәрбиялаўда бир ўақытта шуғылланыўшылар санының анық өлшемлери белгиленген [1].

Әдебиятлар

1. Ильинич В.И. Физическая культура студента: Учебник /Под ред. В.И.Ильинича. - М.: Гардарики, 2005. – С.88.
2. Курамшин Ю.Ф.Теория и методика физической культуры: Учебник /Под.ред.проф. Ю.Ф.Курамшина- 3-е изд., стереотип. - М.: 2007.
3. Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учеб. пособие для студентов вузов / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. 6-е из., стер. - М.: Издательский центр «Академия», 2008. –С.143.
4. Матвеев Л.П. Теория и методика физического воспитания: Учебник для институтов физических культуры. /Под общей ред. Л.П.Матвеева и А.Д.Новикова. Изд. 2-е, испр. и доп. (В 2-х т.), Т.1. - М.: Физкультура и спорт, 1976. –С.268.

РЕЗЮМЕ

Ушбу маколада шахс хаётида жисмоний тарбиянинг роли ва спортнинг таълим ва тарбия жараёнидаги аҳамияти ҳақида маълумотлар берилган.

РЕЗЮМЕ

В статье рассматриваются различные формы и виды физической культуры и спорта в воспитательной и образовательной жизнедеятельности индивида.

SUMMARY

The article contains information about various forms and types of physical culture and sport in the educational and upbringing activity of the individual.