Sagdyn ýaşaýyşy kemala getirmek, şonuň bilen birlikde şahsyýetiň sgadynlygyny gazanmak elbetde durmuş şertlerini hem- de özüniň gelejegini saglaýan islendik raýat üçin wajyp meseleleriň biridir. Çünki adamzat taryhynda hereketli ýaşaýyşyň wajyplygy asyrlar boýy subut edilip gelinýär. Sagdyn bolmagyň, ruhuň sgadynlygyna hem ýaşaýyşda tutuan maksatlaryňa hem üstünlikli ýetmäge mümkinçilik açýar. Eger- de sagdyn bolsaň, admaýň ömür daragty pajarlap, gelejekki nesillere nusga bolmaga mümkinçilikler bar. Sagdynlyk ruhy hazyna bolan ýaşaýyşyň döredijilikli zähmet çekmekde hem uly mümkinçiliklere ýol açýar. Eger-de sagdyn bolsak, biziň üstünliklere ýetmek mmükinçiliklerimiz öňkülerinden has köp bolýar. Şol sebäpli biziň ýurdumyzda Gahryman Arkadagymyz hem – de Arkadagly Serdarymyz tarapyndan sagdyn durmuş şertlerine uly mümkinçilikler döredilýär. Ýurdumyzyň islendik künjünde diýen ýaly sport meýdançalarydyr, çagalar üçin we ýaş nesiller üçin, hat-da gelejekki nesil üçin hem mümkinçilikler döredilýär. Bu bolsa bizi raýat hökmünde buýsandyrýar. Sport dünýäsi täsin.Onuň bilen meşgullanýan adma hiç wagt ony taşlap bilmeýär, ondan daşlaşyp hem bilmeýär. Çünki adam teni hem edil agaçlar ýaly, herekete, suwa, howa, şemala, ýagyşa- gara mätäçdir.Tebigy hadysalara mätäçlik agaçlaramahsus bolşy ýaly, herekete mahsuslyk hem adam bedenine mahsusdyr.

Beýik gurluşyklaryň mekanyna öwrülen, dünýäniň ýüzünde ak paýtagt adyny alan, mümkinçilikleriň giňemegi bilen Ginnesiň rekordlar kitabynda at alan Aşgabat ýurdumyzda geçýän dünýä çempionatlaryna gelen myhmanlaryň gözlerinde entek uçardan düşmänkä üns çekibilýän paýtagtymyzyň goýny häzirki günlerimizde dabaraly sport ýaryşlary bilen has- da öz meşhurlygyny tapýar. Aşgabat Aziýanyň merjeni, gözel paýtagt. Dünýäniň ýüzünden gelýän syýahatçylara uly ýollar açýan paýtagtymyzyň gözel mekdanlygy bilen birlikde sport meýdançalarynyň ýüzlerçesi ýerleşýän ajaýyp bir jenneti şäherdigi eýýäm nijeme gezek geçirilen ýaryşlarda öz mynasyp ornuny tapdy. Türkmen halky bu günki gün Berkarar döwletimiziň täze eýýäminiň Gakynyşy döwründe üstünlikli ädimler bilen öňe barýar. Hormatly Prezidentimiziň saýasynda edilýän işler ýurdumyzy galkyndyrýar. Ýurdumyzda uly nesliň sagdynlygy bilen körpe nesliň birlikde ýaşaýşynyň güllemegi, olaryň durmuşynyň howpsyzlygy hakynda ýadawsyz alada edilýär. Ýöne diňe sport bilen çäklenmän , eýsem onuň gigeniki ýadaýlaryny ehm amal etmek eýsem bu sport medeniýetiniň bu güne çenli gazanan netijelerinden biridir. Köp ugurly maksatnamalar bilen salnan şäherçelerde çagalar üçin ýöriteleşdirlen sport toplumlary, desgalary we mekdeplerde sport meýdançalarynyň döredilmegi bolsa, çagalar hakynda edilýän aladalaryň iň üstünlikli tarapydyr. Şonuň bilen birlikde hem çagalaryň gatnaw ýollarynyň howpsyzlygyny gazanmak ululary borjydyr. Ýol düzgünlerini körpe nesliň bilmegi hökmandyr. Şol sebäpli- de ene- atalar çagalaryň terbiýesinde ýol hereketleriň hem düzgünlerini ýatdan çykarmaly däldirler. Munuň özi ýurdumyzda “Döwlet adam üçindir” atly şygaryň ýol ýörelge edilmesidir. Sport çäreleriniň geçirilmegi, şol çärelerde çykyş edilmegi türgeniň gelejekki işlerinde ýagny görjek

Все права защищены

taýýarlyklarynda aýratyn orny tutýar. Türkmen türgenlerine indiki ýaryşlary , ol ýaryşlarda üstünlikleriň hemra bolmagyny arzuw etmek hem- de bu ýaryşda üstünlik onuň bedeni üçin ähmiýetlidigini öwretmek mugallymyň öňündäki iň wajyp meseleleriň biridir. Öz bedenindäki hereketlere höküm edip, myşssalarda bolup geçýän özgerişlikleri duýmak, şol bir wagtyň özünde onuň şol pikiri beýni damarlaryna geçirmek meselesi bu mugallymyň iň uly ähmiýet bermeli meseleleriniň biridir. Şeýle ýagdaýlaryň kemala gelmegi, ýagny bu nukdaýnazardan edilýän işleriň ählisinde, beýniniň öýjükleriniň işjeňleşmeginde beden maşklarynyň örän kän ähmiýetiniň bardygyny lukmançylyk ylmynyň subut etmegi bilen baglanşyklydyr.

Türkmenistan diýarymyzda häzirki döwürde raýatlaryň sagdyn bedenli, ruhy kämil adamlar bolmagy üçin Gahryman Arkadagymyzyň kämil paýhasyna esaslanan uly işler alnyp barylýandygy ýokarda agzalanlaryň esasy özeni bolup durýar. Sport ulgamy boýunça ýurdumyzda gecýän ýaryşa gatnaşýan toparlaryň türkmen janköýerleri dowamly bolmagy bilen taryhy asyrlaryň çuňlugyndan gelýän bu oýunda geçirilýän tärler bolsa, sport janköýerleriniň arasynda dostlukly duýgulary ösdürmäge hem giň mümkinçilikler açýar. Jemgyýetiň sagdynlygy, ýaş nesliň sagdyn bedenliligini gazanmak meselesi jemgyýetiň iň saýlama, öňdebaryjy raýatlarynyň durmuş hadysasydyr bahasynyň ölçegini suratlandyrýan kämil bahadyr. Üstünlik gazanmak usulýeti hem – de şol üstünligi ünsli hem- de gelejekde ýerine ýetiriljek meseleler boýunça gazanmak ýagny ýaryşda ýeňiş gazanmak bilen bir hatarda dünýäniň ýüzünde tanymal adam bolup ýetişmegi üçin döredilen şertleriň has talabalaýyk bolmagy, türgeniň wagtly – wagtyna dynç almagy, açyk howada gezmegi , şeýle- de onuň ýakymsyz wakalardan daşda bolmagy zerurlygyny gazanmak, edil daş- töwereginde hiç kim bolmaýan ýagdaýynda bolsa, öz – özüni psihiki ýeňişlere taýaýrlamak endikleri ýaryşda üstün çykmagyň netijeli aýratynlyklaryny görkezýär.

Özüňi taýýarlamak, şeýle- de ynam, öz beýniňde ynamy berkitmek, aňyň ähli taraplaýyn ýaryşa ugrukmagyny gazanmak üstünligi örän wajyp zatlaryň biridigini ýokarda belläp geçmek bilen bir hatarda onuň dürliwakalardan çetde bolman arassa hem – de parahat dünýägaraýşynyň bolmagyny gazanmak, ýüregindäki üstünligiň bolsa diňe şöhrat getirip, özüni, deň – duşlaryny , watanynyň abraýyny ýokary göterjek üstünliklere ýetirjekdigine ynamy, garşydaşyny hökman ýeňjekdigine bolan ynamy gaty ýokary bolan ýagdaýynda adamyň ünsli aýratynlyklaryny ýagny – onuň şahsyýetiniň güýçli bolmagyny gazanmak mümkinçiligi ýüze çykýar. Ýurdumyzda geçirilýän sport ýaryşlary bizi raýat hökmünde buýsandyrýar. Geçirilýän dünýä çempionatynda türkmen türgenleriniň görkezýän üstünlikleri bolsa, paýtgatymyzyň goýnuna gelen myhmanlarda hem-de türkmen halkynda has uly täsir galdyrýar.Her bir   sport maksatly binalarda bolup geçýän ösüşleri duýmak,geçirilýän ýaryşlara gatnaşmak bizi buýsandyrýar. Halkara derejesinde geçirilýän

Все права защищены

ýaryşlar Türkmenistan diýarymyzy sport bilen baglanşykly döredilen mmükinçilkleriň esasynda dünýä tanadýar. Sport dünýäsinde ýaşaýan türgenleriň häzirki ýurdumyzda ýeňiş bilen gazanmaklarynda buýsançly wakalar has- da galkyndyrýar. Munuň özi bizi buýsandyrýar. Sagdyn bedenli bolmak sagdyn ruhly bolmagyň ilkinji basgançaklary. Asly paýhasly hem – de dymma türkmeniň ruhy arassalygyny, jemgyýetdäki ornunyň belentdigini saýhallaýan beýik işleriň biri neşä bolan ýigrenjidir. Sagdyn jemgyýetiň sport türgenlerine diňe gelejekde-de üstünlik arzuw edäýmek galýar.Ýaryş elbetde dowam edýär. Onuň içinde türkmen türgenlerine üstünlikli ýeňiş gazanmagyan garaşylýandygy hemmämizi buýsandyrýar. Aşgabat özüniň çäklerini giňeldýär hem- de barha owadan, ýaşamak, zähmet çekmek we dynç almak üçin oňaýly, has arassa we bagy- bossan şähere öwrülýär. Şäheriň töwereklerine ekilen baglar bolsa, sagdynlygyň mekany bolan gözel paýtagtymyzda ýaşaýyş şertlerine , tebigata uýgun nesilleriň döremeginde giň mümkinçilikler açýar.

Biz iňňän gadymy döwürlerden bäri ylym- bilime uly sarpa goýup gelýän dörediji halkymyzyň bagtyýar nesilleri bolan ýaşlarymyzdan döwletimiziň dünýädäki şan- şöhratyny, at- abraýyny has- da beýgeltmäge goşant boljak beýik işlere, täze ylmy açyşlara garaşylýar.

Biz ylym ulgamynyň esasy maksatlaryny we wezipelerini, şeýle hem ony döretmegiň ileri tutulýan ugurlaryny kesgitlemek bilen birlikde, ýaşlary ylma giňden çekmek, ýaşlarda talyplyk döwründen başlap täzeçilige, gözleglere, açyşlara höwes döretmek, olaryň bilimlere hyjuwyny artdyrmak, örän uly aň-bilim mümkinçiliklerini ýüze çykarmak üçin ähli şertleri döredýäris. Ýaşlar biziň geljegimizdir.

Türkmenistan ýer şary boýunça neşe maddalaryna garşy göreşde ilkinjileriň hataryndadyr. Gahryman Arkadagymyzyň tagallasy bilen Hormatly Prezidentimiziň ýolbaşçylygynda geçirilýän çäreler bütündünýä adamzat meseleleriniň içinden eriş- argaç bolup geçýän alada – ýagny neşe maddalaryna bolan göreşiň gyzgalaňly gitmegine goşant goşmak ýaly wajyp meseleleriň biridigini subut etdi. Türkmenistanyň gülläp ösüşi, durmuşymyzyň mundan beýläk hem gözelleşmegi bilimli, ylymly, ukyply ýaş nesillerimize baglydyr.Watanymyzyň röwşen geljegi üçin okamak, öwrenmek, zähmet çekmek bagtyýar ýaşlarymyzyň öňlerinde goýan baş maksadyna öwrülmelidir. Bilim, ylym adamzat üçin müdimi zerurlyk bolan gymmatly baýlykdyr. Her bir halkyň öz meseleleri öz milletiniň içki gurnawyna täsirini ýetirýär. Eger-de ynsan sagdyn bolsa, onuň durmuşy hem-de zähmet ýeňişleri hem üstünlikli bolýar. Ynsan sagdynlygyny gazanmak üçin bolsa , ýurdumyzda ähli şertler döredilen. Bize bolsa şol şertlerden peýdalanyp, ähli üstünlikleriň şaýady bolsup, sagdyn durmuş şertlerinde bagtyýar ýaşlary terbiýelemek üçin elimizden gelenini gaýgyrmarys. Şeýle mümkinçilikleri döredip berýän Hormatly Prezidentimiz we Gahryman Arkadagymyz hem biz ýaşlara uly ynam bildirýär.

Все права защищены

Biz bolsa, sagdynlygyň mekany bolan ýurdumyzda nesilleri terbiýelemekde sportyň ähmiýetine uly orun berip, halkymyzyň dünýä ýüzünde iň sagdyn hem- de iň döredijі halk bolmagynda ýokary netijeleri gazanmaklary üçin raýat hökmünde buýsandyryjy wakalaryň şaýady bolýarys.

Atamyrat GOÇMYRADOW
Türkmen döwlet Medeniýet institutynyň mugallymy

Все права защищены