|  |
| --- |
|  |

**Барқыт Мақанова**

**Астана қаласы**

**№ 36 орта мектебінің**

**қазақ тілі пәнінің**

**мұғалімі**

**7 «А» сынып**

**Сабақтың тақырыбы**: **Қазақстанның белгілі спортшылары**

**Сабақтың мақсаты**: Оқушылардың танымдық қабілетін және ауыз екі сөйлеу дағдыларын қалыптастыру.

Білімділік: оқушылардың білімдерін жүйелеу, бекіту, үйлестіру, тақырыпқа байланысты өз ойын айта білуге үйрету.Оқушылардың логикалық ойлау қабілетін дамыту.

Дамытушылық: оқушылардың өз ойын тиянақты, дәл жеткізуге үйрету, сөздік қорып байытып, қызығушылық белсенділіктерін арттыру, сөйлеу дағдыларын дамыту.

Тәрбиелік:Отанын сүюге, Қазақстанның азаматы екендігін мақтан тұтуға тәрбиелеу, еліміздің атақты спортшыларын білуге, құрметтеуге тәрбиелеу.

**Сабақтың түрі:** білім мен дағдыны жүйелеу сабағы.

**Сабақтың типі:** қорытындылау және қайталау сабағы.

**Қолданатын әдіс-тәсілдер:** сұрақ-жауап, топтастыру, жаңылтпаш, көрнекі және техникалық құралдар көмегіне сүйену, аударма, тіл дамыту, карточкалар.

**Сабақтың көрнекілігі:** суреттер, карточкалар, интербелсенді тақта «Бәйтерек» бағдарламасы, 5 сынып 4 модуль («Спорт»)

Пәнаралық байланыс: қазақ тілі, орыс тілі, Қазақстан тарихы

**Оқыту формасы**: жеке, топтық, жұптық.

**Сабақтың барысы: І. Ұйымдастыру кезеңі.**

1. Біз қай елде тұрамыз? Ол қандай мемлекет?

2 **Балалардың белсенділігін арттыру**.

Қайырлы таң достарым,

Қайырлы күн болсын.

Бейсенбі күннің әр кезі,

Сәттілікке толсын.

Біздің алар бағамыз,

Кілең «бестік» болсын.

**ІІ.** **Теориялық тренинг.** Саған спорт ұнай ма? Сен спорттың қандай түрімен шұғылданасың?

Саған спорттың қандай түрлері ұнайды? Сен қандай спорт үйірмесіне барып жүрсің?

Спорт деген сөзді топтастыру:футбол, бокс, күрес, шорт трек, теміртабан спорт,

Қанадалық хоккей, керлинг, әдемі сырғанау, велотрек, волейбол, футбол, т

Спорт түрлері

Ү**й тапсырмасын тексеру. Үйге қандай тапсырма берілді?**

Оқушылардың сабақ барысында алынған ұпайлары туралы айту.

Спорт турлері туралы оқушылар слайд көрсетеді:

«Футбол», «Күрес» , «Шахмат ойыны туралы», «Баскетбол».

**ІІІ** **Жаңа сабақ. Сабақтың мақсатын, барысын айту**.

**Сабақтың тақырыбымен таныстыру: «Қазақстанның белгілі спортшылары**»

1. **Кіріспе.** «Чемпиондар» әні тыңдалады.Балалар, біз бұл тақырыпты бүгін жалғастырып жатырмыз.Алдынғы сабақта біз Қазақстанның белгілі спортшылары туралы әңгімеледік.

Мәтінмен жұмыс, суреттер бойынша бірталай жұмыстар жасадық. Тақырыптық екі газет

те шығардық. Бүгін, сендер үйлеріңде өздерің ұнатқан спортшы туралы мәліметтер жинап, кішкене мини - проект жасап келдіңдер.

**2**. Оқушылардың дайындаған мәліметтеріне көңіл бөлу.Оқушылар Г.Головкин, И. Ильин,

Ә. Юсупова, С. Сапиев, А. Винокуров, Д.Тен туралы слайд бойынша баяндайды.

**3**.Топтық жұмыс. **Оқылым.**

1-топқа **«Жақсылық Үшкемпіров».** Топ өз мәтініне сұрақтар қойып, жауаптарын дәптерге жазады.

***Басым сөздермен жұмыс жасау. Сөздіктерді пайдалану.***

*еркін күрес, екі дүркін жеңімпаз, қарсыластар, атанды, жалау, шығарып салу, рәсім,*

2 - топқа **«Ермахан Ибраимов».** Берілген мәтіндегі бос орындарды толықтырып, спортшытуралы мәліметті оқып шығу.Топ өз мәтініне сұрақтар қойып, жауаптарын дәптерге жазады.

***Басым сөздермен жұмыс жасау. Сөздіктерді пайдалану.***

*орташа, қола медаль, ұлттық құрама, күміс, Олимпиада алауы, бас бапкері, оралды.*

3 – топқа **«Серік Қонақбаев»** . Берілген сөйлемдердегі ойды аяқтау. Топ өз мәтініне сұрақтар қойып, жауаптарын дәптерге жазады.

***Басым сөздермен жұмыс жасау. Сөздіктерді пайдалану.***

*жаттықтырушы, тағайындалды, кәсіби бокс, екі мәрте, иегері, жүлдегер, еңбек сіңірген,*

**4..Тілдесім**. Топтар бір – біріне сұрақтар қояды, жауап береді. Венн диаграмма арқылы спортшылардың айырмашылықтарын, ұқсастығын табады.

***айырмашылығы***

***ұқсастығы***

**5.Грамматиканы қайталау.**

**А)** Есімдерден, етістіктен зат есім жасайтын - ***шы, - ші*** жұрнақтарымен

жұмыс жасау. Интербелсенді тақтада жазылған сөздерге керекті (шы, ші) жұрнақтарды қою.

Мысалы: футбол ..., бокс..., қақпа..., шахмат..., теннис ..., төре..., оқу... .

Әр топтан бір оқушыдан шығып жазады.

Күту.., қорғау..., бақылау..., жүзу..., орындау..., жазу..., жаттықтыру...,

Ә) Мәтіндерге кездескен сан есімдерді ауызша дұрыс айту::

1980, 1984, 33. 1959, 1986, 1992, 1972, 2000, 71, 1999, 2004.

**6. Сергіту сәті.** Жаңылтпашты жаттау, тез айту.

Доп, доп, топ, топ,

Теуіп қалдым допты.

Доп жоғалды, доп жоқ.

Қап, қап, тап, тап.

**IV Сабақты бекіту, қорытындылау**

**Рефлексия.** Тақтаға шығып мағынасына қарай топтастыру:

***Дене шынықтырады: Ойды дамытады:***

(шахмат, шаңғы, коньки, бәйге, дойбы, хоккей, тоғызқұмалақ)

**V Бағалау.**

Оқушылардың сабақ барысында алынған ұпайлары саналады. Әр оқушы бағаланады.

**VI. Үйге тапсырма**: «Менің сүйікті спортшым» тақырыбына диалог дайындау.

Спорт сенің саулығың мен серігің,

Спортпенен шыңдалар

Жігерің мен ерлігің.

Аяғыңды нық басып,

Талай асу, шыңға шық,

Спортқа бөлсең көп уақыт,

Ауру, сырқау болады сенен қашық.

   **Жақсылық Үшкемпіров**          ЖақсылықҮшкемпіров – еркін күрестен Қазақстан чемпионы, грек-рим күресінен КСРО-ның екі дүркін чемпионы, әлем чемпионаты мен кубогының жеңімпазы, КСРО-ның еңбек сіңірген спорт шебері. Ол 1980 жылғы Мәскеу Олимпиадасында белдескен қарсыластарының бәрін жеңіп, Қазақтан шыққан тұңғыш Олимпиада чемпионы атанды.    
     
         1984 жылы Красноярск қаласында жалауын көтерген КСРО кубогында 33 жастағы Жақсылық Үшкемпіровты үлкен спорттан шығарып салу рәсімі жоғары деңгейде ұйымдастырылды. Үлкен спортпен қоштасқан соң Жақсылық аға бірнеше жыл бапкерлікке ден қойып, шәкірттер дайындады. Сосын тоғыз жылдай Республикалық спорт-интернаттың директоры қызметін атқарды.    
          Ол кәсіби спортшы, еліміздің мақтанышы.

**Ермахан Ыбрайымов**    
          “Олимпиаданың алауын ұстау – үлкен құрмет әрі бақыт. Ұйымдастырушыларға мені таңдағандары үшін зор алғысымды білдіремін”.   
          Бокстан Қазақстан құрамасының бас бапкері. Ол 1972 жылдың 1 қаңтарында Жамбыл облысының Жақсылық ауылында дүниеге келген. Әл-Фараби атындағы Қазақ Ұлттық университетін (1999) тәмамдаған.    
          Ермахан Ыбрайымов 71 келіге дейінгі салмақта сайысты. Сидней (2000) олимпиадасының жеңімпазы, Атланта (1996) Олимпиадасының қола жүлдегері, әлем чемпионатының (1997) күміс жүлдегері, әлем чемпионатының қола медалисі, Бангкокте өткен Азия ойындарының (1998) чемпионы.

1. футбол ..., бокс..., қақпа..., шахмат..., теннис ..., төре..., оқу... .

Күту.., қорғау..., бақылау..., жүзу..., орындау..., жазу..., жаттықтыру...,

1. Мәтіндерге кездескен сан есімдерді тақтаға, дәптерге жазбаша түрінде жазу:

**1980, 1984, 33. 1959, 1986, 1992, 1972, 2000, 71, 1999. 2004,**

**Рефлексия.** Тақтаға шығып мағынасына қарай топтастыру:

***Дене шынықтырады: Ойды дамытады:***

(шахмат, шаңғы, коньки, бәйге, дойбы, хоккей, тоғызқұмалақ)

7 – сынып

Сабақ жоспары

**Сабақтың тақырыбы: Қазақстанның спортшылары. Бақылау тест**

**Сабақтың мақсаты**: оқ\дың ойлау қабілетін, сөйлеу мәдениетін дамыту

**Сабақтың міндеттері:**

Білімділік: Есте сақтау қабілетін ұлғайту; қазақ тіліне тән дыб\ы дұрыс оқуға, жаңа сөздерді меңгеруге, қысқа әңгіме айта білуге үйрену

Дамытушылық:тақырып бойынша өз ойын айта білу, ауызекі сөйлеу және сауатты жазу қабілеттерін арттыру.

Тәрбиелік:еліміздің атақты спортшыларын білуге, құрметтеуге тәрбиелеу..

**Cабақтың түрі**: дәстүрлі

**Сабақтың типі**: аралас

**Сабақтың әдісі**:пікірлесу, тест сұрақтары,тапсырма, әңгімелеу, практикалық

**Сабақтың көрнекілігі** тест сұрақтары, интерактивті тақта «Сан есім» ережесі

**Оқыту формасы**:жеке –дара, жұптық

**Сабақтың барысы**:

І **Ұйымдастыру кезеңі:**

Сәлемдесу. Кезекші есебі.

**ІІ Үй тапсырмасын тексеру**: 1) тақырыптық сұрақ - жауап

1. 152- 153 бет мазмұндау

**ІІІ** **Жаңа сабақ. Сабақтың мақсатын, барысын айту**.

1Теориялық тренинг: Суреттер бойынша әңгімелеу: Мына спортшы кім? Ол спорттың

қандай түрімен айналысады? Оның жетістіктері туралы не білесің? Саған спорттың

қандай түрлері ұнайды? Ол сені несімен қызықтырады?

2.**Оқылым.**  . Тапсырма . «**Ермахан Ибраимов**» атты мәтінді мәнерлеп, түсініп оқу,

сұхбаттасу, сұрақтарға жауап беру. Спортшылардың аты – жөнін дәптерлеріне жазғызу.

:Ермахан Ибраимов, Бекзат Саттарханов, Бақтияр Артаев.

3..**Тыңдалым. Оқушылардың «Азиада жеңімпаздары» атты тақырыпқа**

дайындаған мәліметтеріне көңіл бөлу.

4**. Жазылым** **Бақылау тест.**

А) Керекті жалғауларды қой:

Сіз таңертең ылғи жаттығу жасай ... .

Ол спортты жақсы көр... .Мен досыммен тенниспен ойнай ... .

Ә) Сөйлемдерді толықтыр: Мен таңертең жаттығу жасаймын, кешке жасамай... .

Біз бүгін баскетбол ойнауға барамыз, ертең баскетбол ойнауға бармай ... .

Шахмат ойыншыларының біреуі жеңді, қарсыласы жеңіл... .

Б) Сұрақтарға толық жауап бер: Әлия Юсупова спорттың қай түрімен айналысады?

Қажымұқан Мұнайтпасов қандай қалаларда өнер көрсетті?

Қазақстандық спортшылардың алғаш қатысқан олимпиадасы қайда өтті? (Канадада)

Бұл олимпиада қашан болды? (1976 жылы) Оған Қазақстаннан қанша

спортшы қатысты?(14) Қазақстан спортшылары қандай жүлдемен оралды?

(Олар 8 алтын, 2 күміс медальға ие болды)

**5, Оқылым: Жұмбақ жаттайық.**

Жасыл желек көгалда

Бірде артқа, бірде алда,

Желаяқ көп бала,

Таласып жүр бір шарға. Көп жігіт екі топта,

Таласып жүр бір допқа.

**IV Сабақты бекіту, қорытындылау**

**V Бағалау.**

**VI. Үйге тапсырма**: « Менің сүйікті спортшым» тақырыбына монолог дайындау.

Сөздерді жаттау, сөздік диктантына дайындалу.

7 – сынып

**Сабақтың тақырыбы: Астананың жаңадан салынған спорт кешендері**

**Сабақтың мақсаты**: оқ\дың сөйлеу мәдениетін дамыту

**Сабақтың міндеттері:**

Білімділік: Есте сақтау қабілетін ұлғайту; жаңа сөздерді меңгеруге,

қысқа әңгіме айта білуге үйрену

Дамытушылық:тақырып бойынша өз ойын айта білу, ауызекі сөйлеу және

сауатты жазу қабілеттерін арттыру.

Тәрбиелік:спорт түрлерін білуге, Астананың спорт сарайларын білуге,

оларды мақтаныш етуге тәрбиелеу..

**Cабақтың түрі**: дәстүрлі

**Сабақтың типі**: аралас

**Сабақтың әдісі**:пікірлесу, мәтін б\ша жұмыс, тапсырма, әңгімелеу, практикалық

**Сабақтың көрнекілігі**: кесте, карточкалар, интерактивті тақта «Етіс» ережесі

**Оқыту формасы**:жеке –дара, жұптық.

**Сабақтың барысы**:

І **Ұйымдастыру кезеңі:**

Сәлемдесу. Кезекші есебі.

**ІІ Үй тапсырмасын тексеру**: 1) тақырыптық сұрақ - жауап

1. « Менің сүйікті спортым» тақырыбына монолог
2. Сөздік диктант жүргізу.

**ІІІ** **Жаңа сабақ. Сабақтың мақсатын, барысын айту**.

1. Сабақтың тақырыбымен таныстыру: «**Астананың спорт кешендері** ».

**Кіріспе сөз**. «Астанадағы Азиада объекттері»VII қысқы Азия ойындары Астанада және

Алматыда 30 қаңтардан 6 ақпанға дейін өтті. Медальдердің 65 комплекттерін ойнап

қалдырған 11 спорттың түрлері бойынша жарыс 7 күннің ішінде өтті.

2.**Жаңа сабақ**.

**Оқылым.** 1-топқа «Футбол стадионы», 2 - топқа «Жабылған коньки

тебу стадионы», 3 – топқа « Қазақстан спорт сарайы», 4- топқа «Республикалық

велотрек» атты мәтіндер таратылады.

Әр топ өз мәтіндерін мәнерлеп түсініп оқиды.

Басым сөздермен жұмыс жүргізу: 1-топ .салтанатты ашылуды рәсім . шатыр, жайылмалы, сыйымдылығы. 2 - топ жабылған, теміртабан, әдемі сырғанау, әкімшілік кеңсе. 3 – топ

:епелекпен, мінбелер, сырғанақ. 4- топ жобаның құны, шамасында, хауыздар, т.б.

Сөздермен сөз тіркесін, сөйлем құрастыру. Мәтіннің мазмұнын айту.

**3.Тілдесім**. әр топ өз мәтіндеріне сұрақтар қойып, диалог ретінде пікірлеседі.,

жауаптарын дәптерге жазады. Мысалы: «Жабылған коньки тебу стадионы.»

Объектің тұрған жері? Ол спорттың қандай түрлерін өткізу үшін салынған?

Кешеннің құрамдарына не кіреді? Кешеннің құрамдарына кіреді: негізгі коньки тебу, стадионының ғимараты, қонақ үй, , фитнес орталық және әкімшілік кеңсе. т.б.

4 **Жазылым**: 1)Сан есімді қайталау. Мәтіннен сан есімдерді теріп жазу.20 шамасында,

8000, 2011, 30 мың т.б. 2) Спорт терминдерін теріп жазу: шорт трек, теміртабан спорт,

Қанадалық хоккей, керлинг, әдемі сырғанау, велотрек, волейбол, футбол, т.б.

5) **Тыңдалым. «Азиада жетістіктері».**

**IV Сабақты бекіту, қорытындылау.** Мәтіннен сөз тіркестерін теріп жазу.

Мәтін бойынша диалог құрастыру.

**V Бағалау.**

**VI. Үйге тапсырма**: « Астананың спорт кешендері» тақырыбына монолог дайындау.

**Олимпиада ойындары**

Олимпиада ойындары үлкен спорт мерекесі. Ол Ежелгі Грекияда б.д.б. 767 жылы, содан кейін Афинада пайда болды.

Олимпиаданың негізгі белгісі- бес шығыршық. Жазғы және қысқы ойын түрлері бар. Олимпиада ойындары басталарда Олимпиада алауы жағылады. Ол – достық пен бірліктің белгісі. Олимпиада ойындары әдетте төрт жылда бір өткізіледі.

**Астананың спорт сарайлары**

Астана қаласында қазіргі заманғы стандартқа сай бірнеше спорттық ғимараттар бой көтерді. Бұл орайда бірінші кезекте **«Астана-арена»** стадионын айтуға болады. Былтыр, яғни 2009 жылы 3 шілде күні ашылған. 30 000 адамға арналған. Төбесі ашылып, жабылады. Осы «шатырының» ауданы – 10 000 шаршы метр. Мұндай стадион әлемде алтау-ақ. Шетелден келгендер таңдайларын қағып, тамсанады. Себебі мұндай стадион көп елде жоқ. Қазақстан ұлттық құрамасы мен «Локомотив» футбол клубы үйдегі ойындарын осы стадионда өткізеді. Басқа да мәдени шаралар ұйымдастырылып тұрады.

**Ұлттық теннис орталығы** – Астанадағы ең көрікті спорттық ғимараттардың бірі. 2008 жылы 4 шілде күні Астананың 10 жылдығына арналып ашылған. Мұнда төбесі жабық негізгі корттағы кездесулерді 2500 адам тамашалай алады. Жалпы, төбесі ашық сегіз және төбесі жабық бес корты бар. Олардың бәріне де жоғары және орташа жылдамдықты «хард» төсеніші төселді. Хорватияның Concert 90 компаниясы халықаралық стандартқа сай төсеніштің екі жыл бойы үздіксіз қызмет ететіндігіне кепілдік берген. Үлкен теннис, басқа да спорт түрлерінен ірі халықаралық додалар ұйымдастырылып тұрады. Соның бір дәлелі – ашылған бетте көркем гимнастикадан әлем кубогының кезеңдік сыны өткізілген.

Елордадағы спорттық кешендердің ішіндегі ең көрнектілерінің бірі – **«Қазақстан» спорт сарайы**. Ауданы 1800 шаршы метрлік (60х30) мұзайдын Швецияның «Нордик» фирмасының өнімі болып табылады. Мұнда өткізілетін шайбалы хоккей матчтары мен басқа спорт түрлері сайыстарын (мәселен, бокс жекпе-жектерін) 5000 адам тамашалай алады. 10 жолақты бассейн – еліміздегі ең тәуір хауыздардың бірі. Хауыздағы су итальяндық технологиямен тазартылады. Тренажерлік залында шведтік «Нордик» және украиналық Vasil Gum фирмаларының жабдықтары орналастырылған. «Қазақстан» спорт сарайында шайбалы хоккей, айкидо, дзюдо, каратэ, спорттық би секциялары жұмыс істейді.

**«Алатау» спорт сарайы да** – елорданың думанды орталықтарының бірі. «Қазақстан» спорт сарайы салынғанша Астанадағы мәдени-спорттық шаралардың барлығы дерлік осында өтетін. Қазір де музыкалық кештерге кенде емес. Спорттық залындағы додаларды 2400 адам отырып, 3000 адам түрегеп тұрып көре алады. 170 метрлік жүгіру жолақтары бар. Мұнда гимнастика, теннис, волейбол, футзал, қол добы және т.б. спорттық секциялар (барлығы – 10) жұмыс істейді. Немістің Funk фирмасының дүниелерімен жабдықталған боулинг залы, сондай-ақ ересектерге, балаларға және сәбилерге арналған үш бассейні бар. Мұнда 3 және 5 метрлік суға секіретін тұғырлар бар.

**«Жас батыр» спорттық мектеп-интернаты** жас жеткіншектердің спортпен айналысар ордасына айналған. Мұнда күрес түрлері, бокс, жеңіл атлетика және басқа да спорт түрлерінен дәріс алуға болады. **«Жастар» сарайының** қала тұрғындарына қызмет етіп келе жатқанына 25 жылдан асып кетті. Бассейні мен тренажерлік залы бар. **«Астана», «Евразия», «Динамо»** және **«Каспий»** спорт кешендері де – елорданың спорттық тынысының орталықтары. Кейінірек салынған ескек есу каналы күн санап көркейіп келе жатқан әдемі қаланың ажарын аша түсті. Әртүрлі спорт түрлерінен балалар мен жасөспірімдер спорттық мектебі ашылып, жұмыс істей бастады.

Сондай-ақ басқа да спорттық -сауықтыру орталықтары жұмыс істейді. Мұндай орталықтарда, негізінен, гимнастика, шейпинг және т.б. спорт түрлерімен шұғылданып, салауатты өмір салтын ұстануға болады. Саябақ аумағындағы **шаңғы-ролик трассасы мен World Class фитнесс клубы** – бүгінгі күн талабына сай орталықтар.

|  |  |
| --- | --- |
| **Астананың спорт сарайлары**  Астана қаласында қазіргі заманғы стандартқа сай бірнеше спорттық ғимараттар бой көтерді. Бұл орайда бірінші кезекте **«Астана-арена»** стадионын айтуға болады. Былтыр, яғни 2009 жылы 3 шілде күні ашылған. 30 000 адамға арналған. Төбесі ашылып, жабылады. Осы «шатырының» ауданы – 10 000 шаршы метр. Мұндай стадион әлемде алтау-ақ. Шетелден келгендер таңдайларын қағып, тамсанады. Себебі мұндай стадион көп елде жоқ. Қазақстан ұлттық құрамасы мен «Локомотив» футбол клубы үйдегі ойындарын осы стадионда өткізеді. Басқа да мәдени шаралар ұйымдастырылып тұрады.  **Ұлттық теннис орталығы** – Астанадағы ең көрікті спорттық ғимараттардың бірі. 2008 жылы 4 шілде күні Астананың 10 жылдығына арналып ашылған. Мұнда төбесі жабық негізгі корттағы кездесулерді 2500 адам тамашалай алады. Жалпы, төбесі ашық сегіз және төбесі жабық бес корты бар. Олардың бәріне де жоғары және орташа жылдамдықты «хард» төсеніші төселді. Хорватияның Concert 90 компаниясы халықаралық стандартқа сай төсеніштің екі жыл бойы үздіксіз қызмет ететіндігіне кепілдік берген. Үлкен теннис, басқа да спорт түрлерінен ірі халықаралық додалар ұйымдастырылып тұрады. Соның бір дәлелі – ашылған бетте көркем гимнастикадан әлем кубогының кезеңдік сыны өткізілген.  Елордадағы спорттық кешендердің ішіндегі ең көрнектілерінің бірі – **«Қазақстан» спорт сарайы**. Ауданы 1800 шаршы метрлік (60х30) мұзайдын Швецияның «Нордик» фирмасының өнімі болып табылады. Мұнда өткізілетін шайбалы хоккей матчтары мен басқа спорт түрлері сайыстарын (мәселен, бокс жекпе-жектерін) 5000 адам тамашалай алады. 10 жолақты бассейн – еліміздегі ең тәуір хауыздардың бірі. Хауыздағы су итальяндық технологиямен тазартылады. Тренажерлік залында шведтік «Нордик» және украиналық Vasil Gum фирмаларының жабдықтары орналастырылған. «Қазақстан» спорт сарайында шайбалы хоккей, айкидо, дзюдо, каратэ, спорттық би секциялары жұмыс істейді.  **«Алатау» спорт сарайы да** – елорданың думанды орталықтарының бірі. «Қазақстан» спорт сарайы салынғанша Астанадағы мәдени-спорттық шаралардың барлығы дерлік осында өтетін. Қазір де музыкалық кештерге кенде емес. Спорттық залындағы додаларды 2400 адам отырып, 3000 адам түрегеп тұрып көре алады. 170 метрлік жүгіру жолақтары бар. Мұнда гимнастика, теннис, волейбол, футзал, қол добы және т.б. спорттық секциялар (барлығы – 10) жұмыс істейді. Немістің Funk фирмасының дүниелерімен жабдықталған боулинг залы, сондай-ақ ересектерге, балаларға және сәбилерге арналған үш бассейні бар. Мұнда 3 және 5 метрлік суға секіретін тұғырлар бар.  **«Жас батыр» спорттық мектеп-интернаты** жас жеткіншектердің спортпен айналысар ордасына айналған. Мұнда күрес түрлері, бокс, жеңіл атлетика және басқа да спорт түрлерінен дәріс алуға болады. **«Жастар» сарайының** қала тұрғындарына қызмет етіп келе жатқанына 25 жылдан асып кетті. Бассейні мен тренажерлік залы бар. **«Астана», «Евразия», «Динамо»** және **«Каспий»** спорт кешендері де – елорданың спорттық тынысының орталықтары. Кейінірек салынған ескек есу каналы күн санап көркейіп келе жатқан әдемі қаланың ажарын аша түсті. Әртүрлі спорт түрлерінен балалар мен жасөспірімдер спорттық мектебі ашылып, жұмыс істей бастады.  Сондай-ақ басқа да спорттық-сауықтыру орталықтары жұмыс істейді. Мұндай орталықтарда, негізінен, гимнастика, шейпинг және т.б. спорт түрлерімен шұғылданып, салауатты өмір салтын ұстануға болады. Саябақ аумағындағы **шаңғы-ролик трассасы мен World Class фитнесс клубы** – бүгінгі күн талабына сай орталықтар.  **Спорттың түрлері**  **Коньки тебу спорты** Конькимен жүгіру-бұл дене жаттығуының түрі, бұл жаттығуды адам мұз бетінде арнайы дайындалған құралда, аяқ киімге бекітілген конькимен сырғиды. Белсенді демалу, денсаулықты күшейту мақсатындағы аздаған жылдамдықпен конькимен жүгіру ойын-сауығы жәй сырғанау деп аталады. Жәй сырғанау ереже бойынша конькимен спорттық жаттығудың барлық түрлерінің мамандандырылған сабақтарының алдында тұрады: конькимен жаттығулар, шапшаң сырғанау, мәнерлеп сырғанау (жеке және жүппен), мұз үстіндегі спорттық би, хоккей, шайба және доппен ойындар.    **Шаңғы жарысы** Шаңғы жарысы-Қазақстандағы спорттың кең таралған түрінің бірі. Спорттың осы түрімен айналысу дене тәрбиесінің маңызды құралы болып табылады, қозғалыс әрекеттегі бірінші орын алады.     Бірыңғай бұлшық ет қимылдарымен жұмыс жасау, төмен температураларда және таза аяз ауада, ағзаның әр түрлі ауруларға шалдығуына қарсылық жасауын көтереді және жұмыс жасауға жаратымды көмегін тигізеді.    **Мәнерлеп сырғанау** Мәнерлеп сырғанау-спорттың қысқы түрі, спортшылар конькимен мұз үстінде қосымша элементтер жасайды, әсіресе музыкамен бірге. Ресми жарыстарда ереже бойынша медальдардың төрт топтамасы ойнатылады: әйелдердің дара сырғанауы, ерлердің дара сырғанауы, жұппен сырғанау және сонымен қатар мұздағы спорттық би..   **Құзға өрмелеу** Құзға өрмелеу- Бұл жылуды ұнататын спорттың бір түрі, ол жерде қар да мұз да жоқ. 1947 жыл спорттық құзға өрмелеудің туған жылы болып есептеледі. Қазіргі кезде құзға өрмелеу спорты кәсіби айналысатын немесе кейін шанайы құздарға шығып, халықаралық жарыстарға қатысатын экстремалды спорт түрі ғана емес. Осының арқасында құзға өрмелеу спорты Қазақстанда әйгілі болып жатыр.   **Шорт-трек** Шорт-трек (ағылшын тілінде. Short track speed skating, орыс. Қысқа соқпақта конькимен жылдамдық жүгіріс)-коньки тебу спортының формасы. Жарыстарды бірнеше спортшылар (ереже бойынша 4-8: арақашықтық үлкен болған сайын, жүгірісте көп спортшылар болады) ұзындығы 111,12 м сөпақ мұз соқпақ бойынша бірмезгілде сырғиды. Шорт-трек (ағыл. Short track-қысқа соқпақ), хоккей алаңы ішінде жарыстық арақашықтықты тез иелену үшін конькимен жылдам жүгірудің түрі. (мұздың шеңбері-111,12 м). Шорт-трек Канадада 20 ғасырда пайда болды.  **Ауыр атлетика** Ауыр атлетика-күш бертін спорттың түрі, бұл спорт түрі штанганы бастан жоғары көтеру бойынша жаттығуларды орындау болып табылады. Бүгінгі кездегі ауыр атлетика бойынша жарыстарға екі жаттығу кіреді-жұлқыну және итеру.   |  | | --- | | **Жақсылық Үшкемпіров**           ЖақсылықҮшкемпіров – еркін күрестен Қазақстан чемпионы, грек-рим күресінен КСРО-ның екі дүркін чемпионы, әлем чемпионаты мен кубогының жеңімпазы, КСРО-ның еңбек сіңірген спорт шебері, даңқты боз кілем ардагері. Ол 1980 жылғы Мәскеу Олимпиадасында белдескен қарсыластарының бәрін жеңіп, бүкіл одақтың, қалың қазағының үмітін ақтады. Қазақтан шыққан тұңғыш Олимпиада чемпионы атанды.             Ал, табиғатынан қарапайым Жақсылық Үшкемпіров Олимпиада алтынымен шектеліп қалған жоқ. 1981 жылы 30 жасында әлем чемпионы атанып, Мәскеудегі жеңісінің кездейсоқ еместігін дәлелдеді. Арада 2 жыл өткенде әлем кубогының иегері атанып, белдесу өнеріне шын берілген шебер екендігін тағы бір мәрте паш етті.            1984 жылы Красноярск қаласында жалауын көтерген КСРО кубогында 33 жастағы Жақсылық Үшкемпіровты үлкен спорттан шығарып салу рәсімі жоғары деңгейде ұйымдастырылды. Үлкен спортпен қоштасқан соң Жақсылық аға бірнеше жыл бапкерлікке ден қойып, шәкірттер дайындады. Сосын тоғыз жылдай Республикалық спорт-интернаттың директоры қызметін атқарды.             Үстіміздегі жылдың 2 сәуірінде Жақсылық Үшкемпіров Пекин Олимпиадасының символына бірінші қазақстандық болып қол тигізеді.  Жақсылық Үшкемпіров классикалық күрес бойынша қазақтан шыққан тұңғыш Олимпиада чемпионы. Ол 1986 жылы Иәскеу Олимпиадасына қатысып, грек – рим күресі бойынша алтын жүлдеге ие болды. Ол кәсіби спортшы, еліміздің мақтанышы.  әрі бақыт. Ұйымдастырушыларға мені таңдағандары үшін зор алғысымды білдіремін”.            Бокстан Қазақстан құрамасының бас бапкері. Ол 1972 жылдың 1 қаңтарында Жамбыл облысының Жақсылық ауылында дүниеге келген. Әл-Фараби атындағы Қазақ Ұлттық университетін (1999) тәмамдаған.             Ермахан Ыбрайымов 71 келіге дейінгі салмақта сайысты. Сидней (2000) олимпиадасының жеңімпазы, Атланта (1996) Олимпиадасының қола жүлдегері, әлем чемпионатының (1997) күміс жүлдегері, әлем чемпионатының қола медалисі, Бангкокте өткен Азия ойындарының (1998) чемпионы.    Начало формы  Конец формы |   үниеге келген. Әл-Фараби атындағы Қазақ Ұлттық университетін (1999) тәмамдаған.             Ермахан Ыбрайымов 71 келіге дейінгі салмақта сайысты. Сидней (2000) олимпиадасының жеңімпазы, Атланта (1996) Олимпиадасының қола жүлдегері, әлем чемпионатының (1997) күміс жүлдегері, әлем чемпионатының қола медалисі, Бангкокте өткен Азия ойындарының (1998) чемпионы.    Начало формы  Конец формы |