

**СТУДЕНТТЕРДИН РУХАНИЙ ЖАНА ДЕНЕ МАДАНИЯТЫН  
КАЛЫПТАНДЫРУУНУН ӨЗГӨЧӨЛҮКТӨРҮ  
ОСОБЕННОСТИ ФОРМИРОВАНИЯ ДУХОВНОЙ И ФИЗИЧЕСКОЙ  
КУЛЬТУРЫ СТУДЕНТОВ  
FEATURES OF STUDENTS' SPIRITUAL AND PHYSICAL CULTURE  
FORMATION**

*Аннотация:* Макалада студенттердин сергек жашоосун жана дене маданиятын калыптандыруунун мааниси жана өзгөчөлүктөрү жөнүндө сөз болот.

*Аннотация:* В статье говорится о значении и особенностях формирования здорового образа жизни и физической культуры студентов.

*Summary:* The article talks about the importance and features of forming a healthy life and physical culture of students.

*Түйүндүү сөздөр:* сергек жашоо, өспүрүм, көнүгүүлөр эрежеси, дене маданияты, руханий адеп.

*Ключевые слова:* здоровый образ жизни, подростковый возраст, правила занятий спортом, физическая культура, духовные нравы.

*Key words:* healthy life, adolescence, exercise rules, physical culture, spiritual manners

Болочок мугалимдин руханий-адептик маданиятынын калыптандыруу университетин жана жалпы билим берүү мейкиндигин актуалдуу проблемасы болуп эсептелет. Анткени окутууда азыркы коомдун талаптарына ылайык келгендей адептүү инсанды, компетенттүү жана квалификациялуу адистерди даярдоосу учурдун талабы. Университет бүтүндөй билим берүү процессинде жаш адамдын биологиялык, социалдык жана рухий жактан канчалык деңгээлде компоненттүү инсан экендигине өзгөчө көңүл бурат.

**Руханий маданият** — адамдардын жамааттык аң-сезими, туюп-билүүсү, кабыл алуусу тарабынан иштелип чыккан өндүрүштүк ыкмалардын жалпы системасынын жыйындысы; Муундан муунга, укумдан тукумга сөзсүз берилүүчү оозеки чыгармалардын, түрдүү маалыматтардын, таалим-тарбиянын, элдик илим-билим, адаттары традициялары жана каада –салттары (адамдын чарбалык, социалдык жана үй-бүлөлүк жашоосу менен байланышкан); искусствонун түрдүү багыттары, элдик чыгармачылык, диний ишенимдер жана жөрөлгөлөр ж.б. кирет [4, 656-б.].

Изилдөө ишибиздин предмети жалпы алкагында болочок мугалимдердин руханий-адептик маданиятын жана кесиптик компетенттүүлүктөрүн калыптандыруу болуп саналат. Өнүгүп келе жаткан инсанды субъект катары кароо менен бирге анын руханий жана адеп-ахлактык маданияты, социалдык-маданий чөйрөгө болгон мамилесине басым жасалмакчы.

**Руханий - адептик жактан тарбиялоонун максаты** – жан дүйнөсү өз элинин түптүү руханий асыл нарктарына сугарылган, коомдук мамилелердеги ак менен караны даана ажырата билген, демократиялык коомдун баалуулуктарын жана идеалдарын урматтаган, эл-журт жана мамлекет алдындагы атуулдук парзын абийирдүүлүк менен аткара алган, коомдук активдүүлүгү, атуулдук позициясы айкын, көп маданияттуу чөйрөдө мунаса

күтүп жашай билген, көтөрүмдүү, толеранттуу, адал эмгек, ак мээнет менен жашоого умтулган, ар намысы бийик, эмгекчил, чынчыл, элчил, өзүнүн жана башкалардын саламаттыгын сактоого, өнүктүрүүгө ыкластуу мекенчил инсандарды калыптандыруунун шарттарын аныктоо [6, 7-б.].

Болочок мугалимдердин маданияты, теориялык жана методологиялык, рухий-нравалык жактан калыптандыруу проблемасынын негизин иштеп чыгууда бир катар педагог окумуштуулар өз эмгектерин арнашкан. Инсанга багыттап билим берүү теориясын Е.В. Бондаревская, В.А. Караковский, И.А. Колесникова, Н.К. Сергеев, В.В. Сериков, В.А. Сластенин, В.Д. Щадриков ж.б. окумуштуулар ар тараптуу көз караштарын билдиришкен. Бул маселеге Ата Мекендик окумуштуулар да активдүү киришкен. Алар: И. Бекбоев, Э. Мамбетакун, Н. Асипова, А.Алимбеков, С. Рысбаев ж.б.

Адамдын ар тараптуу өнүгүшү анын руханий жана физикалык жөнөкөйлүк адамдарга, алардын коомуна жана аларды башкарган түзүмдөргө сезилбей жүрүүнүн байланыш маселеси түрдүү доорлордун ойчулдарынын көңүлүн бурган. Бул проблеманын практикалык чечилиши болуп, йога жана дзен–буддизм сыяктуу байыркы чыгыш системалары саналат. Анда жалпы маданияттык руханий элемент күчтүү байкалат. Дене тарбиясы руханий маданият менен табигый байланышат, себеби образдуу ой жүгүртүүнү өнүктүрөт, анын чөйрөсүндө дене тарбиясынын каражаттары менен формалары менен түзүлгөн чыгармачыл кооздукту көрө билүүнү жана кабылдоону калыптандыруу процесси жүрөт. Ага руханий маданияттын аспектилеринин бири болгон кыймыл ишмердүүлүгүнүн жыйынтыгын болжолдоо процесстерине таандык [5, с. 24-27].

Окумуштуу Х.Ю.Боташева [1, с. 37] белгилегендей, окутуу процессинде рухий-нравалык маданияттын өнүгүшүнө билим берүүнүн төрт негизги элементтери таасир берет. Алар:

- ✓ мотивация (окуу планында, окуу дисциплиналарындагы жана атайын курстарындагы руханий - моралдык компонент)
- ✓ максат коюу (окутуунун сапатын жогорулатууга багытталган билим берүү компоненттерин өнүктүрүү. Келечектеги мугалимдин коммуникативдик маданияттын деңгээлин камтыйт);
- ✓ өзүн-өзү баалоо (инсандар аралык өзүнө, башкаларга, коомго, окуучулардын өзүн-өзү сыйлоого түз мамилелердин болушу);
- ✓ чыгармачылык (предметтик-практикалык компонент, басым жасоо менен мүнөздөлүп, кесиптик жана жеке чечимдерди кабыл алуу көндүмдөрүнө ээ болуу);

Болочоктогу мугалимдердин инсанга тиешелүү ар тараптуу руханий жактан жан дүйнөсү бай болуусу анын ишмердүүлүгүндө өзгөчө мааниге ээ. Ал эми инсандын социалдык багыттуулугу төмөнкүлөрдөн турат:

1. Адамдын башка адамдарга карата мамилесинен (мээримдүүлүк, боорукердик, урматтоо, достук, жамааттык, жакшы көрүү ж.б.
2. Адамдын өзүнүн ишмердүүлүгүнүн негизги түрлөрүнө карата мамилесинен – эмгек, окуу, спорттук, илимий ж.б. (ак ниеттүүлүк, тартиптүүлүк, эмгекти сүйгөн, жоопкерчилик ж.б.);
3. Адамдын өзүнүн мекенине болгон мамилесинен (патриоттуулук, баатырдык ж.б.);
4. Өзүнүн өзүнө карата мамилесинен (аброй, намыс, токтоолук, өзүн өзү сыйлоо, өзүн өзү жакшы көрүү ж.б.);
5. Адамдын жаратылышка, буюмдарга, ар түрдүү кубулуштарга карата мамилесинен (тыкандык, үнөмдүүлүк, адептүүлүк ж.б.) [2, 27-б.].

Инсандын спецификалуу өзгөчөлүктөрүнүн бири – бул анын жекечилиги б.а. Башкалардан айырмалуулугу (индивидуалдуулугу), ал адамды, ага гана таандык болгон сапаттар менен мүнөздөйт. Аталган сапаттарга булар кирет: Темперамент, мүнөз, жөндөмдүүлүктөр, психикалык процесстер, абалдардын динамикасы, алдыңкы мотивдер, сезимдер ж.б.

В. М. Выдрин жана В. И. Столяров дене тарбиясынын маданияттын өзгөчө жана өз алдынча чөйрөсү катары карайт, анын негизинде адамдын денесин “социалдык кайра түзүүгө”, “физикалык жана руханий күчүн өнүктүрүүгө багытталган ишмердүүлүк жатат деп эсептейт.

Ал эми башка бир окумуштуу М.С. Каган дене тарбиясын материалдык маданият чөйрөсү деп эсептейт, себеби ал адам тарабынан ага табигый берилген нерселерди кайра жаратуунун, адамга табигый берилген анатомиялык–физиологиялык сапаттарды өзүндө өнүктүрүүнүн ыгы жана жыйынтыгы деп эсептейт [3, с. 328].

Педагог –окумуштуу А. Мамытов жаштардын дене тарбиясы жана спорт теориясы жөнүндөгү аң– сезимин, түшүнүктөрүн кайра баштоону ден соолуктун жана дене тарбия баалуулуктары, интеллектуалдуу, психологиялык жана моралдык баалуулуктары сыяктуу таанылгандай багытка бурууну зарыл деп эсептейт.

Студенттерди тарбиялоого багытталган бардык тарбия-таалим аракеттери машыгуу убагында аткарылат. Алар инсандын аң сезимдүүдүүлүгүн калыптандырууга багытталган ишмердүүлүктүн башка түрлөрү менен айкалыштыруу аркылуу үй-бүлөдө, окуу жайында, жумушта, коомдук иштерде адистер жана коомчулуктун өкүлдөрү тарабынан, басып чыгаруу жана радио, телеберүү мекемелери ж.б.у.с. каражаттар аркылуу жүзөгө ашырылат. Ал эми спорттук машыгуунун максатын эмгектен, окуудан, руханий адеп-ахлактык тарбия процессинен ажыратып аткарууда, алар терс тарбиялоочу натыйжа да бериши ыктымал.

Дене тарбия жана спорт менен машыгуунун интеллектке болгон объективдүү таасири, кыймылдардын аткарылышынын, акыл-эстик жана дене тарбия ишмердүүлүгүнүн биргелешкендигинде, бирдей ынтымакта жана өз ара байланышта болгондугунда. Айлана-чөйрөдө жана биздин организмде болуп жаткан көптөгөн кубулуштар кыймылдык ишмердүүлүктүн жыйынтыгында гана таанып-билиниши практикадан байкалат.

Дене тарбия жана спорт менен машыгуулар интеллекттин төмөнкүдөй жактарынын өнүгүшүнө түздөн-түз таасирин тийгизет:

- ✓ көңүлгө, татаал координациялык дене тарбия көнүгүүлөрүн өздөштүрүү жана аткарууда, аткарылып жаткан кыймылдарга, пайда болгон кыймылдык сезимдерге жана кыймылдарды коштогон кырдаалдарга спортчунун көңүлүн кунт коюшун талап кылат;
- ✓ байкоочулукка, машыгууларда спортчунун организмдин анализаторлорунун өнүгүшүнө таасир берүү;
- ✓ тапкычтык жана ой жүгүртүүнүн тездиги – өзгөрмөлүү кырдаалда тез жана адекваттуу кыймылдык багытталуу жөндөмдүүлүгүнө жогорку талаптар көрсөтүлөт;
- ✓ ой жүгүртүү – ийгиликтүү жана ийгиликсиз кыймылдардын себептерине издөө салуу зарылдыгы, алардын максатын, түзүмүн жана жыйынтыгын ойлонуштуруу [2, 33-б.].

Инсандын өнүгүүсүнүн эң маанилүү критерийи – анын коомдогу активдүү орду жана социалдык даражасы. Инсандын узак жылдар бою социалдык активдүү өнүгүүсүндө спорттук жана дене тарбиялык аракеттүүлүк чоң мааниге ээ жана анын потенциалын ар дайым жогорулатуу коомдун талабы болуп эсептелет.

Болочок дене тарбия мугалимдеринин жекече кесиптик компетенттүүлүгүнүн түзүмүндө төмөнкү бөлүмдөрдү бөлүү керек:

1. Себептүү-баалуулук – өзүнүн маданий компетенттүүлүгүн калыптандырууда, өзүн өзү тарбиялоодо баалуулукка жана талапка анын болочок кесиптик ишмердүүлүгүнө карата мамилесин алдына алган себепти, максатты, студенттин баалуулук бекитүүсүн камтыйт;

2. Когнитивдүү – маданият жөнүндөгү билимдин жыйындысын мүнөздөйт, маданий компетенттүүлүктүн өзүн тарбиялоо ыкмасы жана манызы; билимди жалпылоого жана түзүмдөштүрүүгө шыктуулук;

3. Ишмердүүлүктүү – аралаш-маданий тыкандуулукка чет тилдүү маданиятты алып жүрүүчүлөр менен биргелешүүнү билүүнү болжолдойт, өзүн таануу куралдарын жана башкалардын өзүнүн өнүгүшүн берүү, жекече ишмердүүлүгүн жана өзүн алып жүрүүсүн кабылдоо;

4. Эмоционалдуу – баалуулуктун социалдык жана өздүк маанилүүлүгүнө таянуу менен педагогикалык өзгөрүүлөрдү оң баалоого шарт түзүү, башканын ички дүйнөсүн кабылдай билүү жана аны менен өзүндү салыштыруу [8, 28-б.].

Демек, жогорудагы саналып өткөн компоненттер болочок дене тарбия мугалимдеринин кесиптик компетенттүүлүгүнүн андан аркы өнүгүүсүнө таянган база болот. Мындай сапаттарды калыптандыруу да дене тарбия мугалиминен кайсы бир деңгээлде компетенттүүлүктөр талап кылынат. Алар төмөндөгүдөй ырааттуулукта болот:

- социалдык-укуктук компетенттүүлүк – коомдук институттар жана адамдар менен алакалашуу чөйрөсүндөгү билим жана билгичтик, ошондой эле кесиптик сүйлөшүү ыкмаларына ээ болуу;

- жекече компетенттүүлүк – туруктуу кесиптик өсүшкө жөндөмдүүлүк, эмгекте өзүңдү жайгаштыруу;

- атайын компетенттүүлүк – ишмердүүлүктүн белгилүү түрлөрүн өз алдынча аткарууга даярдык (анын ичинде дене тарбия жана спорт тармагында);

- аутокомпетенттүүлүк – өзүнүн социалдык-кесиптик мүнөздөмөлөрү жөнүндө акыл-эстүү элестетүү;

- өзгөчө кырдаалдагы компетенттүүлүк – кокустан кыйчалыштаган шарттарда аракет кылуу жөндөмдүүлүгү; ж.б

Болочок мугалимдин дене тарбиялык маданияты – бул келечек окуучулардын дене тарбиялык баалуулуктарын түшүнүүгө жана синирип алуусуна багытталган дене тарбиялык, ошондой эле педагогикалык ишмердүүлүктүн пикир алышуусунда жана ар түрдүү түрлөрүндө жеке чыгармачылык менен өзүн өзү өнүктүрүшүнүн ыкмасы жана чеги [7, с. 37].

Бүгүнкү күндө, тилекке каршы, мындай жашоо баалуулуктары күндөн-күнгө жаш муундардан алыстап бараткандай таасир калтырат. Алардагы граждандык жана патриотизм, сүйүү жана үй-бүлө, достук жана аруулук маселесине карата көз караштар замандагы башка нерселер менен алмашылып бараткандай таасирлерди калтырат.

Коомдогу кылмыштуулук, аракеттик, баңгизатка көз карандылык, айланасында курчап тургандарга карата чыдамсыздык жана агрессивдүүлүк сыяктуу жат көрүнүштөрдүн, өзгөчө жаш өспүрүмдөр, студенттер арасында, бар экендиги да өзүнүн терс таасирин тийгизип келет. Турмушка, өзүнүн ден соолугуна кайдыгер мамиле жасоонун дагы бир фактору болуп студенттердин көпчүлүк бөлүгүнүн виртуалдык интернет мейкиндигине сүңгүп кирип кетип жатканы да талашсыз. Адеп-ахлактык тарбия

ар бир адамдын түпкү тарбиясынын калыптанышына байланыштуу. Бул татаал көп факторлуу процесс болуп эсептелет. Инсандын калыптанышына үй-бүлө, мектеп жана ар кандай топтор, чөйрөлөр таасир этет. Инсандын сергек жашоо образын калыптандырууда дене тарбия жана спорттун каражаттарын колдонуу коом үчүн натыйжалуу жана экономикалык жактан пайдалуу экенин дүйнөлүк тажрыйба жана атамекенибизди дене тарбия жана спорт мекемелеринин иштери көргөзүп турат. Мындан тышкаары, жаштардын дене тарбия жана спорту өнүктүрүүдө коомдо эң жогорку социалдык да мааниге ээ болоору айкын. Өз мекенин сүйгөн чыныгы патриот жаштар кыргыз коомунун салттуу руханий баалуулуктарын коргоого жана сактоого карата көптөгөн аракеттерди жасап келишүүдө.

Руханий- адеп-ахлактык тарбия – бул анын баалуулугун жана маанисин өнүктүрүү боюнча гармониялуу инсанды калыптандырууга багытталган, анын руханий, адеп-ахлактык жана негизги улуттук баалуулуктары менен баарлашуу аркылуу мугалимдер менен окуучулардын өз ара аракеттенүүсүнүн максаттуу процесси [9, 126-б.].

Негизинен материалдык байлык топтоо менен алек болгон, дүйнө таанымы курчап турган чөйрөнүн таасири менен калыптана баштаган жаш муун үчүн чыныгы баалуулуктарды жана багыттарды жоготуу өзгөчө коркунучтуу. Бул жаштардын көпчүлүгүнүн каалоолорунун чеги акча, бай сарайлар, унаалар, кымбат баалуу кийимдер экени таң калыштуу эмес. Алардын руханий өнүгүүсү массалык маданият, гаджеттерге болгон кумар, социалдык тармактарда, клуб кечелеринде көңүл ачуу менен чектелет.

Адамзат коомунун келечеги көз каранды болгон, заманбап инсандын руханий адептик чөйрөсүн көтөрүү жана калыптандыруу үчүн, педагогикалык таасир этүү чараларын күчөтүү зарыл. Муундардын тажрыйбасы маданият гана, анын руханий жана адеп-ахлактык баалуулуктары жаш адамдын жашоосунда жол көрсөтүүчү болуп, анын руханий ден соолугун коргошу керектиги маанилүү. Өз мекенине болгон сүйүү менен бириккен коом гана мамлекетти ажырагыс жана гүлдөгөн өлкө кыла алат. Адеп-ахлактын жана мекенчилдиктин ролун баалабоо улуттун алсырашына алып келет. Бирок жаш муунга адеп-ахлактык жана патриоттук сапаттарды сиңирүү үчүн мугалим өзү жогорку адеп-ахлактуу адам болушу керек. Тарбиялоочунун инсандык касиетинин жаштарга тийгизген таасири – бул окуу куралдары, адеп-ахлактык максимумдар же жазалар менен сыйлыктар системасы аркылуу алмаштырылгыс тарбиялоочу күч. Албетте көп нерсе мекеменин рухун билдирет, бирок ал рух кагаздарда эмес, дубалдардын ичинде жашабайт, көпчүлүк тарбиячылардын мүнөзүндө жана ошол жерден ал окуучулардын мүнөзүнө өтүп кетет демекчибиз.

#### **Адабияттар:**

1. Боташева, Х. Ю. Модель формирования духовно-нравственной культуры студентов университета.- Пятигорск : ПГТУ, 2008. № 12
2. Джанузаков К., Абдыбекова Н., Рыспаева Ч. Дене тарбия жана спорттун педагогикасы.- Б.; 2022. 27-б
3. Каган, М. Человеческая деятельность.– М.:Политиздат,1974.-328 с
4. Кыргыз Совет Энциклопедиясы. Башкы редактор: Б.Орузбаева. -Ф: 1980. Том 5. Пирс  
- Токкана. -656 б
5. Выдрин, В.М. Физическая культура и ее теория – М.,1986. ст 24–27.
6. Окуучу жаштарды руханий – адеп –ахлактык өнүктүрүү жана дене тарбиялоо концепциясы. –Б.; 2021. 7-б
7. Слостенин В.А. Педагогическое образование: вызовы XXI века. – М., 2010.

8. Сулайманов С., Мааткеримов Н. Келечектеги дене тарбия мугалимдеринин кесиптик компетенттүүлүгүн калыптандыруу.// ЧМУ Жарчысы. №46. 2018. 28-б
9. Сулайманов С. Студент-жаштарга руханий, адеп-ахлактык жана патриоттук тарбия берүү. //Дене тарбия жана спорт жарчысы.-Б.; 2021, 126-б
10. Окуучу жаштарды руханий – адеп –ахлактык өнүктүрүү жана дене тарбиялоо концепциясы. –Б.; 2021. 7-б