



ДЕНЕ ТӘРБИЕСІНІҢ ТЕОРИЯСЫ МЕН ӘДІСТЕМЕСІ

ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

№4 (58)2019



Президент Казахской академии спорта и туризма встречается с Президентом МОК Томасом Бахом и Президентом ФИСУ, Министром спорта России Олегом Матыцинным

■ В этом номере:

- ПОДГОТОВКА СПЕЦИАЛИСТОВ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА
- МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ
- ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ
- ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ НАСЕЛЕНИЯ
- ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ
- ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА АКТИВНЫХ ВИДОВ ТУРИЗМА



ISSN 2306-5540



0 4

9 772306 554198



Габдулову Эдуарду Хамзаевичу – 80 лет

Габдулов Эдуард Хамзаевич – профессор КазАСТ с 2004 года, за подготовку спортсменов высокого класса ему было присвоено звание «Заслуженный тренер Республики Казахстан» по боксу.

Свою тренерскую деятельность Э.Х. Габдулов успешно сочетал с педагогической и научной работой. На протяжении многих лет был старшим тренером сборной студенческой команды Казахстан и тренером Республиканской школы высшего спортивного мастерства.

В 90-е годы по приглашению Китайской Народной Республики успешно работал тренером в двух ее провинциях, оказывая методическую и практическую помощь в подготовке их сборных команд. Благодаря своему педагогическому опыту ему удалось творчески подойти к обобщению своих исследований и подготовить ряд учебно-методических пособий по боксу.

В 1994 году Эдуарду Хамзаевичу решением ВАК было присвоено ученое звание доцента.

Многие выпускники, воспитанники кафедры бокса и тяжелой атлетики стали Заслуженными тренерами РК и добились высоких спортивных результатов на международной арене.

Коллектив Казахской академии спорта и туризма поздравляет с Юбилеем и от души желает Вам крепкого здоровья, семейного счастья и творческих успехов!

*Президент Казахской академии
спорта и туризма, профессор*

К.К. Закирьянов

Ғылыми-теориялық журнал
Научно-теоретический журнал



ДЕНЕ ТӘРБИЕСІНІҢ ТЕОРИЯСЫ МЕН ӘДІСТЕМЕСІ

ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

№4 (58) 2019

ДЕНЕ ТӘРБИЕСІНІҢ ТЕОРИЯСЫ МЕН ӘДІСТЕМЕСІ
ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

ҒЫЛЫМИ-ТЕОРИЯЛЫҚ ЖУРНАЛ | №4 (58) 2019
НАУЧНО-ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ ЖУРНАЛ | Издаётся с января 2000 года

Журнал поставлен на учет в Министерстве культуры, информации Республики Казахстан.
Свидетельство №13039-Ж от 20.09.2012 года (первичная постановка на учет – №969-Ж от 14 мая 1999 года).

Главный редактор

Закирьянов Кайрат Кайруллинович – доктор педагогических наук, профессор, Президент Казахской академии спорта и туризма (Казахстан)

Зам. главного редактора

Авсиевич Виталий Николаевич – доктор PhD, ассоциированный профессор, Казахская академия спорта и туризма (Казахстан)

Редакционный совет

Андрущишин Иосиф Францевич – доктор педагогических наук, профессор, Казахская академия спорта и туризма (Казахстан)

Бабушкин Геннадий Дмитриевич – доктор педагогических наук, профессор, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта (Россия)

Бектурганов Омиржан Ержанович – доктор педагогических наук, профессор, Казахская академия спорта и туризма (Казахстан)

Beech John – доктор PhD, профессор, Университет Ковентри (Великобритания)

Доскараев Бауржан Мелдибекович – доктор педагогических наук, профессор, Казахский инженерно-педагогический университет (Казахстан)

Макогонов Александр Николаевич – доктор педагогических наук, профессор, Казахская академия спорта и туризма (Казахстан)

Платонов Владимир Николаевич – доктор педагогических наук, профессор, Национальный университет физического воспитания и спорта Украины (Украина)

Кулбаев Айбол Тиналович – доктор PhD, ассоциированный профессор, Казахская академия спорта и туризма (Казахстан)

Chadwick Simon – доктор PhD, профессор, Университет Ковентри (Великобритания)

Richard Sharpley – доктор PhD, – профессор, Университет Центрального Ланкастера (Великобритания)

Жуманова Алия Султангалиевна – доктор педагогических наук, профессор, Казахская академия спорта и туризма (Казахстан)

Хаустов Станислав Иванович – доктор педагогических наук, профессор, Казахская академия спорта и туризма (Казахстан)

Ханкельдиев Шер Хакимович – доктор педагогических наук, профессор, Ферганский физкультурный институт (Узбекистан)

Ulrich Hartmann – Professor of the Leipzig University (Germany)

Учредитель и собственник:

КАЗАХСКАЯ АКАДЕМИЯ
СПОРТА И ТУРИЗМА

Адрес редакции:

г. Алматы, пр. Абая, 85/105
Телефон: 292-30-07

При перепечатке ссылка на журнал «Дене тәрбиесінің теориясы мен әдістемесі. Теория и методика физической культуры» обязательна. Рукописи и фотоснимки не рецензируются и не возвращаются.

**Компьютерде беттеген және
мұқабасын безендірген**

Айша Қалиева

ИБ №13381

Подписано в печать 27.12.2019.
Формат 60x84 1/8. Бумага офсетная.
Печать цифровая. Объем 9,3 п.л.
Тираж 500 экз. Заказ №1556.
Издательский дом «Қазақ университеті»
Казахского национального университета
им. аль-Фараби.
050040, г. Алматы, пр. аль-Фараби, 71. КазНУ.

Отпечатано в типографии издательского дома
«Қазақ университеті».

Приказом Комитета по контролю в сфере образования и науки МОН РК № 284 от 24.02.2017 г. научно-теоретический журнал академии «Теория и методика физической культуры» включен в список изданий для публикаций основных научных результатов диссертаций. Журнал индексируется в РИНЦ (0,077). ИМПАКГ ФАКТОР КАЗЫЦ – 0,236

МАЗМҰНЫ – СОДЕРЖАНИЕ

ПОДГОТОВКА СПЕЦИАЛИСТОВ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА

Абдуллаев М.Т., Мамытов А.М.

Педагогические условия реализации принципов обучения в подготовке будущих учителей физической культуры к проведению уроков по национальной игре ордо 6

Алиынбаев К.И., Сарсекеев Ф.М., Қазмамбетова А.А., Андақұл М.Х., Дошыбеков А.Б.

Жас ерекшеліктерін ескере мектептегі дене шынықтыру сабақтарын өтудің заманауи әдістері..... 12

Отаралы С.Ж., Жуманова А.С., Джамалов Д.Д., Курбанов Ш.Ш., Аликей А.

Мониторинг кондиционной физической подготовленности студентов 1 курса 17

Трифонов В.В.

Некоторые фрагменты, фотоэпизоды и персоналии к истории становления и развития волейбола в Казахстане в период 1957-1961 гг. 21

Хакимова З.А., Андрушишин И.Ф., Ботагариев Т.А., Кубиева С.С.

Исходный уровень сформированности профессиональной готовности будущих учителей физической культуры 34

МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Иргебаев М.И., Зауренбеков Б.З., Кажиякпаров Н.Б., Дускаева Н.С., Абеков Р.Б.

Спорттық тау жорығында медициналық-педагогикалық бақылаудың маңызы..... 43

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Андрушишин И.Ф., Сапиев С.Ж., Денисенко Ю.П., Гераськин А.А., Ескалиев М.З.

Специальная структура личности и физическая подготовленность боксеров высокой квалификации 50

Тюлюпергенева Р.Т., Амренова А.К., Барабанова Е.И.

Ұжымдық және жеке спорт түрімен шұғылданатын жасөспірімдердің құндылық бағдары мен спортпен айналысу мотивациясы арасындағы өзара байланыс..... 54

ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ НАСЕЛЕНИЯ

Ахметов Ж.О., Авсиевич В.Н.

Тоғызқұмалақ ойынының даму тарихы 61

Бобырева М.М., Пак Т.В., Дёма Е.В., Канатина Р.Б.

Применение элементов функционального тренинга в физическом воспитании студентов медицинского вуза..... 66

Кубиева С.С., Ботагариев Т.А., Тиссен П.П., Мамбетов Н., Шакаева М.В.

Орынбор және Ақтөбе оқушылардың дене дамуы мен дене дайындығының ерекшеліктері 71

Оспанкулов Е.Е.

Жалпы дамыту жаттығулары арқылы бастауыш сынып оқушыларының өз бетімен орындау дағдыларын дамытудың дидактикалық негіздері 78

Отаралы С.Ж., Жуманова А.С., Масимов Р.И., Джамалов Д.Д., Курбанов Ш.Ш.

Исследование уровня освоенности студентами нормативных требований Президентских тестов физической подготовленности 86

Саттарова А.А., Кефер Н.Э., Геймор Е.В., Новикова А.О., Андреюшкин И.Л.
Ерекше білімділікті қажет ететін балалардың сенсомоторикасын және танымдылық қабілеттерін дамытуда арнайы іріктелген үстелүсті бейімдеу ойындарын қолдану 91

Шепетюк М.Н., Наурызбаева А.А., Бибосын С., Маратова Ж., Таширов А.Ж.
Современные подходы к организации занятий физической культурой по месту жительства (на примере г. Алматы) 97

ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ

Балтина А.С., Искаков Т.Б., Ескалиев М.З., Жүнісбек Д.Н., Дускаева Н.С.
Обзор и анализ научных работ казахстанских специалистов, посвященных дзюдо 105

Доскараев Б.М., Бекембетова Р.А., Алтынбек Е.Т., Егизбаева А.Н., Байгарина М.М.
Показатели скоростной выносливости футболистов юношеской сборной Республики Казахстан 115

Ермаханова А.Б., Узаков Е.Т., Омурзакова Л.М., Грачев И.И., Зауренбеков Б.З., Нурмуханбетова Д.К.
Развитие спортивной гимнастики в Республике Казахстан на современном этапе 121

Ермаханова А.Б., Бухарбеков Б.Б., Джазыкпаева Э.Е., Исмаилов Д.А., Сатыбалдина А.Е.
Оптимизация учебно-тренировочного процесса подготовки спортивного резерва специализирующихся в артистическом плавании с применением средств фитнеса 126

Тажигулова Б.М., Моисеева Н.А.
Применение коррекционных упражнений и их значение на спортивно-оздоровительном этапе подготовки юных голболистов 131

Тютебаев Б.Х.
Сравнительный анализ специально-подготовительного упражнения «рывок классический силовой» с соревновательным рывком в тяжелой атлетике 136

ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА АКТИВНЫХ ВИДОВ ТУРИЗМА

Абдикаримова М.Н., Сардаров О.А., Закирьянов Б.К., Макогонов А.Н., Шалабаева Л.И.
Туризм мамандарын ЖОО-ның оқу пәндерін біріктіру арқылы даярлау 142

Gubarenko A., Imangulova T., Zakiryaynov B., Luterovich O., Ganitaev M.
Method of establishing toponymic passport for excursion route around the Almaty region, Republic of Kazakhstan 149

Нусупова Л.С., Имангулова Т.В., Омаров К.М., Шалабаева Л.И.
Современное состояние горнолыжных курортов Алматинской области для развития внутреннего туризма 157

Sardarov O.A., Abdikarimova M.N., Makogonov A.N., Ageleuova A., Abdimanapov B.
Training of specialists in children and youth tourism in the Republic of Kazakhstan 164

Сведения об авторах 171

ПОДГОТОВКА СПЕЦИАЛИСТОВ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ,
СПОРТА И ТУРИЗМА



МРНТИ 77.29.30

¹Абдуллаев М.Т., ²Мамытов А.М.

¹Кыргызская государственная академия физической культуры и спорта, г. Бишкек, Кыргызстан

²Кыргызская академия образования при Министерстве образования и науки Республики Кыргызстан, г. Бишкек, Кыргызстан

ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРИНЦИПОВ ОБУЧЕНИЯ В ПОДГОТОВКЕ БУДУЩИХ УЧИТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ К ПРОВЕДЕНИЮ УРОКОВ ПО НАЦИОНАЛЬНОЙ ИГРЕ ОРДО

Абдуллаев Маматсабыр Турганбаевич, Мамытов Абакир Мамытович

Педагогические условия реализации принципов обучения в подготовке будущих учителей физической культуры к проведению уроков по национальной игре ордо

Аннотация. Статья посвящена теоретической характеристике педагогических условий реализации принципов обучения будущих учителей физической культуры к проведению практических уроков по национальной игре ордо. Рассматриваются методические основы каждого принципа обучения, даются методические указания по созданию соответствующих педагогических условий, нацеленных на повышение эффективности учебно-тренировочного процесса. Статья основана на результатах 4-летнего педагогического эксперимента и на положительном опыте специализированной подготовки студентов, обучающихся в Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта. Однако в организации учебно-воспитательного процесса подготовки будущих учителей полноценная их реализация из-за недостаточного понимания роли и связи теоретических положений с реальными действиями преподавателей, осуществляющих подготовку будущих учителей физической культуры в целом, относительно к новой национальной игре кыргызов ордо, в частности, представляет собой достаточно сложную проблему. В соответствии с требованиями государственной учебной программы предмета «Физическая культура», реализуемой в Кыргызской Республике, будущие учителя физической культуры должны быть в состоянии проводить практические уроки с использованием национальных кыргызских игр, в том числе и игры ордо.

Ключевые слова: игра ордо, принципы активности, сознательности, систематичности, прочности, наглядности, доступности, педагогические условия реализации.

Abdullaev Mamatsabyr Turganbaevich, Mamytov Abakir Mamytovich

Pedagogical conditions of realization learning principles in preparation future physical culture teachers for lessons on the national game Ordo

Abstract. The article is devoted to the theoretical characteristics of pedagogical conditions for the realization of the principles of training future teachers of physical education to conduct practical lessons on the national game of Ordo. The methodological foundations of each teaching principle are examined and methodological guidelines are given for creating appropriate pedagogical conditions aimed at improving the effectiveness of the training process. The article is based on the results of 4 years pedagogical experiment and on the positive experience of specialized preparation students studying at the Kyrgyz state academy of physical culture and sports. However, in the organization of the educational and educational process of preparing future teachers, their full implementation due to a lack of the role and understanding of theoretical who train future physical education teachers in general, relative to the new national game, the Kyrgyz Ordo in particular, is enough hard work. In accordance with the requirements of the state curriculum of the subject "physical education" implemented in the Kyrgyz Republic, education teachers should be in doubt to conduct practical lessons using the national Kyrgyz games, including the Ordo game.

Key words: game ordo, principles of activity, consciousness, systematicity, strength, visibility, accessibility; pedagogical conditions of realization.

Абдуллаев Маматсабыр Турганбаевич, Мамытов Абакир Мамытович

Ұлттық ордо ойынындағы сабақтар үшін физикалық оқыту оқытушыларын дайындауда оқыту принциптерін орындауға педагогикалық шарттар

Аңдатпа. Мақала болашақ дене тәрбиесінің мұғалімдерін ұлттық ордо ойыны бойынша практикалық сабақтар өткізуге оқыту принциптерін жүзеге асырудың педагогикалық шарттарының теориялық сипаттамасына арналған. Оқытудың әрбір қағидатының әдістемелік негіздері қарастырылады, оқу-жаттығу процесінің тиімділігін арттыруға бағытталған тиісті педагогикалық жағдайларды жасау бойынша әдістемелік нұсқаулар беріледі. Мақала 4 жылдық педагогикалық эксперименттің нәтижелеріне және Қырғыз мемлекеттік дене шынықтыру және спорт академиясында оқитын студенттердің мамандандырылған дайындығының оң тәжірибесіне негізделген.

Алайда болашақ мұғалімдерді даярлаудың оқу процесін ұйымдастыруда болашақ дене тәрбиесі мұғалімдердің нақты іс-әрекеттерімен теориялық ұстынымдардың рөлі мен түсінуінің жеткіліксіздігіне байланысты, атап айтқанда, қырғыз ордасының жаңа ұлттық ойынына байланысты жеткілікті қиын мәселе. Қырғыз Республикасында енгізілген «дене тәрбиесі» пәнінің мемлекеттік оқу жоспарына талаптарына сәйкес болашақ дене шынықтыру мұғалімдері қырғыз ұлттық ойындарын, оның ішінде ордо ойынын қолдана отырып практикалық сабақтар өткізуге күмәндануы керек.

Түйін сөздер: ордо ойыны, белсенділік, саналы, жүйелілік, беріктілік, көрнекілік, қол жетімділік принциптері, іске асырудың педагогикалық шарттары.

Введение. В научно-методической литературе понятие «принцип» характеризуется как первооснова или основополагающая (руководящая) идея, которая используется в той или иной деятельности. В историческом аспекте к понятию «принцип» в числе первых обратил свое внимание чешский педагог Ян Амос Коменский, русский педагог Константин Дмитриевич Ушинский и другие. Их заслугой является определение основы соответствующих знаний и предложение четко различать принципы обучения и принципы воспитания [1, с. 144-156]. Последнее требует, чтобы будущий учитель физической культуры освоил не только необходимый минимум теоретических знаний, характеризующий суть соответствующего принципа, но и уяснил основные методические пути и значимые педагогические условия их полноценной реализации [2, с 3-6]. Согласно общей теории педагогики принято выделять шесть дидактических принципов, к числу которых относятся принцип сознательности, принцип активности, принцип наглядности, принцип систематичности, принцип доступности и принцип прочности и учебно-воспитательный процесс необходимо организовывать в условиях строгого их соблюдения [3, с. 164-166].

Руководствуясь вышеуказанной логикой, **целью** настоящей статьи определено раскрытие содержания каждого дидактического принципа применительно к национальной игре ордо и описание пути и педагогических условий их реализации в условиях практического урока физической культуры [4, с. 48 -92].

Научное обоснование и методические рекомендации.

Принцип активности. Сущность принципа активности означает целеустремленное участие обучающихся в учебном процессе, направленном на освоение игры ордо. В его реализации важно, чтобы каждый студент ясно понимал необходимость освоения основных технических приемов игры ордо и по возможности доводил их до совершенства, а также стремился сформировать соответствующее игровое (тактическое) мышление. Анализ опыта распространения на-

циональной игры ордо, проведенный нами, позволил установить перечень основных технических приемов и тактических действий, наиболее часто используемых на практике.

С этих позиций при подготовке будущих учителей физической культуры к проведению уроков по ордо считаем важным сформировать базовый минимум технической и тактической подготовленности. В технической подготовке таковыми являются: обучение наиболее часто используемым способам держать «томпой» (иногда используют «абалак»), как «тик кармоо» и «жалпак кармоо», при помощи которых в игре ордо совершаются атакующие и защитные действия; обучение таким способам атакующих действий, как «ура атуу», «кынкай атуу» и «кадамак»; обучение таким способам защиты (тооруу), как «чимирип тооруу», «кагып тооруу», «чалбай тооруу») и, наконец, обучение таким способам чертүү (щелкания томпоем), как «сүрө чертүү», «басып чертүү», «жамап чертүү» и «өкчөп чертүү».

Что касается тактической подготовки главной задачей является формирование игрового тактического мышления и умения строить командные действия при участии различного количества игроков (пяти, семи, девяти и т.д.). Реализуя вопросы тактической подготовки, основное внимание следует уделить увеличению объема и разнообразия тактических действий, рациональному использованию имеющегося разнообразия сил, на осознание тесной связи и роли каждого технического приема с логикой конкретного тактического действия, а также на умение строить командные тактические действия.

Для эффективной реализации принципа активности нами выделены три педагогических условия. **Первое педагогическое условие:** в процессе освоения технических и тактических приемов ордо в определенной степени следует ограничивать так называемую «созерцательную активность». Важно сосредоточить внимание обучаемого, чтобы он больше думал о структуре движений, необходимо давать задания, повторяющие структуру движений, делая акцент на ее

осознание изнутри. Усложняя задания, следует помнить, что в психологическом плане каждое конкретное задание найдет свое место в области одного из следующих трех зон.

Первую зону условно называют «зоной безразличной сложности» и для нее характерно выполнение относительно простых заданий, не представляющих особого затруднения. Из-за этой особенности даваемые задания на результаты обучения не оказывают столь существенного влияния. Вторая зона – «зона стимулирующей сложности», и в ее пределах даются задания, представляющие определенные, но вполне посильные затруднения. Благодаря такому подбору заданий у многих обучающихся пробуждается чувство заинтересованности и самоутверждения. С точки зрения теории обучения именно такие задания отличаются особой ценностью, и в обучении игре ордо следует делать на них соответствующую ставку. И, наконец, третья зона – «зона угнетающей сложности». Для нее характерен подбор сложных и непосильных заданий, из-за невозможности выполнения которых чаще всего у обучающихся пробуждается чувство «собственного бессилия». Такие задания не должны использоваться в процессе обучения игре ордо.

Принцип активности предполагает, что в процессе обучения технике и тактике игры ордо следует стремиться, чтобы у обучающегося было больше положительных эмоций и чувство искренней радости собственным достижениям. В этом направлении многообразие заданий преследует цель соответствовать содержанию киргизской пословицы: «ученый победит тысячи соперников, безграмотный – только одного».

Второе педагогическое условие: при обучении игре ордо следует стремиться к творческому формированию как технических, так и тактических приемов. Оправдывает себя предоставление возможности каждому обучающемуся возможности импровизировать, выполнять каждый элемент техники и тактики красиво и артистично, что активизирует учеников и дает положительные эффекты.

Третье педагогическое условие: целенаправленно использовать все имеющиеся возможности, связанные с выполнением заданий, требующих взаимной выручки и взаимной помощи друг другу. Оно исходит из того, что темпы освоения нового движения у каждого обучающегося разные и зависят от индивидуальных особенностей. В этой связи возрастает значение роли такого правила, как «если что знаешь, на-

учи его другому». Игра ордо является коллективной игрой и, в этой связи, идеи и требования принципа активности должны использоваться и в процессе подготовки игровой площадки, обслуживания, иногда в осуществлении мелкого ремонта, в том числе и в сборе альчиков.

Принцип сознательности. Сущность принципа сознательности означает, что занимающиеся ордо ясно понимают необходимость разучивания основных технических и тактически приемов игры, важность общей и специальной физической подготовленности и сознательно относятся к их овладению и развитию. В процессе обучения игре ордо следует добиваться осознания значимости и в формировании соответствующего профессионализма в организации таких сторон обучения, как преподавание (миссия учителя) и обучение (ответственность ученика). Значимый вклад в реализацию принципа сознательности в процессе обучения технике и тактике игры ордо вносят знания из области биомеханики движений. На первоначальном этапе разучивания техники и тактики определяется структура движений, характеризующая динамическими (скорость, темп, ритм) и кинематическими (положение тела, направление движения, амплитуда движения) признаками. В последующем уточняются основные элементы техники и тактики и определяются пути их освоения. На завершающем этапе акцент делается на точность и качество выполняемого технического или тактического приема. Вышесказанное признается как *первое педагогическое условие реализации принципа сознательности*.

Второе педагогическое условие: оно предполагает формирование интереса у каждого обучающегося к качеству выполнения технических и тактических приемов игры ордо. Учитель организует тренировки по своему внутреннему убеждению, учитывая уровень мотивации (внутреннее желание) учеников. Знать внутреннее желание учеников очень важно, потому что оно определяет и отражает степень проявления сознательности занимающихся. В то же время абсолютизировать внутреннее желание обучающихся нельзя, т.к. очень часто у учеников имеет место завышенная ошибочная самооценка, и умение объективно оценивать желания и имеющиеся возможности нуждается в тщательном формировании.

Третье педагогическое условие: связано с обеспечением понимания задач, поставленных перед учебно-воспитательным процессом. Перед учебно-воспитательным процессом, как

правило, ставятся три взаимосвязанные образовательные, воспитательные и оздоровительные задачи. Обучая игре ордо, следует подбирать соответствующие средства, методы и формы их решения.

Четвертое педагогическое условие: оно тесно связано с организацией ежедневного контроля по освоению игры ордо. Это означает возрастание роли регулярной воспитательной работы, осуществление объективной оценки каждого значимого результата, достигнутого как в технической и тактической подготовленности, так и в ходе состязательной деятельности, т.к. у несформировавшихся как личность учащихся может проявляться так называемая «звездная болезнь». В таких случаях учитель обязан более тщательно подходить к вопросу «анализа итогов соревновательной деятельности, установления допущенных недостатков и ошибок и определения пути дальнейшего совершенствования».

Принцип систематичности. Сущность принципа систематичности означает последовательное и регулярное прохождение учебной программы игры ордо с таким расчетом, чтобы предыдущие простые технические приемы после их освоения становились подводящими для более сложных, с закреплением и развитием уже достигнутых результатов. Он предполагает, чтобы частота занятий, последовательность даваемых заданий, объем и интенсивность физической нагрузки, а также характер предъявляемых требований должны соответствовать основополагающим теоретическим положениям и закономерностям, установленным в сфере управления учебно-воспитательным процессом. Достижение этой цели возможно при соблюдении нижеуказанных педагогических условий:

Во-первых, частота занятий, нацеленная на освоение игры ордо, должна быть рациональной. При ее определении следует учитывать особенности типа проводимых занятий. Например, занятия, направленные на освоение нового материала (технического приема, тактического действия), или занятия, направленные на развитие основных физических качеств, как правило, проводятся с частотой 3 раза в неделю, что касается занятий, направленных на совершенствование спортивного мастерства, то оправдывают себя занятия, проводимые не менее 5 раз в неделю.

Во-вторых, соотношение объема физической нагрузки и продолжительность времени, предлагаемая между заданиями для восстановления организма (отдыха), должно быть рациональным. Если постоянно практиковать незна-

чительную продолжительность отдыха между подходами, то, как правило, такие занятия развивают выносливость занимающихся, если практиковать полноценный отдых, то – быстрота и, наконец, если синхронизировать свои действия так называемой фазой «супер восстановления» (суперкомпенсации), то такие занятия способствуют лучшему развитию ловкости и быстроты учащихся.

В-третьих, требования, предъявляемые в процессе обучения к технике и тактике игры ордо, также должны быть рациональными. Это означает, что каждый технический прием, являющийся предметом обучения, должен подвергнуться тщательному биомеханическому анализу и алгоритм даваемых заданий необходимо определять, учитывая закономерности формирования двигательных действий. Речь идет о том, что в случае структурной близости или схожести предлагаемых технических приемов (заданий) процесс обучения будет осуществляться намного легче, а в случае существенного структурного отличия, наоборот, будет сопровождаться значительными сложностями.

Принцип прочности. Сущность принципа прочности означает закрепление сформированных двигательных навыков игры ордо, сохранение высокого уровня развития физических и специальных качеств в течение длительного времени. Конечная цель учебно-воспитательного процесса связана с формированием такого уровня подготовленности обучающихся, который характеризуется не простым запоминанием основных технико-тактических приемов игры ордо, но и были в состоянии осуществлять успешную игровую и соревновательную деятельность. Для достижения указанной цели важно соблюдать следующие педагогические условия.

Первое педагогическое условие: необходимо обеспечить рациональное повторение всего разнообразия основных задач, которое ставится перед занятиями. Регулярное их повторение как бы является базой совершенствования оперативной памяти, проявление которой подчинено специфическим закономерностям. Это обстоятельство оказывает существенное влияние, когда предметом обучения являются двигательные действия, состоящие из нескольких самостоятельных, но в то же время взаимосвязанных элементов. Согласно утверждениям академика Т. Заславской особенности оперативной памяти человека таковы, что лучше запоминаются те элементы двигательного действия, которые расположены в начале и в конце комбинации, и что

касается элементов, расположенных в ее середине, то они запоминаются хуже [1, с. 159-162].

В этой связи при обучении игре ордо следует заблаговременно продумать последовательность двигательных действий, запланировать то, что будет в начале и в конце двигательных действий, и заложить основы оптимальной повторности каждого их них. Организуя учебный процесс по обучению игре ордо, следует учитывать, что уровень подготовленности занимающихся будет постепенно улучшаться. Это обстоятельство требует, чтобы освоенные двигательные действия следует обозначать условными знаками и шире использовать специальную терминологию, характерную для ордо, что способствует улучшению процесса мышления. Если значение каждого освоенного технического приема и соответствующего термина становится предметом анализа, то не только улучшается качество обучения, но и оказывается положительное влияние на формирование соответствующего познавательного интереса [4, с. 51-52].

Второе педагогическое условие: необходимо стремиться к вариативности задач, стоящих перед занятиями, преследующими не только цели обучения игре ордо, но и преследующие цели совершенствования игрового мастерства. Уровень развития игры ордо, к сожалению, таков, что стандартизированные требования к организации игры находятся на пути становления и сеть надлежащей материально-технической базы еще не создана. В этой связи спортивные состязания по ордо чаще всего проходят в открытой местности, на специальной площадке, посыпанной смесью из глины и песка, а в зимнее время – в условиях сарая и в других не очень приспособленных плоскостных сооружениях. Более того, могут иметь место, когда игры проводятся с использованием не только различных видов томпоа, но и абалака.

К примеру известно, что томпой, извлеченный из коровьего скелета, намного легче, чем томпой яка, что отражается на структуре технических приемов, тактических действий, оказывая влияние на рисунок игры. Следует обеспечить разнообразие заданий, даваемых на фоне физической и эмоциональной усталости занимающихся, особенно в обучении к различным техническим приемам. Вносит элемент новизны и повышает интерес к занятиям, если в пределах выполнения технического приема будут использованы методические приемы, предусматривающие выполнение двигательного действия с изменением положения тела, направления, скорости, темпа, ритма, амплитуды движения, а также из-

меняя меру взаимодействия внешних и внутренних сил. Соответственно, задачи, стоящие перед занятиями, должны ставиться таким образом, чтобы обеспечить достаточно обширную подготовленность учащихся к самым разным условиям будущей состязательной деятельности [5, с. 28-39].

Принцип наглядности. Сущность принципа наглядности заключается в обеспечении освоения игры ордо на основе точных и ясных представлений, формируемых в сознании учащихся, путем образцового показа или рассказа, осуществляемых со стороны учителя, или при помощи других средств наглядной демонстрации. Для достижения этой цели необходимо сохранить следующие педагогические условия.

Первое педагогическое условие: обеспечить точные и ясные представления о технических приемах и тактических действиях, используемых в игре ордо, на основе образцового показа. Используя метод показа, следует обеспечить его разноплановость (в профиль, в анфас, сбоку, используя технические средств демонстрации – показ сверху, замедленный показ и т.д.). Прежде чем применять тот или иной вид показа, рекомендуется давать конкретные установки, связанные с выделением важной фазы, значимых деталей двигательного действия.

Второе педагогическое условие: обеспечить точные и ясные представления о технических приемах и тактических действиях, используемых в игре ордо, используя словесные методы передачи знаний. Широко используются такие формы словесного метода, как объяснение, рассказ, замечание, уточнение и т.д. Оправдывают себя словесный метод, отличающийся краткостью, ясностью, образностью, эмоциональностью, убедительностью и грамотностью.

Третье педагогическое условие: обеспечить точные и ясные представления о технических приемах и тактических действиях, используемых в игре ордо, используя приемы, обеспечивающие прочувствование двигательного действия. Для этого чаще всего используют замедленное выполнение движения, акцентируя внимание ученика на возникающих ощущениях. Иногда оправдывает себя утрированный показ ошибок, допускаемых обучающимися, остановки на ключевой фазе движения, осуществляемые намеренно и при поддержке другого ученика.

Принцип доступности. Сущность принципа доступности заключается в обеспечении соответствия содержания, средств, методов, объема и интенсивности физической нагрузки, а также

характера предъявляемых требований в занятиях ордо к физическим и иным возможностям обучающихся. Для достижения этой цели важны следующие педагогические условия:

Первое педагогическое условие: до начала учебно-воспитательного процесса необходимо проанализировать особенности обучающихся. Как правило, уточняются возраст, уровень подготовленности и особенности высшей нервной деятельности учащихся и они учитываются в дальнейшей работе. Важное значение имеет то, что чем моложе учащиеся, тем они лучше осваивают двигательные действия, чем лучше подготовлен, тем легче переносит значительные физические нагрузки. Что касается особенностей высшей нервной деятельности, то в деле организации учебно-воспитательной работы ордо будет полезна имеющаяся информация об отличительных особенностях, характерных для флегматиков, сангвиников, холериков и меланхоликов, позволяющих принимать индивидуальное решение по каждому обучающемуся.

Второе педагогическое условие: организуя процесс обучения основным техническим и тактическим приемам игры ордо, следует обратить внимание на рациональность действий учителя. Речь идет о том, что при формировании содержания каждого занятия и определении последовательности даваемых заданий следует руководствоваться такими дидактическими правилами, как: «от известного к неизвестному», «от легкого к трудному», «от простого к сложному», «от индивидуального к коллективному» (иногда «от коллективного к индивидуальному») и «от знания к навыку».

Третье педагогическое условие: создание благоприятной среды, позволяющей эффективно организовать процесс обучения игре ордо. Учитывая, что в большинстве случаев в ордо играют

в открытой местности, в организации учебно-воспитательного процесса следует по возможности исключать отрицательное влияние внешних факторов, отвлекающих внимание учащихся. Можно получить положительные результаты, если будут использованы различные средства, в том числе и тренажерные, облегчающие технику выполнения приемов игры ордо.

Чаще всего рекомендуется использовать возможности взаимообучения, взаимоподдержки, привлекая для этого более подготовленных учеников. И, наконец, эффективность обучения к игре ордо будет более высокой, если в ходе занятий широко использовать дополнительные сведения исторического, философского характера, а также знания о культуре, быте, обычаях и традициях кыргызов, связанные с особенностями игры ордо и осуществлением различных видов воспитания.

Заключение. Обобщая вышеизложенное, следует отметить, что национальная игра ордо в Кыргызстане переживает свое второе возрождение. Доступность игры ордо широкому кругу слоев населения позволяет ее использовать в организации досуга, укрепления здоровья и улучшения физической подготовленности большого круга занимающихся. В последнее время она внедрена в школьную физическую культуру, соответственно возникла потребность в подготовке кадров, способных обучать подрастающее поколение игре ордо, а также уточнить дидактические основы профессиональной подготовки будущих учителей. В связи с вышеизложенным, на ключевую позицию выходят вопросы гармонизации общеизвестных дидактических принципов применительно к процессу обучения игре ордо, а также определение педагогических условий их реализации, что нами сделано впервые.

Литература

- 1 Мамытов А. Дене маданияты теориясы. Жалпы негиздери [Текст]: Окуу куралы / Мамытов А., Джанузаков К.Ч. – Бишкек: Полиграфбумресурсы, 2011. – 184 с.
- 2 Мамытов А.М. Программа по физической культуре для учащихся 5-9 классов средних общеобразовательных школ Кыргызской Республики [Текст]: Разработчики А.М. Мамытов, Т.С. Иманалиев, Е.П. Судоргин. – Бишкек: Издательский центр «Билим», 2013. – 27 с.
- 3 Барчуков И.С. Теоретические и практические основы физического обучения и воспитания студентов [Текст]: учебник для вузов предпринимательства и права / И.С. Барчуков, Е.А. Пенковский. – М., 1996. – 287 с.
- 4 Абдуллаев М.Т. Игра ордо: учебное пособие / М. Т. Абдуллаев, Т. Т. Иманалиев. – Бишкек: “Билим”, 2015. – 144 с.
- 5 Абдуллаев М.Т. Улуттук ордо оюнунун болочок дене тарбия адистерин даярдоодо ар тараптуу тарбияларга тийгизген таасири // Вестник физической культуры и спорта: научно-практический журнал КГАФКиС, / М.Т. Абдуллаев, М.Т. Назиров, А. – № 1. – Бишкек, 2019. – Б. 28-39.

FTAMP 77.03.05

¹Алшынбаев К.И., ²Сарсекеев Ғ.М., ¹Қазмамбетова А.А.,
³Андақұл М.Х., ⁴Дошыбеков А.Б.

¹Аймақтық әлеуметтік-инновациялық университет, Шымкент қ., Қазақстан

²Сүлеймен Демирел университеті, Қаскелен қ., Қазақстан

³Мардан Сапарбаев институты, Шымкент қ., Қазақстан

⁴Қазақ спорт және туризм академиясы, Алматы қ., Қазақстан

ЖАС ЕРЕКШЕЛІКТЕРІН ЕСКЕРЕ МЕКТЕПТЕГІ ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ САБАҚТАРЫН ӨТУДІҢ ЗАМАНАУИ ӘДІСТЕРІ

Алшынбаев Күләлбек Ильясұлы, Сарсекеев Ғабит Махметұлы, Қазмамбетова Алина Айсултанқызы, Андақұл Марат Хамиддинұлы, Дошыбеков Айдын Бағдатович

Жас ерекшеліктерін ескере мектептегі дене шынықтыру сабақтарын өтудің заманауи әдістері

Аңдатпа. Мақалада қазіргі заманғы өскелең ұрпақтың өмірі, тұрмыс-салты және оқу жұмыстары әр жыл өткен сайын көп уақыт, күш пен қажырлылықты, қарқынды өмір сүру мен жалындылықты талап ететін қызықты да, қауырт болатыны, осының бәріне айтарлықтай дене қасиеттерінің қызметтері көмек болатыны жайлы сөз қозғалған. Осы жағдайларда дене тәрбиесі ақыл-ой мен дене қимылы қабілеттілігін жоғарылататын амалдардың бірі ретінде бола алады. Сондықтан да, білім беру мекемелеріндегі дене тәрбиесінің мақсаттары ретінде жеке тұлғаның жан-жақты дамуына септігін тигізу, жоғары деңгейдегі білікті мамандарды дайындау міндеттерін қаперге ала отырып, жас ерекшеліктері бойынша өткізіліп жатқан сабақтардың сапасы көптеген мамандарды алаңдатуда. Білім беру мекемелерінде белсенді қызмет етіп жүрген мамандардың білімі тек өзінің саласы емес, сонымен бірге, білім алушы өскелең ұрпақтың жас ерекшеліктерін ескере, олардың дене тәрбиесінен де арнайы білімдерінің қаланғаны абзал.

Түйін сөздер: дене шынықтыру, оқу үдерісі, білім алушылардың жас ерекшеліктері.

Alshynbayev Kulalbek Ilyasovich, Sarsekeyev Gabit Makhmetovich, Kazmambetova Alina Aisultanovna, Andakul Marat Hamiddinovich, Doshybekov Aydyn Bagdatovich

Modern methods of conducting physical education lessons, taking into account age-related characteristics

Annotation. The article highlights the life, life and academic work of the younger generation, which requires every year the strength and perseverance inherent in young people of vibrant life and activity, interest and fascination, which can be achieved using certain functions of motor qualities. In this case, physical education can be used as a means of increasing mental and motor performance. Therefore, taking into account the tasks of training qualified specialists and all-round assistance for the full development of the personality as the goal of physical education in educational institutions, it should be borne in mind that the quality of classes by age characteristics excites many specialists in this field. Specialists actively working in educational institutions should have high-quality knowledge not only in their field, but also taking into account the age characteristics of the younger generation, they must be competent in special knowledge in the field of physical education.

Key words: physical culture, educational process, age characteristics of students.

Алшынбаев Кулалбек Ильясович, Сарсекеев Ғабит Махметович, Қазмамбетова Алина Айсултановна, Андақұл Марат Хамиддинович, Дошыбеков Айдын Бағдатович

Современные методы проведения уроков физической культуры с учетом возрастных особенностей

Аннотация. В статье освещены жизнь, быт и учебная работа подрастающего поколения, требующих с каждым годом силы и упорства, присущей молодежи бурной жизнедеятельности и активности, заинтересованности и увлекательности, выполнимых с помощью определенных функций двигательных качеств. В этом случае, физическое воспитание может использоваться как средство повышения умственной и двигательной работоспособности. Поэтому, принимая во внимание задачи подготовки квалифицированных специалистов и всемерную помощь для всестороннего развития личности как цель физического воспитания в учреждениях образования, нужно учитывать, что качество проводимых занятий по возрастным особенностям волнует многих специалистов этой сферы. Специалисты, активно работающие в учреждениях образования, должны иметь качественные знания не только в своей сфере, но и учитывать возрастные особенности подрастающего поколения, обязательно должны быть компетентны по специальным знаниям в сфере физического воспитания.

Ключевые слова: физическая культура, учебный процесс, возрастные особенности обучающихся.

Кіріспе. Заманауи жағдайларда мектептегі дене шынықтыру сабақтарын әртүрлі әдістер қолдана, жетілдіру мақсат-міндеттері осы салада жұмыс істейтін мамандардың айтарлықтай бас ауыртып, жұмыстарды орындау түйткілдері баршылық. Спорттың классикалық түрлерін өткізе, оның ішінде, гимнастика мен жеңіл атлетика сынды спорт түрлерін өткізуге мұғалімнің тәжірибесіздігі немесе құлықсыздығы – оқушылардың дене дайындығының сапалығын әжептәуір төмендетеді. Осыған байланысты, дене шынықтыру мамандарын даярлайтын оқу орындарының басты назарында ұстауы ретінде, болашақ мамандарды жан-жақты даярлап, білікті де, өз ісін жетік менгерген мұғалімді оқытып-үйрету жұмыстары жақсы жолға қойылу мәселелері одан әрмен қарастырылуда.

Қазақстан Республикасының Білім және ғылым министрлігіне қарасты дене шынықтыру және спорт ұлттық ғылыми-практикалық орталығының жасақтаған оқу бағдарламалары кеңестік типтік оқу бағдарламаларынан айырмашылықтары, әрине, бар. Онда ұлттық ойындар кіргізілген, классикалық спорт түрлері өз жалғасын тапқан, ауылдық және климаттық-географиялық ерекшеліктер есепке алынған. Дегенмен, әр сыныпқа арналған типтік оқу бағдарламалары әлі де өскелең ұрпақтың анатомиялық-физиологиялық ерекшеліктерін, аймаққа, өңірге байланысты ауа-райы мен жер сипаттары қаперге алынбаған және арнайы спорттық құрал-жабдық, қондырғылармен қамтамасыз етілу түйткілдері бар.

Мектептегі дене шынықтырудың түсінігі – әрбір сыныпта аптасына 2, кейінгі жағдайларда – 3 рет дене шынықтыру сабақтарының өтілуінің тиістігі. Жас ерекшеліктеріне қарай, әр сыныптарда спорт түрлерінен құралған бөлімдерде – аптасына екі сағаттық сабақтар болған жағдайда – оқу жылына 68 сағат, ал аптасына үш сағаттық сабақтар болған кездерде – оқу жылына 102 сағат бөлінеді.

Сабақтардың тақырыптары спорт бөлімдеріне, жас ерекшеліктеріне, мектептің құрал-жабдықтарына байланысты жасайды. Дене шынықтыру сабақтарында жаттығуларды үйрену, спорт ойындары түрлерінің ережелерін біліп, екі жақты ойнай білу, дене мәдениетінің әліппесін білу болып саналады [1].

Зерттеу өзектілігі. Мектепте білім алушы жастардың әр сыныпқа бөлінген жас ерекшеліктерін есепке алса, онда әр жас кезеңі бойынша сабақтың *дайындық* бөлімінде әртүрлі жекеленген міндеттер шешіледі – сапқа тұруға

үйрету, дұрыс мүсінді қалыптастыру, бұйрықты мінсіз орындауға үйрету т.б. Алайда, қай жас кезеңі болмасын, басты міндет – сабақтың алда тұрған негізгі бөліміне ағзаны қызметтік жағынан даярлау. Даярлық бөліміне бастауыш, орта және жоғары буын сыныптарының айырмашылықтарына орай, сабақтың 10%-дан бастап 20%-ға дейін уақыт бөлінеді [2].

Барлық жас ерекшеліктерін есепке ала, кіріспе-даярлық бөлігінің басты мақсат-міндеттері: негізгі бөлімді орындауға жағдай жасайды, келесі құрамнан тұрады:

а) қатысушыларды ұйымдастыру (оқушыларды сапқа тұрғызу, орында топтық жаттығулар, т.б.);

б) сабақ мақсатымен таныстыру;

в) оқушыларды ойындар арқылы сабаққа буырқанды сезімдік және психологиялық дайындау;

г) сергіту жаттығулары, ағзаны келесі күрделірек жаттығуларға дайындау (аса қиындық туғызбайтын жаттығулар жасау, шамалы жүгіріс, спорттық жүгіріс, т.б.);

д) негізгі бөлімде жасалатын жаттығуларға дайындық.

Әр сабақтың, әр спорт бөлімдерінің және әр жас кезеңі бойынша жер жағдайын ескере, қолда бар қажетті құрал-жабдықтарды, арнайы спорттық қондырғыларды қолдана, маусым ерекшелігіне орай, сабақ өтуші мұғалімнің біліктілігі мен тәжірибесін пайдалана отырып, өскелең ұрпаққа арнайы және жақындататын дене жаттығуларын орындату әдістеріне мүмкіндігінше баса назар аудару қажет. Бой жазу жаттығуларына ұлттық-тәрбиелік мәні зор, сонымен бірге, рухани-патриоттық, ұлттық намысты жандыратын белсенді дене жаттығуы түрлерін қосқан абзал [3].

Сабақтың *негізгі* бөлімінде барынша күрделі міндеттерді шешу жүктеледі. Соның барысында оқудың кезеңдері ескеріліп, міндеттерді қоюдың төмендегі тәртібі сақталады: таныстыру, үйрету, жетілдіру. Сабақтың кіріспе-даярлық бөлімінде көрсетілген өскелең ұрпақтың жас ерекшеліктері секілді, бұл бөлімде сабаққа жіберілген жалпы уақыттың 75-85% бөлінеді. Уақыт ұзақтығы мұғалімнің тәжірибесі мен біліктілігіне байланысты.

Негізгі бөлімге қойылатын талаптар – сабақтың мақсаты мен жоспарына байланысты әртүрлі дене жаттығулары және қай жас болмасын, өскелең ұрпақтың дене қасиеттерімен қатар дүниетанымын, ақыл-ой, логикасын дамытатын тапсырмаларды орындау. Бұған қоса, типтік оқу

бағдарламасындағы спорт түрлерінің тактика-техникасының, теориясының негіздерін меңгеру, психологиялық дайындық әліпбиімен танысу жатады. Сабақтың бұл бөлімі бағдарламаның материалдарымен белгіленеді [4]:

- а) ағзаның мүмкіндіктерін пайдаланып, тірек-қимыл жүйесінің жаттығуларын орындау;
- б) жаттығулар техникасын игеру арқылы дененің қимыл-қозғалысына үйрену;
- в) арнайы білімді қалыптастыру;
- г) негізгі және арнайы қозғалыс қимылдарын дамыту;
- д) зияткерлік қасиеттерге және адамгершілікке тәрбиелеу.

Сабақтың *қорытынды* бөлімінде ағзаның қызмет белсенділігін бағыттап отырып, біртіндеп кемітуді қамтамасыз еткен жөн. Үйге берілетін тапсырмаларға барынша көңіл бөлу керек. Үйге берілетін тапсырманы жете бағаламау – шұғылданудың сабақтық және сабақтық емес байланыстығын бұзады. Сабақтың бұл бөліміне уақыттың 5% шамасы беріледі.

Қорытынды бөлімде қолданылатын тәсілдер: бұл бөлімде ағзаның дене қимылы жаттығуларынан кейін қалпына келтірілуі қарастырылады:

- а) дене бұлшық еттерінің тынығуына, ағзаның қалыпты жағдайға оралуына арналған жаттығулар жасау;
- б) буырқанды сезімдік жағдайды реттеу, осыған байланысты назар аударту немесе зейіндік ойындарын жүргізу;
- в) оқушылар мен педагогтың сабақты бағалауы, сабаққа қорытынды жасау;
- г) үй тапсырмасын беру [5].

Зерттеу мәселесі. Мектеп жасындағы кезеңдер шамамен үш топқа: бастауыш, орта және жоғары буын сыныптары болып бөлінеді, деп мақала басында ақпараттар берілген. Сонымен, бастауыш кезеңі 1-4 сыныптарды қамтыса, орта кезең – 5-9 сыныптарды қамтиды. Ал жоғары сыныптарға – 10-11, келешекте – 12 сыныптар жатады. Мектеп өзінің ерекшеліктеріне қарай 10-11, кейін 12 сыныптан бастап, ал мүмкіндіктер болған жағдайларда – 5-6 сыныптардан бастап ұлдар мен қыздар бөлек оқыту әдістемесі қолданылу мүмкіндіктері жер-жерлерде қарастырылуда. Ондай жағдайларда бір сыныпта екі және одан да көп мұғалімдер сабақ беретін болады [6].

Еліміздегі климаттық-географиялық, аймақтық жер жағдайларына байланысты, жалпы білім беретін ауыл мектептерінің ішінде жартысынан астамы кіші кешенді болып келеді:

бастауыш, толық емес орта және орта мектептерде балаларды оқыту мүмкіндігі аз болады. Себебі, сыныптарды қосу арқасында әр сыныпқа берілген тапсырма әртүрлі болғандықтан және ауылды жерде барлық талапқа сай спортзалдары, спорт алаңдарының жоқтығынан, білім беру саласындағы құзырлы органдардың таратқан типтік бағдарламаға сәйкес оқу материалын өту біршама күрделірек. Әсіресе, бастауыш сыныптарда бір мұғалімнің бірнеше сыныптарға оқу сабақтарын қатарынан өте беруі көзге үйреншікті болып қалған. Әрине, кейбір мұғалімдердің арнаулы спорттық білімдері болмаған соң, дене тәрбиесінің алғашқы әліппелері: мысалы, оңға немесе солға бұрылу, тік тұру, сап түзеу т.б. секілді, ең негізгі және қажетті спорттық терминдер, дене жаттығулары ескерусіз қалады. Сондай-ақ, шалғай ауылдардағы дене шынықтыру сабақтарында, арнайы денешынықтыру-спорттық білімі жоқ кейбір мұғалім сабақ өту үдерісінде төменгі сынып оқушыларының жалпы дене қимылы жаттығуларын жоғары сынып оқушыларына істете салады [7].

Зерттеудің теориялық және практикалық маңызы. Зерттеу барысы бойынша келесі тұжырымдар жасалды: баяғы кеңестік заманда жұмыс істеген ұялы әдістемелік үйірмелер мектептерде бұрынғыдай, әрине, заманауи озық технологияларды үйлесімді қолдана, жұмыс істеулері керек. Осындай жиналыстарда немесе әдістемелік кеңестерде дене шынықтыру мұғалімі өзінің әріптестеріне ақыл-кеңестерін айтып, сабақты қалай жемісті өткізулері жайлы өз үлестерін қосады. Айта кететін жайт – инновациялық технологиялар, деп батыстық оқыту жүйесінің пайдалы да, маңызды жақтарын ғана алған абзал. Әйтпесе, батыстық үлгіге еліктеген жастарымыз ұлттық салт-дәстүрлерден безіп, қоғамымызға, менталитетімізге жат әдеттерді бойларына сіндіруге құмар-ақ. Ал, оның зиянды, теріс зардаптары әліден бой көрсетіп, ел арасында іріткі болуда.

Сонымен қатар, оқу-тәрбие, мектептен тыс, сыныптан тыс өтілетін іс-шараларды өткізу әдістерін де ортаға салады. Осындай жерлерде ең ауызға толтырып тұрып айтуға тұрарлығы – ауа-райының жылы кездерінде сабақтың далада, таза ауада өтілетіндігінде, өз кезегінде бұның денсаулыққа өте пайдалы екендігі белгілі. Бірақ, кейбір жаттығуларды, әсіресе, қондырғыларда, құрал-жабдықтарды қолдана отырып және жерде орындалатын жаттығуларды орындау, үйрету, сұрау, тексеру – белгілі бір қиыншылықтарды туғызады.

Мектептегі әр сынып кезеңдерінің ерекшеліктерін есепке ала отырып, сабақ беру әдісі туралы сипаттама берілсе, онда оның арнайы ерекшелігі ретінде, дене шынықтыру сабақтарын өткізудің ұйымдастыру жолдарын айтқан жөн. Мұнда табиғи жер жағдайын ескере, таза ауада сабақты өткізу жолдарын қарастырған жөн. Егерде, жоғары сынып оқушылары төменгі сынып оқушыларына көмек көрсетіп отырса, онда әртүрлі сыныптардың оқу материалын сабақта белгіленген әдістермен өткізген абзал. Одан кейінгі ерекшелік – сапқа тұру кезінде бірінші сынып оқушылары мұғалімге ең жақын тұрады. Себебі, жалпы дене қимылы дайындығы жаттығуларын орындау кезінде жіберілген қателіктерді көз алдында тұрып, дер кезінде жөндейді. Әрі десе, артында тұрған олардан жоғары сынып оқушылары қателіктерін жөндеп, ақыл-кеңестерін айтып тұрады.

Сабақтан тыс дене тәрбиесі жұмыстарын ауылда өткізу күрделі, бірақ, қызық. Олардың үй-іші тірліктері барлығына бірдей спортпен айналысуға мүмкіндіктер бере бермейді. Одан басқа, ауыл мектептерінде сабаққа дейінгі гимнастика өтілмейді. Себебі, ауылды жерде тұратын балалар қалалардағыдай, мектептеріне жол көліктерімен бармайды, үйлерінен сабаққа, мектепке жеткенше олар онсыз да гимнастика спорт бөлімін өткендей халде болады. Оның үстіне жеке ерекшеліктеріне қарай, ауылды жерлердің балалары үй шаруасын: мәселен, мал жайғау, жерге, үй құстарына қарау секілді, бой жазар еңбектерін онсыз да атқарады. Қала балаларына қарағанда ауыл балаларының күш, төзімділік қасиеттері жақсы дамиды да, жылдамдық қасиеттері кемдеу екенін жасалған сауалнамалар мен ғылыми тәжірибе нәтижелерінен байқауға болады.

Ұзартылған, толық күнді және интернат типті мектептерде өздерінің ерекшеліктеріне байланысты, барлық тәрбие түрлері қамтылған. Бұндай типтес мектептерде дене тәрбиесінен жақсы жұмыс істеуге болады, себебі, мұнда барлық балалар бірдей қамтылған. Оқу-әдістемелік, сабақ жоспарлары, барлық құжаттар мемлекеттік міндетті жалпы білім беру стандарттарына байланысты, барлық білім беру мекемелеріне бірдей болғандықтан, дене шынықтыру сабақтары типтік оқу бағдарламасы бойынша жасалынады. Дегенмен, дене шынықтыру мұғалімі өзінің

кейбір сабақ тақырыптарын нұсқалық бөліммен өткізуіне болады. Ал, сабақтан тыс қандай да іс-шара болмасын, оған бүкіл сынып, мектеп бойы толық қатыстырыла береді. Себебі, олардың үйдегі балалардың үй шаруасы т.б. секілді, тірліктері жоқ. Оның үстіне, мұнда тәрбиеші мұғалімдер өздеріне бекітілген сыныптарға толық жауап беретіндіктен, барлығы бірдей қандай да болмасын, іс-шараларға толығымен қатыса береді. Одан басқа, олардың өздеріне байланысты күн тәртіптері бар. Сондай-ақ, мұндай білім беру мекемелерінде спорттық үйірмелер де әдеттегідей жұмыс істейді.

Қорытынды. Білім берудегі барлық құралдар, тәсілдер мен міндеттер біріге келе, оқушыларға тәрбие беру мен олардың тұлға ретінде қалыптасуына оңтайлы жағдай жасайды. Барлық тәсілдердің жүйелілігі іс-әрекетті тиімді етеді. Жас ерекшеліктерін қамтыған аталмыш мектеп типтеріндегі сабақтың құрамы өзара байланысқан, бірақ өзіндік сипаттары бар 3 бөліктен тұрады:

1) оқу құралдары мен арнайы спорттық қондырғылар, құрал-жабдықтар. Олар белгілі ретпен, тәртіппен құрылған барлық жаттығуларды қамтиды, дене тәрбиесі пәнінің құрылымын анықтап береді;

2) педагогтың ұйымдастырушылық, басқару және қадағалау қызметі. Бұл оқушыларға жаттығулар, тапсырмалар беру, оның орындалу ретін, тәртібін үйрету, қауіпсіздік ережелерін айқындау, түсіндіру, қауіпсіздікке жауап беру, сабақтың өту барысын түсіндіру, спорт құралдарын пайдалануды, оны қолданысқа дайындауды жүргізу; үй тапсырмаларын тексеру, бағалау, сабаққа қорытынды жасау мен тәрбие беру, үлгі бола білу;

3) оқушылардың танымдық іс-әрекеті. Оқушылардың дидактикалық материалдарды игеруі, өзін-өзі бақылау, жаттығулар мен тапсырмаларды орындау, өз жұмысын бағалай білу, педагог сілтемелерін орындай алу, тапсырмалар мен мәселелерді шеше алу қабілеті. Жалпы, сабақтың қалай өтуі сабаққа қатысушы оқушыларға тікелей қатысты. Қорыта айтқанда, жас ерекшеліктері бойынша мектепте дене шынықтыру мамандары оқушылардың дене қасиеттерін дамыту үшін орындайтын жұмыс ауқымдары әрқашан да жоғары болмақ.

Әдебиеттер

- 1 Bjelica Bojan, Joksimović Marko, Seisenbekov Yerlan, D'Onofrio Rosario, Perovic Tijana. The effects of pilates programs on motor skills and morphological characteristics of women, Ita. J. Sports Reh. Po. 5, 2. – 2018 – P. 1063-1074.
- 2 1-4, 1-11 сыныптарға арналған дене тәрбиесінің бағдарламалары. – Алматы, 1993. – Б. 4-17.
- 3 Сейсенбеков Е.К. Дене шынықтыру және спорт теориясы мен әдістемесі. – Астана: ЕҰУ баспасы, 2011. – Б. 431.
- 4 Смирнов С.Д. Педагогика и психология высшего образования: от деятельности к личности: учебное пособие для студ. вузов. – М.: ИЦ «Академия», 2003. – С. 52-73.
- 5 1-11 сыныптарға арналған жалпы білім беретін мектептердегі дене тәрбиесінен кешендік бағдарламасы. – М.: Просвещение, 1985. – С. 5-13.
- 6 Сапарбаев М.Б. Подготовка учителей физкультуры. – Алматы, 1992. – С. 286.
- 7 Сейсенбеков Е.К. Оқушылардың дене тәрбиесі жүйесін жүзеге асырудағы педагогикалық әдістер / Сейсенбеков Е.К., Тастанов А.Ж., Теләхынов Е.Б. // Педагогика және психология. № 1. (38) 2019. – Б. 205-213.

^{1,3}Отаралы С.Ж., ²Жуманова А.С., ³Джамалов Д.Д., ³Курбанов Ш.Ш.,
⁴Аликей А.

¹Казахский национальный университет им. аль-Фараби, г. Алматы, Казахстан

²Казахская академия спорта и туризма, г. Алматы, Казахстан

³Казахский национальный аграрный университет, г. Алматы, Казахстан

⁴Евразийский национальный университет им. Л.Н. Гумилева, г. Нур-Султан, Казахстан

МОНИТОРИНГ КОНДИЦИОННОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СТУДЕНТОВ 1 КУРСА

Отаралы Светлана Жұбатырқызы, Жуманова Алия Султанғалиевна, Джамалов Джалал Джамалович, Курбанов Шұхрат Шарипжанович, Аликей Айбек

Мониторинг кондиционной подготовленности студентов 1 курса

Аннотация. В работе описаны результаты оценки уровня кондиционной подготовленности студентов-девушек Казахского национального аграрного университета в 2018-2019 учебном году. Кондиционную подготовленность студентов оценивали по результатам сдачи нормативных требований Президентских тестов физической подготовленности (бег на 100 и 1000 м, прыжок в длину с места с двух ног, поднимания туловище из положения лежа на спине). Были проанализированы результаты контрольных упражнений студентов-девушек 17,6±1,3 лет основного учебного отделения. Результаты исследования показали низкий уровень кондиционной подготовленности большинства студентов из числа исследованного контингента, который не соответствовал нормативным требованиям Президентских тестов физической подготовленности. Результаты исследования будут полезны преподавателям дисциплины «Физическая культура», а также исследователям, заинтересованным в изучении данной проблемы.

Ключевые слова: студенты, кондиционная подготовленность, педагогическое тестирование, Президентские тесты физической подготовленности.

Otaraly Svetlana, Zhumanova Aliya, Dzhamalov Dzhahalal, Kurbanov Shukhrat, Alikey Aibek

Monitoring of conditional preparedness of 1st year students

Annotation. The article shows the results of research of conditional qualification level of Kazakh National Agrarian University's female students in 2018-2019 academic year. The conditional qualification was assessed for compliance with the regulatory requirements of the Presidential physical qualification tests (100 and 1000 meters running, long jump from standstill, Sit-Ups in 1 minutes on a high crossbar). The results of control standards of the main educational department aged 17.6±1.3 years were analyzed. As a results of the research, it was low revealed that the majority of students' conditional qualification was low, which did not meet the regulatory requirements of the Presidential physical qualification tests. The obtained results can be used by "Physical education" discipline teachers, also all researches interested in studying this problem.

Key words: students, conditional qualification, Presidential physical qualification tests, educational testing.

Отаралы Светлана Жұбатырқызы, Жуманова Алия Султанғалиевна, Джамалов Джалал Джамалович, Курбанов Шұхрат Шарипжанович

1 курс студенттерінің кондициялық дайындығының мониторингі

Аңдатпа. Мақалада Қазақ мемлекеттік аграрлық университеті студент-қыздарының 2018-2019 оқу жылында көрсеткен кондициялық дайындығын сараптау нәтижелері көрсетілген. Кондициялық дайындық деңгейін дене дайындығының Президент сынақтарының нормативтерін тапсыру нәтижелерін сараптау арқылы анықтадық (100 және 1000 м қашықтыққа жүгіру, екі аяқпен ұзындыққа секіру, шалқалап жату қалпынан денені жоғары көтеру). Барлығы 17,6±1,3 жастағы негізгі топқа жататын 982 студент-қыздың нәтижелері талданды. Зерттеу барысында басым студенттердің кондициялық дайындығының төмен екендігі, сонымен қатар Президент сынақтарының нормативтеріне сай емес екендігін анықтадық. Зерттеу нәтижелері «Дене шынықтыру және спорт» пәнінің оқытушыларына, сонымен қатар осы мәселені зерттеумен айналысатын мамандарға пайдалы болады.

Түйін сөздер: студенттер, дене дайындығы, дене дайындығының Президент сынақтары, педагогикалық тестілеу.

Введение. Мониторинг уровня физической подготовленности является одной из основных составляющих процесса физического воспитания в вузе. Его использование связано с необходимостью осуществления наблюдения, анализа, оценки и применения мероприятий по повышению эффективности процесса физического воспитания [1], их динамики под влиянием применяемых физкультурно-оздоровительных технологий, адекватности применяемых средств и методов возможностям занимающихся и поставленным целям. При проведении мониторинга нужно использовать координационно несложные, хорошо известные занимающимся двигательные тесты, которые при минимуме затрачиваемых ресурсов могут дать максимальную информацию о физическом развитии, физической и функциональной подготовленности, уровне развития физических качеств и, следовательно, о здоровье тестируемых.

На здоровье занимающихся оказывают влияние множество факторов, среди которых важное значение имеет уровень развития физических качеств. Согласно современной классификации, физические качества подразделяются на кондиционные и координационные [2]. По мнению авторов, благодаря кондиционной физической подготовленности, которая находится в зависти от морфофункциональных особенностей организма человека, возможна двигательная активность. К кондиционным, или энергетическим, качествам авторы относят такие как выносливость, бытота, сила и гибкость и их производные – скоростно-силовые способности, силовую и скоростную выносливость. К координационным же качествам относят те, которые зависят не сколько от уровня морфофункционального развития, а определяются свойствами центральной нервной системы. Такие способности выявляются при выполнении упражнений в равновесии, ориентирования в пространстве, а также требующих согласования движений.

Устойчивость и надежность биологических систем организма обусловлены их слаженным взаимодействием, способностью одной системы компенсировать измененную работу другой и сглаживать тем самым влияние измененной работы одной или нескольких систем организма на общее состояние организма [3].

Наиболее используемыми для оценки кондиционной физической подготовленности обучающихся в практике физического воспитания в вузе являются упражнения Президентских тестов физической подготовленности (ПТФП) – бег на 100, 1000 и 3000 м, 12-минутный бег Купера, прыжок в длину с места, поднимания и опускания туловища из положения лежа на спине; подтягивания на перекладине [4, 5]. Эти упражнения отвечают требованиям, предъявляемым к двигательным тестам, и позволяют оценить некоторые параметры кондиционной физической подготовленности, а именно уровень общей выносливости, скоростно-силовых возможностей и силовых способностей занимающихся.

Цель исследования – оценка кондиционной физической подготовленности студентов по результатам сдачи контрольных упражнений Президентских тестов физической подготовленности.

Методы и организация исследования. Для достижения поставленной цели были использованы следующие методы: анализ научно-методической литературы, педагогическое тестирование (сдача нормативов Президентских тестов физической подготовленности – бег на 100 и 1000 м, прыжок в длину с места толчком двумя ногами, поднимания туловища из положения лежа на спине за 1 минуту), математико-статистический анализ в пакете IBMSPSS Statistics 25 с вычислением средней арифметической величины (\bar{X}), ошибки средней арифметической величины ($S_{\bar{X}}$) и коэффициента вариации (V).

Исследование, в котором приняли участие 982 студентки-девушки 1 курса Казахского национального аграрного университета в возрасте $17,6 \pm 1,3$ лет, проводилось на 11-12 неделе обучения в вузе (март 2019 года). При проведении исследования было получено разрешение Комитета по Этике Казахской Академии спорта и туризма (№ 09-01-08-500 от 04.09.18 г.).

Результаты исследования и их обсуждение. В результате анализа полученных данных было выявлено, что подавляющее большинство обследованных студентов не освоили контрольные упражнения ПТФП, что свидетельствует о низком уровне развития общей выносливости, скоростно-силовых способностей и, в целом, слабой физической подготовленности обследованных студентов (рисунок 1).

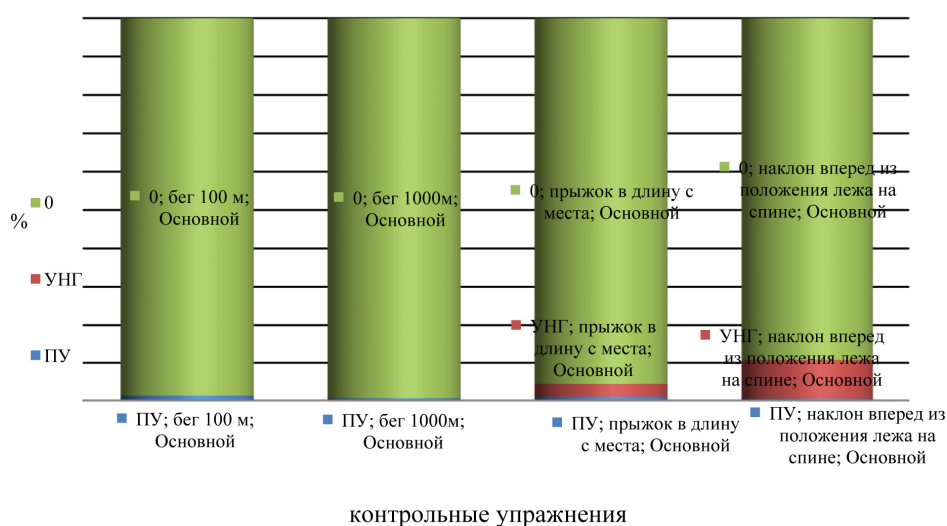


Рисунок 1 – Уровень освоения студентами-девушками упражнений Президентских тестов физической подготовленности

Так, результат в беге на 100 м соответствовал Президентскому уровню только у 1,3%, еще меньший процент студенток-девушек (0,6%) освоили президентский уровень (ПУ) в беге на 1000 м. Остальные студенты не справились с требуемыми нормативными требованиями при выполнении этих упражнений. Похожие данные выявлены и при анализе результатов студенток-девушек в упражнениях прыжок в длину с места и подъем туловища из положения лежа на спине.

Так, только 1% и 10,3% обследованных по результатам этих тестов соответствовали уровню национальной готовности (НГ), Президентский же уровень в этих упражнениях освоили соответственно 3,4% и 10,3% студенток.

Анализ абсолютных величин результатов тестирования студенток-девушек в беговых контрольных упражнениях также свидетельствует о слабой физической подготовленности обследованного контингента студенток (таблица 1).

Таблица 1 – Показатели кондиционной физической подготовленности студенток-девушек основного учебного отделения КазНАУ в 2018-2019 учебном году

Учебный год	n	Контрольное упражнение											
		бег на 100 м, с			бег на 1000 м, с			прыжок в длину с места, см			подъем туловища из положения лежа на спине, количество раз		
		\bar{X} (min-max)	$S_{\bar{X}}$	V,%	\bar{X} (min-max)	$S_{\bar{X}}$	V,%	\bar{X} (min-max)	$S_{\bar{X}}$	V,%	\bar{X} (min-max)	$S_{\bar{X}}$	V,%
2018-2019	1006	18,2 (14,1-22,9)	0,1	7,5	336,0 (216-790)	4,2	15,5	164,4 (100-215)	0,5	9,00	35,1 (10-58)	0,2	18,6

Так, результаты в беге на 100 м составили в среднем $18,2 \pm 0,1$, а индивидуальные значения колебались в пределах 14,1-22,9 сек. В беге на 1000 м среднегрупповой результат составил $336,02 \pm 4,2$ сек, что соответствовало $5,6 \pm 0,9$ мин/

сек, а колебание индивидуальных значений составило 216,0-790,0 сек. Результаты в упражнениях «прыжок в длину с места толчком двумя ногами» и «подъем туловища из положения лежа на спине» составили в среднем по группе

164,3±0,5 см и 35,1±0,2 раз соответственно. При этом значения коэффициента вариации по всем показателям указывают на однородность обследованной группы студентов.

Выводы. Таким образом, полученные результаты свидетельствуют о слабом уровне развития силовых, скоростно-силовых возможностей и общей выносливости большинства обследованного контингента студентов-девушек. При этом, значения коэффициента вариации свидетельствуют о слабом рассеивании результатов и однородности обследованной группы.

Результаты, свидетельствующие о слабом уровне кондиционной физической подготовленности современных студентов, были выявлены как другими авторами [6, 7], так и в ходе собственных предыдущих исследований. Так, анализ результатов сдачи Президентских тестов физической подготовленности за последние несколько лет показал снижение из года в год уровня кондиционной подготовленности студентов как мужского так и женского пола [8, 9]. Особенно заметна отрицательная динамика в упражнениях, выявляющих уровень развития общей выносливости (бег на 1000 и 3000 м) и характеризующих функциональные возможно-

сти кардиореспираторной системы организма. Полученные в наших исследованиях результаты перекликаются с данными исследователей, выявивших по результатам функциональных проб сниженные функциональные резервы основных систем организма студентов [10], которые имели тенденцию к ухудшению из года в год обучения в вузе [11]. Все это свидетельствует о наличии общей тенденции к снижению кондиционной физической подготовленности современных студентов и необходимости поиска эффективных способов ее коррекции.

Выводы

В результате исследования был выявлен низкий уровень кондиционной физической подготовленности студентов-девушек, о чем свидетельствуют результаты сдачи контрольных упражнений Президентских тестов физической подготовленности «бег на 100 и 1000 м», «прыжок в длину с места», «поднимания туловища из положения лежа на спине».

Полученные результаты свидетельствуют о недостаточной изученности данного вопроса и необходимости масштабных исследований кондиционной физической подготовленности студентов с целью ее улучшения.

Литература

- 1 Семенов Л.А. Содержание и нормативные основания оценки физической подготовленности при проведении мониторинга // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2005. – №6 [Электронный ресурс]: <http://sportfiction.ru/articles/soderzhanie-i-normativnye-osnovaniya-otsenki-fizicheskoj-podgotovlennosti-pri-provedenii-monitoringa>.
- 2 Семенов Л.А., Андрухина Т.В., Балмашев В.С., Терешкин А.Ф., Хозяинова-Цегельник Т.К. Коррекция кондиционной физической подготовленности школьников на основе проведения мониторинга: учеб. пособие / Под ред. Л. А. Семенова. – Екатеринбург: Изд-во Рос. гос. проф.-пед. ун-та, 2006. – 97 с. – С.8.
- 3 Федоров А.И. Комплексный контроль в спорте: теоретико-методические и информационные аспекты: учебное пособие / А.И. Федоров, И.П. Сивохин, В.Н. Авсиевич. – Костанай: КГПУ им. У. Султангазина, 2019. – 140 с.
- 4 Президентские тесты физической подготовленности. Постановление Правительства Республики Казахстан № 774 от 24 июня 1996 г.
- 5 Постановление Правительства РК №637 от 12 июня 2002 года «О внесении изменения в Постановление Правительства от 24 июня 1996 года №774».
- 6 Михайлова С.В., Сидорова Т.В., Полякова Т.А., Кузмичев Ю.Г., Яичников И.К., Антонов А.Я., Лосев А.С., Малыгин И.Е., Полуянова О.А. Оценка физической подготовленности студентов // Современные проблемы науки и образования. – 2015. – № 6. [Электронный ресурс] URL: <http://science-education.ru/ru/article/view?id=23645> (дата обращения: 21.07.2018).
- 7 Айзаков А.Д. Мониторинг состояния физического здоровья и здорового образа жизни детей, подростков и молодежи Западного Казахстана: автореф. ... канд. пед. наук. – Алматы, 2010. – 28 с.
- 8 Отаралы С.Ж., Жуманова А.С., Аликей А., Сабырбек Ж.Б., Онгарбаева Д.Т. Динамика показателей физической подготовленности студентов-юношей основного учебного отделения // Теория и методика физической культуры. – 2019. – №1 (55). – С. 54-60.
- 9 Отаралы С.Ж., Жуманова А.С., Байзакова Н.О., Аликей А., Жумашев Д.С. Динамика показателей физической подготовленности студентов основного учебного отделения за трехлетний период обучения // Материалы Международной конференции «Достижения науки в контексте повышения качества жизни и устойчивого развития общества». – Алматы-Москва, 2019. – С. 361-369.
- 10 Михайлова С.В., Кузмичев Ю.Г. Характеристика функционального состояния студентов в процессе обучения в вузе // Физическая культура. Спорт. Туризм. Двигательная рекреация. – 2017. – Т. 2, № 4. – С. 77-80.
- 11 Артеменков А.А. Оценка функционального состояния и резервных возможностей студентов в разные периоды обучения в вузе / Профилактическая медицина. Здоровье молодежи. – 2013. – № 3. – С.33-36.

Трифонов В.В.

Казахский Национальный Педагогический Университет им. Абая, г. Алматы, Казахстан

НЕКОТОРЫЕ ФРАГМЕНТЫ, ФОТОЭПИЗОДЫ И ПЕРСОНАЛИИ К ИСТОРИИ СТАНОВЛЕНИЯ И РАЗВИТИЯ ВОЛЕЙБОЛА В КАЗАХСТАНЕ В ПЕРИОД 1957-1961 ГГ.

Трифонов Валерий Васильевич

Некоторые фрагменты, фотоэпизоды и персоналии к истории становления и развития волейбола в Казахстане в период 1957-1961 гг.

Аннотация. В статье представлены авторские материалы по вопросу становления и развития волейбола в Казахстане в период 1957-1961 гг. Автор в настоящее время является пенсионером, который после окончания очной аспирантуры и успешной защиты кандидатской, а затем и докторской диссертации по педагогике получил звание профессора, 38 лет проработал на кафедре педагогики Казахского Педагогического Института им. Абая (КазПИ); Алматинского Государственного Университета им. Абая (АГУ); Казахского Национального Педагогического Университета им. Абая (КазНПУ). За особые заслуги в области образования автор награждён нагрудным знаком «Почётный работник образования Республики Казахстан», медалью «Үздік ұстаз», многочисленными грамотами и благодарностями. В педагогическом университете автор в течение 17 лет являлся членом докторского совета по проблемам общей педагогики, истории педагогики и образования, этнопедагогики (13.00.01). В течение 9 лет был заместителем председателя кандидатского совета по педагогической психологии (19.00.07). В течение 3-х лет являлся членом ВАК РК.

Ключевые слова: волейбол, Казахстан, развитие, команда, игра.

Trifonov Valery

Some fragments, photo episodes and personnel to the history of formation and development of volleyball in kazakhstan during the period 1957-1961 years.

Abstract. The article presents copyright materials on the formation and development of volleyball in Kazakhstan in the period 1957-1961. The author is currently a pensioner who, after completing full-time postgraduate studies and successfully pursuing a candidate and then doctoral dissertation in pedagogy, received the title of professor, worked for 38 years at the Department of Pedagogy of the Kazakh Pedagogical Institute named after Abay (KazPI); Almaty State University named after Abay (ASU); Kazakh National Pedagogical University named after Abay (KazNPU). For special merits in the field of education, the author was awarded the badge "Honorary Worker of Education of the Republic of Kazakhstan", the "Үздік ustaz" medal, numerous diplomas and thanksgiving letters. For 17 years, the author at the Pedagogical University was a member of the Doctoral Council on the problems of general pedagogy, the history of pedagogy and education, and ethnopedagogy (13.00.01). For 9 years he was deputy chairman of the candidate council for educational psychology (19.00.07). For 3 years he was a member of the Higher Attestation Commission of the Republic of Kazakhstan.

Key words: volleyball, Kazakhstan, development, team, game.

Трифонов Валерий Васильевич

1957-1961 жылдар аралығындағы Қазақстандағы волейболдың қалыптасу және даму тарихына қатысты кейбір үзінділер, фото эпизодтар мен тұлғалар

Аңдатпа. Мақалада 1957-1961 жылдардағы Қазақстандағы волейболдың қалыптасуы мен дамуы туралы авторлық материалдар берілген. Автор қазіргі уақытта зейнеткерлік демалыста. Ол күндізгі аспирантураны бітіргеннен кейін және кандидаттық, содан кейін педагогика бойынша докторлық диссертациясын сәтті аяқтап, профессор атағын алды. 38 жыл Абай атындағы Қазақ педагогикалық институтының педагогика кафедрасында жұмыс істеді. Абай атындағы Алматы Мемлекеттік Университеті; Абай атындағы Қазақ ұлттық педагогикалық университеті (ҚазҰПУ). Білім саласындағы ерекше еңбегі үшін автор «Қазақстан Республикасының Білім беру ісінің құрметті қызметкері» төс белгісімен, «Үздік ұстаз» медалімен, көптеген грамоталар мен алғыс хаттармен марапатталды. Педагогикалық университетте 17 жыл бойы Жалпы педагогика, педагогика және білім тарихы, этнопедагогика мәселелері бойынша докторлық кеңестің мүшесі болды (13.00.01). 9 жыл бойы педагогикалық психология бойынша кандидаттық кеңес төрағасының орынбасары болды (19.00.07). 3 жыл бойы ҚР ЖАК мүшесі болды.

Түйін сөздер: волейбол, Қазақстан, даму, команда, ойы.

ПРИЕЗД В АЛМА-АТУ. ВСТРЕЧА С ЛЕОНИДОМ. ШКОЛА

Летом 1954 г. отца назначили на новое место работы в г. Алма-Ату. Он, мама и я ехали в поезде Москва-Алма-Ата и к нам поместили подростка, родители которого были в соседнем купе. С ним мы сразу познакомились. Это был Леонид Драчевский, с которым я подружился на долгие годы. В Алма-Ате он проживал по улице Шагабутдинова в частном доме, учился в школе № 24, которую успешно закончил и затем уехал в Москву на постоянное местожительство в связи с поступлением в химико-технологический институт. С ним я много раз встречался в Москве в разные годы его учёбы и работы. Наши родители также общались между собой, дружили семьями, по праздникам поздравляли друг друга и обменивались подарками. Затем мои родители переехали жить в г. Жуковский Московской области. Когда в Алма-Ате у Леонида умер его отец Вадим Васильевич, он приезжал на его похороны и я ему в этом помогал. Затем его мама Раиса Константиновна вместе с дочерью Таней переехали в Москву. Леонид женился и проживал с семьёй в Москве по улице Лесная. Когда я приезжал в

Москву, то мы встречались в каком-нибудь кафе или у него дома. Впоследствии он стал Олимпийским чемпионом по академической гребле, работал в Спорткомитете СССР, был дипломатом в Испании, а затем работал долгое время в качестве полпреда по Сибирскому региону при президенте Ельцине Б.Н. и Президенте Путине В.В. Последний раз я с ним встречался в 2017 г. у себя дома в г. Алматы, куда он приезжал наблюдателем от России на выборы в Казахстан. Посетил свою школу № 24 и пригласил меня к себе в гости на дачу в Черногории. Будучи уже пенсионерами, мы тепло вспоминали о юношеских и молодых годах, так быстро прошедшей жизни.

Возвращаясь к тем далёким, юношеским годам, я помню, как в сентябре 1954 года я был принят на учёбу в 8-й класс шк. №39 г. Алма-Аты. В 9-м классе я уже выступал за сборную команду школы по волейболу на районных и городских соревнованиях.

В 1956 г. я выступал уже за сборную юношескую команду Казахстана по волейболу (Кормановский А., Трифонов В., и др.) на зональном первенстве СССР среди юношеских команд (г. Ашхабад).



Рисунок 1 – Слева направо: Трифонов В., ?, Блинов В., Пономарёв В., Лайкин В., Свиридов В., Адамов Е.

ФЕСТИВАЛЬ

После окончания средней общеобразовательной школы летом в 1957 г. я поехал в г. Москву и не прошёл по конкурсу в Московский институт химического машиностроения. Жил у брата отца (дяде), на Арбате, в однокомнатной квартире. Не

смотря на то, что я не стал студентом, мне тогда очень повезло и я невольно стал свидетелем и участником почти двухнедельного массового общения на Всемирном фестивале молодёжи и студентов, за мир и дружбу, который проходил в г.Москве, в конце июля – начале августа

1957 г. Это было моё второе посещение столицы, но более привлекательное. Молодёжный фестиваль оставил в моей памяти неизгладимый след. Москва была похожа на огромный цветник, девушки и юноши из разных стран, в ярких разноцветных костюмах, с песнями и танцами, обнимали друг друга, смеялись, что-то эмоционально говорили и старались найти между собой общий язык. Меня с друзьями тоже захватил этот праздник. Мы познакомились с французскими студентами, поменялись с ними нарядами и пытались говорить по-французски, а французы – по-русски. Это было очень забавно и весело. А вечером был необыкновенно красочный салют и этот салют и встречи молодёжи со всего мира в Москве я запомнил как одну из ярких страниц в моей жизни. Фестиваль произвёл на меня огромное, незабываемое впечатление, и особенно в общении со многими студентами из различных стран мира. Примечательно, что общение проходило на языке жестов, неподдельных эмоций, которые всегда сопровождалась искренним смехом, обменом сувенирами и адресами. Несмотря на такой ограниченный характер общения, почти всегда становилось ясным и понятным, кто и откуда приехал, где учиться или работает, как проводит свободное время, о чём мечтает на обозримую перспективу.

ВЫСТУПЛЕНИЕ ЗА КОМАНДУ СПОРТИСНОГО КЛУБА ИНСТИТУТА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ПО ВОЛЕЙБОЛУ

В середине августа 1957 г. я вернулся в Алма-Ату и в это же время случайно познакомился с тренером по волейболу Дмитриевым Борисом Николаевичем у входа в Парк им. М. Горького, где в то время торговали на улице шашлыком. Очередь Бориса Николаевича, как потом выяснилось, что он в ней стоял, была близка к продавцу, и Борис Николаевич любезно предложил мне и моему школьному другу купить шашлык за наши деньги, вне очереди. У нас был рост свыше 190 см и это, по всей вероятности, привлекло его внимание и, возможно, поэтому он нас сразу пригласил на тренировку по волейболу на открытую площадку Дома офицеров в Парке им. 28-ми гвардейцев панфиловцев г. Алма-Аты. После нескольких тренировок он предложил мне сдать вступительные экзамены в Институт физической культуры. Я их успешно сдал и был зачислен на 1-й курс Казахского Государственного Института Физической Культуры (кафедра спортивных игр, зав. кафедрой – Яшкичев А.И., ст. преподаватель этой кафедры – Дмитриев Б.Н.).



Рисунок 2 – Слева направо: Мазмутов Д., Джандосов Э., Максаков П., Щербаков Л., Трифонов В., Дьяков В., Гуревич Ю., Паршин Г.

На базе вуза Борис Николаевич создал сборную команду, в которую входили студенты 1-го

курса, волейболисты, обучающиеся в одной группе (Паршин Г., Трифонов В., Дьяков В.,

Максаков П., Джандосов Э., и др.), а также студенты других курсов (Щербаков Л., Сморогов

И., Цицурин Б., Афонин В., Гуревич Ю., Махмутов Д., Дёмин Ю., Ситников Г. и др.).



Рисунок 3 – Слева направо: Дмитриев Б.Н., Щербаков Л., Сморогов И., Махмутов Д., Гуревич Ю., Дьяков В., Паршин Г.

Тренировки проходили в спортивном зале Института физической культуры с 22 часов до 24 часов (вероятно, из-за перегруженности зала спортсменами и тренировками по другим видам спорта). Спортивный зал находился в то время по ул. Советской между ул. 8-е марта и ул. Проспект Ленина, рядом со зданием «Киностудии». После тренировок, в первом часу ночи, я возвращался пешком домой, где я проживал тогда по ул. Держинской угол ул. Комсомольской. У Бориса Николаевича в то время была своя отечественная машина «Победа» и он как водитель часто подвозил по пути с ночных тренировок студентов-игроков, проживающих недалеко от него в направлении Малой Станицы. Сборная команда института по волейболу (СКИФ) ежегодно выступала на различных соревнованиях (например, первенстве вузов г. Алма-Аты) и всегда занимала 1-е место. Её соперниками были студенты и молодые преподаватели других вузов. Например, за Горно-металлургический институт выступали Пресняков Е., Джаркешев З., Баяхунов А., и др. За Казахский Государственный Университет им. С.М. Кирова выступали Резник Г., Гибов К., Плетнёв В., Сауранбаев Ж. и др. За сельскохозяйственный институт выступали Маденов М. и др. За зооветеринарный институт выступали Джарылкапов О. и др. За медицинский институт выступали Демьянский Л., Алпатов В. и др. За институт иностранных языков выступали Каве-

рин В., Роднов А., и др. За педагогический институт выступали Клещенко Г. и др.

Следует заметить, что для более ускоренного становления и развития, например, такого вида спорта, как волейбол, в Казахстане, Спортивным Комитетом Республики, в то время был издан приказ, обязывающий все спортивные организации и персонально каждого тренера обеспечить в основном составе команды игроков на площадке, например по волейболу 30% (2 человека) игроков из числа лиц коренной национальности. Полагаю, что в тот непростой для Казахстана период развития страны и волейбола, в частности, это решение «Спорткомитета» (Ахметов К.) было вполне оправданным. Кстати сказать, что с его сыном Ахметовым Нурланом Каркеновичем, позже деканом естественно-географического факультета, доктором педагогических наук, профессором, я проработал в одном институте-университете, очень много лет.

Под руководством играющего тренера Бориса Николаевича сборная команда «СКИФ» успешно выступала также на первенстве Казахстана по волейболу, среди вузов. Её наиболее сильными соперниками были тогда сборные команды по волейболу, студенты (Восточно-Казахстанской, Карагандинской, Петропавловской и др. областей Казахстана).

Необходимо подчеркнуть, что сборная мужская команда «СКИФ» в период 1957-1961 гг.

бесспорно являлась 4-кратным чемпионом Казахстана по волейболу среди студенческих команд Республики. Безусловно, что в этом была большая заслуга, прежде всего Бориса Николаевича, который формировал у игроков волевые черты характера, умение побеждать сильных соперников, вырабатывал в команде слаженные коллективные и групповые игровые умения и навыки во взаимодействиях игроков. Успешно тренировал и прививал технические навыки работы с мячом, воспитывал умение побеждать не за счёт ошибок соперника, а за счёт более высокого уровня игровой готовности и мастерства волейболистов своей команды. Всегда искал, находил и практически добивался оптимального выполнения, например, нападающими игроками результативных игровых действий на передней линии. Передачу мяча обычно осуществлял разводящий игрок, который старался «перехитрить» блокирующих игроков команды соперника и вывести нападающих своей команды на одинарный блок. Например, с высокой передачи мяча, низкой передачи мяча вдоль сетки – «полупрострел» или «прострел» для нападения с 4-го номера. Нападения с метровой и даже гораздо ниже передачи мяча с 3-го номера (хабарка), или внезапной передачи мяча разводящим игроком за голову для нападения со 2-го номера. В отдельных случаях осуществлялось также и успешное нападение некоторыми игроками с задней линии, например, с 6-го номера, с приземлением игрока в зоне передней линии. При этом, нападающих игроков всегда подстраховывали другие игроки. Борис Николаевич уделял постоянное внимание не только тактике и выбору оптимальной модели игры, но и отводил время общефизической подготовке, и особенно разносторонней специальной подготовке игроков команды. Наблюдал за «пиком» их спортивной формы перед соревнованиями. Неоднократно обращал внимание игроков на необходимость поддержания в организме спортсмена водно-солевого баланса, соблюдение здорового образа жизни и другое. В период подготовки к ответственным соревнованиям Борис Николаевич добивался в спортивных инстанциях, выделения игрокам команды незначительной, но в то время, очень существенной для нас материальной поддержки и выдавал нам так называемые «талоны на питание» стоимостью 2.5 рубля в сутки каждый талон. Из этого расчёта, примерно в течение месяца, мы питались в кафе и столовых г. Алма-Аты. Наряду с этим, Борис Николаевич активно интересовался нашими учебными достижениями: посещением лекци-

онных и семинарских занятий, коллоквиумов, успешностью сдачи зачётов, текущих и государственных экзаменов.

Помню также, как в период обучения в вузе (1957-1961 гг.) состоялась товарищеская встреча между мужской сборной студенческой командой «СКИФ» и волейболистами из Китая. По инициативе Бориса Николаевича, на стадионе «Спартак», в центре футбольного поля, был установлен специально изготовленный деревянный помост, на котором была размещена и размечена волейбольная площадка. Сборная команда Китая выделялась, прежде всего, своей лёгкостью в перемещении по площадке, высокой прыгучестью в нападении, разнообразием игровых комбинаций и чёткостью игры на передней линии, особенно на блоке. Аккуратностью в подборе мячей от блока у сетки, результативностью и акробатической лёгкостью игры в защите на задней линии. В перерыве между партиями (сетями) Борис Николаевич, многократно и справедливо обращал наше внимание на то, чтобы быть более собранными и мобильными в игре, а также чаще использовать имитацию в нападении с обманными приёмами в игре, с таким подвижным соперником, каким являлась сборная команда Китая. Игра, как помню, носила очень напряжённый характер, была интересной и если мне не изменяет память, закончилась со счётом 3:1 в пользу молодёжной сборной Китая. После игры я познакомился с одним из игроков сборной команды Китая Ли – Цзинь – Юном (г. Шанхай, проживающий в то время, на ул. Нанкин-Шилу), с которым я, некоторое время, даже переписывался на русском языке. В последний раз я его видел на игровой площадке в 1962 году на чемпионате мира по волейболу в Лужниках, в Москве, где он выступал за сборную команду Китая. Вспоминаю, как на чемпионат мира по волейболу однажды пришёл лётчик-космонавт Ю.А. Гагарин и перед тем, как занять своё место, примерно на 12-14 рядов ниже нашего ряда, мы как зрители, стоя приветствовали его дружескими аплодисментами.

ВЫСТУПЛЕНИЕ ЗА КОМАНДУ «АДК»

После окончания мною в 1961 г. вуза, Борис Николаевич собрал лучших игроков г. Апма-Аты под эгидой сборной команды «АДК». В составе этой сборной команды выступали Кравченко В., Васильев В., Кожевников А., Сморогов И., Трифонов В., Резник Г., Дёмин Ю., Козерод Б., Кубарский, Шапран и др. [1]. В 1961 году, этим же составом, мы выступали на Почётном Кубке, посвящённом 40-летию комсомола в Каз.ССР, на

который были приглашены команды мастеров спорта СССР: «Локомотив» Киев, «Локомотив» Москва, «Буревестник» Москва, «Буревестник» Тбилиси, а также волейбольные команды «Буревестник» Алма-Ата, «АДК» Алма-Ата и «Локомотив» Алма-Ата. Этот волейбольный турнир был сделан с целью получения командой «Буревестник» г.Алма-Ата звания «Мастер Спорта» СССР, в случае, конечно, её успешного выступления на этих соревнованиях. Под руководством Бориса Николаевича команда «АДК» была хорошо подготовлена и успешно играла на этом волейбольном турнире, который проходил в г.Алма-Ате. По отзывам ведущих специалистов по волейболу, нападающие игроки этой команды Кравченко В. и Трифонов В. доставили много неприятностей на этом турнире соперникам других команд [1]. Ради справедливости следует заметить, что в ряде случаев, на этих соревнованиях в процессе игры с другими командами ведущий судья этого турнира Алейников Б. (г. Алма-Ата) многократно и субъективно фиксировал у игроков команды «АДК» спорные технические ошибки при приёме мяча, его передаче и особенно часто, практически постоянно, фиксировал такую банальную техническую ошибку, как «перенос» рук, над сеткой при блоке. По старым правилам, при защите от нападающих игроков соперника, кисти рук при блоке надо было держать строго на уровне сетки и их нельзя было переносить на сторону противника за условной границей сетки. Судья на вышке по своему усмотрению, на «глазок», произвольно определял этот перенос ладоней и пальцев рук над сеткой! Поддача мяча, соответственно, передавалась команде соперника. Такое субъективно-опроектированное решение арбитра вызывало, соответственно, эмоциональный гнев игроков нашей команды и недовольство зрителей. Не помню, какое место мы заняли на этих соревнованиях, но хорошо помню, как Борис Николаевич от всей души возмущался несправедливым решением некоторых судей во многих игровых ситуациях, и особенно моментах, решающих исход игры с участием мужской команды «АДК».

Вспоминаю также, как для повышения игрового уровня команды наш играющий тренер организовал поездку в г. Сухуми, где мы выступали на каких-то зональных соревнованиях в составе: Резник Г., Васильев В., Трифонов В., Сморогов И., Новиков Р., и др. После разбора очередной игры Борис Николаевич, как тренер, педагог и воспитатель пригласил всех желающих игроков на осмотр достопримечательностей города и его окрестностей.

Он всегда был интересным рассказчиком, много шутил и, как старший по возрасту наставник, воспитывал у нас чувство дружбы, коллективизма, взаимопонимания и взаимовыручки.

В таких поездках и в неформальных встречах в г. Алма-Ате он нередко и остро переживал, что не имел возможности чаще организовывать для нашей команды поездки на соревнования и товарищеские встречи с сильными волейбольными командами в других городах, за пределами Казахстана.

ТОВАРИЩЕСКИЕ ВСТРЕЧИ ПО ВОЛЕЙБОЛУ И ПОЕЗДКИ С ИГРАЮЩИМ ТРЕНЕРОМ ДЖАРЫЛКАПОВЫМ ОКТЯБРЁМ КАДЫРБАЕВИЧЕМ

Следует заметить, что у его соперника Бориса Николаевича Октября Кадырбаевича, большого любителя волейбола и энтузиаста таких возможностей, конечно, было намного больше. Он гораздо чаще организовывал такие поездки и привлекал к ним игроков из различных вузов г.Алма-Аты. Возможно, поэтому между профессионально подготовленным, играющим тренером, каким являлся в то время Борис Николаевич и его спортивным визави Октябрем Кадырбаевичем было определённое соперничество за привлечение перспективных игроков к себе в команду, под свою персональную спортивную опеку. Мы много раз выступали в составе его команды на различных товарищеских встречах, например на стадионе «Спартак».

Такие дружеские приглашения у него, безусловно, были заманчивыми и он довольно часто привлекал перспективных игроков на свою сторону. При этом его предложения являлись всегда весьма обещающими, направленными на успех, открытыми, популярными и он неоднократно организовывал, в то время, поездки на различные товарищеские встречи за пределами Казахстана. В одной из них, ещё в 1957 г. в составе команды Джаркешев З., Маденов М., Щербаков Л., Трифонов В., Баяхунов А. и др. играющий тренер Октябрь Кадырбаевич, мы дважды встречались в товарищеской встрече со сборной командой РСФСР, как вспоминает Щербаков Л., за которую выступали в то время Ельцин Б., Кузнецов, Белотелов и др. в г. Свердловске и в г. Барнауле.

В другой поездке, в 1960 г. в составе команды Махмутов Д., Гуревич Ю., Щербаков Л., Касин В., Резник Г., Трифонов В., Имангалиев И., и др., играющий тренер Октябрь Кадырбаевич, мы выступали на Всесоюзных студенческих играх в г. Харькове, где заняли почётное 4-е место.



Рисунок 4 – Слева направо: Джарылкапов О.К., Сауранбаев Ж., Кассин В., Трифонов В., Имангалиев И., Паршин Г., Дьяков В., ?



Рисунок 5 – В нападении Махмутов Д., на задней линии Трифонов В.

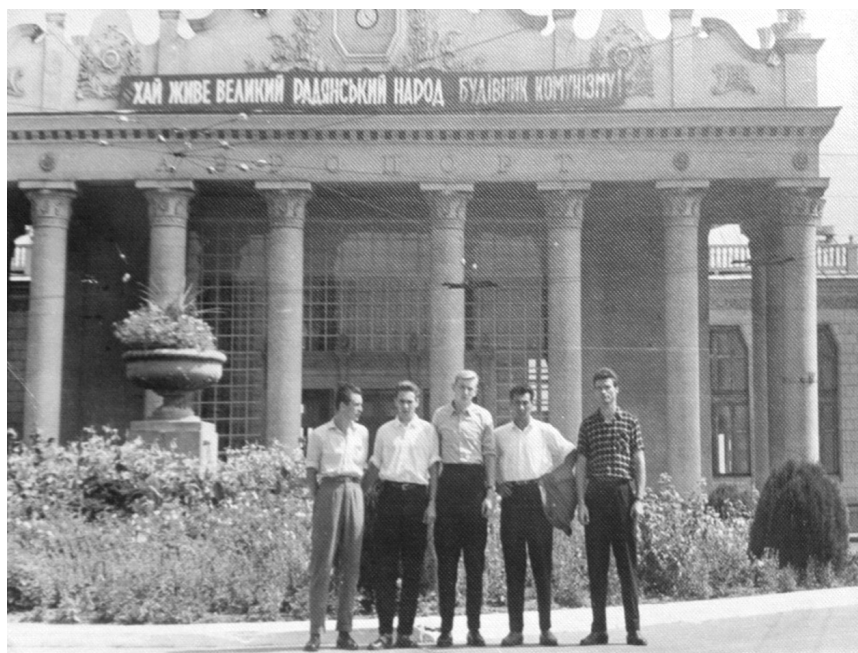


Рисунок 6 – г. Харьков. Слева направо: Кассин В., Гуревич Ю., Трифонов В., Имангалиев И., Щербаков Л.

В третьей поездке, в 1961 г. мы выступали на каких-то зональных соревнованиях в г. Тбилиси, играющий тренер Октябрь Кадырбаевич. После игр

он познакомил нас с городом, мы ездили с ним на фуникулёр к монументу царицы Грузии (Тамаре), а затем он нас всех пригласил на обед в ресторан.

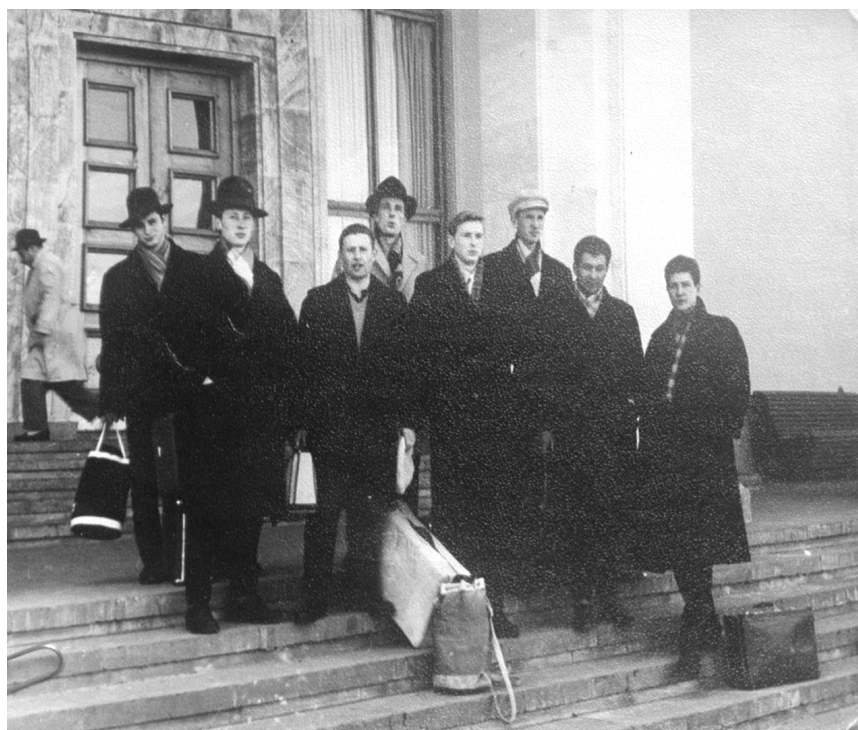


Рисунок 7 – Слева направо: Дьяков В., Паршин Г., Плетнёв В., Гибов К., Трифонов В., Турсунбаев Р., Имангалиев И., Иванов В., и др.

ВЫСТУПЛЕНИЕ ЗА КОМАНДУ «ДИНАМО»

В 1961 году многие игроки команды «АДК» перешли на новое место работы и объединились под эгидой спортивного общества «Динамо». Следует заметить, несмотря на то, что команда «Буревестник» Алма-Ата, за которую выступали

тогда Джарылкапов О., Маденов М., Джаркешев З., Сауранбаев Ж., Щербаков Л., Кассин В., и др., и её игроки получила звание «Мастеров Спорта», эта команда, в товарищеской встрече, на стадионе «Динамо» проиграла со счётом 3:2 нашей команде «Динамо».



Рисунок 8 – Слева направо: Трифонов В., Гончаров Г., Резник Г., Плетнёв В., Бапандин В. (не оказались на волейбольной площадке Сморогов И., Иванов В., Рожок В., и др.), тренер Роднов А.



Рисунок 9 – Слева направо: Бапандин В., Гончаров Г., Трифонов В., Резник Г. и др.

Вспоминаю, что когда мы были студентами Геннадий (Генри) Резник обучался на юридическом факультете КазГУ им С.М. Кирова и проживал у меня в небольшой 2-комнатной квартире в г. Алма-Ате. Однажды, где-то под Новый Год, Геннадий пригласил меня на музыкальный вечер, который проходил в большом актовом зале у него на факультете, где обучались студенты многих национальностей. Народу на вечере, как всегда, в ту пору, было очень много, в зале было душно, гремела музыка, было шумно и разобраться, кто, что и о чём поёт, танцует, разговаривает или о чём-то эмоционально дискутирует, практически было невозможно. Немного потанцевав с двумя или тремя студентками, я потерял из виду Геннадия и узнал, где он находится на вечере, в зале, только по его своеобразному и зычному голосу с модуляцией. Издалека было слышно, несмотря даже на шумные переливы музыки, что он был сильно возбуждён, что-то громко доказывал в адрес собравшейся вокруг него толпы студентов, кричавших ему в ответ на разных языках и с акцентом. Я пошёл на шум к этому кругу толпы и, подойдя поближе, увидел, что в центре этой толпы «оппонентов» стоит Геннадий, эмоционально и с жестами убеждает в чём-то студентов, сверкает глазами и выглядел он изрядно вспотевшим, и через чур взволнованным. Он то и дело поворачивался в разные стороны к своим визави и мощным голосом о чём-то и шумно спорил с окружающими его студентами юридического факультета. По обрывкам громких, не нормативных и угрожающих его жизни фраз, озвученных с кавказским акцентом, я сразу понял, что ему сейчас или чуть позже будет «хана», его зарежут. Подойдя поближе к этой толпе, я случайно заметил, как небольшого роста молодой парень кавказской национальности, вероятно, тоже студент, активно суетился и пытался пробраться, с разных сторон, сквозь кольцо этой толпы студентов к центру, где стоял Геннадий. На ходу и незаметно он вынул нож, и явно хотел им «пырнуть» Геннадия сзади, выбирая для этого удобный момент. Что было делать? Решение пришло мгновенно. Я резко и с силой раздвинул кольцо толпы, схватил Геннадия сзади, двумя руками за пояс и оторвал его ноги от пола (в то время, я свободно вырывал штангу весом 90 кг и делал жим лежа 100 кг, к этим занятиям меня приобщили штангисты-сокурсники Николай Пахутко, он жил вместе с нами, и Борис Анпилов, он жил с матерью). В таком подвешенном положении я уверенно понёс Геннадия к выходу из музыкального зала, под какой-то быстрый ритм музыки и

разноголосицу угрожающих его жизни криков студентов с кавказским акцентом. На весу он продолжал что-то громко кричать, вращал головой с пышной шевелюрой в разные стороны и дёргался у меня на весу руками и ногами. На улице, на морозе, он продолжал пылать неистребимым гневом, выплёскивал в адрес обидчиков разбушевавшиеся не на шутку эмоции, тирады негодования, и несмотря на мои увещания, не сразу смог успокоиться. Как потом выяснилось, между ним и его сокурсниками в вузе спонтанно произошёл подспудно назревающий конфликт на почве национальных разногласий и роли личности в становлении и управлении государством.

Много лет спустя я встречался с Генри в его офисе в Москве. Он стал к тому времени уже известным в Москве и за её пределами адвокатом. Мы тепло вспоминали студенческие годы, волейбол, этот казусный и далёкий эпизод с благополучным для него исходом. Он ещё раз поблагодарил меня за спасение ему жизни, вначале в его адвокатском бюро, а затем в ресторане «Золотой Остап».

С Борисом Николаевичем я встретился много лет спустя, когда он работал директором детско-юношеской спортивной школы по волейболу, расположенной, в то время по ул. Сейфулина угол ул. Калинина. Это была моя последняя с ним встреча. Позже, один из бывших волейболистов мне сказал, что в последнее время он подрабатывал и охранял по ночам какое-то госучреждение, в которое проникли злоумышленники и в борьбе с ними он погиб от их рук. Другой играющий тренер Октябрь Кадырбаевич умер рано, совсем молодым, ему было, если мне не изменяет память, всего 38 лет, от неизлечимой болезни. Светлая им память.

Выводы: 1. В истории казахстанского волейбола рассматриваемого периода времени такие яркие личности, как играющий тренер Дмитриев Борис Николаевич и играющий тренер Джарылкапов Октябрь Кадырбаевич внесли фундаментальный вклад в становление и развитие волейбола в Казахстане. Между собой этих двух замечательных тренеров мы всегда уважительно называли «Борей» и «Октябрём». Борис Николаевич по характеру был более мягким человеком, чем Октябрь Кадырбаевич. Прошло более 60 лет и мне трудно вспоминать разбор игр этих уникальных тренеров. Они были различными по качествам личности и манере ведения игры. Бориса Николаевича привлекал более красивый и зрелищный характер волейбола, играть с удовольствием, наблюдать за против-

ником, умением мобилизоваться, особенно в решающей партии (сете), чтобы достойно выиграть встречу. Приём мяча с подачи противника практиковался им нередко сверху. При силовой подаче мяча его приём был снизу двумя руками. Наряду с этим, Борис Николаевич выработывал

у игроков «периферическое» зрение, умение наблюдать за игровыми действиями противника с тем, чтобы его не только «перехитрить», но по мастерству и тактической готовности суметь профессионально переиграть при нападении, защите и других игровых действиях команды.



Рисунок 10 – Трифонов В., Резник Г.

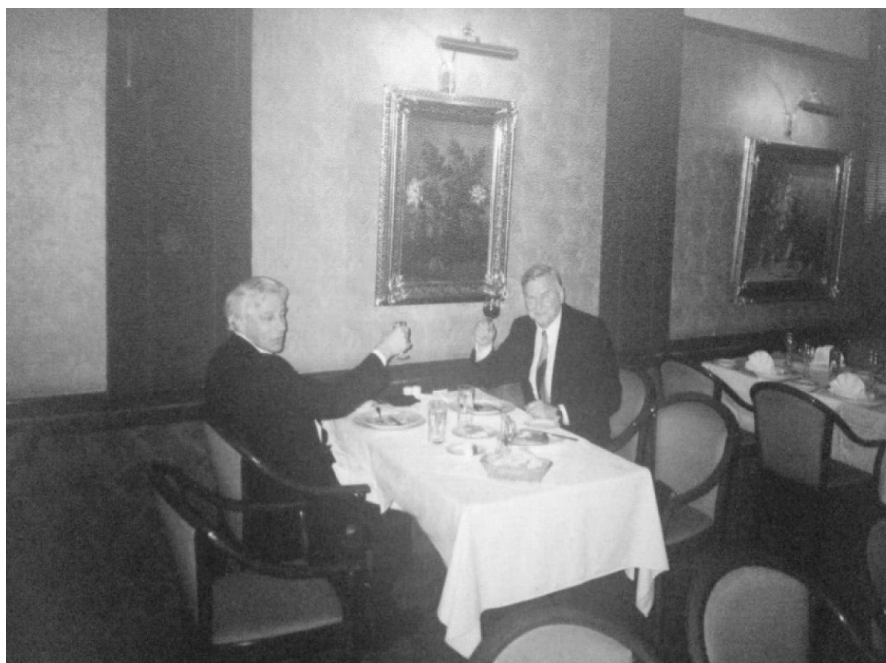


Рисунок 11 – Трифонов В., Резник Г.

2. У Октября Кадырбаевича был несколько иной подход. Он больше обращал внимание на рациональную манеру ведения игры и приём мяча с подачи противника, в основном снизу, с тем, чтобы меньше допускать технических ошибок. Старался не столько «перехитрить» соперника при блоке, а наоборот, при двойном блоке нападать так, чтобы от рук блокирующих мяч улетал в аут и его нельзя было достать подстраховывающим игроком. Очень не любил, когда игрок, отыгрывая мяч при нападении, «самолюбовался» и восхищался собой, слегка потряхивал головой, как знак своей успешной игры. При разборе игры часто обращал внимание на коллективную сплочённость игроков команды, а иногда даже «материл» тех игроков, которые пытались показать, что они исключительные и играют лучше других. Призывал игроков не кичиться тем, кто и как отыграл мяч, а больше уделять внимание коллективному духу и единению команды, чтобы победить сильного соперника. Вполне возможно, что это и привело к тому, что он сумел в будущем сплотить игроков в единую и сильную команду «Буревестник» и добиться высоких спортивных результатов на международной арене. Хотелось бы также подчеркнуть, что профессионально признанные и одарённые тренеры, какими являлись Борис Николаевич и Октябрь Кадырбаевич, воспитывали у нас чувство коллективизма, преданности и гордости за казахстанский волейбол и достижения Республика Казахстан. Сегодня, по мнению волейболиста Кассина В.В. и Щербакова Л.И., некоторые спортсмены нередко «бегают» по различным спортивным коллективам и ведомствам в поисках того, кто больше им заплатит за их мастерство и игру.

3. Играющий тренер, старший преподаватель кафедры спортивных игр Казахского Государственного Института Физической Культуры Дмитриев Борис Николаевич в период 1957-1961 гг. заложил основы школы волейбола в Казахстане для её дальнейшего становления и развития. Профессионально подготовил плеяду лучших игроков для мужской сборной команды Казахстана по волейболу. Привлёк в Алма-Ату некоторых перспективных волейболистов, игравших в то время за команды других регионов Советского Союза. Личным примером он вдохновлял и наставлял молодое поколение волейболистов на достижение ими высоких спортивных результатов. Формировал у молодых волейболистов лучшие коллективные традиции, предоставлял игрокам возможность для проявления

и развития ими в команде спортивной индивидуальности и воспитывал у них лучшие общечеловеческие качества личности. Наблюдал и поддерживал проявления игроками чувства порядочности и эмпатии во взаимоотношениях с окружающими людьми, соблюдение волейболистами здорового образа жизни, персональной ответственности и чувства гордости за процветание казахстанского спорта и Республики Казахстан.

4. Большой любитель волейбола и преданный своему делу играющий тренер Джарылкапов Октябрь Кадырбаевич творчески перенял и приумножил лучшие традиции в организации и дальнейшем повышении уровня спортивного мастерства игроками мужской сборной команды Казахстана по волейболу, состоящей из лучших игроков различных вузов и спортивных ведомств. Сумел их объединить в команду «Буревестник» и успешно подготовить новое подрастающее поколение волейболистов. Профессионально модернизировал все аспекты игры в волейбол и поднял многих волейболистов на более высокий уровень их спортивного мастерства. Упорным трудом добился высоких спортивных результатов и заслуженного признания мужской команды «Буревестник» на всесоюзных и международных соревнованиях по волейболу.

5. При подготовке и написании данной статьи автор неоднократно беседовал, делился воспоминаниями и посылал текст волейбольных событий, для их уточнения, ныне здравствующим пенсионерам. Известным волейболистам того периода времени Валерию Вадимовичу Кассину и Леониду Ивановичу Щербакову. Мы были и остались игроками одной и разных волейбольных команд, друзьями и соперниками периода становления и развития волейбола в Казахстане 1957–1961 гг. того очень далёкого периода времени, когда в истории становления и развития волейбола все мы, старое поколение волейболистов, запомнились и навсегда остались в памяти наших друзей и близких нам людей, яркими личностями и молодыми игроками.

Автор заранее просит извинения, если в данных воспоминаниях могут быть отдельные исторические неточности и погрешности. Будет признателен, если содержание этой статьи окажется полезным молодому поколению волейболистов и студентам специализированных спортивных вузов, интересующихся историей становления и развития волейбола в Республике Казахстан рассматриваемого периода времени.

Некоторые сведения об авторе статьи

Автор в настоящее время является пенсионером, который после окончания очной аспирантуры и успешной защиты кандидатской, а затем и докторской диссертации по педагогике, получил звание профессора, 38 лет проработал на кафедре педагогики Казахского Педагогического Института им. Абая (КазПИ); Алматинского Государственного Университета им. Абая (АГУ); Казахского Национального Педагогического Университета им. Абая (КазНПУ). В период своей многолетней работы в вузе Ректорами были: профессора Жумабеков Ж.Ж., Касымов К.А., Садыков Т.С., Пралиев С.Ж. Заведующими кафедрой педагогики были профессора Уманов Г.А., Жампеисова К.К., Баймолдаев Т.М.

За особые заслуги в области образования автор награждён нагрудным знаком «Почётный работник образования Республики Казахстан», медалью «Үздік ұстаз», многочисленными грамотами и благодарностями. В педагогическом университете автор в течение 17 лет являлся

членом докторского совета по проблемам общей педагогики, истории педагогики и образования, этнопедагогики (13.00.01). В течение 9 лет был заместителем председателя кандидатского совета по педагогической психологии (19.00.07). В течение 3-х лет являлся членом ВАК РК. За годы работы был научным руководителем и подготовил 2-х соискателей: доктора педагогических наук, профессора Таникеева М.Т., по проблемам национальных видов спорта (РК) и доктора педагогических наук, профессора Чорова М.Ж. по проблемам эколого-правовой культуры (КР). А также подготовил более 15 кандидатов педагогических наук, опубликовал 2 монографии и свыше 60 научных статей [2]. В том числе одна статья была опубликована на польском языке (г. Белосток, 1994) и две статьи были опубликованы на английском языке в Канаде (Intellectual Archive, Richmond Hill, Ontario, Canada, Volume 3, Number 4, July, 2014; Volume 4, Number 1, Januar, 2015). Все статьи на русском и иностранном языках имели объём, в печатных листах, больше обычного.

Литература

- 1 Студенческие игры. М. Джайшибаев, И. Горун, А. Яшкичев: Респ. совет СДСО «Буревестник». – Алма-Ата: 1962. – 84 с.
- 2 Жизнь в науке. Учёные Республики Казахстан. Сборник, том 1. – Алматы: «Гылым» баспасы» ЖК, 2013. – 235 с.

МРНТИ 77.03.05

¹Хакимова З.А., ¹Андрушишин И.Ф., ²Ботагариев Т.А., ²Кубиева С.С.

¹Казахская академия спорта и туризма, г. Алматы, Казахстан

²Актюбинский региональный государственный университет им. К. Жубанова, г. Актобе, Казахстан

ИСХОДНЫЙ УРОВЕНЬ СФОРМИРОВАННОСТИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ГОТОВНОСТИ БУДУЩИХ УЧИТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Хакимова Зура Адлановна, Андрушишин Иосиф Францевич, Ботагариев Толеген Амиржанович, Кубиева Светлана Сарсенбаевна

Исходный уровень сформированности профессиональной готовности будущих учителей физической культуры

Аннотация. В данной статье выявлен исходный уровень сформированности мотивационно-ценностного компонента профессиональной готовности будущих учителей физической культуры. У большей части студентов контрольной и экспериментальной групп наблюдаются повышенные значения мотивации успеха. В обеих группах испытуемых не наблюдалось факта мотивации избегания неудач. Но при этом в обеих группах констатируется тяготение к мотивации успеха. Исходный уровень сформированности интеллектуально-творческого компонента профессиональной готовности будущих учителей физической культуры характеризуется следующими особенностями. После окончания института респонденты обеих групп не изъявили желание работать по специальности учителем-тренером. Большой акцент уделен работе с детьми, нежели реализации себя в качестве профессионала. В выборе факультета физической культуры присутствуют не личное мнение студента в качестве бывшего абитуриента, а советы тренера. В выборе путей между старыми и новыми решениями проблемы наблюдается малый процент поиска новых путей. Относительно лучшие значения наблюдались по вопросам «организации физического воспитания в общеобразовательной школе». Относительно худшие значения констатированы по показателю «методология лично ориентированного физического воспитания». В тенденции мотивов творчества и интеллектуальной активности выявлен средний уровень развития у всех пар антонимичных видов (решительный-осторожный и др.). Констатированы следующие особенности исходного уровня сформированности операционально-технического компонента профессиональной готовности будущих учителей физической культуры. В контрольной и экспериментальной группах превалировал низкий уровень созданных студентами учебных программ по баскетболу. Основными ошибками студентов были следующие: не четкое формулирование цели и задач, в результате чего не реализуются ключевые моменты; освещаются не все стороны обучения техническим приемам; выбранные средства и методы не соответствуют поставленным задачам в соответствии с этапами обучения. Выявленные особенности исходного уровня сформированности компонентов профессиональной готовности будущих учителей физической культуры являются основанием для коррекции выявленных в них недостатков.

Ключевые слова: сформированность, профессиональная, готовность, будущий, учитель, физическая, культура, мотивационно-ценностный, интеллектуально-творческий, операционально-технический, компонент.

Khakimova Zura, Andrusyszyn Iosif, Botagariyev Tulegen, Kubiyeva Svetlana

Initial level of formation professional readiness of future teachers physicalculture

Abstract. In this article the initial level of formation is revealed motivational and value component of professional readiness of future teachers physical culture. Most of the students have control and experimental there are also increased values of success motivation. In both groups the subjects did not observe the fact of motivation to avoid failing. But at the same time of the both groups the motivation of success was stated. Initial level of formation of intellectual and creative component professional readiness of future teachers of physical culture is characterized by following feature. After graduation, respondents of both groups did not they expressed a desire to work as a teacher-coach. Greater emphasis is placed on to work with children, rather than realizing yourself as a professional. In the choice faculty of physical culture not the students personal opinion as a former student, and the advice of a coach. In choosing paths between old and new solutions to the problem there is a small percentage of the search for new ways. Regarding the best values were observed on the «organization of physical education in secondary school». Relative to the worst value found for the indicator «method ology of personally oriented physical education» tendencies of motives of creativity and intellectual activity the average level is revealed development in all pairs of antonymous species (resolute-cautious, etc.). The following features of the initial level of formation are stated operational and technical component of professional readiness of future teachers of physical culture. B control experimental groups the low level of basketball curricula created by students prevailed.

The main mistakes of students were the following: not a clear statement of purpose and problems, resulting in the failure to implement key points; not all parties are covered training techniques; selected tools and methods do not match tasks in accordance with the stages of training. The revealed features of the initial level of formation of components professional readiness of future teachers of physical culture are the basis for correction of deficiencies identified in them.

Key words: formation, professional, readiness, future, teacher, physical, culture, motivational-value, intellectual-creative, personal technical component.

Хакимова Зура Адлановна, Андрущишин Иосиф Францевич, Ботагариев Төлеген Амиржанович, Кубиева Светлана Сарсенбаевна

Болашақ дене шынықтыру мұғалімдерінің кәсіби дайындығының қалыптасуының бастапқы деңгейі

Аңдатпа. Бұл мақалада болашақ дене шынықтыру мұғалімдерінің кәсіби дайындығының мотивациялық-құндылық компонентінің қалыптасуының бастапқы деңгейі анықталды. Бақылау және эксперименталды топ студенттерінің басым бөлігінде табысқа жетудің мотивациясының жоғары мәні байқалады. Сыналушылардың екі тобында да сәтсіздікті болдырмау уәждемесі байқалған жоқ. Алайда, екі топта да табысқа жету мотивациясына деген тартымдылық байқалады. Болашақ дене шынықтыру мұғалімдерінің кәсіби дайындығының интеллектуалдық-шығармашылық компонентінің қалыптасуының бастапқы деңгейі келесі ерекшеліктермен сипатталады. Институтты бітіргеннен кейін екі топтың респонденттері мұғалім-жаттықтырушы мамандығы бойынша жұмыс істеуге ниет білдірмеген. Кәсіби маман ретінде өзін іске асырмай, балалармен жұмыс істеуге үлкен көңіл бөлінген. Дене шынықтыру факультетін таңдауда студенттің бұрынғы талапкер ретіндегі жеке пікірі емес, жаттықтырушының кеңестері да бар. Ескі және жаңа шешімдер арасындағы жолдарды таңдауда жаңа жолдарды іздеудің аз пайызы байқалады. «Жалпы білім беретін мектепте дене тәрбиесін ұйымдастыру» мәселелері бойынша біршама жақсы мәндер байқалды. Салыстырмалы түрде нашар мәндер «жеке бағытталған дене тәрбиесінің әдістемесі» көрсеткіші бойынша анықталған. Шығармашылық және зияткерлік белсенділік мотивінде барлық жұптардың антонимикалық түрлерінің орташа даму деңгейі анықталды (батыл-абайлап және т.б.). Болашақ дене шынықтыру мұғалімдерінің кәсіби дайындығының операциялық-техникалық компоненті қалыптасуының бастапқы деңгейінің мынадай ерекшеліктері анықталды. Бақылау және эксперименталды топтарда студенттердің баскетбол бойынша жасаған оқу бағдарламаларының төмен деңгейі басым болды. Студенттердің негізгі қателіктері келесідей болды: мақсаттар мен міндеттері айқын емес, соның нәтижесінде негізгі сәттер іске асырылмайды; техникалық тәсілдерге оқытудың барлық жақтары жарықтандырылмайды; таңдап алынған құралдар мен әдістер оқыту кезеңдерінде қойылған міндеттерге сәйкес келмейді. Болашақ дене шынықтыру мұғалімдерінің кәсіби дайындық компоненттерінің қалыптасуының бастапқы деңгейінің анықталған ерекшеліктері оларда анықталған кемшіліктерді түзету үшін негіз болып табылады.

Түйін сөздер: қалыптастыру, кәсіби, дайындық, болашақ, мұғалім, дене шынықтыру, мәдениет, мотивациялық-құндылық, зияткерлік-шығармашылық, операциялық-техникалық, компонент.

Введение. Актуальность исследования определяется следующими причинами. Во-первых, в государственном стандарте высшего образования [1] усилены требования к подготовке будущих специалистов в направлении их профессиональной готовности. Во-вторых, в школах Республики Казахстан введена обновленная программа содержания образования [2], реализация которой требует от педагогов инновационной подготовленности. В-третьих, требования к физическому развитию школьников постоянно возрастают, поэтому ведущей целью факультетов физической культуры педагогических вузов становится подготовка высококвалифицированных специалистов, способных осуществлять нестандартный, оригинальный подход к профессиональной деятельности. При этом, значимым условием решения стоящих задач является вооружение будущего учителя физической культуры системой знаний, умений и навыков в области педагогической инноватики.

Но в настоящее время в общеобразовательных школах большинство педагогов оказались не готовыми разрабатывать и внедрять современные технологии, новые формы и средства обучения, т.е. профессионально организовывать инновационную деятельность.

Материалы по формированию готовности к инновационной деятельности не нашли достаточного отражения в предшествующих работах и не вошли в целевые установки процесса подготовки учителей физической культуры. Поэтому проблема готовности учителя к применению инноваций в практике обучения остается центральной и ключевой.

Данной проблеме уделили внимание в своих исследованиях такие авторы, как Е.Д. Кузнецова [3], А.В. Астахов [4], В.В. Лобачев [5], Н. Плахотнюк [6], М.И. Магомедов [7].

Проблема исследования заключается противоречии между, с одной стороны, необходимостью владения студентами-будущими учителями

физической культуры инновационными технологиями для реализации их в общеобразовательной школе в связи с требованиями обновленной программы содержания образования, а с другой стороны, недостаточной сформированностью их профессиональной готовности к реализации инновационных технологий.

Цель исследования – выявить исходный уровень сформированности профессиональной готовности будущих учителей физической культуры.

Задачи исследования: 1. Определить исходный уровень сформированности мотивационно-ценностного компонента профессиональной готовности будущих учителей физической культуры.

2. Выявить исходный уровень сформированности интеллектуально-творческого компонента профессиональной готовности будущих учителей физической культуры.

3. Изучить исходный уровень сформированности операционально-технического компонента профессиональной готовности будущих учителей физической культуры.

Методы и организация исследования. Для определения исходного уровня сформированности мотивационно-ценностного компонента профессиональной готовности будущих учителей физической культуры на основе инновационных технологий использовались следующие методики.

Среди основных показателей, характеризующих мотивационно-ценностный компонент, нами были выделены следующие:

- позитивное отношение будущих специалистов к физическому воспитанию и спорту;
- мотивация стремления к успеху как гарант активной позиции по отношению к инновационным технологиям;
- педагогическая направленность, выраженная в стремлении и желании работать педагогом физической культуры.

Для определения мотивации стремления к успеху был применен тест-опросник МУН [8]. Данная методика дает возможность определять мотивацию успеха или мотивацию боязни неудач. В анкету вошли 20 вопросов, связанных с мотивацией стремления к успеху. Респонденты должны были ответить «да», «скорее да», «скорее да, чем нет», «нет», «конечно нет» и «скорее нет, чем да». Ответы респондентов сопоставлялись с ключом к опроснику: «да»: 1, 2, 3, 6, 8, 1, 10, 11, 12, 14, 16, 18, 19, 20. «Нет»: 4, 5, 7, 9, 13, 15, 17.

Обработка результатов производилась следующим образом. За каждую идентичность ответа

с ключом испытуемому давался 1 балл. Вычислялось общее количество баллов. 1-7 – интерпретируется как мотивация боязни неудачи. 14-20 – мотивация успеха. Если количество набранных баллов было в пределах от 18 до 13, то подразумевалось, что мотивационная составляющая сильно не выражена. При этом имелось в виду, что при сумме баллов 8-9 респондент приближен больше к мотивации боязни неудач, а в случае суммы баллов 12-13 – к мотивации успеха.

Для выявления педагогической направленности, выраженной в стремлении и желании работать педагогом физической культуры, использовался тест незавершенных предложений [9]. Студентам были предложены 10 предложений, которые они должны были закончить:

1. Если бы мне пришлось заново выбирать профессию.....

2. Мне нравится работа учителя физической культуры, потому что ...

3. Когда стоят выбор между возможностью творческой самореализации и материальным благополучием.....

4. После окончания института мне бы хотелось.....

5. Самое интересное в работе учителя физической культуры...

6. Работая учителем физической культуры, я хотел бы....

7. Когда стоит выбор между старым, но эффективным способом действия по образцу и поиском новых путей решения проблемы без гарантии на успех, я.....

8. При столкновении с проблемной ситуацией я обычно.....

9. Я выбрал факультет физической культуры, потому что.....

10. Работая учителем физической культуры, я был бы удовлетворен...

Обработка результатов производилась следующим образом. Окончания предложений 1, 2, 4, 5, 6, 9, 10 принадлежность студентов к профессии учителя физической культуры. Окончания предложений 3, 7, 8 – относительное превалирование мотивов творчества и уровень интеллектуальной активности.

Для выявления исходного уровня сформированности интеллектуально-творческого компонента профессиональной готовности будущих учителей физической культуры на основе инновационных технологий были применены следующие методики.

Критериями интеллектуально-творческого компонента сформированности профессиональ-

ной готовности будущих учителей физической культуры на основе инновационных технологий обучения являются сформированная система знаний в области физического воспитания и спортивной тренировки по баскетболу, знание методологии лично ориентированного физического воспитания.

Оценка уровня знаний, необходимых учителю-тренеру, проводилось путем компьютерного тестирования. Тесты включали несколько групп вопросов: организация физического воспитания в общеобразовательной школе; теория и методика тренировки в баскетболе; методология лично ориентированного физического воспитания

Была также использована методика оценки способностей к принятию творческих ответственных решений [10]. Эта методика позволяет установить разновидности реагирования в ситуациях реализации творческих ответственных решений. Автор констатирует пары антонимичных видов таких, как: «решительный» – «осторожный», «ответственный-безответственный», «стратег-тактик», «интуитивист» – «логик», «творческий» – «консервативный», «честный» – «лживый», а также предполагаемые виды их проявления: очень высокий, высокий, выше среднего, средний.

Для изучения исходного уровня сформированности операционально-технического компонента профессиональной готовности будущих учителей физической культуры на основе инновационных технологий использовался контент анализ созданных студентами рабочих программ по баскетболу для реализации в учебном процес-

се общеобразовательной школы [11]. В программу контент-анализа входило: а) выбор объекта исследования, т.е. выявление информационного массива, кодировка которого позволяет решить задачи исследования; б) выявление качественных и количественных единиц контент-анализа (качественные – смысловые единицы – это категории и их референты в тексте, или индикаторы; количественные – единицы контекста и единицы счета); в) разработка кодировочных ситуаций с учетом установленных на основании вышеуказанных единиц анализа, посредством которых реализуется кодирование выбранного объекта исследования.

Исследование проводилось в период с сентября по октябрь 2019 года. Для реализации поставленных задач нами методом случайных чисел [12] были сформированы экспериментальная и контрольная группы. Основным методом являлся анкетный опрос. Использовались рекомендации М.К. Горшкова, Ф. Шереги [13].

С целью обработки полученных данных использовались методы математической статистики [14]. Вычислялись средняя арифметическая величина (\bar{X}), среднее квадратическое отклонение (S), средняя ошибка среднего квадратического отклонения (m), t-критерий Стьюдента для определения достоверности различий между изученными показателями.

Результаты исследования и их обсуждение. В таблице 1 представлены результаты опроса студентов по тесту "Мотивация успеха и избегания неудач на начало эксперимента".

Таблица 1 – Результаты опроса студентов по тесту "Мотивация успеха и избегания неудач на начало эксперимента"

№ п/п	Показатели	Экспериментальная группа, n=25			Контрольная группа, n=24			Прирост	t-критерий Стьюдента	p
1	Мотивация успеха	56,4	1,3	0,32	58,8	1,0	0,24	4,3	6	<0,01
2	Мотивация избегания неудачи	0	0	0	0	0	0	0	0	0
3	Тяготение к мотивации	28	1,3	0,31	24	1,0	0,24	16,6	10,5	<0,01
4	Тяготение к мотивации избегания неудач	15,6	0,82	0,2	17,2	0,51	0,12	10,3	6,67	<0,01

Как видно из таблицы 1, у большей части студентов экспериментальной и контрольной групп наблюдаются повышенные значения мотивации успеха (51,4 и 53,8 % соответственно). При этом в контрольной группе на 2,4 % значения мотивации успеха были относительно выше, чем в экспериментальной. В обеих группах испытуемых не наблюдалось факта мотивации избегания неудач. Но при этом в обеих группах констатируется тяготение к мотивации успеха (причем относительно выше это наблюдалось в

экспериментальной группе – 28,9 % по сравнению с контрольной – 24 %). Во всех исследованных нами показателях были констатированы достоверно значимые различия ($P < 0,01$).

В таблице 2 представлены результаты «теста незавершенных предложений», которые позволили выявить нам отношения студентов к профессии учителя физической культуры, а также относительную силу мотивов творчества и интеллектуальной активности студентов на начало эксперимента.

Таблица 2 – Результаты теста незавершенных предложений

№ п/п	Незаконченное предложение	Контрольная группа n=25	Экспериментальная группа, n=24
1	Если бы мне пришлось заново выбрать профессию: а) заново бы её выбрал; б) поступил бы на другой факультет; в) затрудняюсь ответить	49,4 22,8 27,8	50,7 21,2 28,1
2	После окончания института мне хотелось бы: а) работать по специальности – тренером; б) другое, не связанное с профессией; в) работать по специальности – учителем (учителем-тренером)	40,2 59,8 -	42,4 57,6 -
3	Самое интересное в работе учителя: а) работать с детьми; б) реализовываться как профессионал; в) другое, не связанное с профессией	45,4 15,4 39,2	46,3 21,1 32,6
4	Я выбрал факультет физической культуры потому, что: а) хочу стать тренером; б) мне нравится сфера ФК иС; в) посоветовал тренер г) потому, что больше никуда не поступил	51 38,6 5,3 5,1	49 39,6 5,6 5,8
5	Когда стоит выбор между возможностью творческой самореализации и материальным благополучием, я выбрал бы: а) творческая самореализация; б) материальное благополучие; в) затрудняюсь ответить	26,8 51,3 21,9	29,2 52,2 18,6
6	Когда стоит выбор между старым, но эффективным способом действия по образцу и поиском новых путей решения проблемы без гарантии на успех, я: а) выбираю старый; б) выбираю новые пути; в) пытаюсь совместить	53,5 18,4 28,1	54,6 19,2 26,2

Как видно из таблицы 2, респонденты обозначили следующее свое отношение к профессии учителя физической культуры, а также относительную тенденцию мотивов творчества и интеллектуальной активности.

Обращает на себя внимание, что после окончания института респонденты обеих групп не изъявили желание работать по специальности

учителем-тренером. Респонденты больше акцентируют работу с детьми, нежели реализацию себя в качестве профессионала (42,4 и 15,4% в контрольной группе против 46,3 и 21,1% в экспериментальной группе).

В выборе факультета физической культуры хотя и превалирует мнение о желании стать тренером и то, что нравится сфера физической куль-

туры и спорта, но и присутствуют советы тренера (5,3 и 5,6 % соответственно).

В выборе путей между старыми и новыми решениями проблемы наблюдается малый про-

цент новых путей (18,4 и 19,2 % соответственно). В таблице 3 представлены результаты компьютерного тестирования теоретических знаний студентов на начало эксперимента.

Таблица 3 – Результаты компьютерного тестирования теоретических знаний студентов (%)

№ п/п	Показатели	Контрольная группа n=25			Экспериментальная группа, n=24		
		3	4	5	3	4	5
1	Теория и методика физического воспитания в общеобразовательной школе	35,4	54,2	10,4	36,2	52,6	11,2
2	Теория и методика тренировки в баскетболе	43,2	48,7	8,1	44,2	47,3	8,5
3	Методика лично ориентированного обучения	56,2	40,6	3,2	57,1	39	3,9

Как видно из таблицы 3, как в контрольной, так и в экспериментальной группах относительно лучшие значения наблюдались по вопросам «организация физического воспитания в общеобразовательной школе». Так, в контрольной группе 54,2 % респондентов получили оценку «5», 35,4 – «3» и лишь 10,4 % – «5». В экспериментальной группе эти значения соответствовали 52,6 %, 36,2 % и 11,2%.

Относительно худшие значения констатированы по показателю «методология лично ориентированного физического воспитания» (56,2, 40,6 и 3,2 % в контрольной группе против 57,1, 39 и 3,9 % в экспериментальной группе).

В таблице 4 представлены показатели по тесту «оценка способностей к принятию творческих ответственных решений» студентов на начало эксперимента.

Таблица 4 – Показатели по тесту «оценка способностей к принятию творческих ответственных решений»

№ п/п	Наименование шкалы	Экспериментальная группа, n=24			Контрольная группа, n=25			Прирост	t-критерий Стьюдента	P
		\bar{X}	S	m	\bar{X}	S	m			
1	Решительный-осторожный	13,5	0,23	0,06	13,9	0,15	0,04	1,4	4,28	<0,01
2	Ответственный-безответственный	11,5	0,24	0,06	12,0	0,21	0,05	4,3	6,25	<0,01
3	Стратег-тактик	13,0	0,21	0,05	13,2	0,23	0,06	1,5	3,8	<0,05
4	Интуитивист-логик	13,2	0,22	0,05	13,5	0,24	0,06	3,0	5	<0,01
5	Творческий-консервативный	13,1	0,23	0,05	13,6	0,19	0,06	2,2	6,25	<0,01

Как видно из таблицы 4, по парам антонимических видов наблюдалась следующая тенденция. Кроме пары «ответственный-безответственный», у всех пар констатирован средний уровень

развития. У отмеченной пары выявлен уровень развития «выше среднего». Необходимо отметить, что в контрольной группе по всем парам отмечено относительное превышение значений

показателей с контрольной группой по сравнению с экспериментальной группой. Также выявлены статистически достоверные различия между значениями изученных пар в контрольной и экспериментальной группах ($P < 0,01$).

В таблице 5 представлены результаты, характеризующие уровни создания студентами примерных учебных программ по баскетболу для общеобразовательной школы на начало эксперимента.

Таблица 5 – Результаты, характеризующие уровни создания студентами учебных программ по баскетболу для общеобразовательной школы

№ п/п	Уровни	Контрольная группа, n=25	Экспериментальная группа, n=24
1	Низкий	79,4	76,2
2	Средний	20,6	23,8
3	Высокий	0	0

Как видно из таблицы 5, в контрольной и экспериментальной группах превалировал низкий уровень созданных учебных программ по баскетболу (в контрольной группе – 79,4%, в экспериментальной группе – 76,2 %).

Анализ содержания контента разработанных студентами учебных программ по баскетболу для общеобразовательной школы позволяет заключить, что основными ошибками, которые они совершали, были следующие:

- нечеткое формулирование цели и задач, в результате чего не реализуются ключевые моменты;

- освещаются не все стороны обучения техническим приёмам;

- выбранные средства и методы не соответствуют поставленным задачам в соответствии с этапами обучения; не учитываются возрастные особенности контингента занимающихся.

Выводы:

1. В исходном уровне сформированности мотивационно-ценностного компонента профессиональной готовности будущих учителей физической культуры на основе инновационных технологий выявлены следующие особенности. У большей части студентов наблюдаются повышенные значения мотивации успеха. В обеих группах испытуемых не наблюдалось факта мотивации избегания неудач. Но при этом в обеих группах констатировано тяготение к мотивации успеха.

2. Исходный уровень сформированности интеллектуально-творческого компонента профессиональной готовности будущих учителей физической культуры на основе инновационных

технологий характеризуется следующим. После окончания института респонденты обеих групп не изъявили желание работать по специальности учителем-тренером. Большой акцент уделен работе с детьми, нежели реализации себя в качестве профессионала. В выборе факультета физической культуры присутствует не личное мнение студента в качестве бывшего абитуриента, а советы тренера. В выборе путей между старыми и новыми решениями проблемы наблюдается малый процент поиска новых путей.

Относительно лучшие значения наблюдались по вопросам «организации физического воспитания в общеобразовательной школе». Относительно худшие значения констатированы по показателю «методология лично ориентированного физического воспитания». В тенденции мотивов творчества и интеллектуальной активности выявлен средний уровень развития у всех пар антонимичных видов (решительный-осторожный и др.).

3. В исходном уровне сформированности операционно-технического компонента профессиональной готовности будущих учителей физической культуры выделены следующие аспекты. В контрольной и экспериментальной группах превалировал низкий уровень созданных учебных программ по баскетболу. Основными ошибками, которые совершали студенты, следующие: нечеткое формулирование цели и задач, в результате чего не реализуются ключевые моменты; освещаются не все стороны обучения техническим приёмам; выбранные средства и методы не соответствуют поставленным задачам в соответствии с этапами обучения; не

учитываются возрастные особенности контингента занимающихся.

4. Выявленные особенности исходного уровня сформированности компонентов

профессиональной готовности будущих учителей физической культуры являются основанием для коррекции выявленных в них недостатков.

Литература

- 1 Государственная программа развития образования и науки Республики Казахстан на 2016-2019 годы // Казахстанская правда. – 12.03.2016 г.
- 2 Об особенностях организации образовательного процесса в общеобразовательных школах Республики Казахстан в 2017-2018 учебном году: Инструктивно-методическое письмо. – Астана: Национальная академия образования им. И. Алтынсарина, 2017. – 370 с.
- 3 Кузнецова Е.Д. Формирование готовности будущего учителя физической культуры к инновационной деятельности в школе: автореф. дис...к.п.н. – 13.00.08. – Барнаул, 2002. – 23 с.
- 4 Астахов А.В. Формирование готовности будущих учителей к физкультурно-рекреативной деятельности в школе: автореф. дис...к.п.н. – 13.00.08. – Калуга, 2008. – 24 с.
- 5 Лобачев В.В. Педагогические условия формирования готовности будущих педагогов физической культуры к профессиональной деятельности: автореф. дис...к.п.н. – 13.00.01. – Воронеж, 2007. – 24 с.
- 6 <http://www.info-library.com.ua/libs/stattya/1647-kriteriyi-ta-pokazniki-rivnja-gotovnosti-majbutnih-uchiteliv-do-innovatsijnoyi-dijalnosti.html>
- 7 Магомедов М.И. Педагогические условия формирования готовности к профессиональной деятельности будущего учителя физической культуры: автореф. дис...к.п.н. – 13.00.08. – Махачкала, 2009. – 24 с.
- 8 Сагайдак С.С. Мотивация деятельности / С.С.Сагайдак. – Мн., 2001. – 208 с.
- 9 Драндров Г.Л. Формирование готовности студентов факультета физической культуры к творческому обучению двигательным действиям: автореф. дис...к.п.н. – 13.00.04. – Омск, 2002. – 34 с.
- 10 Андреев В.И. Педагогика: учебный курс для творческого саморазвития / В.И. Андреев. – Казань: Центр иннов. Технологий, 2006. – 608 с.
- 11 Хозиев В.Б. Практикум по общей психологии: учебное пособие. / В.Б.Хазиев. – М.: Издательский центр «Академия», 2003. – 272 с.
- 12 Ашмарин Б.А. Теория и методика педагогических исследований в физическом воспитании: учебное пособие для преподавателей, аспирантов. – М.: Физкультура и спорт, 1979. – 223 с.
- 13 Как провести социологическое исследование / под ред. М.К. Горшкова, Ф Шереги. – М.: Политиздат, 1985.

МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ
ПРОБЛЕМЫ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ



**Иргебаев М.И., Зауренбеков Б.З., Кажиякпаров Н.Б., Дускаева Н.С.,
Абеков Р.Б.**

Қазақ спорт және туризм академиясы, Алматы қ., Қазақстан

СПОРТТЫҚ ТАУ ЖОРЫҒЫНДА МЕДИЦИНАЛЫҚ-ПЕДАГОГИКАЛЫҚ БАҚЫЛАУДЫҢ МАҢЫЗЫ

Иргебаев Максат Ислямович, Зауренбеков Бауыржан Зауренбекович, Кажиякпаров Нурлат Болатович, Дускаева Назима Сапарғалиевна, Абеков Руслан Бекболатович

Спорттық тау жорығында медициналық-педагогикалық бақылаудың маңызы

Аңдатпа. Мақалада спорттық таулы жорығына қатысатын студенттермен жүргізілген медициналық-педагогикалық бақылаудың әдістері қарастырылған. Соңғы жылдары, спорттық таулы туристік жорыққа қатысушылардың функционалды мүмкіндіктеріне қойылатын талаптар жоғарылап кетті. Тиісінше туристік маршруттың күрделілік дәрежесі жоғарылаған сайын, табиғи кедергілердің күрделілігі де өседі. Сондықтан да, бірінші күрделілік дәрежедегі туристік жорыққа қатысушылар, демалыс күндік жорықтағы талаптарға қарағанда едәуір жоғары міндеттерді орындайды. Дене жүктемесімен қатар, психологиялық қысым да жоғары болады. Студенттердің функционалды жұмыс атқару қабілетін анықтау үшін, олардың жүрек қағыс жиілігі, артериалды қысымы, бойы мен дене салмағы, бой-салмақ индексі, өкпенің өмірлік көлемі, өмірлік индексі және білек күші анықталды. Лабораторлық өлшеулердің нәтижесі бойынша маршрутты өтетін топ іріктелді. Жорықтық жағдай талаптарына сай келетін көрсеткішке ие болғандар ғана топтың құрамына ілікті. Спорттық туристік жорық аяқталғаннан кейін жүргізілген қосымша тексерудің нәтижесі, ағзаға жорық кезіндегі физикалық жүктеменің әсері жөйлі мәлімет берді. Спорттық жорыққа қатысушылардың ағзасында байқалған өзгерістер, жас туристердің қан-тамыры және тыныстау жүйелерінің функционалды мүмкіндіктеріне жағымды әсер келтіргенінің айқын дәлелі.

Түйін сөздер: туристік жорық, маршруттың күрделілік дәрежесі, медициналық-педагогикалық бақылау, жүрек қағыс жиілігі, функционалды бағалау.

Irgebayev Maxat, Zaurenbekov Baurzhan, Kazhiyakparov Nurlat, Duskaeva Nazima, Abekov Ruslan

The importance of medical and pedagogical control in sports mountain Hiking

Abstract. The article discusses the methods of medical and pedagogical control conducted with the participants of the mountain tourist hike. As you know, in recent years, sports mountain hiking trips place high demands on participants regarding their functionality in mountain conditions. The higher the category of complexity of the route, respectively, and higher requirements. Therefore, participants in a hike of the first category of difficulty must be confronted with tasks whose fulfillment requires greater commitment than in weekend hikes. Along with physical exertion, psychological pressure is growing. To determine the functional performance, we recorded heart rate, blood pressure, height and body mass, mass-growth index, lung capacity, vital index and hand dynamometer. According to the results of laboratory measurements, a group was selected for the route. The group included only those whose data correspond to the necessary requirements of hiking conditions. After the hike, a re-examination is carried out, which gives information about the body's response to exercise during the passage of the sports route. Changes in the body of participants in a sports trip indicate a positive impact on the functionality of the cardiovascular and respiratory systems of the young body.

Key words: tourist trip, route complexity category, medical and pedagogical observations, heart rate, functional assessment.

Иргебаев Максат Ислямович, Зауренбеков Бауыржан Зауренбекович, Кажиякпаров Нурлат Болатович, Дускаева Назима Сапарғалиевна, Абеков Руслан Бекболатович

Значение медико-педагогического контроля в спортивном горном походе

Аннотация. В статье рассматриваются методы медико-педагогического контроля, проведенные с участниками спортивного горного туристского похода. Как известно, в последние годы спортивные горные туристские походы предъявляют участникам высокие требования относительно их функциональных возможностей в горных условиях. Чем выше категория сложности маршрута, соответственно, тем выше и требования. Поэтому участникам похода первой категории сложности приходится сталкиваться с задачами, выполнение которых требует большей самоотдачи, чем в походах выходного дня. Наряду с физическими нагрузками, растет и психологическое давление.

Для определения функциональной работоспособности регистрировались показатели частоты сердечных сокращений, артериального давления, рост и масса тела, массо-ростовой индекс, жизненная емкость легких, жизненный индекс и кистевая динамометрия. По результатам лабораторных измерений проводился отбор группы для прохождения маршрута. В состав группы были включены только те, чьи данные соответствуют необходимым требованиям походных условий. После похода проводится повторное обследование, которое дает информацию о реакции организма на физические нагрузки во время прохождения спортивного маршрута. Изменения, произошедшие в организме участников спортивного похода, свидетельствуют о благоприятном воздействии на функциональные возможности сердечно-сосудистой и дыхательной систем молодого организма.

Ключевые слова: туристский поход, категория сложности маршрута, врачебно-педагогические наблюдения, частота сердечных сокращений, функциональная оценка.

Кіріспе. Туризм саласындағы қазақстандық ғалымдардың пікірі бойынша, балаларды спорттық туризмге мектеп жасынан бастап дайындау керек. Тек осы жағдайда ғана Қазақстан Республикасының аумағында, спорттық туризмді бұқаралық түр ретінде жаңғыртуға болады. Негізінен балалардың денсаулығын бақылауға байланысты, қауіпсіздік тұрғысынан қарағанда, спорттық жорықтарды өткізу ерекше назар аударуды талап етеді. Ең алдымен, ол бала ағзасына дене жүктемесін оңтайлы мөлшерлеуге қатысты. Мұндай бақылау, тек қана қатысушылардың функционалдық жағдайы туралы толық және сенімді ақпарат болған жағдайда ғана жүзеге асырылады. Дені сау және күшті балалар – бұл тек спорттық туризмнің ғана емес, сондай-ақ бүкіл ұлттың да, жалпы мемлекеттің де болашағы [1].

Көптеген туристік секциялар, клубтар мен туризмнің түрлері бойынша федерациялардың қызметін тоқтатуы, тіпті үшінші және екінші спорт санатындағы спортшы-туристерді дайындаудың өзі қиынға апарып соқты. Бұл дегеніміз, тіпті шетелдік туристерді ертіп жүретін топтарды, білікті жүк тасушылармен қамтамасыз ету де қиындық туғызады дегенді білдіреді. Сондықтан, туризмнің белсенді түрлерінің мәселелерін шешу үшін жалпы білім беретін мектептердің туристік сыныптарын қоса отырып, мамандарды даярлау жүйесі қажет [2].

Туризмде, спорттық және рекреациялық туризмнің оқу және жаттығу барысында медициналық-педагогикалық бақылаулар, жаттығу процесін және жаттығулардың белсенді туристік сауықтыруды, денсаулыққа пайдалы деңгейінде тиімді басқаруды қамтамасыз етуге мүмкіндік береді:

- бір жағынан, рекреанттың дене күшін дамытуға;
- екіншіден, адамның бейімделу жүйесінде, дене күшінің мүмкіндіктеріне қойылатын талаптардың тым жоғары болуына байланысты пайдаланылатын «ауыруларынан» қорғау.

Бұл келесілердің негізінде жүзеге асырылады:

- туристік сапарларға қатысатын туристің жеке денсаулығын бағалау және функционалдық дайындығын бағалау;

- маршруттың әрбір бөлігін жеке өту кезінен кейін, күні бойы жаяу жүруден кейін, бүкіл жорықтан кейін, сапарға дайындық барысында жаттығу кезінде жұмыс істеу қабілетін қалпына келтіру бойынша іс-шараларды жүргізу [3].

Спорттық туризмдегі медициналық-педагогикалық байқаулардың негізгі міндеттері:

- жаттығуларды өткізуді ұйымдастыру және әдістемесін медициналық және физиологиялық бағалау. Бағалаудың мақсаты туристердің денсаулығы мен физикалық дайындығына әсер болатын жүктеменің сәйкестігін анықтау үшін;

- туристердің тамақтану, орналастыру, демалыс және жаттығу жұмыстарын жүргізу жағдайларын санитарлық-гигиеналық бағалау және түзету;

- жаттығулар кезінде, жорық барысында және одан кейін, алдын алу және емдеу іс-шараларын тағайындау және өткізу;

- жалпы және арнайы физикалық және техникалық дайындықты (белгілі бір физикалық қасиеттерді тартуды талап ететін, туризмнің техникалық амалдарын игеруі және сенімді орындауы) анықтау және қабылданған нормативті мағынадағы дайындық деңгейіне сәйкестігін тексеру;

- жаттығу барысында турист-спортшылардың физикалық, техникалық, тактикалық, психологиялық қасиеттерінің өзгеруін ағымдағы бақылау;

- турист-спортшыларға арналған жаттығу үрдісін жоспарлау, ағымдағы медициналық-педагогикалық бақылау нәтижелері бойынша оны уақтылы түзету;

- жаттығулар барысында және жорықтар кезінде медициналық көмек.

Медициналық-педагогикалық бақылаудың маңызды элементтерінің бірі, туристер тарапы-

нан жүргізілетін өзін-өзі бақылау болып табылады [4].

Зерттеуді ұйымдастыру. Дәстүр бойынша, Қазақ спорт және туризм академиясында, «Туризм» мамандығының бірінші курс студенттерінің, оқу практикасының бағдарламасы бойынша 1-ші күрделілік дәрежесіндегі оқу спорттық жорық өткізіледі.

Тау жорығын өтуі үшін, Алматы қаласы – Үлкен Алматы шатқалы – Казачка өзені (1850 м) – Көкжайлау үстірті (2250 м) – Ақбұлақ аялдамасы (1550 м) – Кіші Алматы шатқалы – Медеу биік тау мұз айдыны (1690 м) – Шымбұлақ таушаңғы курорты (2250 м) – Школьник асуы (1А, 3650 м) – Богданович мұздығы – Талғар асуы (д/ж, 3160 м) – Сол жақ Талғар өзені (2230 м) – Күнді алаңы (2660 м) – Туристер асуы – (1А, 4000 м) – Көлдік өзені (3200 м) – Алматы-Алағір асуы (д/ж) – Алматы шатқалы – Алмаарасан шипажайы – Алматы маршруты жасалды.

Маршруттың қашықтығы 108 км құрады. Маршруттың басталуы теңіз деңгейінен 1850 метр биіктікте, аяқталуы да сол Алмаарасан шипажайы және Үлкен Алматы көліне дейінгі жол айырығында, маршруттың ең биік нүктесі – Туристер асуы 1А, 4000 м, ең төменгісі Ақбұлақ аялдамасы 1550 м, биіктік айырмашылығы 2450 м.

Жалпы биіктік жиынтығы – $400+140+560+1400+430+1340 = 4270$ м.

Зерттеу мақсаты медициналық-педагогикалық бақылауды пайдалану және оның тау жорығында рөлін анықтау болып табылады.

Осы мақсатқа жету жолында келесі **міндеттер** шешілді:

– туристік жорыққа қатысатын туристердің хал-ауқатын және дайындық деңгейін бағалау;

– 1-ші күрделілік дәрежесіндегі тау жорығы барысында зерттеулерді әзірлеу, ұйымдастыру және жүргізу;

– зерттеу нәтижелерін сараптау және тексеру.

Зерттеу әдістері және ұйымдастыруы.

Зерттеу Іле Алатау ауданындағы, теңіз деңгейінен 1850 және 4000 биіктік аралығында өткен тау жорығы жағдайында жүргізілген. Бақылауда, шамамен бір жастағы (19,3) он бір жас турист болған, олардың жүрек қағысының жиілігінің (ЖҚЖ), қан қысымы (ҚҚ), бойы мен дене салмағы, бой-салмақ индексі (БСИ), өкпенің өмірлік сыйымдылығын (ӨӨС), өмірлік индексі (ӨИ) және білек күшінің көрсеткіштері тіркелді [5].

Зерттеу нәтижесі және оларды талқылау.

Негізгі зерттеулер бірінші күрделілік дәрежесіндегі жорыққа дейін және одан кейін жүргізілді. Бірінші тексеру Алматы қаласында, ҚазСТА спорттық ҒЗИ базасында жорыққа дейін бір ай бұрын өткізілді (1, 2-кесте). Осы тексерудің мақсаты әрбір қатысушының функционалдық жағдайының бастапқы деңгейін, сондай-ақ қойылған міндеттерді орындауға дайындығын анықтау болды.

1-кесте – Алматы қ. ҚазСТА туризм факультеті студенттерінің (ұлдар) физикалық даму көрсеткіштері (тау жорығына дейін) (n = 11)

№ р/с	Сыналатын	Жасы, (жыл)	ЖҚЖ, (с/мин)	ҚҚ, (мм с.б.)		Дене-салмағы, (кг)	Бойы, (см)	БСИ, (г/см)	ӨӨС, (мл)	ӨИ, (мл/кг)	Білек күші, (кг)	
				сист.	диагн.						оң	сол
1	Л.А.	18,0	78	146	104	61,3	176,5	348	5100	83,2	51,3	53,2
2	Б.А.	20,3	86	101	85	71,5	178,5	400	4500	62,9	64,0	61,7
3	Ж.Ж	19,6	80	148	79	51,8	166,5	311	3950	76,3	41,6	40,6
4	Т.Д.	20,3	86	133	94	85,7	182	470	5100	59,5	52,0	48,4
5	А.А.	20,0	71	132	87	71,5	174,5	410	4700	65,7	58,3	51,5
6	Г.М.	18,8	78	124	82	45,7	162,5	281	2800	61,3	40,2	36,8
7	С.М.	19,6	91	140	68	79,9	181,5	441	4900	61,3	51,0	49,8
8	М.Д.	18,6	78	146	87	62,3	167,6	373	3700	59,4	47,8	46,1
9	К.М.	18,3	64	143	72	77,0	171	450	4300	55,8	67,8	64,0
10	К.Т.	20,2	92	150	97	73,8	185	399	5600	75,9	58,6	60,8

11	Б.Р.	18,7	115	124	76	51,6	173	298	3900	75,6	47,2	40,0
	\bar{X}	19,3	83,5	135,2	84,6	66,6	174,4	380,1	4413,6	67,0	52,7	52,3
	$m(\bar{x})$	0,22	4,01	4,41	3,27	3,91	2,14	19,25	238,95	2,74	2,63	2,77
	S	0,73	13,3	14,6	10,8	12,9	7,11	63,83	792,49	9,08	8,72	9,17
	C%	3,7	15,9	10,8	12,8	19,4	4,0	16,7	17,9	13,5	16,5	17,5

2-кесте – Алматы қ. ҚазСТА туризм факультеті студенттерінің (қыздар) физикалық даму көрсеткіштері (тау жорығына дейін) (n=8)

№ р/с	Сыналатын	Жасы, (жыл)	ЖҚЖ, (с/мин)	ҚҚ, (мм с.б.)		Дене-салмағы, (кг)	Бойы, (см)	БСИ, (г/см)	ӨӨС, (мл)	ӨИ, (мл/кг)	Білек күші, (кг)	
				сист.	диаст						оң	сол
1	Т.А.	19,2	82	119	80	52,6	162,0	325	3200	60,8	31,7	29,8
2	К.А.	18,6	72	114	73	50,5	159,0	318	2950	58,4	25,8	28,4
3	М.М	20,1	72	104	69	60,1	159,0	378	3700	61,6	33,3	33,4
4	М. Р	19,5	76	136	73	62,4	161,5	387	3450	55,3	39,9	39,6
5	К.М	17,9	76	138	92	60,8	166,7	365	3400	55,9	30,9	27,6
6	Е.А.	20,0	70	127	75	56,7	170,5	333	3650	64,4	38,0	31,0
7	О.Ж	21,7	89	128	93	49,2	162,0	303	3150	64,0	26,8	24,5
8	К.Л.	19,2	96	124	87	48,6	154,5	315	3000	61,7	24,5	22,3
	\bar{X}	19,5	79,1	123,8	80,3	55,1	161,9	340,5	3312,5	60,3	31,4	29,6
	$m(\bar{x})$	0,40	3,26	3,99	3,29	1,97	1,74	11,20	99,89	1,21	1,98	1,90
	S	1,13	9,22	11,27	9,30	5,58	4,91	31,69	282,5	3,43	5,60	5,36
	C%	5,7	11,6	9,1	11,5	10,1	3,0	9,3	8,5	5,6	17,8	18,1

Біз алған мәліметтерді талдау көрсеткендей, кейбір өлшемдер бойынша қыздардың антропометриялық көрсеткіштері бозбалаларға қарағанда жақсы. Мысалы: ұлдардың ЖҚЖ орташа – 83,5, ал қыздарда – 79,1. Ұлдардың ҚҚ – 135,2 / 84,6, ал қыздарда – 123,8 / 80,3. Яғни, қазіргі уақытта қыздардың психологиялық жағдайы жасөспірімдермен салыстырғанда тұрақты. Жасөспірімдер арасында ЖҚЖ ең жоғары көрсеткіш – 115 с/мин, қыздарда – 96 с/мин. Әр түрлі жыныстағы спортшылардың бұлшық ет қабілет-

тілігінің төмендеуінің әртүрлі дәрежесі, әйел адам ағзасының стресстік жағдайға неғұрлым жоғары төзімділігі туралы ойлауға мүмкіндік береді.

Жалпы екі топ та жорыққа жіберілуге мүмкіндігі бар.

Екінші өлшеу, сондай-ақ Алматыдағы ҚазСТА спорттық ҒЗИ базасында, жорықтан кейін жүргізілді. Өлшеу мақсаты – жорыққа қатысушылардың ағзасында болған реакцияны және өзгерістерді анықтау (3, 4-кесте).

3-кесте – Алматы қ. ҚазСТА туризм факультеті студенттерінің (ұлдар) физикалық даму көрсеткіштері (тау жорығынан кейін) (n = 11)

№ р/с	Сыналатын	Жасы, (жыл)	ЖҚЖ, (с/ (мин)	КҚ, (мм с.б.)		Дене-салмағы, (кг)	Бойы, (см)	БСИ, (г/см)	ӨӨС, (мл)	ӨИ, (мл/кг)	Білек күші, (кг)	
				сист.	диаст						оң	сол
1	Л.А.	18,2	75	146	88	65,0	177,5	366	5300	82	51,0	53,3
2	Б.А.	20,4	65	138	79	72,8	180,0	404	5100	70	58,7	58,0
3	Ж.Ж	19,8	75	112	72	50,3	166,5	302	3800	76	41,1	39,9
4	Т.Д.	20,4	68	137	95	86,9	183,0	475	5000	58	53,2	48,1
5	А.А.	20,1	63	128	79	70,7	175,0	404	4700	66	51,1	47,6
6	Г.М.	18,9	72	114	66	47,2	162,0	291	2700	57	42,2	40,5
7	С.М	19,7	69	146	71	76,4	182,0	420	5100	67	55,2	51,5
8	М.Д	18,7	72	125	83	60,4	168,5	358	4100	68	52,7	46,3
9	К.М	18,5	55	148	85	78,7	172,0	458	4200	53	66,1	65,8
10	К.Т.	20,3	85	150	84	73,5	186,0	395	5800	79	60,0	56,5
11	Б.Р.	18,9	89	127	83	52,3	173,4	302	3800	73	48,3	41,8
	\bar{X}	19,4	71,6	133,7	80,4	66,75	175,1	379,5	4509,1	68,1	52,7	49,9
	$m(\bar{x})$	0,25	2,89	4,06	2,50	3,87	2,26	18,8	266,44	2,80	2,23	2,43
	S	0,82	9,58	13,47	8,30	12,82	7,48	62,33	883,69	9,28	7,38	8,07
	C%	4,2	13,3	10,1	10,3	19,2	4,2	16,4	19,5	13,6	14,0	16,1

4-кесте – Алматы қ. ҚазСТА туризм факультеті студенттерінің (қыздар) физикалық даму көрсеткіштері n=8

№ р/с	Сыналатын	Жасы, (жыл)	ЖҚЖ, (с/ (мин)	КҚ, (мм с.б.)		Дене-салмағы, (кг)	Бойы, (см)	БСИ, (г/см)	ӨӨС, (мл)	ӨИ, (мл/кг)	Білек күші, (кг)	
				сист.	диаст						оң	сол
1	Т.А.	19,4	81	128	71	52,8	161,5	327	3400	64	31,6	29,2
2	К.А.	18,7	79	110	63	49,2	159,5	308	3100	63	25,9	28,8
3	М.М	20,2	74	99	75	58,2	158,5	367	3700	64	34,8	30,9
4	М.Р	19,7	64	121	81	60,3	161,0	375	3500	58	37,3	38,7
5	К.М	18,1	84	125	79	60,7	167,0	363	3550	58	30,7	26,1
6	Е.А.	20,2	60	123	81	56,2	170	331	4100	73	32,7	27,8
7	О.Ж	21,8	87	125	76	47,6	162,3	293	3150	66	26,1	24,5
8	К.Л.	19,3	82	119	82	48,7	155,5	313	3050	63	23,2	24,0
	\bar{X}	19,7	76,4	118,8	76	54,2	161,9	334,6	3443,8	63,6	30,3	28,8
	$m(\bar{x})$	0,39	3,43	3,42	2,28	1,89	1,64	10,74	124,80	1,68	1,71	1,65
	S	1,12	9,64	9,66	6,44	5,35	4,64	30,39	352,98	4,75	4,84	4,67
	C%	5,6	12,6	8,1	8,4	9,8	2,8	9,0	10,2	7,4	15,9	16,2

Екінші тексеру нәтижелері бойынша, бозбалалардың ағзасында барлық параметрлер бойынша жақсаруды байқаймыз: ЖҚЖ – 71,6 (83,5), ҚҚ – 133,7/80,4 (135,2/84,6), ӨӨС – 4509,1 (4413,6), ӨИ – 68,1 (67,0). Қыздарда да өзгерістер байқалады – ЖҚЖ – 76,4 (79,1), ҚҚ – 118,8/76 (123,8/80,3), ӨӨС – 3443,8 (3312,5), ӨИ – 63,6 (60,3).

3 және 4-кестелердегі мәліметтердің талдауы көрсеткендей, туристік жорықтан кейін ұлдарда тыныштықта жүрек қағысының жиілігі 11,9%-ға азайды, ал қыздарда 2,7%-ға азайды, ұлдарда да, қыздарда да артериялық (систоликалық және диастоликалық) қысым төмендеді. Жорықтан келген соң, барлық студенттерде өкпенің өмірлік сыйымдылығы артты. Бұл, тауға көп күндік сапар адамның жүрек-тамыр және тыныс алу жүйесінің функционалдық мүмкіндіктеріне оң әсер ететінін көрсетеді.

Қорытынды. Бақылау нәтижелері төмендегіні көрсетеді:

Жорық алдындағы қатысушылардың функционалдық жай-күйінің сәйкестігін тексеру, топ мүшелерінің қойылған міндеттерді орындауға дайындығына көз жеткізуге және қатысу-

шыларды іріктеудің дұрыстығына сенімді болуға мүмкіндік береді.

Жорыққа дайындалудың бастапқы кезеңінде қыздардың кейбір параметрлік көрсеткіштері ұлдардан жақсы, бұл әйел ағзасының стресстік жағдайға неғұрлым жоғары төзімді деп ойлауға негіз береді.

Тауға көп күндік сапар түрінде белсенді демалысты ұйымдастыру, студенттердің қозғалыс белсенділігін оңтайландырудың қол жетімді құралы бола отырып, ағзаның функционалдық мүмкіндіктерін және дененің жұмысқа қабілеттілігін арттыру бойынша айтарлықтай сауықтыру және ынталандыру әсерін қамтамасыз етеді.

Ұсыныстар: Туристік топтардың басшылары, туристің даярлығының басқа түрлерімен (техникалық, тактикалық, психологиялық, теориялық және т.б.) қатар мұқият медициналық-педагогикалық бақылау жүргізу туристік саяхаттың қауіпсіздігін қамтамасыз етуге, жорықта болжанатын жүктеменің әрбір нақты жорыққа қатысушының денсаулығы мен физикалық жұмысқа қабілеттілігінің жай-күйіне сәйкес келетінін анықтауға мүмкіндік беретінін білуі тиіс.

Әдебиеттер

- 1 Вуколов В.Н. Основы техники и тактики активных видов туризма: учебное пособие. – 2-ое, исп. и доп. – Алматы, 2005. – 224 с.
- 2 Вуколов В.Н. По Жетысускому (Джунгарскому) Алатау. Горные туристские маршруты по северной, центральной и южной Джунгарии (часть вторая). – Алматы, 2018. – 324 с.
- 3 Аппенянский А.И. Рекреология: тренировочный процесс в активном туризме: учебное пособие/А.И. Аппенянский; Российская международная академия туризма. – М.: Советский спорт, 2006. – 296 с.
- 4 Иванов А.С. Физиологические аспекты использования горных условий в системе физической культуры и спорта: учебное пособие. – Алматы, 1998. – С. 107.
- 5 Макогонов А.Н. Реакция туристов на физические нагрузки в условиях высокогорья // Материалы XX Международного научного конгресса «Олимпийский спорт и спорт для всех». – СПб., 2016. – С. 105.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ



МРТНИ 77.29.10

¹Андрущишин И.Ф., ²Сапиев С.Ж., ³Денисенко Ю.П., ⁴Гераськин А.А.,
¹Ескалиев М.З.

¹Казахская академия спорта и туризма, г. Алматы, Казахстан

²Комитет по физической культуре и спорту Республики Казахстан, г. Нур-Султан, Казахстан

³Набережночелнинский государственный педагогический университет, г. Набережные Челны, Россия

⁴Омский государственный технический университет, г. Омск, Россия

СПЕЦИАЛЬНАЯ СТРУКТУРА ЛИЧНОСТИ И ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ БОКСЕРОВ ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ

Андрущишин Иосиф Францевич, Сапиев Серик Жумангалиевич, Денисенко Юрий Прокофьевич, Гераськин Анатолий Александрович, Ескалиев Мухтар Зейнулдинович

Специальная структура личности и физическая подготовленность боксеров высокой квалификации

Аннотация. В статье проведен аналитический обзор исследований, где выявлялись взаимосвязи психологических особенностей личности и физической подготовленности боксеров. В частности, с интеллектуальными и морально-волевыми качествами, психомоторными показателями, мотивацией, психическими и психофизиологическими переменными и темпераментом. Выявлены свойства личностного профиля, которые рассматриваются в качестве модельных характеристик боксеров высокой квалификации. Выделена специальная структура личности боксеров экстракласса, включающая в себя следующие характерологические свойства: с высокими значениями – эмоциональная уравновешенность, склонность к лидерству, активность, волевой самоконтроль, экстраверсия, реактивная уравновешенность; с низкими значениями – психастеничность, беспокойство, психическая напряженность, тревожность. На основе мониторинга тренировочного процесса показаны взаимосвязи характерологических свойств личности – волевого самоконтроля и склонности к доминированию с физической подготовленностью боксеров высокой квалификации.

Ключевые слова: личность, характерологические свойства, физическая подготовленность, личностный профиль, специальная структура личности, волевой самоконтроль, склонность к лидерству.

Andrushchishin Iosif Frantsevich, Sapiev Serik Zhumangalievich, Denisenko Yuri Prokofievich, Geraskin Anatoly Alexandrovich, Yeskaliyev Mukhtar

Special personality structure and physical fitness of highly qualified boxers

Abstract. The article provides an analytical review of studies, which revealed the relationship of psychological characteristics of personality and physical fitness of boxers. In particular, with intellectual and moral-volitional qualities, psychomotor indicators, motivation, mental and psychophysiological variables and temperament. Identified personality profile properties, which are considered as model characteristics of highly qualified boxers. The special personality structure of boxers of the first class is highlighted, which includes the following characterological properties: with high values – emotional balance, a tendency to leadership, activity, volitional self-control, extraversion, reactive balance; with low values – psychasthenicity, anxiety, mental tension, anxiety. Based on the monitoring of the training process, the interconnections of the characterological characteristics of the individual – volitional self-control and a tendency to dominate with the physical fitness of highly qualified boxers – are shown.

Key words: personality, characterological properties, physical fitness, personality profile, special personality structure, strong-willed self-control, a tendency to leadership.

Андрущишин Иосиф Францевич, Сапиев Серик Жумангалиевич, Денисенко Юрий Прокофьевич, Гераськин Анатолий Александрович, Ескалиев Мухтар Зейнолдаұлы

Жеке құрамы және жоғары білікті боксшылардың дене дайындығы

Аңдатпа. Мақалада жеке тұлғаның психологиялық ерекшеліктері мен боксшылардың дене дайындығының өзара байланысы анықталған зерттеулерге талдау жасалған. Атап айтқанда, психомоторлық көрсеткіштермен, мотивациямен, психикалық және психофизиологиялық ауыспалы және темпераментпен интеллектуалдық және моральдық-ерік қасиеттерімен. Жоғары білікті боксшылардың модельдік сипаттамасы ретінде қарастырылатын жеке бейінің қасиеттері анықталды. Экстракласс боксшыларының жеке тұлғасының арнайы құрылымы ерекшеленген, оған мынадай сипатты қасиеттер кіреді: жоғары мәндермен – эмоциялық тепе-теңдік, көшбасшылыққа бейімділік, белсенділік, ерікті өзін-өзі бақылау, экстраверсия, реактивті тепе-теңдік; төменгі мәндермен-психастениялық, мазасыздық, психикалық шиеленіс, үрейлілік. Жаттығу процесінің мониторингі негізінде жоғары білікті боксшылардың дене дайындығымен үстемдік етуге бейімділігі мен ерікті өзін-өзі бақылау – тұлғаның сипаттық қасиеттерінің өзара байланысы көрсетілген.

Түйін сөздер: жеке тұлға, мінез-құлық қасиеттері, дене дайындығы, жеке тұлға профілі, тұлғаның арнайы құрылымы, ерікті өзін-өзі бақылау, көшбасшылыққа бейімділік.

Введение. Исследования взаимосвязей личностных свойств боксеров с физическими качествами показывают, что наиболее тесные корреляции они обнаруживают с морально-волевой сферой личности, подчеркивая тем самым, что именно она обеспечивает проявление максимальных физических возможностей спортсменов в этом виде спорта. Так Н.А. Худадов указывает на то, что деятельность боксера имеет сугубо волевую направленность, и успех этой деятельности зависит от того, насколько развита воля спортсмена [1].

По мнению М.И. Романенко, основным средством воспитания волевых качеств у боксера является систематическое выполнение на тренировках упражнений, требующих применения волевых усилий, специфических для боксерского поединка, т. е. упражнений, направленных на повышение физического развития, на овладение техникой и тактикой. Выполняя их, боксер тренирует волю и вырабатывает наиболее целесообразные приемы преодоления трудностей. Во время состязаний проверяется способность спортсмена к волевым поступкам [2].

А. Алимов считает, что максимальные физические напряжения, невозможно выдержать без соответствующего волевого усилия, без соответствующей психической установки, и они являются неотъемлемыми спутниками деятельности в спорте высших достижений [3].

Раскрывая содержание системы подготовки боксеров высокой квалификации, И.С. Колесник акцентирует внимание на развитии направленного воспитания интеллектуальных и морально-волевых качеств. Формирование таких качеств как целеустремленность, сила воли, ответственность, самостоятельность, дисциплинированность, организованность, настойчивость, трудолюбие, имеют основополагающее значение для развития и совершенствования физических качеств боксеров [4].

Интересным является высказывание А.К. Дегтярева, считающего, что спортсмен с хорошими физическими качествами, хорошей тактической подготовленностью, но с отрицательными свойствами темперамента может одержать победу, но в особо экстремальных ситуациях он не будет иметь преимуществ, может, как сами спортсмены говорят, сломаться. Тем самым он подчеркивает значимость не

только воли, но и темперамента для развития физических качеств [5].

Е.П Ильин заостряет внимание на мотивации личности спортсменов, занимающихся боксом, выделяя следующие мотивы: стремление к самосовершенствованию (укрепление здоровья, улучшение телосложения, развитие физических и психических качеств), стремление к самовыражению и самоутверждению (быть не хуже других, быть похожим на выдающегося спортсмена, стремление к успеху, желание защищать честь команды), социальные установки (желание быть спортсменом из-за моды, стремление сохранить семейные традиции удовлетворение духовных и материальных потребностей) [6].

В работах Мартынова М.В. и Ву Д.Т. выявлены взаимосвязи психомоторных показателей и физических качеств [7, 8]. Связи психических качеств и психофизиологических особенностей с физическими качествами отражены в исследованиях В.Я. Русанова и С.С. Горбачева [9, 10].

В результате проведенного аналитического обзора данной проблемы нами не обнаружено специальных исследований, направленных на изучение взаимосвязей характерологических свойств личности с физическими качествами боксеров, что обуславливает актуальность настоящего исследования.

Методы и организация исследования. Педагогический анализ соревновательной деятельности боксеров высокой квалификации, компьютерная версия шестнадцатифакторного личностного теста Р. Кэттелла (16 PF), разработанного в программе Excel, методы математической статистики. В исследовании приняли участие 30 боксеров высокой квалификации. Из них 26 мастера спорта международного класса и 4 мастера спорта – члены национальной сборной Республики Казахстан.

Результаты исследования и их обсуждение. В таблице 1 представлены среднеарифметические показатели, стандартные отклонения и коэффициенты вариации личностного профиля сборной РК по боксу независимо от весовых категорий, которые, учитывая класс и статус боксеров в мировой классификации, следует рассматривать в качестве релевантных модельных характеристик современных казахстанских боксеров.

Таблица 1 – Личностный профиль сборной РК

СП	Шестнадцатифакторный тест Р. Кэттелла (16 PF)																			
	A	B	C	E	F	G	H	I	L	M	N	O	Q ₁	Q ₂	Q ₃	Q ₄	F ₁	F ₂	F ₃	F ₄
\bar{X}	6,3	4,6	8,6	7,2	6,9	5,8	7,7	3,5	3,9	5,4	5,0	3,3	5,5	6,5	7,1	2,9	2,0	7,6	8,1	5,8
<i>s</i>	2,22	2,10	2,09	1,86	1,93	1,88	1,71	1,98	2,24	2,42	1,88	2,17	2,49	2,27	1,77	2,56	2,78	1,72	1,92	2,41
<i>V</i>	35,2	45,6	24,3	25,8	30	32,4	22,2	56,5	57,4	44,0	37,6	65,7	45,2	34,9	24,9	88,2	139	22,6	23,7	41,6

Примечание: СП - статистические показатели; \bar{X} - средняя арифметическая; *s*

Изучение полученного личностного профиля показывает, что в соответствии с концептуальными положениями интерпретации теста, наиболее выраженными личностными свойствами боксеров являются: с высокими значениями – фактор С (эмоциональная уравновешенность – 8,6 балла), фактор Е (склонность к лидерству – 7,2 балла), фактор Q₃ (волевой самоконтроль – 7,1 балла), вторичный фактор F₂ (экстраверсия – 7,6 балла), вторичный фактор F₃ (реактивная уравновешенность – 8,1 балла); с низкими значениями – фактор I (психастеничность – 3,5 балла),

фактор О (беспокойство – 3,3 балла), фактор Q₄ (психическая напряженность – 2,9 балла) и фактор F₁ (тревожность – 2,0 балла).

Количественные показатели выделенного факторного комплекса дают нам основание говорить, что они составляют специальную структуру личности боксеров высокой квалификации.

Качественная интерпретация специальной структуры, изображенной на рисунке 1, позволяет охарактеризовать наиболее значимые свойства, раскрыв тем самым особенности личности боксеров высокого класса.



Рисунок 1 – Специальная структура личности казахстанских боксеров экстракласса

Важнейшей фундаментальной чертой личности боксеров экстракласса является высокая эмоциональная уравновешенность, благодаря которой они легко справляются с влиянием постоянно возникающих эмоциональных ситуаций и умеют контролировать их в ходе боя на ринге, не поддаваясь на ложные и провоцирующие атакующие действия соперников, сдерживая собственные эмоциональные импульсы и всегда при этом стремятся трезво оценивать складывающуюся на ринге ситуацию. Во многом этому способствует и реактивная уравновешенность, т.е.

быстрое сдерживание эмоциогенной реакции. Наличие в специальной структуре личности высокой активности и склонности к лидерству помогает боксерам владеть инициативой, задавать свой темп боя и диктовать свои условия ведения поединка.

Высокий волевой самоконтроль позволяет предельно внимательно оценивать собственное поведение, повышение или снижение активности в зависимости от ситуации на ринге, проявление волевых усилий при максимальных напряжениях в процессе физической подготовки,

а также сдерживание негативных эмоций. Кроме того, способность к легкому установлению и поддержанию контактов с другими людьми дает возможность устанавливать и поддерживать благоприятные межличностные отношения и связи, создавая таким образом позитивный имидж спортсмена, которому не зазорно проиграть.

Низкие значения психастеничности (фактор I) свидетельствуют о том, что боксерам свойственны практичность, реалистичность, независимость, чувство ответственности, большая уверенность в себе, «толстокожесть», непробиваемость, что помогает им не обращать внимание на боль от ударов и травм, на утомление и усталость, они реально оценивают себя и своих соперников, для достижения победы прилагают ровно столько усилий сколько необходимо, не тратя лишней энергии. Дополняют структуру личности низкий уровень психической напряженности и отсутствие значительной тревожности. Отсутствие фрустрации говорит об уверенности в степени своего технико-тактического мастерства и физической подготовленности, которое спортсмен сможет продемонстрировать во время боя на ринге.

Что касается физической подготовленности, то постоянный мониторинг тренировочного процесса во время занятий по развитию физических качеств и высказывания тренерского состава дают основание говорить о том, что здесь имеют место определенные связи с некоторыми личностными факторами. В частности, можно однозначно утверждать, что боксеры имеющие высокий уровень волевого самоконтроля (фактор Q₃),

отличаются более высоким уровнем физической подготовленности. Они всегда более качественно выполняют задания, требующие максимальных физических напряжений, а также преодолевать утомление и усталость.

Быть физически подготовленным лучше своих соперников способствует также склонность к лидерству (фактор E), т.е. потребность быть первым, быть лучше других. Что касается других личностных качеств, то степень их влияния на физическую подготовленность можно будет выявить в процессе корреляционного анализа и сравнения с результатами соревновательной деятельности на ринге.

Выводы:

1. В ряде проведенных ранее исследований выявлены взаимосвязи различных психологических особенностей личности боксеров с физической подготовленностью, в частности, с интеллектуальными и морально-волевыми качествами, психомоторными показателями, мотивации, психическими и психофизиологическими переменными и темпераментом.

2. Выявлен личностный профиль боксеров высокой квалификации, рассматриваемый в качестве модельных характеристик

3. На основе анализа личностного профиля выделена специальная структура личности боксеров экстракласса в которую вошли с высокими значениями - эмоциональная уравновешенность, склонность к лидерству, активность, волевой самоконтроль, экстраверсия, реактивная уравновешенность; с низкими значениями – психастеничность, беспокойство, психическая напряженность, тревожность.

Литература

- 1 Худадов Н.А. Психологическая подготовка боксера. – М.: Физкультура и спорт, 1968. – С. 63-101.
- 2 Романенко М.И. Бокс: учебник для студентов института физкультуры. – Киев: Вища школа, 1978. – 296 с.
- 3 Алимов А. Бокс. Пособие по применению, или Путь мирного воина. – М.: Феникс, 2008. – 177 с.
- 4 Колесник И.С. Структура и содержание системы подготовки боксеров высокой спортивной квалификации 15-17 лет: Автореферат ... д-ра. пед. наук. – Набережные Челны, 2011. – 51 с.
- 5 Дегтярев А.К. Бокс: учебник для институтов физической культуры. - М.: Физкультура и спорт, 1979. – 287 с.
- 6 Примаков К.А. Комплексная оценка физического развития двигательных качеств, функционального и психофизиологического состояния мальчиков-подростков, занимающихся боксом: автореферат. ... канд. пед. наук. – Ярославль, 2008. – 119 с.
- 7 Мартынов М.В. Отбор и подготовка юных боксёров в условиях общеобразовательной школы с учётом показателей психомоторики: дис. ... канд. пед. наук. – М.: ВНИИФК, 2002. – 137 с.
- 8 Ву Д.Т. Сопряженное развитие физических и психомоторных качеств боксеров-юношей 15-16 лет: дис. ... канд. пед. наук. – М., 2003. – 125 с.
- 9 Русанов В.Я. Модельные характеристики физических и психических качеств боксеров как основа индивидуализации их подготовки // Теория и практика физической культуры. – 1985. – № 4. – С. 13-15.
- 10 Горбачев С.С. Психофизиологическое состояние боксера в различных по экстремальности ситуациях тренировочной и соревновательной деятельности // Теория и практика физической культуры. – 2007. – №5. – С. 44-45.

Тюлюпергенева Р.Т., Амренова А.К., Барабанова Е.И.

С. Аманжолов атындағы Шығыс-Қазақстан мемлекеттік университеті, Өскемен қ., Қазақстан

ҰЖЫМДЫҚ ЖӘНЕ ЖЕКЕ СПОРТ ТҮРІМЕН ШҰҒЫЛДАНАТЫН ЖАСӨСПІРІМДЕРДІҢ ҚҰНДЫЛЫҚ БАҒДАРЫ МЕН СПОРТПЕН АЙНАЛЫСУ МОТИВАЦИЯСЫ АРАСЫНДАҒЫ ӨЗАРА БАЙЛАНЫС

Тюлюпергенева Раушан Жомартовна, Амренова Ажар Камарбековна, Барабанова Елена Ивановна

Ұжымдық және жеке спорт түрімен шұғылданатын жасөспірімдердің құндылық бағдары мен спортпен айналысу мотивациясы арасындағы өзара байланыс

Аңдатпа. Зерттеудің өзектілігі кез келген адам қызметінде мотивацияның маңызы зор екендігі мен алға қойылған, әсіресе спортпен айналысу кезінде, басқа спортшылармен және спорттық ұжымдармен қатал бәсекелестік жағдайында өте жақсы нәтижеге жету үшін қажет. Ұжымдық және жеке спортпен шұғылданатын спортшылардың спортқа деген мотивациясы жайлы мәселе әлеуметтік-психологиялық қызығушылық тудырады. Мақалада ұжымдық және жеке спорт түрімен шұғылданатын жасөспірімдердің құндылық бағдары мен спортпен айналысу мотивациясы арасындағы өзара байланысты зерттеудің нәтижелері көрсетілген. Ұжымдық және жеке спорт түрімен шұғылданатын жасөспірімдердің құндылық бағдары мен спортпен айналысуындағы басым мотивациялары анықталды, баскетбол және шаңғымен айналысатын жасөспірімдердің топтарында спортпен шұғылданудың себептері мен құндылық бағдарлары арасындағы қарым-қатынастың ерекшеліктері анықталды. Корреляциялық талдау ұжымдық және жеке спорт түрімен шұғылданатын спортшылардың негізгі құндылықтары мен мотивациялары арасындағы байланысты анықтауға мүмкіндік берді.

Түйін сөздер: мотивация, құндылық бағдарлар, ұжымдық спорт түрі, жеке спорт түрі.

Tyulyupergeneva Raushan Zhomartovna, Amrenova Azhar Kamarbekovna, Barabanova Yelena Ivanovna

The correlation of motives of doing sports and value system in adolescents taking team and individual sports

Abstract. The relevance of the study is dictated by the fact that motivation is of high importance in any human activity, especially it is necessary in sports, where in a very short time it is required to achieve the best result in a situation of tough competition with other athletes and sports teams. The issue of motivation for sports among athletes involved in team and individual sports is of socio-psychological interest. The article presents the results of a study of the relationship between the motives of playing sports and value systems in adolescents involved in team and individual sports. The dominant motives of playing sports were determined and the value orientations of adolescents in team and individual sports were studied, the features of the relationship between the motives of playing sports and value orientations in groups of teenagers involved in basketball and skiing were revealed. Correlation analysis allowed to determine the relationship between achievement motivation and the core values of individual and team sports.

Key words: motivation, value system, team sports, individual sports.

Тюлюпергенева Раушан Жомартовна, Амренова Ажар Камарбековна, Барабанова Елена Ивановна

Взаимосвязь мотивов занятий спортом и ценностных ориентаций у подростков, занимающихся командными и индивидуальными видами спорта

Аннотация. Актуальность исследования продиктована тем, что мотивация имеет высокую значимость в любой деятельности человека, особенно она необходима в спорте, где в очень сжатые сроки требуется достичь наилучшего результата в ситуации жесткой конкуренции с другими спортсменами и спортивными командами. Вопрос мотивации к спорту у спортсменов, занимающихся командными и индивидуальными видами спорта, представляет социально-психологический интерес. В статье представлены результаты исследования взаимосвязи мотивов занятий спортом и ценностными ориентациями у подростков, занимающихся командными и индивидуальными видами спорта. Определены доминирующие мотивы занятий спортом и изучены ценностные ориентации у подростков в командных и индивидуальных видах спорта, выявлены особенности взаимосвязи мотивов занятий спортом с ценностными ориентациями в группах подростков, занимающихся баскетболом и лыжным спортом. Корреляционный анализ позволил определить взаимосвязь мотивации достижения и основными ценностями спортсменов индивидуальных и командных видов спорта.

Ключевые слова: мотивация, ценностные ориентации, командный вид спорта, индивидуальный вид спорта.

Кіріспе. Спорттық мотивация мәселесі және оны қалыптастыру аспектілерін психологтар он жылдан астам уақыт бойы қарастырып келеді. Спортпен айналысуға деген ұмтылыс, спорттық шыңдарға жету арманы, жыл бойы тозу жаттығулары жүйке жүйесі үшін стресстің бір түрі болып табылады, бұл өз кезегінде белгілі бір функционалдық бұзылыстарды тудырады, бұл өз кезегінде шаршаудың субъективті сезіміне, белсенділіктің төмендеуіне, психологиялық ыңғайсыздыққа әкеліп соғады. Дегенмен, сонымен қатар ресурстық белсенділікті біржолата пайдалана отырып, адам спорттық биіктіктерге ұмтылуды тоқтатпайды.

Спорт тарихын талдай келе, спортшылардың әрқашан спорттық мотивацияны жоғарылату мәселесі бар екенін көрсететін көрініс көрсеткіштік болып табылады [1, 2]. Спорт бастапқыда жауынгерлер мен аңшылардың жаттығуы ретінде пайда болғандықтан, спорттың мотивациясы адамның негізгі қажеттіліктерін қанағаттандырудан туындауы ақылға қонымды: қауіпсіздікті және азық-түлікті қамтамасыз етудің негізгі қажеттіліктерін қамтамасыз етуге деген ұмтылыс. Уақыт өте келе спорт әрекеттің ерекше түріне айналғанына байланысты спорттық мотивацияның ерекшеліктері де өзгеріп келеді [3].

Қазіргі уақытта жасөспірімдердің спорттық белсенділігі салауатты өмір салтына бағдарлану шыңына жетті, себебі ата-аналар баланың әлеуметтік пайдалы іс-әрекеттермен шұғылдануына ұмтылады. Дегенмен, ұжымдық және жеке спортпен шұғылданатын жасөспірімдердің спорттық іс-әрекеті мотивациясының ерекшеліктеріне арналған зерттеулер жеткілікті түрде жүргізілген жоқ. Сондай-ақ, жасөспірімдердің осы топтарының ынталандыру және құндылық бағдарларының өзара байланысының ерекшеліктерін түсінбейді. Осыған байланысты бұл зерттеу тақырыбы өзекті және аз зерттелген болып көрсетіледі [4].

Зерттеудің мақсаты – командалық және жеке спорт түрімен шұғылданатын, спортшылардың спортпен шұғылдануының себептері мен құндылық бағдарлары арасындағы қатынастардың ерекшеліктерін зерттеу болып табылады.

Зерттеу үшін келесі әдістер пайдаланылды: А.В. Шаболтастың «Спортпен шұғылдану себептері» әдісі, В.И. Тропниковтің «Спортпен шұғылданудың себептерін зерттеу» әдісі, Ш. Шварцтың құндылықтар туралы сауалнамасы (ҚС), Т. Элерстің жетістікке ынталандыру үшін адамды диагностикалау әдісі.

Зерттеудің эмпирикалық базасы 40 жасөспірімнен тұрады, оның ішінде шаңғы тебумен айналысатын 20 спортшы (жеке спорт түрі), баскетболға қатысатын 20 спортшы (командалық спорт түрі).

Негізгі бөлім

«Спортпен шұғылдану себептері» әдістемесі бойынша нәтижелер (А.В. Шаболтас) жеке спорт түріндегі спортшылардың, ең алдымен, өздерінің әлеуметтік және физикалық тұрғыдан өзін-өзін бекітуге ұмтылатындығын анықтауға мүмкіндік берді, ал бұл уақытта ұжымдық спорт түрімен шұғылданатын спортшылар әлеуметтік-моральдық және азаматтық-патриоттық мотивтерге негізделген. Екі топтағы спортшылардың көпшілігі әлеуметтік-эмоционалды және әлеуметтік-моральдық себептерге негізделген. Жеке спорт түрімен шұғылданатын спортшылардың көпшілігі үшін әлеуметтік және физикалық өзін-өзі бекіту маңызды фактор болып табылады, ал ұжымдық спорт түрімен шұғылданатын спортшылар тобында кәсіби қызметке дайындалуға және азаматтық-патриоттық ынталандыруға басымдық беріледі.

«Спортпен шұғылдану себептерін зерттеу» тестінің нәтижелерін салыстырмалы талдау (В.И. Тропников) жеке спорт түрімен шұғылданатын спортшылар үшін материалдық пайда, маңыздылығы мен беделін арттыру, сондай-ақ мінездемесі мен психикалық қасиеттерін дамыту, ал ұжымдық спорт түрімен шұғылданатын спортшылар үшін қарым-қатынас пен ұжымдық бағыттылық маңызды мотив болып табылады (2-сурет). Баскетболшы спортшылар негізінен қарым-қатынастық құраушыға, ал шаңғышылар материалдық құраушылар мен ақшамен ынталандыру, сонымен қатар бедел басымдылыққа бағдарланған. Жеке спорт түрімен шұғылданатын спортшылардың көпшілігі байлыққа деген қажеттілікті қанағаттандыруға, мінез-құлық пен ақыл-ойдың қасиеттерін дамыту, әл-ауқат пен денсаулықты жақсарту, сондай-ақ физикалық жетілдіру және беделін көтеруге бағдарланған. Ұжымдық спорт түрімен шұғылданатын спортшылардың көпшілігі мақұлдау, қарым-қатынас және ұжымдық бағдарлану қажеттілігіне негізделген.

Элерстің табыстылық мотивациясы әдістемесінің нәтижелері бойынша жеке спорт түрімен шұғылданатын спортшылар ұжымдық спортпен айналысатын спортшылардан гөрі табысқа деген мотивацияға көп көңіл бөлетіндігі анықталды. Шаңғымен айналысатын спортшылар баскетболмен айналысатын спортшылардан

гөрі қауіп-қатерге толы әрекеттерге бейімділігі төмен.

Ш. Шварцтың «Құндылық сауалнама» әдісінің нәтижелері шаңғышылар үшін әлеуметтік мәртебе, адамдарға үстемдік ету, іс-әрекеттегі тәуелсіздік және шешімдер қабылдау кезіндегі тәуелсіздік маңызды деп қорытынды жасауға мүмкіндік береді.

Әлеуметтік мәртебеге немесе беделге, адамдарды басқару немесе оларға немесе құралдарға үстемдік жүргізу (беделге, байлыққа, әлеуметтік билікке, өзінің қоғамдық имиджін сақтап қалуға, әлеуметтік мойындауға) – бұл ең басты құндылық болып табылады. Билік құндылығы (беделдің, байлықтың) әлеуметтік жүйенің үстем жағдайын сақтауға қол жеткізуге немесе сақтап қалуға баса назар аударады.

Шаңғышылар көбінде, шығармашылық және ғылыми-зерттеу қызметінде, тәуелсіз ойлау мен әрекет ету әдістерін таңдауға бағдарланған. Өзбеттілік құндылық ретінде өзін-өзі бақылау мен өзін-өзі басқару қажеттіліктерінен, сондай-ақ автономиялылық пен тәуелсіздікке өзара ықпалдасу қажеттілігінен туындайды.

Ұжымдық спорт түрімен шұғылданатын спортшылар үшін дәстүрлер мен сәйкестікті сақтау маңызды болып табылады. Сонымен бірге билік пен тәуелсіздікке деген ұмтылыс ерекше маңызды емес болып қалады. Олар басқа адамдарға зиян келтіруі мүмкін және әлеуметтік күтулерге сай келмейтін әрекеттер мен себептерге назар аударады. Бұл жерде, ұжымда да пайда болған әдет-ғұрыптар мен дәстүрлерді құрметтеу маңызды.

Шаңғышылар үшін бұл құндылықтың басты мақсаты – адамдар мен құралдарға үстемдік ету немесе басқару (билік, байлық, әлеуметтік билік, олардың әлеуметтік имиджін сақтау, қоғамдық тану) әлеуметтік мәртебеге немесе беделіне жетумен сипатталады. Күштің (беделдің, байлықтың) мәні әлеуметтік жүйенің аясында үстем жағдайын сақтауға қол жеткізуге немесе сақтап қалуға баса назар аударады.

Ұжымдағы баскетболшылар өздерінің рәміздері мен рәсімдерін ойлап табады. Олардың рөлі мен жұмыс істеуі топтың тәжірибесі арқылы анықталады және дәстүрлер мен әдет-ғұрыптарда бекітіледі. Дәстүрлі мінез-құлық әдістері топтық ынтымақтастықтың белгісіне, ортақ құндылықтар мен өмір сүрудің кепілінің көрінуіне айналады. Бұл құндылықтың мотивациялық мақсаты мәдениетте қалыптасқан (салт-дәстүрлерге, кішіпейілділікке, тақуалыққа, тағдырдың қабылдануына, модерацияға) әдет-

ғұрыптар мен идеяларды қабылдау және құрметпен қарау болып табылады.

Баскетболшылар үшін сәйкестікті анықтаушы мотивациялық мақсаттар – бұл басқаларға зиян келтіруі мүмкін немесе әлеуметтік күтулерге сай келмейтін іс-әрекеттерге кедергі келтіру және алдын алу, сондай-ақ, бейімділікке және мотивацияға жол бермеу. Бұл құндылық теріс әлеуметтік салдарға (тілалғыштық, өзін-өзі тәрбиелеу, сыпайылық, ақсақалдарға құрмет көрсету, жаттықтырушыны қоса алғанда) ие бейімділікті шектеу туралы талаптан туындайды, бұл сөзсіз ұжымдық спорттың басымдылығы болып табылады.

Жетістікке жету мотивациясы мен құндылық бағдарларының арасындағы байланысты анықтау үшін Спирменнің критерийі бойынша дәреже корреляциясы әдісі қолданылды. Ұжымдық спорт түрімен шұғылданатын спортшылар тобында Элерстің жетістіктерге жету мотивациясы сауалнамасы бойынша және Шварцтың жетістіктерге жету мотивациясы мен гедонизм ($R_s = -0,49$, $p \leq 0,05$) құндылығының, сонымен қатар әмбебаптығының маңыздылығы ($R_s = 0.45$, $p \leq 0.05$) корреляциялары анықталды. Яғни, жетістікке ұмтылу мотиві неғұрлым жоғары болса, соғұрлым мейрамдату және ішінара өмірге тұтынушылық қатынасы соғұрлым маңыздылығы аз болады, сондай-ақ әмбебаптылық маңызы айтарлықтай бола түседі. Бір-бірімен тығыз байланыста жұмыс істейтін ұжымда, табысқа жетуге деген қажеттілігі жоғары спортшылардың болуы қажет. Дегенмен, егер барлық топ мүшелерінде табысқа жету қажеттілігі жоғары болумен бірдей ерекшеленетін болса, топ ішіндегі қақтығыстар туындауы мүмкін. Сонымен қатар жеке және ұжымдық спорт түрлерінде спортшылардың табысқа жетуіне деген жоғары қажеттілігінің болуы, спортшының немесе ұжымның жетістіктерін болжаудың бір факторы болып көрініс табады. Әдетте, табысқа деген қажеттіліктің жоғары көрініс табуы көбінесе сәтсіздікке ұшыраудан қорқудың нәтижесі болып табылады. Жетістікке жетудің қалыпты қажеттілігі негізінде топтың табысқа жету қажеттілігі жатыр. Сондықтан, ұжымдық спорт түрлерінде жасөспірімдер үшін табысқа қол жеткізу маңызды және сондай-ақ сезімдік көңіл-күймен (теріс корреляция) мотивацияланбау және басқа топ мүшелеріне түсіністік пен төзімділік таныту маңызды. Біз Элерстің жетістіктер мотивациясы сауалнамасы бойынша және Шварцтың құндылық сауалнамасы бойынша жеке спорт түрлерімен айналысатын спортшылар арасында

маңызды өзара байланыстар анықтай алмадық. Осылайша, корреляциялық талдау көрсеткендей, жеке спорт түрімен шұғылданатын спортшылар үшін табысқа жету Шварц әдісіне сәйкес құндылықтардың маңыздылығымен байланысты емес.

Ұжымдық спорт түрімен шұғылданатын спортшылар үшін басқа топқа қарағанда жетістікке жету мотивациясы жеткілікті емес. Ұжымдық спорт түрімен шұғылданатын спортшыларда жалпы, табысқа жету мотивациясы жоғарылаған кезде, жасөспірімдер гидонистикалық сезімдердің көрінісіне бағдарланбайтындығы, сезімдік қанағаттануға жетуді қаламайтыны туралы фактілердің өзара байланысы анықталды. Сонымен қатар, ұжымдық спорт түрімен шұғылданатын спортшылар, шыдамдылыққа және басқа адамдарды қабылдауға тырысады.

Жеке спорт түрлерімен айналысатын спортшылар арасында «Спортпен айналысудың мотивациясы» (А.В. Шаболтас) және Шварцтың құндылықтар сауалнамасы әдісі бойынша, эмоциялық қанағаттану және нәтижеге жетудің маңыздылығы ($R_s = 0.62, p \leq 0.05$), сонымен қатар әлеуметтік өзін-өзі растаудың және жетістікке жетудің маңыздылығы ($R_s = 0.45, p \leq 0.05$) арасында корреляциялар анықталды. Бұл әдістердің мәліметтері шкалалары бойынша қауіпсіздік мәні мен эмоциялық қанағаттанудың мағынасы ($R_s = -0.80, p \leq 0.05$) арасындағы кері байланыс анықталды. Бұны жетістіктерге қол жеткізу мотивациясы эмоциялық қанағаттануды тудырады және сол арқылы жеке спорт түрімен шұғылданатын спортшылар өздерін әлеуметтік тұрғыда бекітуімен түсіндіруге болады. Сонымен қатар, қозғалыс пен күш қуатын көрсететін, ұмтылыс тұрақтылық пен қауіпсіздік сезімімен байланысты болмайды.

Осылайша, жеке спорт түрімен шұғылданатын спортшыларға жетістіктің мәні эмоциялық қанағаттанудың мотивациясымен, қозғалыс қуаты мен физикалық күш-жігерді көрсететін ниетпен байланысты, осылайша спортшылар қозғалысты ұнатады, олар жағымды эмоцияларға ие болады, ол шабыттандырады және көңіл-күйін көтереді.

Ұжымдық спорт түрімен шұғылданатын спортшылар арасында «Спортпен айналысудың себептері» (А.В. Шаболтас) және Шварцтың құндылықтар сауалнамасы бойынша, жетістіктерге жету мотивациясы мен негізгі құндылықтар арасындағы маңызды қатынастар табылмады, бірақ біз сәйкестік құндылығы мен әлеуметтік-эмоционалдық мотивтің маңыздылығы ($R_s =$

$0.61, p \leq 0.05$), ынталандырудың құндылығы мен азаматтық-патриоттық мотивтер мен ынталандыру мәндері арасында әлеуметтік және моральдық мотив ($R_s = 0.54, p \leq 0.05$) арасындағы ($R_s = -0.50, p \leq 0.05$) және мейірімділік ($R_s = 0.49, p \leq 0.05$) арасында корреляцияларды анықтадық, деректер Д.4-кестесінде келтірілген (қосымша Д).

Ұжымдық спорт түрлерімен шұғылданатын спортшылар үшін жарыстарға деген сүйіспеншілік, жоғары эмоционалдылық кездесетін спорттық іс-шараларға, қарым-қатынастың ресми болмауы, әлеуметтік және эмоциялық тұрақсыздыққа, бұл басқа адамдарға зиян келтіре алмайтын немесе әлеуметтік құтулерге сай келмейтін іс-әрекеттерді ұстану үрдісі, ыңғайсыздық себеп болуы мүмкін. Спорттық жетістіктерге өз үлесін қосуға деген ұмтылыс өзінің жаттықтырушыларын және жолдастарын жерге қаратпауға тырысу көп жаттығып, белсенді болуға ықпал етеді. Сонымен қатар, егерде жарыстарда табысты өнер көрсету үшін, елдің беделін ұстап тұру үшін спортта өзін жетілдіру мотиві басым болатын болса, спорттық нәтижелер қызығушылық тудырмауы мүмкін.

«Спортпен айналысудың себептерін зерттеу» (В.И. Тропников) және Шварцтың құндылықтар сауалнамасы бойынша, статистикалық деректерді өңдеу нәтижесінде, жеке спорт түріне қатысатын спортшыларда корреляциялар анықталған, мейірімділік құндылығы мен беделін жоғарылатудың беделінің артуы мен даңққа деген ұмтылыс арасындағы корреляция ($R_s = 0.66$ ($R_s = 0.46, p \leq 0.05$), эстетикалық ләззат пен эстетикалық мотивтер мен ынта-жігердің мәні ($R_s = 0.55, p \leq 0.05$), ынталандыру мәні мен байлықтың мотивациясы арасындағы ($R_s = 0.46, p \leq 0.05$), күштің құндылығы мен дене жетілуінің мотивациясы I_a ($R_s = 0.49, p \leq 0.05$). Бұл тестілердің шкалалары бойынша дәстүрлі құндылықтар мен мақұлдау қажеттілігінің себептері арасындағы ($R_s = -0.60, p \leq 0.05$) өмірлік дағдылар мен білім алудың жетістігі мен құндылығы арасындағы кері корреляциялар анықталды ($R_s = -0.45, p \leq 0.05$).

Жеке спорт түрімен шұғылданатын спортшылар үшін жетістікке жету құндылығы эстетикалық көңіл-күй мен өткір сезімдерді бастан өткерумен байланысты, дене шынықтыру мен өзін жетілдірумен айналысуға байланысты құндылықтар билікке, үстемдікке және беделге әкеледі. Сонымен қатар, ынталандыру мен материалдық пайда арасындағы байланыс байқалады. Осылайша, үлкен табысқа қол жеткізген жасөспірім спортшылардың тек қана

сезініп, дұрыс бағалауға ғана емес, сондай-ақ спорттық іс-шараларға қатысты ерекшеліктерді бекітуге деген қажеттілігін қалыптастырумен байланысты екенін түсінеді. Дене тәрбиесін жетілдіруге деген ұмтылыс және әдеттегідей сипатты қалыптастыру осындай спортшыларға әлеуметтік мәртебе мен бедел сезімін өзгертуге әкеледі. Белсенділіктің оңтайлы деңгейі материалдық құндылықтарға байланысты болады.

«Спортпен айналысудың себептерін зерттеу» (В.И. Тропников) және «Шварцтың» құндылықтар сауалнамасы бойынша статистикалық деректерді өңдеу нәтижесінде ұжымдық спорт түрімен шұғылданатын спортшылар арасындағы корреляциялар анықталды, ол әмбебаптық құндылықтар мен материалдық құндылықтар маңыздылығы ($R_s = 0.50, p \leq 0.05$), сондай-ақ беделін арттыру себептері арасында ($R_s = 0.46, p \leq 0.05$). Бұл сынақтардың ауқымында пайдалы білім алудың себептері мен әмбебаптық мәндердің маңыздылығы арасында ($R_s = -0.46, p \leq 0.05$), сондай-ақ сәйкестік мәнінің маңыздылығы арасында ($R_s = -0.59, p \leq 0.05$) кері корреляциялар анықталды.

Ұжымдық спорт түрімен шұғылданатын спортшылар үшін материалдық құндылықтар мен беделдің өсуі шыдамдылық түсінігімен, барлық адамдардың әл-ауқатын қорғаумен тығыз байланысты. Ұжымдық спорт түрімен шұғылданатын спортшылар бір-біріне құрмет пен төзімділік танытуы керек екендігін нақты саналы ұғынады, тек осылай ғана ұжым құрамының беделін арттыруға және кейіннен материалдық жеңілдіктерге қол жеткізуге болады. Әрқайсымыздың жақсы үйлестірілген жұмысымыз қажет.

Қорытынды

Зерттеу нәтижелері ұжымдық және жеке спорт түрімен шұғылданатын жасөспірімдердің спортпен шұғылдануының ерекше себептерінің болуы жайлы келесідей қорытынды жасауға мүмкіндік береді:

– жеке спорт түрімен шұғылданатын спортшылар бірінші кезекте әлеуметтік және физикалық тұрғыда өзін-өзі бекітуге бейім, ал ұжымдық спорт түрімен шұғылданатын спортшылар әлеуметтік-моральдық және азаматтық-патриоттық мақсаттарға негізделген. Екі топтың спортшылары көп жағдайда әлеуметтік-эмоционалды және әлеуметтік-моральдық себептерге негізделген;

– жеке спорт түрімен шұғылданатын спортшылар үшін материалдық құндылықтар, беделі мен маңыздылығының өсуі, сонымен қатар

мінезі мен психикалық құрылымының дамуы бірінші кезекте маңызды себеп пен қажеттілік, ал ұжымдық спорт түрімен шұғылданатын спортшылар үшін қарым-қатынас және ұжымдық бағдарлану маңызды болып табылады. Баскетболшы спортшылар коммуникативті құраушыға негізінен бағдарланған, ал шаңғышыларды материалдық құраушылар мен ақшамен ынталандыру, сонымен қатар бедел басымдылық маңызды болып табылады;

– жеке спорт түрімен шұғылданатын спортшылар, ұжымдық спорт түрімен шұғылданатын спортшыларға қарағанда жетістікке жету мотивациясына көп деңгейде бағдарланған.

Жеке спортпен шұғылданатын спортшылар тобы биліктің, тәуелсіздіктің құндылықтарын сақтаудың маңыздылығымен сипатталады, дәстүрлер мен сәйкестіктердің құндылықтарын сақтау олар үшін маңызды емес. Шаңғышылар үшін әлеуметтік мәртебе, адамдарға үстемдік ету, іс-әрекеттегі тәуелсіздік және шешімдер қабылдау кезіндегі тәуелсіздік маңызды. Ұжымдық спорт түрінің спортшылары үшін дәстүрлер мен сәйкестікті сақтау маңызды. Билік пен тәуелсіздікке деген ұмтылыс ерекше маңызды емес. Олар басқа адамдарға зиян келтіруі мүмкін және әлеуметтік күтулерге сай келмейтін әрекеттер мен себептерге назар аударады. Бұл жерде, ұжымда да пайда болған, әдет-ғұрыптар мен дәстүрлерді құрметтеу маңызды:

– жеке спортшылар үшін табысқа жетудің өзі ыңғайлы және қауіпсіз мінез-құлыққа тәуелді емес. Сонымен қатар, жетістіктерді ынталандыру эмоциялық қанағаттанудың мотивациясымен байланысты, бұл қозғалыстың қуатын және дене күш-қуатын көрсетеді;

– ұжымдық спорт түрімен шұғылданатын спортшыларда жетістіктерге жету эстетикалық қуаныш пен шаттыққа жетумен байланысты, физикалық жетілдіру билікке, үстемдікке және билікке әкеледі;

– бұдан басқа, баскетболшылардың жетістікке жету мотивациясы айқын көрінген сайын, олар аз конформды болуы тиіс, қауіпсіз мінез-құлыққа ұмтылмауы тиіс.

Жүргізілген зерттеудің тәжірибелік маңыздылығы жасөспірім жасындағы спортшылардың психологиялық ынталандыру жүйесінде алынған деректерді пайдалану маңыздылығында, спортшылардың құндылық бағдарларына байланысты ұжымдық және жеке спорт түрлеріндегі мотивацияны арттыру үшін бағдарламаларды құру мүмкіндігі болып табылады.

Әдебиеттер

- 1 Речкалова О.Л. Особенности психологической подготовки в различных видах спорта: учебное пособие / О.Л. Речкалова. – Курган: Изд-во Курганского гос. ун-та, 2014. – 84 с.
- 2 Ломбардо М.П. Эволюция спорта / М.П. Ломбардо // Эволюционная психология. – 2012. – № 10. – С. 3.
- 3 Кузнецов С.А. Особенности мотивации спортсменов командных и индивидуальных видов спорта / С.А. Кузнецов // Социальная психология и общество. – 2013. – №4. – С.106-113.
- 4 Остапенко К.Д. Особенности ценностных ориентаций подростков, занимающихся спортом / К.Д. Остапенко // Вестник МГОУ. Серия: Психологические науки. – 2015. – № 1. – С. 53-58.

ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ
НАСЕЛЕНИЯ



Ахметов Ж.О., Авсиевич В.Н.

Қазақ спорт және туризм академиясы, Алматы қ., Қазақстан

ТОҒЫЗҚҰМАЛАҚ ОЙЫНЫНЫҢ ДАМУ ТАРИХЫ

Ахметов Жанибек Октаевич, Авсиевич Виталий Николаевич

Тоғызқұмалақ ойынының даму тарихы

Аңдатпа. Мақалада қазақтың ұлттық зияткерлік ойыны тоғызқұмалақтың даму тарихы мен жетістіктері қарастырылды. Тоғызқұмалақ ойыны қолайлы тәрбие құралдарының бірі ретінде жастардың ой-өрісін, сана-сезімін дамыту, оқу үлгерімін жақсартуға өзіндік септігін тигізеді. Қазіргі таңда тоғызқұмалақтан 5 әлем чемпионаты өткізілді. Бұл ойынның даму көрсеткіші деп білеміз. Сондықтан, ойынның тек ұлттық бағытта ғана емес, жалпы әлемдік деңгейде маңызы зор. Тоғызқұмалақ секілді логикалық ойлау ойынды үйренген бала есейе келе, дүниеге көзқарасы кеңейіп, жетілген тұлға болып қалыптасады. Бұл жасөспірімнің ақыл-ойын шыңдап, ми қызметін жетілдіретін зияткерлік спорттық ойын. Төменгі сынып оқушылары тоғызқұмалақты үйреніп ойнайтын болса, өмірге қажетті көптеген жақсы қасиеттерді бойларына сіңіреді.

Түйін сөздер: ұлттық зияткерлік ойын, тоғызқұмалақтың даму тарихы, тоғызқұмалақ, әлем чемпионаты.

Akhmetov Zhanibek Oktaevich, Avsiyevich Vitaliy Nikolaevich

The history of the development of the game Togyzkumalak

Abstract. The article is a review of the history development of the Kazakh national intellectual game Togyzkumalak, in the same way, it discusses modern achievements. The game Togyzkumalak promotes the development of thinking, helps to improve the quality of education and upbringing of the younger generation. 5 world championships have been held in Togyzkumalak for today. This is an indicator of the game development. Therefore, it must be developed not only at the national level but also, on a global scale the importance of the game is enormous. As a consequence of a playing child this game, he will grow up, expand his horizons and take place as a person. This intellectual sports game develops thinking and improves brain activity. If elementary school students play togizkumalak, they will be able to acquire many useful and necessary qualities for life.

Key words: National intellectual game, the history of the development of Togyzkumalak, Togyzkumalak, the World Cup.

Ахметов Жанибек Октаевич, Авсиевич Виталий Николаевич

История развития игры тогызкумалак

Аннотация. Статья представляет собой обзор истории развития казахской национальной интеллектуальной игры тогызкумалак, вместе с тем, в ней рассматриваются современные достижения. Игра тогызкумалак способствует развитию мышления, способствует повышению качества образования и воспитания подрастающего поколения. На сегодняшний день по тогызкумалак проведено 5 чемпионатов мира. Это показатель развития игры. Поэтому, игру стоит развивать не только на национальном уровне, но и в мировом масштабе значение игры огромное. Поскольку ребенок, играющий в данную игру, взрослея, расширит кругозор, состоится как личность. Эта интеллектуальная спортивная игра развивает мышление и совершенствует деятельность мозга. Если ученики младших классов будут играть в тогызкумалак, они смогут приобрести множество полезных и нужных для жизни качеств.

Ключевые слова: национальная интеллектуальная игра, история развития тогызкумалак, тогызкумалак, чемпионат мира.

Кіріспе. Қазақстан Республикасының «Дене шынықтыру және спорт туралы» заңында «Ұлттық спорт түрлері белгіленген тәртіппен жүзеге асырылатын спорттың ажырамас бөлігі болып табылады» – деп жазылған [1]. Соның ішінде тоғызқұмалақ ойыны өзінің спецификалық логикалық ойлау жағынан ерекше орын алуда. Түркі халықтарының ұрпақ тәрбиесіне жауапкершілікпен қарайтынына осы ойынның өзі де дәлел бола алады. Жасөспірімдердің дене күшінің мол болуымен қатар, ақылды болуына да көп мән берген бабаларымыз осы ойынды ойлап тапқан.

Зерттеудің өзектілігі. Тоғызқұмалақ – қазақтың ерте заманнан келе жатқан ұлттық спорт ойындарының бірі [2]. Бүгін тоғызқұмалақтың перспективасы жоғары екені көрініп отыр. Қазіргі таңда Республика, Азия, Европа, Әлем чемпионаттары өтуде. Осы ойынның шарықтау кезеңі туып келеді.

Қазіргі таңда тоғызқұмалақ Қырғызстан, Өзбекстан, Монғолия, Қарақалпақстан, Қазақстан мемлекеттері қатарында аса қарқынды дамып келе жатыр.

Қазақ ұлттық ойындары туралы алғашқы жазба деректер XIII ғасырдан басталды. Оны алғаш жинап, Еуропа жұртшылығына таныстырған Италия саяхатшысы Плано Карпини болды [3]. Тіпті қазіргі кезде жайылымдарда, тау бөктерінде тастан ойып жасаған тоғызқұмалақ тақтасы Қазақстанның түкпір түкпірінде кездеседі. Жамбыл облысындағы Қаратау қаласына таяу Ақшұқыр деген жердегі тас төбенің ұшар басындағы жайдақ тасқа қашап салынған тоғызқұмалақтың отаулары мен қазаны табылды. Тарбағатай тауының Сайқан жоталарындағы жартастарға да ойып салынғаны белгілі болып отыр [4].

Тоғызқұмалақ өзінің спецификалық ерекшелігі жағынан алып қарағанда нағыз математикалық есеп ойыны. Мұнда есепке жүйрік адамдар жеңіске жетуге қабілеттері мол.

Математика – баршамызға мәлім, адам өмірімен біте қайнасқан көне ғылымдардың бірі. Адамзат ең алғаш өзінің мұқтаждығын өтеуге пайдаланған тұңғыш математикалық ұғым бүтін сандар ұғымы болып табылады. Сол себептен де, мектепке оқушыларға математиканы үйреткенде, бүтін сандардың ішінен ондық бөлшектердің қалай пайда болуы жайлы ұғымдардан бастайтындығы жайдан жай емес.

Ойнау тәртібін үйреніп алғаннан кейін жас, кәрі де қызығып ойнайтын тоғызқұмалақ ойынының барысында, тақта үстіндегі тартыс-

тың сырын алдын ала біліп отыру үшін математикалық төрт амалды (қосу, азайту, бөлу және көбейту) білімдікпен сәт сайын пайдаланып отыруға тура келеді.

162 таспен ойналатын осы бір ойлы ойынның жоғалып кетпеуіне кезінде әсер еткен академик Қ. Сәтбаев, техника ғылымының кандидаты М.Ыбыраевтың еңбектері мол.

Бұл ойынды халқымыздың кемеңгер ақыны Абай, жыр алыбы Жамбыл, жазушы М. Әуезов, батыр бабамыз Бауыржан Момышұлы секілді ұлы тұлғалар аса ынтамен ойнаған.

Шахмат, дойбы, тоғызқұмалақ, хан қамау, би тұзақтау, байды шабу немесе соғысу, баю, ұту, жеңуге арналған. Бақ-дәулет, тақ-мансап, атақ-данқ, ойын шарты, мақсаты, бәрі өмірден алынған. Тоғызқұмалақ ертеден белгілі ойын. Жанбай, Бодау, Біке, Шоман, Тезек, Томан, Бақтыбай, Уәйіс секілді тұлғалар Абайды төңіректеген. Жарыс ұйымдастырушы Абай бәйге тігіп, Орта Азия, Ресей, Сібірден үздік ойыншылар қатысқан.

Маман Тұрысбек, Пышан Жәлменде елдерінде шахмат, дойбы, тоғызқұмалақ жарыстары өткен. Бақтыбайды Арқаға, Орта Азияға жетектеген дойбы және тоғызқұмалақ екен. Тоғызқұмалақ шахматтан кем түспейтін ойын деп Тезек – Бақтыбайлар айтып кеткен. Шәкерімнің Бақтыбайды шақырып тоғызқұмалақ ойнаттырып көргені ел аузында сақталған.

Абайдың шәкірттерінің бірі Әріп ақынның шығармаларының ішінде тоғызқұмалақ жайлы өлең ретінде жұмбақ жазылды.

Бір патшаның жұртында екі бай бар.
Екеуі ең қонысты бірге жайлар.
Тоғыздан екеуінде он сегіз ұл.
Талассыз тату өмір сүрген байлар.
Екі бай гәділетті болған дана.
Он сегіз ұлы момын болды жана.
Он сегіз ұл ер жетіп момын болса,
Бас-басына туады тоғыз бала.

Немере дұшпан болды араздасып,
Ынтымағы бұзылды қара басып.
Екі байдың баласы екі жар боп.
Ал енді ұрысады араласып.
Екі бай екі жақтан ор қылады,
Өткен сайын біреуі жығылады.
Бай, кедей, қанша ауыл көп шабылып.
Ақырында біреуін бірі алады [5].

Бұл шығарманың негізі – тоғызқұмалақтың ойнау барысын, түкпір ойын, мақсатын ашу.

Ұлттық ойынның шығармадағы интерпретациясы адам өмірімен тығыз байланысуын көрсетіп тұр.

Тоғызқұмалық ойыны жастардың ой-өрісін, сана-сезімін дамыту, оқу үлгерімін жақсартуға және сапалы тәрбие беруге өзіндік септігін тигізеді. Төменгі сынып оқушылары тоғызқұмалықты үйреніп ойнайтын болса, өмірге қажетті көптеген жақсы қасиеттерді бойларына сіңіреді.

Жұмыстың мақсаты. Қазақтың ұлттық ойыны тоғызқұмалықты теориялық-әдістемелік жағынан зерттеу.

Зерттеу міндеттері. 1. Тоғызқұмалақ ойынының даму тарихына шолу жасау. 2. Қазіргі кездегі жетістіктерін анықтау. 3. Мектептегі төменгі сынып оқушыларына тигізетін әсерін айқындау.

Зерттеу әдістері. Ғылыми жұмыстың ба-рысында келесі ғылыми әдістер қолданылды: ғылыми-әдістемелік әдебиеттерді, деректі және мұрағаттық материалдарды талдау, педагогикалық байқау, әңгімелесу.

Бұл зияткерлік ойынымызды біздің ұлттық «шахматымыз» деп айтса болады. Тоғызқұмалақ еліміз тәуелсіздік алғаннан бері бұрынғыдан қарағанда қанат жая өрістей дами бастады.

1998 жылдан бастап ҚР бірінші Президенті, Елбасы Н.Ә. Назарбаевтың жұлдесі үшін үлкен деңгейде халықаралық жарыс өткізіліп келеді. Бұл жарысқа Моңғолия, Ресей Федерациясы, Қырғызстан, Өзбекстан елдерінің спортшылары қатысуда [6].

2006 жылы тоғызқұмалақ ойыны тұңғыш рет Лондонда өткен зияткерлік ойындар олимпиадасының бағдарламасына еніп, сонымен қатар, 2008 және 2009 жылдары Чехияда өткен бүкіләлемдік зияткерлік ойындар олимпиадасының бағдарламасына кіріп, қазақ халқының осындай ұлы мұрасы, зияткерлік өнері бар екенін өзге ұлттар да байқады.

2008 жылы Орал қаласында өткен ҚР Елбасы Н.Ә. Назарбаевтың жұлдесі үшін жарыста Халықаралық Тоғызқұмалақ Федерациясы құрылды. Президенті болып – Әлихан Бәйменов сайланды. Қазақстан, Қырғызстан, Өзбекстан, Моңғолия, Ресей және Қытай елдері Федерация қатарына мүше болып кірді.

2008 жылы наурыз айынан бастап Қазақстан Республикасы Тоғызқұмалақ Қауымдас-тығының www.9kumalak.com ресми сайты ашылып, жұмыс істей бастады.

2009 жылдың 15 қыркүйегінен канадалық Арти Сандлер, германиялық Ральф Геринг және қазақстандық Серік Ақтаевтың бастауы-

мен әлемдік ғаламторда тоғызқұмалақ ойыны тіркелді. Тоғызқұмалақты онлайн жүйеде ойнайтын www.iggamecenter.com сайты ашылды. Сонымен қатар, интернет жүйесінде қазақ, чех, ағылшын, орыс, түрік тілдерінде сайттар ашылып, қолданысқа енгізілді.

2009 жылы Халықаралық Тоғызқұмалақ Федерациясының қолдауымен тұңғыш Азия чемпионаты Шымкент қаласында ұйымдастырылып өткізілді.

2010 жылғы 1-7 қараша аралығында Астана қаласында тоғызқұмалақтан **I Әлем чемпионаты** өтті. Алғашқы Әлем чемпионатына 16 мемлекеттен 43 спортшы қатысты.

2012 жылғы 13-20 шілде аралығында Пардубице (Чехия) қаласында Тоғызқұмалақтан **II Әлем чемпионаты** өтті. II Әлем чемпионатына 10 мемлекеттен (Германия, АҚШ, Ресей, Швейцария, Түркия, Украина, Латвия, Қырғызстан, Чехия және Қазақстан) 47 спортшы қатысты. Бұл чемпионаттың ерекшелігі жарыс тоғызқұмалақтың үш түрінен өткізілді. Классика (90 минут бір ойыншыға), рапид (25 минут бір ойыншыға) және блиц (9 минут бір ойыншыға) түрлерінен.

2013 жылғы 6-12 қазан аралығында Прага (Чехия) қаласында тоғызқұмалақтан компьютер бағдарламалары арасында **I Әлем чемпионаты** өтті.

2013 жылғы 17-22 қараша аралығында Павлодар қаласында тоғызқұмалақтан **II Ашық Азия чемпионаты** өткізілді. Чемпионатқа 9 елден (Ресей, Қытай, Қырғызстан, Әзірбайжан, Түркменстан, Түркия, Өзбекстан, Моңғолия және Қазақстан) 94 спортшы қатысты. Чемпионат ересектер, жастар (19 жасқа дейін) және жасөспірімдер (14 жасқа дейін) арасында тоғызқұмалақтың үш түрі бойынша өтті.

2015 жылғы 12-18 сәуір аралығында Алматы қаласында тоғызқұмалақтан **III Әлем чемпионаты** ұйымдастырылды. Чемпионатқа 23 елдің: Қырғызстан, Моңғолия, Германия, Чехия, Қытай, Түркменстан, Молдова, Гана, Өзбекстан, Әзірбайжан, Ресей, Колумбия, АҚШ, Антигуа мен Барбуда, Ауғанстан, Швейцария, Тәжікстан, Ұлыбритания, Түркия, Грузия, Италия, Үндістан және Қазақстанның спортшылары қатысты.

2017 жылдың қыркүйек айының 3-8 аралығында Астана қаласында Тоғызқұмалақтан **IV Әлем чемпионаты** өтті. Бұнда әлемнің 25 елінен 70-тен астам спортшы шеберліктерін көрсетті. ЕХРО-2017 көрмесі аясында өткен халықаралық турнирді Дүниежүзілік Тоғызқұмалақ Федерациясы, ҚР Мәдениет және

Спорт министрлігі, Астана қаласы әкімдігі ұйымдастырды. Чемпионат ерлер және әйелдер арасында жеке-жеке тоғызқұмалықтың классика, рапид, блиц түрлері бойынша өтті. Алғаш рет осы чемпионатта тоғызқұмалақтан жұптық командалық жарыс болды. Оған әр мемлекеттен 1 ер, 1 әйел адам қатысты. Зияткерлік «жекпе-жектер» нәтижесінде Қазақстан, Қырғызстан және Монғолия спортшылары жеңіс тұғырынан көрінді.

2019 жылдың 26 сәуір – 4 мамыр аралығында Түркияның Анталия қаласында Тоғызқұмалақтан **V Әлем чемпионаты** өткізілді. Жарысқа әлемнің 16 елінен тоғызқұмалақ шеберлері қатысты.

Қазіргі таңда Республика бойынша қазақтың төл ойыны тоғызқұмалақпен шұғылданушылар саны 200 мың адам көлемінде. Тоғызқұмалақпен тек шетелдегі қазақтар ғана емес, сонымен бірге Ұлыбритания, Швейцария, Франция, Германия, Испания, Түркия, Чехия, Ресей, Украина, Қытай, Монғолия, Қырғызстан, Колумбия, Антигуа және Барбуда мемлекеттерінде де жергілікті халықтар арасында ойыншылардың саны жоғарылауда [7].

Тоғызқұмалақ ойынын арнаулы тақтада ойнады және ол екі бөлікке бөлінген. Әрбіреуінде тоғыз отау және бір-бірден көлденең орналасқан құмалақ жинайтын қазаны бар. Әр ойыншыда 81 тас, барлығы 162 тас болады. Ойыншының мақсаты: ойынның соңына дейін әр түрлі тәсілдерді қолдана отырып өзіне 82 және одан да жоғары тас жинап, қарсыласын жеңу. Тоғызқұмалақта отаулардың ертеден бері келе жатқан аттары бар. Олар солдан оңға қарай:

1. Арт (Тандық)
2. Тектұрмас
3. Атөтпес
4. Атсыратар
5. Бел
6. Белбасар
7. Қандықақпан
8. Көкмойын
9. Маңдай

Отау аттары кездейсоқ қойылмаған. Мәселен, ойынның алды және соңы болады. Алды – тоғызыншы отау Маңдай, соңы – бірінші отау Арт, екінші отаудың тектұрмас аталуының себебі – онда құмалақ көп жатпайды. Бұл отау қарсы жақтың шабуыл объектісінің бірі. Оған көбінесе, «тұздық» жасау қаупі туып отырады (тұздық дегеніміз – отау беру, яғни сол отаудан айырылып қалу). Үшінші отау – Ат өтпес. Бұлай аталу себебі бұл отаудан «ат», яғни құмалақ еш уақыт арылмайды. Төртінші отау – Атсыратар (жүрістің құмалақтың таусылуы). Бұл отаудың

атсыратар болып аталуының себебі – ойын аяғы осы отаудан басталғанда, құмалақ тез таусылады. Сол сияқты ойын басында осы алғашқы үш отаудан ойын бастаған ойыншы да жүріс тарылып, тез атсырауға түседі. Бесінші отау – Бел. Нағыз орта болғандықтан, бел деп аталады. Алтыншы отау – Белбасар. Белбасар аталу себебі – ойын басында бұл отаудың құмалағы қарсы жақтың беліне дәл жетіп жатады. Жетінші отау – Қандықақпан. Көбінесе есептен жаңылдыратын қауіпті отау. Бұл отаудың «тұздығы» позицияда үлкен осалдық тудырады. Сегізінші отау – Көкмойын. Қандықақпаннан кейінгі осал жер. Бұдан да «тұздық» беру аса қауіпті. Кейбір ойыншылар бұл отауды алқын деп атайды. Тоғызыншы отау – Маңдай. Бұл отаудың өзіндік қасиеті басқа отаулардан ерекше, яғни бұдан «тұздық» алынбайды. Мұндай тәртіп ойыншылардың көп жылдық тәжірибесінен келіп шыққан қағида. Маңдайдан «тұздық» беру – ойынды шорт кесіп тастаумен бірдей. Сондықтан, ойыншы «қапыда қалмас» үшін, бұл отаудан «тұздық» алу ережеден шығарылып тастаған [8].

Қазақ энциклопедиясының деректері, тарихшылар мен әдебиетшілер айтуы бойынша, тоғызқұмалақ – біздің заманымыздан бұрын немесе Ғайса тумай белгілі болған.

Ойынның бірнеше аттары болған – тоғыз шар, тоғызқадақ. Көбінесе, тоғызқұмалақты ойнайтындар – түрік халықтары болып табылады.

Зерттеу нәтижелері және оларды талқылау. Біз, осы зерттеу еңбегіміз арқылы тоғызқұмалақты мектеп оқушыларына түсінікті жолмен, мектеп жағдайына икемдей отырып, дене тәрбиесі жүйесінде ұтымды пайдалануды ұсынамыз. Біз өз зерттеуіміздегі тоғызқұмалаққа талдау жасаудағы мақсатымыз – ойынды тәрбие жүйесінде пайдаланудың ұтымдылығын арттыру. Тоғызқұмалақтың баланың ақыл-есінің мықты дамуына айрықша әсер ететінін дәлелдеуге тырыстық. Ойын арқылы баланың білімін жетілдіру, психикасының дұрыс, логикалық ойлау қасиетін дамыту үшін оқу процесіне енгізуді ұсындық.

Қорытынды. Жоғарыда айтылғандай, төменгі сынып оқушылары үшін есептеуге жақын болу өте маңызды болып табылады. Тоғызқұмалақ әрі ұлттық мұра, әрі ақыл-ой ойыны есебінде жасөспірімдерге тигізер пайдасы мол.

Қазіргі таңда, көтеретін ең маңызды мәселе – әр халықтың қолындағы қымбат мәдени мұрасының асылын жаңа заманның өрелі биік талғамына лайық сақтап, жетілдіре түсу. Бұл әрбір тұлғаның ажарқын болашаққа

жету үшін өзіндік борышы. Тоғызқұмалақты спорт, логикалық ойлау өнері, ғылым ретінде тек ойын ретінде ғана қарастыру емес, оның қарастыруы дұрыс теп есептейміз.

Әдебиеттер

- 1 «Дене шынықтыру және спорт туралы» Қазақстан Республикасының заңы 2014 жылғы 3 шілдедегі № 228-V ҚРЗ.
- 2 Талапбек Сұлтанбекұлы. Ұстаз. Қаламгер. Қайраткер. – Алматы: Қағанат, 2010. – 544 б.
- 3 Сағындықов Е. Қазақтың ұлттық ойындары. – Алматы: Рауан, 1991. – 176 б.
- 4 Ақшораев Ә. «Тоғызқұмалақ». – Алматы: Қазақстан, 1979. – 204 б.
- 5 Қайым Мұхамедханұлы. Абайдың ақын шәкірттері. – Алматы: Дәуір, 1995. – 320 б.
- 6 Шарипов С.А., Шотаев М.Е., Сейтжанов А.М. Тоғызқұмалақ ойынының ережесі. – Астана: Арай, 2006. – 128 б. www.9kumalak.com.
- 7 Сұлтанбеков Т. Шахмет. Дойбы. Тоғызқұмалақ. – Алматы: Қазақстан, 1967. – 220 б.

МРНТИ 77.03.05

Бобырева М.М., Пак Т.В., Дёма Е.В., Канапина Р.Б.

НАО Западно-Казахстанский медицинский университет имени Марата Оспанова,
г. Актобе, Казахстан

ПРИМЕНЕНИЕ ЭЛЕМЕНТОВ ФУНКЦИОНАЛЬНОГО ТРЕНИНГА В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ СТУДЕНТОК МЕДИЦИНСКОГО ВУЗА

Бобырева Марина Михайловна, Пак Тамара Владимировна, Дёма Елена Владимировна,
Канапина Роза Биржановна

Применение элементов функционального тренинга в физическом воспитании студенток медицинского вуза

Аннотация. Статья посвящена вопросам совершенствования процесса физического воспитания студенток Западно-Казахстанского медицинского университета имени Марата Оспанова. В качестве основного средства авторы выбрали функциональный тренинг – систему, позволяющую более эффективно развивать и совершенствовать физические качества, чем существующая программа по физическому воспитанию, основанная на видах спорта. В статье приведены данные, полученные по результатам соревнований по функциональному тренингу, свидетельствующие о преимуществе обучающихся, в занятия которых были включены специальные комплексы упражнений. На основе анализа полученных данных авторы пришли к выводу, что необходимо пересмотреть существующую рабочую программу по физическому воспитанию в университете, составить и апробировать новую программу. Особое внимание планируется уделить поиску оптимального режима занятий функциональным тренингом с применением средств других систем физического воспитания и элементов видов спорта.

Ключевые слова: функциональный тренинг, кроссфит, студент, медицинский университет.

Bobyreva Marina Mikhailovna, Pak Tamara Vladimirovna, Dema Elena Vladimirovna, Kanapina Roza Birzhanovna.

Application of functional training elements in physical education of medical university students

Abstract. The article is devoted to the improvement of the process of physical education of students of West Kazakhstan Marat Ospanov medical University. As the main means, the authors chose functional training - a system that allows develop and improve physical qualities more effectively than the existing program on physical education based on sports. The article presents the data obtained by the results of competition in functional training, indicating the advantage of students, whose classes included special sets of exercises. Based on the analysis of the obtained data, the authors came to the conclusion that it is necessary to revise the existing work program on physical education at the University, to create and test a new program. Special attention will be paid to the search for the optimal mode of functional training with the use of other systems of physical education and elements of sports.

Key words: functional training, crossfit, student, medical university.

Бобырева Марина Михайловна, Пак Тамара Владимировна, Дёма Елена Владимировна,
Канапина Роза Биржановна

Медициналық ЖОО студенттерінің дене тәрбиесінде функционалдық тренинг элементтерін қолдану

Аңдатпа. Мақала Марат Оспанов атындағы Батыс Қазақстан медицина университеті студенттерінің дене тәрбиесі процесін жетілдіру мәселелеріне арналған. Негізгі құрал ретінде авторлар спорт түрлеріне негізделген дене тәрбиесі жөніндегі қолда бар бағдарламаға қарағанда физикалық сапаларды неғұрлым тиімді дамытуға және жетілдіруге мүмкіндік беретін функционалдық тренинг – жүйені таңдап алды. Мақалада функционалдық тренинг бойынша жарыстардың нәтижелері бойынша алынған мәліметтер берілген. Алынған мәліметтерді талдау негізінде авторлар университетте дене тәрбиесі жөніндегі жұмыс бағдарламасын қайта қарау, жаңа бағдарламаны жасау және сынақтан өткізу қажет деген қорытындыға келді. Дене тәрбиесінің басқа жүйелерінің құралдары мен спорт түрлерінің элементтерін қолдана отырып, функционалдық тренингпен айналысудың оңтайлы тәртібін іздестіруге ерекше назар аудару жоспарлануда.

Түйін сөздер: функционалдық тренинг, кроссфит, студент, медицина университеті.

Введение. В научной литературе за последние 3-4 года появились исследования влияния кроссфита на физическую подготовленность студентов.

О положительном эффекте применения комплексов функционального тренинга или кроссфита на учебных занятиях по физической культуре сообщают многие авторы [1-13]. Отмечается повышение мотивации к занятиям, улучшение посещаемости и успеваемости, стремление дополнительно заниматься во внеурочное время [2-5, 7, 10].

Также подчеркивается ярко выраженный рост физических качеств, таких как сила, выносливость и скоростно-силовые качества [2, 6, 7, 11, 12, 15, 16], повышение адаптационного потенциала, укрепление здоровья и даже избавление от лишнего веса [5, 8, 14, 17].

В применении комплексов функционального тренинга четко прослеживается соревновательный компонент [2, 8, 13, 18], что действительно оказывает положительное влияние на рост результатов. Занимающиеся активно обсуждают между собой и с преподавателем: кто сколько повторов сделал, было ли легко и где возникли проблемы.

Несколько авторов занимались внедрением элементов системы кроссфит в медицинском вузе. В Оренбургском государственном медицинском университете проведено исследование внедрения методики Табата с элементами кроссфита, т.к., по мнению авторов, **комплексы кроссфита** в медицинском вузе не могут быть применены в полном объеме. Для оптимизации внедрения кроссфита нужно в начале освоить более простую в освоении методику Табата [19].

Авторы из Уральского государственного медицинского университета [20] **предлагают** тренировки «Табата» как облегченный функциональный тренинг включать в программу по физической культуре для студентов основной группы на втором и третьем годах обучения, считая их слишком интенсивными для первокурсников. Другой исследователь из того же университета [21] придерживается противоположной точки зрения и настаивает на применении высокоинтенсивного многофункционального тренинга с отягощениями на занятиях физической культуры в медицинском вузе.

О преимуществах применения комплексов кроссфита говорят авторы из Донецкого национального медицинского университета им. М. Горького [22] и Северо-Западного государственного медицинского университета им. И.И.

Мечникова [23], где контрольные нормативы принимались каждый месяц и были обнаружены приросты результатов физической подготовленности и улучшение мотивации к занятиям. Обязательным было отслеживание пульсового режима и коррекция интенсивности по полученным данным, что немаловажно при нынешнем состоянии здоровья молодежи.

Преподаватели физической культуры Витебского государственного ордена Дружбы народов медицинского университета также отмечают высокую эффективность занятий функциональным тренингом и начали включать кроссфит в практические занятия на базе ВГМУ совместно с фитнес клубом «КроссМакс» [24].

Актуальность исследования: В предыдущих наших исследованиях [25, 26] был отмечен эффект применения комплексов кроссфита с направленностью на конкретные мышечные группы и выведены некоторые рекомендации с корректировкой интенсивности нагрузок. Второй год подряд в ЗКМУ имени Марата Оспанова проводятся соревнования по кроссфиту из двух туров, в которых участвовали более 200 студентов. Эти соревнования вызвали большой интерес как у обучающихся, так и у преподавателей. Кроссфит как отдельный вид рассматривается спортивным клубом для включения в ежегодную спартакиаду среди преподавателей университета.

Работа выполнена в плане НИР кафедры физического воспитания ЗКМУ имени Марата Оспанова.

Задачи исследования: выявление наилучших показателей выносливости и положительного эффекта с помощью проведения соревнований между студентками первых, вторых и третьих курсов.

Цель исследования: эффективность внедрения комплексов кроссфита в практические занятия по физической культуре в медицинском вузе.

Методы и организация исследования. Во второй половине февраля 2019 года, через две недели после каникул, нами были проведены соревнования по функциональному тренингу, включающие 4 упражнения, которые выполнялись в установленном время по 5 раз каждое в определенном порядке. Таким образом, соревнующиеся выполнили несколько кругов за 5 минут. В комплекс вошли следующие упражнения: прыжки «Звездочка» с касанием руками стоп на приземлении, «sit up» с согнутыми коленями и касанием прямыми руками пола за голо-

вой; «Бигрее» с обязательным выпрыгиванием и хлопком над головой, сгибание-разгибание рук в упоре сзади с опорой о гимнастическую скамейку и касанием пола ягодицами.

В соревнованиях приняли участие все желающие, занимающиеся физической культурой в основных группах факультетов «Общая медицина», «Стоматология», «Общественное здравоохранение», «Сестринское дело» и «Фармация», что соответствует простой случайной выборке. Кроме того, в исследовании приняли участие студентки 3 курса, у которых занятий по физической культуре не было в расписании, но на предыдущем курсе они занимались с применением комплексов кроссфита в весеннем семестре. **Всего приняли участие 93 студентки в возрасте 17-19 лет.** В результате были сформированы 3 группы: группа 1 – 33 студентки 1 курса обучения; группа 2 – девушки второго года обучения – 31 человек и группа 3 – студентки третьего курса – 29 человек.

Занятия по физической культуре по 100 минут каждое проводились по расписанию два раза в неделю на 1 и 2 курсах и шли по утвержденной рабочей программе. Кроме текущей запланированной работы, в практические занятия

по физическому воспитанию включены небольшие комплексы упражнений функционального тренинга, которые выполнялись в качестве средства воздействия на выносливость, скоростно-силовые, силовые и координационные качества занимающихся. Комплексы состояли из 6-8 упражнений по 8-12 подходов, которые выполнялись в 3-4 круга, в зависимости от сложности упражнений, исходной подготовленности группы, а также расположения занятий в сетке расписания. Комплекс упражнений менялся каждое третье занятие, чтобы, во-первых соответствовать задачам конкретного занятия и во-вторых не вызвать привыкания. В среднем выполнение комплекса занимало от 15 до 20 минут за занятие.

Результаты исследования и их обсуждение. Чтобы узнать различаются ли группы между собой, нами проведен анализ показанных результатов с помощью математической статистики, вычислен **t-критерий Стьюдента для установления достоверности отличий.**

Результаты двухвыборочного **t-теста** подтверждают первенство второкурсниц над остальными. Во всех испытаниях их преимущество достоверно выше ($P \leq 0,001$).

Таблица 1 – Сравнительные данные результатов, показанных студентками 1 и 2 курсов

Тест	Группа 1 (x ± S)	Группа 2 (x ± S)	P
«Звездочка», кол-во раз	29,9±5,1	37,9±5,8	0,001
«Sit up», кол-во раз	29,03±4,5	34,6±7,3	0,001
«Бигрее», кол-во раз	27,03±5,8	34,8±6,6	0,001
Сгибание-разгибание рук в упоре сзади, кол-во раз	25,9±4	31,8±7,7	0,001

Как видно из таблицы 1, студентки второго курса оказались сильнее. Они быстрее выполняли упражнения и в результате оказались победителями среди трех групп. Количество повторов каждого из испытаний было досто-

верно больше, чем у девушек 1 и 3 курсов. Вторыми по результатам стали первокурсницы, показатели которых имели достоверное отличие от результатов двух других групп (таблица 2).

Таблица 2 – Сравнительные данные результатов, показанных студентками 1 и 3 курсов

Тест	Группа 1 (x ± S)	Группа 3 (x ± S)	P
«Звездочка», кол-во раз	29,9±5,1	22,72±3,4	0,001
«Sit up», кол-во раз	29,03±4,5	22,1±3,5	0,001
«Бигрее», кол-во раз	27,03±5,8	20,7±3,9	0,001
Сгибание-разгибание рук в упоре сзади, кол-во раз	25,9±4	20,03±3,1	0,001

Самые скромные результаты были показаны девушками 3 курса (таблица 3). По сравнению с

девушками 1 и 2 курсов, отставание было отмечено по всем упражнениям ($P \leq 0,001$).

Таблица 3 – Сравнительные данные результатов, показанных студентками 2 и 3 курсов

Тест	Группа 2 ($x \pm S$)	Группа 3 ($x \pm S$)	P
«Звездочка», кол-во раз	37,9±5,8	22,72±3,4	0,001
«Sit up», кол-во раз	34,6±7,3	22,1±3,5	0,001
«Вугрее», кол-во раз	34,8±6,6	20,7±3,9	0,001
Сгибание-разгибание рук в упоре сзади, кол-во раз	31,8±7,7	20,03±3,1	0,001

Студентки третьего года обучения показали самые слабые результаты. Повлияло и отсутствие занятий по физической культуре в образовательной программе и интенсивная учебная деятельность.

В целом, можно сделать вывод, что уровень выносливости и скоростно-силовых качеств студенток разных курсов напрямую зависит от наличия занятий по физической культуре и количеству времени, отводимого на функциональный тренинг. Третьекурсницы занимались кроссфитом всего один семестр, в отличие от других. Лучше всех справились студентки второго курса, т.к. у них уже есть двухлетний опыт выполнения упражнений кроссфита и соответственно выше уровень функциональной выносливости и других необходимых физических качеств.

Выводы. Необходимо тщательным образом пересмотреть учебную программу по физическому воспитанию и сделать основной упор на увеличение роли ОФП и ППФП, применяя обширный арсенал средств функционального тренинга (кроссфита). Это не означает, что на занятиях обучающиеся будут исключительно качать мышцы и работать над выносливостью, выполняя скучные однообразные упражнения до полного изнеможения, как в круговой тренировке. Можно задействовать специальные упражнения из разных

видов спорта, разнообразный инвентарь, в том числе и не спортивный (книги, стулья).

Следует увеличить количество времени на выполнение комплексов кроссфита с 15 минут до 50% времени занятия, обращая внимание на технику выполнения упражнений и их многофункциональность. Только так возможно сохранить наработанный за 2 года уровень физической подготовленности и развить устойчивый интерес у студенток к самостоятельным занятиям, пусть не кроссфитом, но другими видами физической активности. Занятия должны нести выраженный оздоровительный и профессионально-прикладной характер и не быть направленными исключительно на сдачу программных нормативов. Необходимо помнить о качественном восстановлении после занятия. Здесь можно проводить и легкие подвижные игры, неинтенсивную игру в бадминтон, аэробику под музыку умеренного или расслабляющего темпа, стретчинг, выполнение специальной гимнастики для пальцев, жонглирование теннисными мячами и др.

Оценивание должно быть строго индивидуальным по разнице в результатах, показанных в начале и конце семестра, года.

Кроме того, на старших курсах ввести факультативные занятия для желающих поддерживать свою физическую подготовленность.

Литература

- 1 Антоненко М.Н., Зотин В.В., Галыга К.О Кроссфит как средство повышения эффективности процесса физического воспитания в вузах // «Научно-практический электронный журнал Аллея Науки» – 2017. – №9. – С. 823-825.
- 2 Вафина Л.М., Гарипова А.З. Кроссфит как средство повышения эффективности процесса физического воспитания в ВУЗах // Психология, социология и педагогика. – 2017. – № 2 [Электронный ресурс]. URL: <http://psychology.snauka.ru/2017/02/7747> (дата обращения: 07.06.2019).
- 3 Выприков Д.В. Кроссфит в повышении физической подготовленности студентов // Профессиональное образование. – 2017. – № 3.– С.16.

- 4 Галимова А.Г., Кудрявцев М.Д., Глубокий В.А., Галимов Г.Я. Теоретическое обоснование методики высокоинтенсивного многофункционального тренинга Кроссфит // Вестник Бурятского государственного университета. – 2017. – Вып. 4. – С.110-115.
- 5 Голубева С.Е. Кроссфит как направление совершенствования процесса физического воспитания в вузе // Новая наука. Психолого-педагогический подход. – 2017. – №3 – С.32-34.
- 6 Духанин Д.С., Хайбуллина Д.Р. Кроссфит в учебном процессе по физической культуре в вузе // Научные достижения и открытия современной молодежи. – 2017. – С.921-923.
- 7 Ивкина В.В., Ибрагимов И.Ф., Павлова А.С., Миннибаев Э.Ш. Развитие силовых способностей у студентов 1 курса нефизкультурного вуза средствами кроссфита // Глобальный научный потенциал. Психология и педагогика. – 2018. – №7(88). – С.16-18.
- 8 Кадомцева Е.М., Николаев Е.А., Гомбоев Б.Б., Федорова В.В., Бикбулатов А.В. Проведение занятий по физической культуре со студентками с использованием современных фитнес-технологий // Проблемы современного педагогического образования. – 2017. – №57(5). – С.107-113.
- 9 Карпунина А.Д. Применение элементов функционального тренинга на занятиях по аэробике в вузах // Обучение и воспитание: методика и практика – 2014. – С.168-174.
- 10 Кокорев Д.А., Выприков Д.В., Бодров И.М., Бузов А.Г. Механизм адаптации функционального многоборья (кроссфита) для физического воспитания студентов // Известия ТулГУ. Физическая культура. Спорт. – 2018. - Вып. 1. – С.81-88.
- 11 Николаев Е. В., Манжела М. В., Долгов А. А., Амазян Д. Г. Применение элементов кроссфита на занятиях по физической культуре // Актуальные вопросы профессионального образования – 2018. – № 4 (13). – С.31-34.
- 12 Осипов А.Ю., Логинов Д.В., Патаркацишвили Н.Ю. Оценка уровня подготовленности студентов занимающихся различными видами функционального тренинга // Проблемы современного педагогического образования. – 2016. – №59-4 – С. 112-116.
- 13 Райш И.В., Шакиров А.Р. Кроссфит как инновационная форма проведения занятий по физической культуре в условиях вуза для девушек // Физическое воспитание, спорт, физическая реабилитация и рекреация: проблемы и перспективы развития. – 2017. – С. 262-267.
- 14 Хахилева Ю.А., Лабутина Н.О. Воздействие высокоинтенсивной тренировки различных групп мышц на физическое развитие женщин // Физическая культура и спорт глазами студентов. – 2015. – С.487-488.
- 15 Выприков Д.В., Бодров И.М., Бузов А.Г. Механизм адаптации функционального многоборья (кроссфита) для физического воспитания студентов // Известия ТулГУ. Физическая культура. Спорт. – 2018. - Вып. 1. – С.81-88.
- 16 Хомичев Я.Ю. Внедрение многофункционального интенсивного тренинга (кроссфита) в процесс физического воспитания студентов вуза // Вопросы функциональной подготовки в спорте высших достижений. – 2016. – №1. – С.131-135.
- 17 Шепелева М.И., Шевцова Е.В. Повышение уровня физической подготовки студентов вузов современными оздоровительными технологиями (на примере программы crossfit) // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2016. – № 3 (133). – С.255-258.
- 18 Зиннатуров А.З., Панов И.И. Кроссфит как направление совершенствования процесса физического воспитания в вузе // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура и спорт. – 2014. – №1. – С.66-70.
- 19 Коротаева М.Ю., Быкова Е.В. Методика тренировки «Табата» как начальный этап подготовки к внедрению методики «Кроссфит» на занятиях по физической культуре в медицинском вузе // Молодой ученый. – 2017. – №5. – С. 500-502.
- 20 Лагунова Л.В., Ревенько А.И. Табата как одна из форм профессионально – прикладной физической подготовки студентов – медиков // Педагогическое и психологическое образование. – 2018. – Ч.1 – С. 156-159.
- 21 Филиппов А.Р. Применение многофункционального тренинга (кроссфит) на занятиях по физической культуре в медицинских вузах // Методы и механизмы реализации компетентностного подхода в психологии и педагогике. – 2018. – С.119-121.
- 22 Отставнов П.П. и др. Кроссфит как средство повышения мотивации к занятиям физической культурой студентов // Современное научное знание: теория, методология, практика. – 2018. – С. 33-35.
- 23 Бученков К.В., Калитов А.Б., Лушников С.В., Лушников Д.В. Кроссфит, как способ повышения эффективности проведения занятий по физической культуре в вузе// Перспективы развития науки и образования. – 2016 – С. 130-134.
- 24 Романов И.В. Кроссфит как инновационный подход на занятиях по физической культуре у студентов медицинского университета // Инновационные обучающие технологии в медицине. – 2017. – С. 252-255.
- 25 Бобырева М.М., Канапина Р.Б., Дёма Е.В. Внедрение тренировочных комплексов системы функционального тренинга в практику физического воспитания в медицинском вузе // Медицинский журнал Западного Казахстана. – 2016. – № 4 (52). – С. 59-62.
- 26 Бобырева М.М., Канапина Р.Б., Дёма Е.В. Кроссфит как оптимальное средство для занятий по физическому воспитанию в медицинском вузе // Новая наука: От идеи к результату. – 2015. – № 4. – С. 18-21.

¹Кубиева С.С., ¹Ботагариев Т.А., ²Тиссен П.П., ³Мамбетов Н., ⁴Шакаева М.В.

¹Қ. Жұбанов атындағы Ақтөбе өңірлік мемлекеттік университеті, Ақтөбе қ., Қазақстан

²Орынбор мемлекеттік педагогикалық университеті, Орынбор қ., Ресей

³Х. Досмұхамедов атындағы Атырау мемлекеттік университеті, Атырау қ., Қазақстан

⁴№ 27 орта мектебі, Ақтөбе қ., Қазақстан

ОРЫНБОР ЖӘНЕ АҚТӨБЕ ОҚУШЫЛАРЫНЫҢ ДЕНЕ ДАМУЫ МЕН ДЕНЕ ДАЙЫНДЫҒЫНЫҢ ЕРЕКШЕЛІКТЕРІ

Кубиева Светлана Сарсенбайқызы, Ботагариев Төлеген Амиржанұлы, Тиссен Петр Павлович, Мамбетов Нуролла, Шакаева Марина Вячеславқызы

Орынбор және Ақтөбе оқушыларының дене дамуы мен дене дайындығының ерекшеліктері

Аңдатпа. Бұл мақалада оқушылардың дене дайындығы мен дене дамуының теориялық аспектілері анықталған. Атап айтқанда, дене бітімі түрлері бойынша оқушылардың дене даярлығын саралап бағалауды жүзеге асыру; оқушылардың аэробтық мүмкіндіктері, күші мен төзімділігі деңгейін төмендету; тест нәтижесімен оқушылардың функционалдық көрсеткіштерінің өзара байланысы; оқушылардың дене бітімі даму деңгейімен дене дайындығы көрсеткіштерінің кері тәуелділігі. Ақтөбе қаласы оқушыларының Орынбор қаласының құрдастарынан жылдамдық (60 м жүгіру), жылдамдық-күштік (екпіннен ұзындыққа секіру), күш (белтемірге тартылу), төзімділік (1000 м жүгіру, шаңғымен 2 км жүгіру), өмірлік индекс, артериялық қысым бойынша артта қалуы көрсетілді. Оқушылардың дене шынықтыру дайындығын жетілдіру жолдары өзіндік, атап айтқанда, күш дамыту үшін ұсынымдар (20-30 м жартылай бүгілген аяқтарда жүру, денені ауырлатумен көтеру; гимнастикалық қабырғада кеудеге бүгілген аяқтарды көтеру), шыдамдылық (демсіз жүгіру (10-15 минут)), қысқа секіргіш арқылы бірнеше рет секіру, жүгірумен қозғалмалы ойындар), жылдамдық-күштік қасиеттер, жылдамдық, тыныс алу бұлшықеттері үшін.

Түйін сөздер: дене, даму, дене дайындығы, оқушылар, теориялық аспектілер, жолдар, жетілдіру.

Kubiyeva Svetlana Sarsenbayeva, Botagariyev Tulegen Amirzhanovich, Tissen Pyotr Pavlovich, Mambetov Nurulla, Shakayeva Marina Vyacheslavovna

Features of physical development and physical preparation of schoolchildren of orenburg and aktobe cities

Abstract. This article identifies the theoretical aspects of physical fitness and physical development of schoolchildren. Namely, the implementation of differentiated assessment of physical fitness of schoolchildren regarding to body type; reducing the level of aerobic capacity, strength and endurance; the relationship of functional indicators of schoolchildren in certain periods with the test results; inverse dependence of physical fitness indicators with the level physical development of schoolchildren. It is shown that Aktobe school children are lagging behind their peers from Orenburg in the development of speed (60 m running), speed-power (broad jump from running), strength (pulling up on the crossbar), endurance (1000 m running, 2 km skiing), vital index, blood pressure. Developed ways of improvement the physical fitness of schoolchildren, as follows recommendations for the development of strength (walking on bent legs for 20-30 min, lifting the body with weight, lifting bent legs to the chest in the gym on the gymnastics wall) endurance (running (10-15 minutes) without rest, multiple jumps over a short rope, outdoor games with a run), speed-power qualities, speed, respiratory muscles.

Key words: physical, fitness, physical development, schoolchildren, theoretical aspects, ways of improvement.

Кубиева Светлана Сарсенбаевна, Ботагариев Тулеген Амиржанович, Тиссен Петр Павлович, Мамбетов Нуролла, Шакаева Марина Вячеславовна

Особенности физического развития и физической подготовленности школьников Оренбурга и Актобе

Аннотация. В данной статье определены теоретические аспекты физической подготовленности и физического развития школьников. А именно, осуществление дифференцированной оценки физической подготовленности школьников по типам телосложения; снижение уровня аэробных возможностей, силы и выносливости школьников; взаимосвязь функциональных показателей школьников в те или иные периоды с результатами тестов; обратная зависимость показателей физической подготовленности с уровнем физического развития школьников. Показано отставание школьников г. Актобе от сверстников из г. Оренбурга по развитию скоростных (бег на 60 м), скоростно-силовых (прыжок в длину с разбега), силе (подтягивание на перекладине), выносливости (бег на 1000 м, бег на лыжах на 2 км), жизненному индексу, артериальному давлению. Разработаны пути совершенствования физической подготовленности школьников, а именно рекомендации для развития силы (ходьба на полусогнутых ногах на 20-30 м, поднятие туловища с отягощением;

поднятие согнутых ног к груди в висе на гимнастической стенке), выносливости (бег (10-15 минут) без отдыха, многократные прыжки через короткую скакалку, подвижные игры с бегом), скоростно-силовых качеств, быстроты, дыхательной мускулатуры.

Ключевые слова: физическое, развитие, физическая, подготовленность, школьники, теоретические аспекты, пути совершенствования.

Зерттеудің өзектілігі келесі себептермен анықталады. Қазіргі кезеңде оқушылардың жетістіктері деңгейін кешенді бағалау қағидаттарында құрылған оқушылардың дене тәрбиесін құру жүйесі қалыптасты. Бұл ретте ағзаның жетілу қарқындылығы, олардың дене даму ерекшеліктері жиі ескерілмейді. Үлкен дене ұзындығы және салмағымен айналысатын адамдарға лақтыру оңай, сонымен қатар оларға осы жаттығудың техникасын меңгеру және төзімділікке жүгіруде жоғары нәтижелерді көрсету қиын. Жалпы білім беретін мектептер үшін дене шынықтыру бойынша қазіргі заманғы бағдарламалар оқушылардың дайындық деңгейін, олардың физикалық жағдайын ескермейді. Бұл оқушылардың дене тәрбиесін саралау мүмкіндігін толық көлемде іске асыруға мүмкіндік бермейді.

Бұл зерттеу мәселесіне мынадай мамандар назар аударды: А.Н. Каинов [1], Т. А. Должикова [2], М.В. Лебедь [3], В.Д. Бурлыков [4], О.О. Куралева [5], А.Ю. Горобий [6], И.О. Комлев [7].

Зерттеу мәселесі дене тәрбиесінің тиімділігін оқушылардың дене дайындығының деңгейін, дене бітімінің дамуын оңтайландыру процесі ретінде арттыру қажеттілігі және осы процесті ұйымдастыру бойынша ұсынымдардың әлсіз әзірленуі арасындағы қарама-қайшылықта болып табылады.

Зерттеудің мақсаты – Ақтөбе мен Орынбор қаласы оқушыларының дене шынықтыру дайындығы мен дене даму деңгейін анықтайтын факторлардың ерекшеліктерін анықтау негізінде олардың дене тәрбиесі процесін жетілдіру жолдарын әзірлеу.

Зерттеу міндеттері. 1. Отандық және шетелдік әдебиеттерді талдау негізінде оқушылардың дене дайындығы мен дене дамуының теориялық аспектілерін анықтау.

2. Ақтөбе мен Орынбор қаласы оқушыларының дене шынықтыру дайындығы мен дене даму деңгейін зерделеу.

3. Ақтөбе мен Орынбор қаласы оқушыларының дене дайындығын оңтайландыру жолдарын әзірлеу.

Зерттеудің әдістері мен ұйымдастырылуы. Зерттеу Орынбор қ. (№20, 25, 35, 45) және Ақтөбе

қ. (№27, 25, 23, 3) жалпы орта білім беретін мектеп базасында 7 сынып оқушыларымен 2017-2018, 2018-2019 оқу жылдары үш кезеңде жүргізілді.

Бірінші кезеңде (2017 жылғы қыркүйек-қазан) бірінші міндетті шешу мақсатында ғылыми-әдістемелік әдебиет зерделенді, зерттеудің ғылыми аппараты әзірленді. Ғылыми-әдістемелік әдебиеттерді талдау әдісі қолданылды.

Екінші кезеңде (2018-2019 оқу жылы) біздің зерттеудің екінші және үшінші міндеттері шешілді.

Физикалық даму деңгейін анықтау үшін келесі көрсеткіштер қолданылды: өкпенің өмірлік сыйымдылығы, кеуде қуысының шеңбері (үзіліс, дем шығару және дем шығару), қолдың динамометриясы, артериялық қысым, жүрек соғу жиілігі, дене ұзындығы, дене салмағы [8].

Дене шынықтыру дайындығының деңгейін анықтау үшін келесі тесттер қолданылды: 100 м (сек) жүгіру, 1000 м (мин, сек) жүгіру, екпіннен ұзындыққа секіру (см), жоғары кермеге тартылу (ұлдар) (рет саны), төмен кермеге тартылу (қыздар) (рет саны), доп лақтыру (м), шаңғымен 2 км (мин, сек) жүгіру [9].

Зерттеудің келесі әдістері қолданылды: математикалық статистика әдістері, антропометриялық өлшемдер, бақылау сынақтары. Нәтижелерді статистикалық өңдеу үшін орташа арифметикалық шама, орташа квадраттық ауытқу, орташа арифметикалық қате, Т-Стьюдент критерийі, Стьюдент коэффициентінің кестесі бойынша қатенің ықтималдығы қолданылды [10].

Зерттеу нәтижелері. Отандық әдебиетті талдау зерттеу келесі бағыттар бойынша жүргізілгенін көрсетті.

Оқушылардың дене дайындығын саралап бағалау. Осы бағыт бойынша мамандар мыналарды ұсынады. а) “...дене даярлығын саралап бағалаудың әдістемелік ерекшелігі ретінде әрбір жас тобы үшін дене дамуының деңгейін анықтайтын антропометриялық деректер, сондай-ақ дене бітімінің конституциялық түрлері берілген...”[1, б. 15]; б) “... бағдарламада ұсынылған тестілердің мәліметтері бойынша дене дайындығының орташа және төмен деңгейі бар ұлдар мен қыздарда дене тәрбиесінің

бағыты мен мазмұнын өзгерту, сондай-ақ дене дайындығының деңгейін бағалау орынды” [2, б. 15]; в) “... өнеркәсіптік ластану аймағында тұратын оқушылардың дене дайындығының параметрлерін бағалауды “Юрофит” тестілерін қолдану арқылы жүргізуге болады” [3, б. 15].

Оқушылардың физикалық дайындығы және дене дамуы. Мамандар келесі аспектілерді қарастырады. а) “...7-10 жас аралығындағы оқушылардың дене дамуы мен дене дайындығы көрсеткіштерінің өзгергіштігінің жетекші факторы – төлқұжат жасы, 11-14 жас аралығындағы – ағзаның биологиялық жетілу деңгейі, ал 15-17 жас аралығындағы – шұғылданушылардың дене бітімі...” [4, б. 17]; б) “... қозғалыс тесттеріндегі ең жақсы көрсеткіштер: орнынан ұзындыққа секіру, денені көтеру, икемділік, қолдағы вис, 10-20 метр жүгіруден, 30 метр жүгіруден конституцияның 6-8 жастағы бұлшықет түріндегі балалары ие болды; 300-500 метрге жүгірудегі ең жақсы көрсеткіштер 6 жастағы ұлдар мен қыздар – бұлшықет түріндегі...” [5, б. 16.].

Оқушылардың дене шынықтыру дайындығын басқару. Мұнда мамандар келесі ұсынымдарды ұсынады. а) “...жоғары сынып оқушыларының дене даярлығын басқару технологиясының құралдарын таңдау негізіне корреляциялық талдау алынған, ол интегралдық көрсеткішпен (дене дайындығының жалпы деңгейі) жеке физикалық қасиеттерді тестілеу мәндерінің арасындағы күшті оң өзара байланысты анықтады...” [6, б. 12]. б) “... күнтізбелік жылдың әртүрлі маусымдарында 7-10 жастағы балалардың дене шынықтыру дайындығы мен функционалдық көрсеткіштері сипаттамаларының детерминациялану ерекшеліктері анықталды, оларға сәйкес жылдың сол немесе басқа кезеңінде функционалдық көрсеткіштер параметрлері тест нәтижелерімен дұрыс өзара байланысты ...” [7, б. 11].

Шетелдік ғалымдардың зерттеулері төмендегі мәселелерді қарастыруға арналған.

Дене жүктемесінің оқушылардың дене дайындығымен және дене дамуымен өзара байланысы. Мамандар өз зерттеулерінің келесі нәтижелерін ұсынады. а) “... жаттығу импуль-

сінің өзгеруі өмірлік сыйымдылық пен орындықтың бір минуты өзгеруімен оң корреляциясы анықталды, ал спорттық жүктеменің артуы дене денсаулығын жақсарта алар еді...” [8, б. 15]; б) “...дене дайындығы дене белсенділігінің деңгейімен байланысты. Сонымен қатар, кардиореспираторлық дайындық пен ұзындыққа секіру нәтижелері жүрек-қан тамырлары ауруларының қауіп факторларымен байланысты...” [9, б.10].

Оқушылардың дене дайындығы және қимыл белсенділігі. Осы бағыт бойынша мамандар келесі нәтижелерді ұсынады: а) “... дене тәрбиесіндегі күнделікті қозғалыс белсенділігінің деңгейі салыстырмалы түрде төмен болса да, отыратын жағдайда уақыт жоғары болса да, дене тәрбиесі процесінде күнделікті тәуліктік қозғалыс белсенділігінің айтарлықтай ұлғайып, статикалық компонент азайған...”. [10, б. 13]; б) “...қабылданатын құзыреттілік пен ләззат ұлдар үшін физикалық белсенділікті болжады, ал қабылданатын құзыреттілік қыздар үшін жалғыз фактор болды...” [11, б. 12].

Оқушылардың дене дайындығы және үлгерімі. Мамандар келесі ұсыныстарды ұсынады: а) “...Мектептегі дене белсенділігі оқу бағдарламасы негізінде балалардың, әсіресе қыз балалардың үлгерімі мен психологиялық денсаулығын жақсарта алады...” [12, б. 12].

Оқушылардың дене шынықтыру дайындығын бағалау. Мамандар келесі ұсыныстарды ұсынады: “...бастауыш мектептің 5-сынып оқушылары үшін дене дайындығын бақылау кітабын енгізу оқушылардың дене бітімін бақылауға және жақсартуға мүмкіндік береді...” [13, б. 11].

1-кестеде Орынбор және Ақтөбе қалаларының 7-сынып оқушыларының дене шынықтыру дайындығының көрсеткіштері берілген. Алынған нәтижелерді талдау келесі заңдылықтарды анықтауға мүмкіндік берді. 60 метрге жүгіруде Орынбор қаласының ұлдары Ақтөбе қаласынан өз құрдастарынан озып шықты: 10,08 сек 10,4 сек қарағанда, өсім 3,1 ($p < 0,01$) құрады. Екпеден ұзындыққа секіруде сол үрдіс байқалды:

1-кесте – Орынбор және Ақтөбе қаласындағы 7 сынып ер балалардың дене шынықтыру дайындығының көрсеткіштері

№ р/р	Көрсеткіштер	Орынбор қ. n=100			Ақтөбе қ. n=100			Өсім	t	p
		\bar{X}	S	m	\bar{X}	S	m			
1	60 м жүгіру, сек	10,08	0,44	0,06	10,4	0,6	0,08	3,1	3,2	<0,01
2	Екпеден ұзындыққа секіру, см	334,25	46,6	0,59	315,4	41,1	5,81	2,7	2,14	<0,05
3	1000 м жүгіру, мин, сек	5,9	0,33	0,05	4,82	0,70	0,09	22,4	10,8	<0,01
4	Допты лақтыру, м	25,3	3,78	0,53	26,5	4,67	0,66	4,7	1,42	>0,05
5	Белтемірге тартылу (сан)	7,6	3,56	0,50	4,5	0,33	0,47	68,8	4,6	<0,01
6	2 км шаңғымен жүгіру (мин, сек)	14,6	0,51	0,07	14,99	0,63	0,08	2,6	3,9	<0,01

2-кестеде Орынбор және Ақтөбе қалаларының 7-сынып қыздары дене шынықтыру дайындығының деңгейін зерделеу бойынша нәтижелер берілген.

2-кесте – Орынбор және Ақтөбе қаласы 7-сынып қыздарының дене шынықтыру дайындығының көрсеткіштері

№ р/р	Көрсеткіштер	Орынбор қ., n=100			Ақтөбе қ., n=100			Өсім	t	p
		\bar{X}	S	m	\bar{X}	S	m			
1	60 м жүгіру, сек	10,5	0,49	0,07	11,7	0,33	0,05	11,4	18	<0,01
2	Екпеден ұзындыққа секіру, см	321	3,33	0,47	296,5	5,6	0,79	8,2	26,6	<0,01
3	1000 м жүгіру, мин, сек	4,9	0,35	0,05	6,21	0,24	0,03	26,7	21,8	<0,01
4	Допты лақтыру, м	18,4	0,71	0,10	19,8	0,88	0,12	7,6	9,3	<0,01
5	Төмен белтемірге тартылу (сан)	17,0	0,49	0,07	14,5	0,07	0,51	17,5	28,2	<0,01
6	2 км шаңғымен жүгіру (мин, сек)	15,5	0,49	0,07	15,88	0,51	0,07	2,1	4,7	<0,01

2-кестеден көрініп тұрғандай, 60 м жүгіруде, екпеден ұзындыққа секіру, 1000 м жүгіруде Орынборлық қыздар нәтижелері олардың Ақтөбе қаласы құрдастарына қарағанда біршама нәтижелі болды. Мәселен, 60 метрге жүгіруде – 1,2 сек ($p<0,01$), екпіннен ұзындыққа секіру –

24,5 см ($p<0,01$) және 1000 м жүгіру – 1,31 сек ($p<0,01$). Допты лақтыруда Ақтөбе қаласының қыздары Орынбор қаласынан (1,4 м, $p<0,01$) өз құрдастарынан озды. Төмен белтемірге тартылудан және 2 шақырымға шаңғымен жүгіруден Орынбор қыздарының нәтижелері салыстырма-

лы түрде жақсы. Мәселен, тартылудан – 2,5 есе ($p < 0,01$). Шаңғымен 2 шақырымға жүгіру – 0,38 мин ($p < 0,01$).

Орынбор қаласының жастары Ақтөбе қаласынан ($p < 0,01$) құрдастарына қарағанда 18,85 см жоғары нәтиже көрсетті. Бірақ 1000 метрге жүгіру және доп лақтыру кезінде Ақтөбе қаласының жасөспірімдері Орынбордағы оқушылармен салыстырғанда жақсы нәтижелер көрсетті. Мәселен, 1000 метрге 1,08 сек ($p < 0,01$) жүгіру және доп лақтыру 1,2 м ($p > 0,05$). Белтемірге тартылу және шаңғымен жүгіру (2

км) Орынбордағы жасөспірімдердің нәтижелері салыстырмалы түрде жақсы болды. Белтемірге көтерілу – 3,1 есе және шаңғымен жүгіру (2 км) – 0,39 мин. ($p < 0,01$).

3-кестеде Орынбор және Ақтөбе қалаларының 7-сынып жасөспірімдерінің физикалық даму деңгейін зерттеу нәтижелері көрсетілген. Алынған нәтижелерді талдау келесі заңдылықтарды анықтауға мүмкіндік берді. Кетле индексі бойынша Ақтөбе қаласының бозбалалары Орынбор қаласының оқушыларынан озды ($0,6 \text{ кг/м}^2$, $< 0,01$).

3-кесте – Орынбор және Ақтөбе қаласы 7-сынып ер балалардың дене даму көрсеткіштері

№ п/п	Көрсеткіштер	Орынбор қ., n=100			Ақтөбе қ., n=100			Өсім	t	p
		\bar{X}	S	m	\bar{X}	S	m			
1	Дененің ұзындығы, см	162,4	2,29	0,32	160,1	1,62	0,2	1,7	7,18	<0,01
2	Дененің салмағы, кг	51,9	1,78	0,25	52,1	1,33	0,19	0,3	0,64	>0,05
3	Индекс Кетле, кг/м ²	19,7	0,62	0,09	20,3	0,71	0,10	3,0	4,62	<0,01
4	Индекс Эрисмана	1,02	0,06	0,008	0,99	0,06	0,008	3,0	3	<0,01
5	Өкпенің өмір сыйымдылығы, л	2,55	0,06	0,08	2,45	0,04	0,006	4,1	10	<0,01
6	Өмірлік индекс	49,8	0,62	0,09	47,6	0,8	0,11	4,6	15,7	<0,01
7	Оң қолдың күші, кг	22,8	0,64	0,09	20,5	0,73	0,10	11,2	17,6	<0,01
8	Сол қолдың күші, кг	21,8	0,71	0,10	19,9	0,82	0,12	9,5	11,8	<0,01
9	Жүректің соғу жиілігі, Мин/соқ	73,06	0,61	0,09	75,6	0,91	0,13	3,4	15,8	<0,01
10	Артериялық систоликалық қысым, мм.рт.ст	120	1,04	0,15	118,6	1,17	0,17	1,2	6,1	<0,01
11	Артериялық диастоликалық қысым, мм.рт.ст	80	0,82	0,12	79,8	0,84	0,11	0,2	1,25	>0,05

Эрисман индексі Орынбор қаласының оқушыларында салыстырмалы түрде жоғары болды (0,03-ке). Орынбор қаласының жасөспірімдерінде өкпенің өмірлік сыйымдылығы, өмірлік индексі, оң және сол жақ білезігінің күші сияқты көрсеткіштер бойынша нәтижелер олардың Ақтөбелік құрдастарына қарағанда салыстырмалы түрде жоғары болды. Мысалы, ЖЕЛІ 0,1 л ($p < 0,01$), өмір индексі – 20,2 ($p < 0,01$), оң жақ білезігінің күші – 2,3 кг ($p < 0,01$), сол жақ білезігінің күші – 1,9 кг. Жүректің соғу жиілігі

Ақтөбе қ. оқушыларында жоғары болды (2 мин рет), ал артериялық қысым систоликалық және диастоликалық – Орынбор қ. оқушыларында (сәйкесінше 1,4 және 0,2 мм рт ст., $p < 0,01$ және $p > 0,05$).

4-кестеде Орынбор және Ақтөбе қалаларының 7-сынып қыздарының дене даму көрсеткіштері берілген. Кетле индексі, Эрисман индексі, өкпенің өмірлік сыйымдылығы, өмірлік индексі бойынша Орынбор қаласы оқушыларының нәтижелері Ақтөбе қаласының құр-

дастарына қарағанда біршама жоғары болды. Мәселен, Кетле индексі бойынша – 0,6 кг / м², Эрисман индексі бойынша – 0,03, өкпенің өмірлік сыйымдылығы – 0,1 л, өмірлік индексі бойынша – 2,2. Жүректің жиырылу жиілігі, артериялық систоликалық және диастоликалық

қысым бойынша Ақтөбе қаласы оқушыларының нәтижелері салыстырмалы түрде жоғары болды: минутына 1,1, 5 және 2 мм.с.ст. Сонымен қатар оң және сол жақ білезік күшінің мәні Орынбор қаласының оқушыларында жоғары болды: 0,6 және 0,9 кг (p<0,01).

4-кесте – Орынбор және Ақтөбе қаласы 7-сынып қыздарының дене даму көрсеткіштері

№ р/р	Көрсеткіштер	Орынбор қ., n=100			Ақтөбе қ., n=100			Өсім	t	p
		\bar{X}	S	m	\bar{X}	S	m			
1	Дененің ұзындығы, см	157,9	1,11	0,16	155	1,31	0,19	1,6	1,01	<0,01
2	Дененің салмағы, кг	50,9	0,71	0,1	51,6	0,73	0,1	1,3	5	<0,01
3	Индекс Кетле, кг/м ²	20,6	0,63	0,09	21,5	0,78	0,11	4,3	6,42	<0,01
4	Индекс Эрисмана	0,62	0,03	0,004	0,59	0,05	0,007	1,78	3,75	<0,01
5	Өкпенің өмір сыйымдылығы, л	2,1	0,26	0,05	1,99	0,34	0,05	0,06	1,57	>0,05
6	Өмірлік индекс	42	0,49	0,070	40,1	0,47	0,66	4,7	1,97	>0,05
7	Оң қолдың күші, кг	19,5	0,6	0,08	18,9	0,78	0,11	3,1	4,29	<0,01
8	Сол қолдың күші, кг	17,8	0,71	0,10	16,9	0,86	0,12	5,3	5,6	<0,01
9	Жүректің соғу жиілігі, Мин/соқ	88,32	1,05	0,15	89,42	0,89	0,12	1,2	5,8	<0,01
10	Артериялық систоликалық қысым, мм.рт.ст	110	1,2	0,17	115	1,04	0,15	4,5	21,7	<0,01
11	Артериялық диастоликалық қысым, мм.рт.ст	80	0,88	0,012	82	0,67	0,09	2,5	22,2	<0,01

Осылайша, Орынбор және Ақтөбе қалалары оқушыларының дене шынықтыру дайындығы мен физикалық даму деңгейін зерттеу бойынша алынған нәтижелерді талдау келесі негізгі заңдылықтарды анықтауға мүмкіндік берді. Ақтөбе қаласы оқушыларының артта қалуы дене шынықтыру дайындығының және дене дамуының көрсеткіштері бойынша байқалды: 60 м жүгіру (жылдамдық қасиеттері), 1000 м жүгіру (төзімділік), белтемірге тартылу (күштік қасиеттері), екпіннен ұзындыққа секіру (жылдамдық-күштік қасиеттері), шаңғымен жүгіру (2 км, төзімділік), Эрисман индексі, өмірлік индексі, қолдың күші, артериялық қысым.

Жоғарыда көрсетілген көрсеткіштерді оңтайландыру үшін біз оқушылардың дене даярлығын жетілдірудің келесі жолдарын ұсынамыз.

1. «Дене шынықтыру дәптері» мектеп практикасына оқушылардың дене шынықтыру дайындығы мен дене дамуы бойынша өз деректерін бақылау үшін енгізу.

2. Сыныптарда оқушылардың дене шынықтыру дайындығы мен дене дамуы жағдайы бойынша бөлу.

3. Төзімділікті дамытуға арналған жаттығулар: демалусыз жүгіру (10-15 минут), қысқа секіруден бірнеше рет секіру, жүгірумен қозғалмалы ойындар.

4. Күшті дамыту үшін: 20-30 м жартылай бүгілген аяқтарда жүру, денені ауырлатумен көтеру; гимнастикалық қабырғада ілінген аяқтарды кеудеге көтеру.

5. Жылдамдықты дамытуға арналған жаттығулар: ең жоғары қарқынмен жамбас көте-

румен жүгіру; 3-4 рет қайталаумен 3x10 м қайық жүгіру; ең жоғары жылдамдықпен қысқа кесіндіде жүгіру.

6. Жылдамдық қасиеттерін дамытуға арналған жаттығулар: аяқтың күйреу қалпын ауыстыру, бір аяқпен және екі аяқпен екпінмен секіру; терен отырыстан жоғары секіру.

7. Тыныс алу гимнастикасының жаттығулары.

Қорытынды:

1. Оқушылардың дене дайындығы мен физикалық дамуының теориялық аспектілері мыналар болып табылады:

– дене бітімі түрлері бойынша оқушылардың дене даярлығын саралап бағалауды жүзеге асыру;

– оқушылардың аэробтық мүмкіндіктері, күші мен төзімділігі деңгейін төмендету;

– тест нәтижесімен оқушылардың функционалдық көрсеткіштерінің өзара байланысы;

– оқушылардың физикалық даму деңгейімен дене дайындығы көрсеткіштерінің кері тәуелділігі.

2. Ақтөбе қаласы оқушыларының Орынбор қаласының құрдастарынан жылдамдық (60 м жүгіру), жылдамдық-күштік (жүгіруден ұзындыққа секіру), төзімділік (1000 м жүгіру, 2 км шаңғымен жүгіру), өмірлік индекс, артериялық қысым бойынша артта қалуы.

3. Оқушылардың дене шынықтыру дайындығын жетілдіру жолдары әзірленді, атап айтқанда күш, шыдамдылық, жылдамдық-күш қасиеттерін, жылдамдық, тыныс алу бұлшық еттерін дамыту үшін ұсынымдар.

Әдебиеттер

- 1 Каинов А.Н. Дифференцированная оценка физической подготовленности школьников: автореф. дис.... к.п.н. – Волгоград, 2004. – 24 с.
- 2 Должикова Т.А. Дифференцированное физическое воспитание учащихся средних классов общеобразовательной школы, имеющих различный уровень физической подготовленности: автореф. дис.... к.п.н. – 13.00.04 – Краснодар, 2011. – 24 с.
- 3 Лебедь М.В. Особенности физической подготовленности школьников, проживающих в зоне промышленного загрязнения: автореф. дис.... к.п.н. – 13.00.04 – М., 1997. – 23 с.
- 4 Бурлыков В.Д. Методика физического воспитания школьников Республики Калмыкия на основе мониторинга их физического развития и физической подготовленности: автореф.дис.... к.п.н. – 13.00.04 – Волгоград, 2006. – 24 с.
- 5 Куралева О.О. Индивидуализация физической подготовленности детей младшего школьного возраста на основе конституциональной идентификации: автореф.дис.... к.п.н. – 13.00.04 – Астрахань, 2004. – 23 с.
- 6 Горобий А.Ю. Управление физической подготовленностью старшеклассниц общеобразовательных школ: автореф. дис.... к.п.н. – 13.00.04 – СПб., 2007. – 23 с.
- 7 Комлев И.О. Организация физического воспитания учащихся младших классов общеобразовательных школ с учетом климатических сезонов календарного года: автореф.дис.... к.п.н. – 13.00.04. – Краснодар, 2008. – 23 с.
- 8 Ланда Б.Х. Методика комплексной оценки физического развития и физической подготовленности: учебное пособие. – 3-е изд., испр. и доп. – М.: Советский спорт, 2006. – 208 с.
- 9 Физическая культура: учебная программа. Для учащихся 5-9 классов общеобразовательной школы. – Астана, 2013. – 35 с.
- 10 Железняк Ю.Д., Петров П.К. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте: учебное пособие для студ. высш. учеб. заведений. – М.: Изд. центр «Академия», 2002. – 264 с.
- 11 Luo Q., Yang, L., Zhang S., Su J., Hao D.M. Monitoring and evaluation of sports load for primary and middle school students// journal of mechanics in medicine and biology. – Volume: 18 Issue: 8 Special issue: SI. – Article number: 1840028. DOI: 10.1142/S0219519418400286. Published: DEC 2018.
- 10 Delgado-Floody P., Caamano-Navarrete F., Palomino-Devia C., Jerez-Mayorga D., Martinez-Salazar C. Relationship in obese Chilean schoolchildren between physical fitness, physical activity levels and cardiovascular risk factors//Nutricion hospitalaria. – Volume: 36 Issue 1. – С.: 13-19. Published DOI: 10.20960/nh.1932. JAN-FEB 2019.
- 12 Mooses K., Pihu M., Riso E.M., Hannus A., Kaasik P., Kull M. Physical Education Increases Daily Moderate to Vigorous Physical Activity and Reduces Sedentary Time//Journal of school health. – Volume: 87 Issue: 8 PP.: 602-607. DOI: 10.1111/josh.12530. Published: AUG 2017.
- 13 Zhang T., Thomas K., Weiller K. Predicting Physical Activity in 10-12 Year Old Children: A Social Ecological Approach//Journal of teaching in physical education. – Volume 34 Issue: 3. – PP. 517-536. DOI: 10.1123/jtpe.2013-0195. Published: JUL 2015.

FTAMP 77.03.05

Оспанкулов Е.Е.

Абай атындағы Қазақ ұлттық педагогикалық университеті, Алматы қ., Қазақстан

ЖАЛПЫ ДАМУ ЖАТТЫҒУЛАРЫ АРҚЫЛЫ БАСТАУЫШ СЫНЫП ОҚУШЫЛАРЫНЫҢ ӨЗ БЕТІМЕН ОРЫНДАУ ДАҒДЫЛАРЫН ДАМУДЫҢ ДИДАКТИКАЛЫҚ НЕГІЗДЕРІ

Оспанкулов Ернар Ерланович

Жалпы дамыту жаттығулары арқылы бастауыш сынып оқушыларының өз бетімен орындау дағдыларын дамытудың дидактикалық негіздері

Аңдатпа. Мақалада жалпы дамыту жаттығулары арқылы бастауыш сынып оқушыларының өз бетімен орындау дағдыларын дамытудың дидактикалық негіздері қарастырылған. Жалпы дамыту жаттығулары арқылы оқушылар өз қабілеттерін шығармашылықпен қолдануға, сөйтіп өз бетімен жаттығулар орындауға саналылықпен дағдыланады. Жалпы дамыту жаттығуларын өз бетімен орындауға дағдылануы үшін, бастауыш сынып оқушыларының дене тәрбиесі мәдениетінің және ақыл-ой мәдениетінің өзара ұштасуы қажет. Жалпы дамыту жаттығулары бастауыш сынып оқушыларының координациясын, икемділігін, дененің тепе-теңдігін сақтауын, дәлдігін, кеңістік пен уақыт бағдарын қалыптастыруда үлкен орын алады. Зерттеу жұмысымыздың маңызды бір теориялық тұғыры – дидактикалық негіздер. Оның құрамында жалпы дамыту жаттығуларын оқытудың, оқушылардың өз бетімен орындау дағдыларын меңгеруінің мақсаттары, білім мазмұны, білім беру әдістері мен құралдары қарастырылады.

Түйін сөздер: жалпы дамыту жаттығулары, өз бетімен орындау дағдылары, дидактикалық әдіс-тәсілдер, бастауыш сынып оқушылары, жүйе.

Ospankulov Ernar Yerlanovich

Didactic foundations for developing independent skills of primary students through developmental exercises

Abstract. This article discusses the didactic basis for developing the independent skills of primary school students through developmental exercises. Students through general developing exercises learn to use their abilities creatively, this promotes the development of conscious skills to perform exercises on their own. In order to develop independent skills of developing exercises, interaction of culture of physical education and culture of mental work of students of primary classes is important. General developmental exercises take a major role in shaping coordination, flexibility, body balance, accuracy, direction of time and space for primary school students. The main theoretical core of our research is didactic foundations. Within the framework of the didactic framework, the teaching of general development exercises, the goals of learning independent skills, the content of the training, methods and means of training are considered.

Key words: general development exercises, self-work skills, didactic methods, primary students, system.

Оспанкулов Ернар Ерланович

Дидактические основы развития самостоятельных навыков учащихся начальных классов через развивающие упражнения

Аннотация. В данной статье рассматриваются дидактические основы развития самостоятельных навыков учащихся начальных классов через развивающие упражнения. Учащиеся через общие развивающие упражнения учатся использовать свои способности творчески, это способствует развитию осознанных навыков самостоятельно выполнять упражнения. Для развития самостоятельных навыков выполнения развивающих упражнений важно взаимодействие культуры физического воспитания и культуры умственной работы учащихся начальных классов. Общие развивающие упражнения играют основную роль при формировании координации, гибкости, равновесия тела, точности, направления времени и пространства учащихся начальных классов. Основной теоретический стержень нашего исследования – это дидактические основы. В рамках дидактических основ рассматривается обучение общим развивающим упражнениям, цели усвоения самостоятельных навыков, содержания обучения, методы и средства обучения.

Ключевые слова: общие развивающие упражнения, навыки самостоятельной работы, дидактические методы, учащиеся начальных классов, система.

Кіріспе. Қазіргі бастауыш сынып оқушыларының көпшілігінің ғылым мен техниканың қарқынды дамуына, ақпараттық-коммуникациялық технологиялардың дамуына байланысты гиподинамикалық күйде болуы дене тәрбиесі формаларының, мүмкіндігінше, барлығын қолдануды керек етеді. Бастауыш сынып оқушыларының мектепте, үйде, көп ретте, физикалық еңбекпен айналыспай, бір жерде ұйығып отыра беруі бой алып келеді. Оның барлығы бастауыш сынып оқушыларының жүрек-қан тамырлары жүйесіне әсер етіп, еңбек қабілеті, қан тамырларының күш-қуаты әлсірейді. Бастауыш сынып оқушыларының қозғалу әрекеттерін дамыту күнделікті қозғалыстар, атап айтсақ, жүру, жүгіру, секіру сияқты әрекеттер негізінде іске асырылатыны белгілі. Бастауыш сынып оқушыларының жан-жақты тұлға келбетінде қалыптасып, дамуы және олардың дене тәрбиесі мәдениетінің жоғарылауы балалардың денсаулығы зор болуына, дененің дамып-жетілуі мен шынығуының шынайы кепілі болады.

Дене шынықтыру сабақтарының мазмұндылықпен өткізілуінде үлкен орын алатын дайындық бөлімінің жалпы дамыту жаттығулары негізінде өткізілуі пәннің сапалы нәтижеге қол жеткізуіне сенімді тірек болып табылады.

Жалпы дамыту жаттығулары – дене тәрбиесі жүйесінде өзіндік маңызды орынға ие болатын және ағзаның дамып-жетілуі үшін өте қажетті жаттығулар. Жалпы дамыту жаттығулары бастауыш сынып оқушыларының денесі қатаюы мен шынығуы үшін тиімді құрал болып табылады. Бастауыш мектептегі дене тәрбиесі жүйесі – оқушылардың денсаулығын нығайтуға және физикалық жан-жақты дене тәрбиесін қалыптастыруға бағытталған оқу-тәрбие мақсаттарының, міндеттерінің, құралдарының, әдіс-тәсілдері мен формаларының біртұтас болмысы.

Зерттеу мақсаты: Жалпы дамыту жаттығулары арқылы бастауыш сынып оқушыларының өз бетімен орындау дағдыларын дамытудың дидактикалық негіздерін айқындау, оның дене шынықтыру және спорттағы орнын анықтау, жалпы дамыту жаттығулары арқылы бастауыш сынып оқушыларының өз бетімен орындау дағдыларын қалыптастыру әдістемесінің дидактикалық принциптерін ұсыну.

Зерттеу әдістері: тарихи әдебиеттер мен ғылыми-әдістемелік әдебиеттерді талдау, ресми құжаттар мен ғалымдардың ой пікірлерін саралау.

Зерттеу нәтижелері: Дидактика – оқытудың, білім берудің және оқып-білім алудың

заңдылықтары туралы ғылым саласы. Жалпы дамыту жаттығулары арқылы бастауыш сынып оқушыларының өз бетімен орындау дағдыларын дамыту жүйесінің дидактикалық негіздерінің басты қарастыратын мәселесі – жалпы дамыту жаттығуларын оқыту және өз бетімен орындау дағдыларын қалыптастыруға арналған оқу материалының мазмұны. Осымен байланысты, бастауыш сынып оқушыларының жалпы дамыту жаттығуларын өз бетімен орындау дағдыларын қалыптастырудың принциптерін, оқу материалын іріктеу мен сұрыптау талаптары мен критерийлерін анықтау маңызды орынға ие болмақ.

Жалпы дамыту жаттығулары (ЖДЖ) арқылы бастауыш сынып оқушыларының өз бетімен орындау дағдыларын дамыту процесі жүйе ретінде танылады. Ол үшін, жүйенің және «дидактикалық жүйенің» табиғаты туралы тоқталу керек.

Жүйе дегеніміз – жекелеген элементтердің бір-бірімен байланыс жасап, қатынас туындауы және сол арқылы қандай да біртұтастықты құрауы [1]. Зерттеу жұмысымызды, соның нәтижесінде ұсынылатын әдістемені жүйе теория тұрғысынан құрастыра отырып, оның ашық жүйеге жататынын атап көрсетеміз. Өйткені, ашық жүйенің «өзі қызмет жасайтын органның құралдарының есебінен кеңею қабілетіне ие болатын» ерекшелігі – ұсынылатын әдістемелік жүйенің уақыт өтуімен және заман талаптарының өзгеруімен бірге толығып, бейімделіп отыратын жүйе болуына тірек жасайды.

Жалпы дамыту жаттығулары арқылы бастауыш сынып оқушыларының өз бетімен орындау дағдыларын дамыту процесі білім беру мен тәрбиелеу саласына тікелей қатысты болғандықтан, ол дидактикалық жүйеге жатқызылады. Дидактикалық жүйе дегеніміз – білім беру және тәрбиелеу жүйесі, оның құрамы күрделі болып келеді, басты элементтері – (мұғалімнің) оқытуы, тәрбиелеу және (оқушының) білім алуы, тәрбиеленуі. Дидактикалық жүйенің құраушы элементтері жылжымалы, қозғалмалы болып келгенімен, оның құраушылары тұрақтылық сипатқа ие болып келеді.

Басты құраушы элементтері:

- оқыту мақсаты;
- білім мазмұны;
- оқыту/білім алу әдістері;
- дидактикалық құралдар;
- оқыту нәтижелері және бағалау әдістері;
- мұғалімнің оқыту әрекеті;
- оқушының білім алу әрекеті;

- білім беруді ұйымдастыру формалары;
- дидактикалық принциптер;
- білім беруді ұйымдастыратын басқа да дидактикалық шарттар.

Жалпы дамыту жаттығулары арқылы бастауыш сынып оқушыларының өз бетімен орындау дағдыларын дамыту жүйесінің дидактикалық негіздерінің өзіндік жүйелік сипаты төменде көрсетілген суреттен танылады.

Жалпы дамыту жаттығулары арқылы бастауыш сынып оқушыларының өз бетімен орындау дағдыларын дамыту жүйесінің дидактикалық негіздері: жалпы дамыту жаттығуларын өз бетімен орындауға дағдыландыру үдерісі: жалпы дамыту жаттығулары бойынша берілетін білім мазмұны, жалпы дамыту жаттығуларының оқу бағдарламасы, жалпы дамыту жаттығуларын үйрету құралдары, жалпы дамыту жаттығуларын орындау дағдылары, мотивация, дидактикалық принциптер.

Жалпы дамыту жаттығулары арқылы бастауыш сынып оқушыларының өз бетімен орындау дағдыларын дамыту процесі – дене тәрбиесі үдерісінің, дене шынықтыру үдерісінің бір саласы.

Бастауыш сынып оқушыларын ЖДЖ-ны өз бетімен орындауға дағдыландыру процесін ұйымдастырудың формалары мен дидактикалық қағидалары, стратегиялары, әдістемелері мен технологияларын анықтау арқылы және олардың көздеген нәтижеге қол жеткізудегі орны мен функцияларын жүйелілікпен сипаттау арқылы ұсынатын әдістемеміздің сапалылығы қамтамасыз етіледі.

Оқыту мақсаты дегеніміз оқу процесінің ұйымдастырушы және бағыттаушы бастауы болып табылады. Оқыту мақсатының негізінде білім мазмұны сұрыпталынады, оны меңгертетін әдістер мен амал-тәсілдер жинақталады, білім беру процесін ұйымдастыру формалары (сабақ т.б.) анықталады. Оқыту мақсатының құрамында жалпы адамзаттық, әлеуметтік-топтық, жеке тұлғалық мазмұны болуы міндетті.

Жалпы дамыту жаттығулары арқылы бастауыш сынып оқушыларының өз бетімен орындау дағдыларын дамыту процесі – оқыту мақсатымыз болып анықталады. Осы мақсатқа жету үшін арнайы іріктелініп, бастауыш сыныптардың жас ерекшелігіне лайықталып анықталған, дидактикалық талаптарға сай келетін білім мазмұнын сұрыптау керек.

Білім мазмұны И.П. Подласыйдың анықтамасы бойынша «өскелең ұрпаққа нені оқыту керек деген сұраққа берілетін нақты жауап. Білім мазмұны дегеніміз – белгілі бір оқу ор-

нында оқыту үшін сұрыпталынған білімнің, дағдылардың нақты жүйесі» [2]. Нақты білім мазмұны оны қолданатын контингентке байланысты болатыны белгілі. Білім мазмұны кімге арналғанына қарай, өзіндік ерекшелікке толы болады. Тек айқын белгіленген білім мазмұны арқылы ғана мақсаттар көзделіп, оған жету жолдары анықталады.

Жалпы дамыту жаттығулары арқылы бастауыш сынып оқушыларының өз бетімен орындау дағдыларын дамытуға арналған арнайы білім мазмұнын іріктеуде және нақты тақырыптарды сұрыптауда «Бастауыш сыныптарға арналған «Дене шынықтыру» оқу бағдарламасы басшылыққа алынады [3]. Осы оқу бағдарламасында сұрыпталынған білім мазмұнын меңгертудің көздейтін игіліктері аталып көрсетілген. «Дене шынықтыру пәнін оқыту:

- физикалық және рухани денсаулықтың негізін қалайды, бұл әлеуметтік дағдыларды дамытуға, тұлғалық дамуға оң әсер етеді;

- оқушыларды өздерінің физикалық және психологиялық денсаулықтарын түсінуге және нығайтуға ынталандырады;

- дене шынықтыру және спорт саласындағы теориялық білімдері мен тәжірибелік дағдыларын дамытуға жағдай жасайды;

- оқушылардың қозғалыс дағдыларын дамытады, атап айтқанда, олардың төзімділігін, ширақтығын, күшін, ептіліктерін және икемділігін дамытуға әсер етеді;

- оқушылардың отанға деген патриоттық сезімін ұялатуға, бір-бірін құрметтеуге, командалық жұмыс дағдыларына, жауапкершілік пен өзара түсіністікке тәрбиелейді;

- оқушылардың өз өмірлерінде салауатты өмір салтын ұстануға және үйренген дене қимыл дағдыларын алдағы уақытта қолдануға ынталандырады;

- оқушылардың жалпы адамзат мәдениетінің бір бөлігі ретінде дене шынықтыру пәні туралы өз көзқарастарын қалыптастырып, осы саладағы білімдерін дамытуға мүмкіндік береді».

Оқу бағдарламасында былай айтылған: «Қозғалыс «бойынша» тәрбиелеу сабақ кезінде оқушылардың физикалық жаттығуларды зерттеуі мен орындауының нәтижесінде білім мен түсінік алуын қарастырады.

Мұны техникалық білім деп атауға болады. Дене шынықтыру тәжірибесінің толық кешені арқылы өз тұжырымдамаларын, техникаларын мен ережелерін құру мүмкіндігін бере отырып, мұндай білімді балаларда кішкентай жасынан бастап дамыту керек.

Қозғалыс «барысында» тәрбиелеу дағдыларды меңгерумен (тәжірибелік білім) және қозғалыс қызметіне саналы түрде және табысты қатысу қабілетімен тікелей байланысты.

Аталған әдіске физикалық жаттығулар кіреді, бұл жаттығулардың жеке пайдасы да бар, оқушылардың физикалық әрекеттерге саналы түрде қатысуы нәтижесінде меңгерген білімдерінің, түсініктерінің және дағдыларының контекстінде де пайдасы зор (мысалы, бұлшық еттерін, сіңірлерін және жүйке тамырларын іске қосу арқылы кинестетикалық оқыту; кейбір физикалық жаттығулар үшін қажет дайындық талаптары мен денсаулық жағдайы туралы ойлау)» [3].

Осы айтылғанмен сабақтастыра келе, бағдарламада «Қозғала білу және сенімділік», «Қозғалыс дағдылары арқылы шығармашылық қасиеттер және сыни ойлау», «Қозғалыс қызметі контекстіндегі қарым-қатынастар және әлеуметтік дағдылар», «Денсаулық, жақсы дене дайындығы және өз-өзін сезіну» атты бөлімдер бастауыш сынып оқушыларының дене мәдениетін қалыптастыру және дамыту жалпы мәдени дамуының аясында жүретінін айқын танытады.

Дене шынықтыру ғылыми негізделген пән ретінде оның теориясы мен жүйеге келтірілген практикалық ақпараттарын оқыту негізінде оқушыларға білім мазмұны меңгертіледі.

Бастауыш сыныптарда дене шынықтыру пәнінің мазмұны оның көлемімен тығыз байланыста, психологиялық-педагогикалық талаптарға орайластырыла берілген. Оны орта білім беру мазмұны жаңартылған оқу бағдарламасынан көруге болады [3].

Бастауыш сыныптарға арналған «Дене шынықтыру» оқу бағдарламасында білім мазмұны оқу мақсаттарымен кіріктіріле берілген.

Дене шынықтыру пәні бойынша міндеттер үш топта көрсетіледі: *сауықтыру*, *білімдік*, *тәрбиелік*. Жалпы дамыту жаттығулары арқылы бастауыш сынып оқушыларының өз бетімен орындау дағдыларын қалыптастыруда да осы үш маңызды міндетті шешу бағыты ұсталынады.

Дене шынықтыру сабақтарының, оның ішінде жалпы дамыту жаттығулары арқылы бастауыш сынып оқушыларын *сауықтыру* міндеттері келесі мәселелерді қамтиды:

– бастауыш сынып оқушыларының ағзаларына түсетін физикалық жүктің әсер етуін жоспарлау және реттеп отыру мәселесі, яғни бастауыш сынып оқушыларының жасына, жынысына, денсаулығына, дайындық деңгейіне қарау керек, өйткені тек баланың ағзасы көтере

алатын физикалық жүк қана денсаулығын нығайта алады;

– жалпы дамыту жаттығуларының түрлерін біртіндеп күрделендіре отырып бірқалыпты қарқынмен қосып отыру мүмкіндігін қолдануға болады;

– жалпы дамыту жаттығуларын орындау барысында бастауыш сынып оқушыларының қауіпсіздігімен байланысты профилактикалық алдын алу шараларымен қамтамасыз ету;

– бастауыш сынып оқушыларының физикалық қасиеттерін жан-жақты және үйлесіммен дамуын қамтамасыз ету;

– бастауыш сынып оқушыларының дене сымбатын жетілдіру.

Жалпы дамыту жаттығулары арқылы бастауыш сынып оқушыларын өз бетімен орындауға қалыптастырудың *білімдік* міндеттері келесі мәселелерді қамтиды:

– жалпы дамыту жаттығуларының техникаларын дұрыс орындаудың негізгі дағдыларын қалыптастыру;

– жалпы дамыту жаттығулары мазмұнындағы арнайы біліммен қаруландыру;

– жалпы дамыту жаттығуларына деген қызығушылығын ояту және ЖДЖ өз бетімен орындауға деген құлшынысын дағды етіп қалыптастыру.

Жалпы дамыту жаттығулары арқылы бастауыш сынып оқушыларын өз бетімен орындауға қалыптастырудың *тәрбиелік* міндеттері келесі мәселелерді қамтиды:

– бастауыш сынып оқушыларының жақты дамыту жаттығуларын өз бетімен орындауға байланысты дүниетанымдық көзқарастарын, сенімін, құндылықтар жүйесін, қажеттіліктерін, мотивтерін, орнықтылықпен қалыптастыру;

– ЖДЖ өз бетімен орындауға дағдылану негізінде бастауыш сынып оқушысының жеке тұлға дәрежесіне өсуіне негіз болатын тұлғалық қасиеттерін қалыптастыру.

Бұл міндеттердің жүзеге асырылуы үшін жалпы дидактикалық принциптер мен әдістемелік принциптер және жалпы дамыту жаттығулары арқылы бастауыш сынып оқушыларының өз бетімен орындау дағдыларын дамытуға тікелей қатысты принциптерді анықтап алу керек.

Жалпы дамыту жаттығулары арқылы бастауыш сынып оқушыларының өз бетімен орындау дағдыларын қалыптастыру әдістемесінің дидактикалық принциптері:

– Базалық дидактикалық принциптер (П.Ф. Лесгафт бойынша);

– Дене шынықтырудың әдістемелік принциптері;

– Нақты ЖДЖ өз бетімен орындауға қалыптастыру әдістемесі принциптері.

Базалық принциптер ретінде П.Ф. Лесгафт көрсеткен үш принцип алынды. Оларға келесідей талдау жасалынып, жан-жақты қарастырылды.

1. *Жеке тұлғаның жан-жақты және гармониялық дамуына ықпал ету принципі.* Бұл принципке сүйенетін болсақ, бастауыш сынып оқушыларының ЖДЖ арқылы өз бетімен орындау дағдыларын қалыптастыру барысында дене мәдениетінің адамгершілікпен, ақыл-оймен, эстетикалық жетілумен байланысты болуын үзіп алмайтындай жағына аса жіті назар салу керек. Сонымен бірге, бастауыш сынып оқушыларына ЖДЖ жүйесін меңгертуде және оларды өз бетімен орындауға дағдыландыруда жалпы дене тәрбиесімен байланысын үзіп алмауды қадағалау керек. Ол байланысты кеңейтіп отыру дұрыс болады.

ЖДЖ жүйесін өз бетімен орындатуға дағдыландыру процесінде дене тәрбиесі құралдарының, атап айтқанда, ЖДЖ жүйесін, табиғат күшін, гигиеналық факторларды, техникалық ортаның мол арсеналын пайдалану қажет. Осындай күрделі процесте жалпы педагогикалық және ЖДЖ орындауға байланысты түрлі әдістәсілдерді қолдану керек. Бастауыш сынып оқушыларының зейінін шоғырландыра отырып, оларды шаршатпау не зеріктірмеу үшін ЖДЖ үйретуде мазмұн жағынан, сабақ формасы жағынан, түсірілетін физикалық күш жағынан түрлендірулер жасап отыру өте дұрыс болады. Түрлі қозғалыс әрекеттерінің санын көбейте отырып, олардың орындалу техникасының негіздерін қалыптастыру керек.

2. *Дене тәрбиесінің өмірлік практикамен байланысын сақтау немесе қолданбалылық принципі.* Бұл принцип бойынша дене тәрбиесі сабақтарының, оның ішінде ЖДЖ үйретудің бастауыш сынып оқушыларын жемісті және ұзақ өмірлік әрекетке дайындайтын мақсатты бағыты анықталады. Осы принципті ұстану бойынша бастауыш сынып оқушыларына ЖДЖ-ны меңгерту және өз бетімен орындау дағдыларын қалыптастыру арқылы жақсы физикалық даму жолына түсіру және сол арқылы өмірге бейімдеу мүмкіндіктері мол болады. ЖДЖ сабақта ғана емес, өз бетімен де үздіксіз орындауға қалыптасқан оқушының қозғалыс дайындығы жоғары деңгейде қалыптасып, оның жаңа қозғалыс әрекеттерін тез әрі сапалы үйреніп алу дағдыларын қалыптасуына ықпал етеді. ЖДЖ өз

бетімен орындауға дағдыландыру арқылы бастауыш сынып оқушыларының барлық пәндер бойынша жоғары үлгерімге жетуінің сатылары қаланады.

3. *Дене тәрбиесінің сауықтыруға бағытталған принципі.* Дене шынықтырудың оқушының денсаулығына пайдалы немесе зиян болуы да мүмкін екені белгілі. Осы принцип бойынша дене шынықтыру сабақтары, ЖДЖ меңгерту барысы дәрігерлік және педагогикалық бақылауда болады. ЖДЖ кешендерін топқа бөліп орындатуда оқушылардың медициналық топтары баса ескеріледі. ЖДЖ орындатуда, құралдар таңдауда олардың балаларды сауықтыру құндылығы қаншалықты деген сұраққа жауап берілуі керек. Тек дене шынықтыруға арналған құралдардың негізгілерін өзара үйлестіре қолдану арқылы ғана көзделген мақсатқа жетуге болатынын есте сақтау қажет. Жалпы дамыту жаттығуларын бастауыш сынып оқушыларына өз бетімен орындауға дағдыландыру әдістемесінің базалық дидактикалық принциптерін осылай етіп анықтадық.

Келесі қадам – *нақты ЖДЖ өз бетімен орындауға қалыптастыру әдістемесі принциптерін* жүйелеу.

ЖДЖ өз бетімен орындаудың үздіксіз болу принципі.

ЖДЖ өз бетімен орындауда физикалық жүкпен демалыстың жүйелі түрде алмасып отыру принципі.

ЖДЖ орындауда дамыту-жаттықтырушы ықпалдардың біртіндеп өсіп отыру принципі.

Физикалық жүк динамикасының бейімделген теңгерімі принципі.

ЖДЖ өз бетімен орындаудың циклдық құрылуы принципі.

ЖДЖ кешендерін өз бетімен орындауда бастауыш сынып оқушыларының жас ерекшелігі ескерілу принципі.

Бұл принциптер зерттеу жұмысының нәтижесінде ұсынылатын әдістемелік жүйенің негізін құрайды.

Дидактикалық негіздердің тағы бірі дене шынықтыру процесін ұйымдастыру формалары болып табылады. Оқытуды ұйымдастыру формасы дегеніміз – мұғалім мен оқушының келісілген іс-әрекетінің сыртқы көрінісі, ол белгілі бір тәртіппен және анықталған режимде өткізіледі. Дидактикада оқыту формалары келесідей болып бөлінеді:

– оқушылардың санына қарай – оқытудың индивидуалдық, микротоптық, топтық, ұжымдық, бұқаралық формасы;

– оқыту орнына қарай – мектепте: сабақ, шеберханада, зертханада, мектепалды телімде жұмыс жасау; мектептен тыс: саяхат, үйде, өз бетімен жұмыс жасау, мекемедегі сабақ;

– оқыту уақытына қарай: сабақ үстінде және сабақтан тыс, яғни факультативтік, пән үйірмесі, викторина, конкурс, олимпиада, пәндік кештер т.б.;

– дидактикалық мақсатына қарай: теориялық оқыту (дәріс, үйірме, конференция), аралас (сабақ, семинар, үй жұмысы, кеңес беру);

– оқыту ұзақтығына қарай: классикалық сабақ (45 минут), біріккен сабақ (90 минут), біріккен қысқартылған сабақ (70 минут).

Сабақ қазіргі білім беру жүйесіндегі оқытуды ұйымдастырудың басты формасы болып саналады. Сабақ, В.В. Давыдовтың анықтауынша, тұтас педагогикалық процестің «бір клеткасы» [4]. Бір сабақтың өн бойында тұтас оқыту процесін сипаттайтын компоненттер орналасқан, олар: мақсаттық, ынталандыру, мотивациялық, мазмұндық, операциялық-әрекеттік, бақылау-реттеушілік, бағалау-нәтижелілік деп аталады.

Ғалымдар қазіргі заман дидактикасында сабақтың көптеген түрлерін анықтаған [5, 6, 7]. Барлығының ортақ пікірі, яғни дене шынықтыру сабағының үш бөлімнен – дайындық бөлімі, негізгі бөлім, қорытынды бөлімнен тұратыны көрсетіледі.

Дене шынықтыру сабағы – бастауыш сынып оқушыларының дене тәрбиесін қалыптастыратын, дамытатын дербес пән. Дене шынықтыру сабақтары дене тәрбиесі бойынша оқу процесін ұйымдастырудың негізгі түрі болып табылады. Ал сыныптан тыс уақытта ұйымдастырылатын дене тәрбиесіне қатысты жұмыстар болса, оқушылардың дене шынықтыру сабақтарында үйренген дене жаттығуларын мұғалім жетекшілігімен не болмаса өз бетімен орындауына бағытталған процесс екені белгілі.

Дене шынықтыру сабақтары және оларға қойылатын талаптар туралы ғалымдар дене шынықтыру сабақтарының құрылымында адам ағзасының физикалық жүктемеге көрсететін реакциясының биологиялық заңдылықтары жататынын атап көрсетеді. Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов өз кітаптарында [8] сабақтың типтері мен әрқайсысының сын-сыпатын талдап көрсетеді.

Сабақтың қандай типін таңдаса да, мұғалім ең алдымен, бастауыш сынып оқушыларының жас ерекшеліктерін ескеретіні белгілі. Мысалы, 1-сыныпта қолданылатын сабақ типі 4-сыныпта қолданылмауы немесе аз қолданылуы мүмкін.

Сонымен бірге сабақ типінен басқа, дене шынықтырудан білім беруде сабақтан тыс уақытты да пайдалануға болады. Олардың ішінде мынадай формалары белсенді қолданылады:

– оқушылардың жаттығуларымен, атап айтсақ, таңғы гигиеналық гимнастика, өз бетімен жаттығу, үй тапсырмасын орындау сияқты индивидуалдық айналысуы;

– оқушылардың топ болып, өздері ұйымдастырып, өздері өткізетін жаттығулармен айналысуы, атап айтсақ, үзілістегі ойындары, сабақтан тыс кездегі ойындары;

– оқушылардың бұқаралық іс-шараларға қатысуы, атап айтсақ, бұқаралық мәселерге қатысу, жүгіруге, жарыстарға қатысу [9].

Дене шынықтыру сабақтары – жалпы дамыту жаттығуларын оқушылардың өз бетімен орындауына әбден дағдыландыратын негізгі оқыту формасы болғандықтан, оған кеңірек тоқталдық. Сабақ туралы талдауды жинақтай келе, қазіргі кездегі дене шынықтыру сабақтарына қойылатын талаптарды жүйелейміз.

Біріншіден, дене шынықтырудың барлық сабақтары нақты педагогикалық міндеттерді шешуі тиіс, яғни әр сабақтың сауықтыру, білімдік, тәрбиелік міндеттері айқын болуы керек.

Екіншіден, сабақтың міндеттерінен сабақтың мазмұны, әдіс-тәсілдері анықталады [10].

Үшіншіден, балаларды оқыту, тәрбиелеу, физикалық дамыту тек ғылыми теориялар мен дене шынықтыру әдістемесіне сүйеніп жүргізілуі керек.

Төртіншіден, дене шынықтыру сабақтарында оқытудың индивидуалдандыру және дифференциациялау бағыттары қолданылуы қажет.

Бесіншіден, гигиена талаптары міндетті түрде сақталынуы тиіс.

Алтыншыдан, үй тапсырмасы берілуі міндетті болуы керек.

Жетіншіден, сабақтың психологиялық шарттары қамтамасыз етілуі керек [11].

Жалпы дамыту жаттығулары арқылы бастауыш сынып оқушыларының өз бетімен орындау дағдыларын дамытудың дидактикалық негіздерінің бір тұғыры – оқыту / білім алу әдіс-тәсілдер жүйесі.

Оқыту әдістері – мұғалімнің қолындағы оқушыға білім беру құралы екені белгілі, ал оқушы үшін әдістер – мұғалім жетекшілігімен білім іздену, білім алу, үйрену құралы. М.Н. Скаткин оқыту әдістеріне келесідей анықтама береді: «Оқыту әдістері дегеніміз – жол, онымен мұғалім оқушыны білімсіздіктен – білімге қарай алып жүреді, бұл идеологияны

қалыптастырып, баланың ақыл-ой қуатын дамытатын жол» [12].

Ондай әдістер қатарында оқушылардың қозғалыс әрекетін ұйымдастыратын ойын және жарыс әдістерін атауға болады. Бұл әдістердің өзіндік ерекшеліктері – оларды қолдану барысында жүктемені үстемелеп қосу мүмкіндігі шектеулі болып келетіндігі. Нақтылап шектеуге қиындық келтіретін, әрине, ойын жағдаяттарының тез өзгеруі және ойнап жүрген балалардың әрекетінің динамикалылығы. Бұл әдістер қозғалыс әрекеттерін (ҚӘ) жетілдіру кезеңінде кең түрде қолданылады. Қатаң регламентті жаттығу әдісті оқушының жаңа қозғалыс дағдыларын игеруін қамтамасыз етуге оңтайлы жағдайлар жасау барысында қолдануға болады.

Дене шынықтыруға ғана тән әдістердің маңызды бір тұсы – оқушыға түсетін жүктеме мен демалатын уақытты үйлестіре байланыстыруға болады.

Стандартта арнайы құрал-жабдықтар минимум мөлшері көрсетілген. Олар:

– жеңіл атлетика: секундомер, рулетка, ысқырық, эстафета таяқшалары, конустар, биіктікке секірудегі қолданатын өлшеу бірлігі бар таяқ, ұзындыққа жүгіріп келіп секіру кезінде қонуға арналған құм шұңқыр, 150 гр. резеңке доптар, 500-700 гр. гранаталар, жүгіргендегі қолданатын кедергілер.

– футбол: командалық форма, футбол доптары, конустар, қақпалар, ысқырық;

– волейбол: қысқа жеңді командалық форма, волейбол доптары, тор, тіректер, ысқырық;

– баскетбол: қысқа жеңді командалық форма, баскетбол доптары, себет, шығыршық, ысқырық, шеңбер;

– үстел теннисі: үстел теннисіне арналған үстелдер, ракеткалар, үстел теннисіне арналған доптар;

– бадминтон: ракеткалар, тор, воландар; ысқырық;

– үлкен теннис: ракеткалар, торлар, теннис доптары;

– Ұлттық ойын түрлері: тоғызқұмалақ тақтасы, шахмат, дойбы, асық;

– гимнастика: арқандар, гимнастикалық төсеніш, швед қабырғалары, қос сырық керме, гимнастикалық бөрене (төмен), гимнастикалық кіші ағаш ат, гимнастикалық ағаш ат, гимнастикалық доп, гимнастикалық таспалар (лента таяқшаларымен), гимнастикалық шығыршық, секіргіш, медицинбол;

– шаңғы, кросстық және коньки дайындығы: шаңғылар, шаңғы таяқтары, бекіткіштері бар аяқ-киім (ылдидан және ойлы-қырлы жермен шаңғы тебуге арналған), коньки, арнайы аяқ-киім;

– жүзу: таспалар, қолға байлауыштар, резеңке кубиктер, салмақты шеңберлер, су ойыншықтары, шарлар [13].

Жалпы дамыту жаттығулары арқылы бастауыш сынып оқушыларының өз бетімен орындау дағдыларын дамытудың дидактикалық негіздерін жүйелеу барысында бастауыш сыныптарда дене шынықтыру пәнін ұйымдастырып өткізудің түпмәнісі – баланың дене мәдениетін жетілдіру екендігі анықталды. Адамзаттың жалпы мәдениеттік деңгейіне қосылатын маңызды бір компонент ретінде дене мәдениетін жетілдіру жүйелі түрде, ғылыми негізделген және теориялық негіздері анықталған оқыту процесі арқылы ғана жүзеге асырылатыны айқындалды. Бастауыш сынып оқушысының жеке тұлғасының қалыптасуында маңызды орынға ие болатын дене шынықтыру пәні, оның ішінде жалпы дамыту жаттығулары – баланың құзыреттілігін, эрудициясын, шығармашылық қуатын, мәдениетін дамытудың бастау көзі бола алатын құрал. Жалпы дамыту жаттығуларын үйрете отырып, оны оқушылардың өз бетімен орындауға дағдыландыру оқытудың, тәрбиенің, білім беру мен дамытудың түйіскен нүктесінде танылған әдістеменің жемісі болады.

Әдебиеттер

- 1 Философиялық энциклопедиялық сөздік. – Алматы: ҚР БҒМ ҒК. Философия, саясаттану және дінтану институты. – 2013. – 527 б.
- 2 Подласый И.П. Педагогика: 100 вопросов – 100 ответов: учебное пособие для вузов. – М.: Владос-пресс, 2004. – 365 с.
- 3 Дене шынықтыру. Орта білім беру мазмұнын жаңарту аясында бастауыш мектепке (1-4 сыныптар) арналған оқу бағдарламасы. – Астана, 2016. – 50 б.
- 4 Давыдов В.В. Виды обобщения в обучении. – М.: Педагогическое общество России, 2000. – 480 с.
- 5 Онищук В.А. Урок в современной школе: пособие для учителя. – М.: Просвещение, 1986. – 160 с.
- 6 Сорокин Н.А. Дидактика. – М.: Просвещение, 1974. – 221 с.
- 7 Махмутов М.И. Современный урок. – М.: Педагогика, 1985. – 184 с.
- 8 Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта. – М.: Академия, 2001. – 479 с.
- 9 Хан А. Н. Педагогические основы построения школьного урока физической культуры. – Саратов, 2005. – 160 с.

- 10 Минаев Б.Н. Основы методики физического воспитания школьников: учебное пособие для высших учебных заведений / Б.Н. Минаев, Б.М. Шиян. – М., 2015. – 222 с.
- 11 Назаренко Л.Д. Оздоровительные основы физических упражнений. – М.: Владос, 2003. – 240 с.
- 12 Скаткин М.Н., Краевский В.В., Лернер И.Я. Дидактика средней школы. – М.: Просвещение, 1982. – 324 с.
- 13 Бастауыш білім берудің мемлекеттік жалпыға міндетті стандарты. Қазақстан Республикасы Білім және ғылым министрінің 2018 жылғы 31 қазандағы № 604 бұйрығына 2-қосымша.

МРНТИ 77.01.39

^{1,3}Отаралы С.Ж., ²Жуманова А.С., ³Масимов Р.И., ³Джамалов Д.Д.,
³Курбанов Ш.Ш.

¹Казахский национальный университет им. аль-Фараби, г. Алматы, Казахстан

²Казахская академия спорта и туризма, г. Алматы, Казахстан

³Казахский национальный аграрный университет, г. Алматы, Казахстан

ИССЛЕДОВАНИЕ УРОВНЯ ОСВОЕННОСТИ СТУДЕНТАМИ НОРМАТИВНЫХ ТРЕБОВАНИЙ ПРЕЗИДЕНТСКИХ ТЕСТОВ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ

Отаралы Светлана Жұбатырқызы, Жуманова Алия Султанғалиевна, Масимов Рустем Икрамович, Джамалов Джалал Джамалович, Курбанов Шұхрат Шарипжанович

Исследование уровня освоенности студентами нормативных требований Президентских тестов физической подготовленности

Аннотация. В статье представлены результаты исследования уровня физической подготовленности студентов-юношей Казахского национального аграрного университета в 2018-2019 учебном году. Уровень физической подготовленности оценивался на предмет соответствия с нормативными требованиями Президентских тестов физической подготовленности (бег на 100 и 3000 м, прыжок в длину с места с двух ног, подтягивания на высокой перекладине). Анализ подверглись результаты контрольных нормативов 844 студентов-юношей основного учебного отделения в возрасте $17,9 \pm 1,8$ лет. В результате исследования было выявлено несоответствие нормативным требованиям ПТФП физической подготовленности большинства студентов. Полученные результаты могут быть использованы преподавателями дисциплины «Физическая культура» при планировании и организации мероприятий по коррекции физического состояния студентов, специалистами в области физической культуры, студентами специальности «Физическая культура и спорт».

Ключевые слова: студенты, физическая подготовленность, педагогическое тестирование, Президентские тесты физической подготовленности.

Otaraly Svetlana, Zhumanova Aliya, Masimov Rustem, Dzhamalov Dzhalal, Kurbanov Shukhrat

Research of the level of student's mastery of the presidential physical qualification tests' regulatory requirements

Abstract. The article presents the results of research of physical qualification level of Kazakh National Agrarian University's male students in 2018-2019 academic year. The level of physical qualification was assessed for compliance with the regulatory requirements of the Presidential physical qualification tests (100 and 3000 meters running, long jump from standstill, pull-ups on a high crossbar). The results of control standards of the main educational department aged 17.9 ± 1.8 years were analysed. As a results of the research, it was revealed that the majority of students' physical qualification did not meet the regulatory requirements of the Presidential physical qualification tests. The obtained results can be used by "Physical education" discipline teachers, specialists in the field of physical training, students of the speciality "Physical training and sport".

Key words: students, physical qualification, educational testing, Presidential physical qualification tests.

Отаралы Светлана Жұбатырқызы, Жуманова Алия Султанғалиевна, Масимов Рустем Икрамович, Джамалов Джалал Джамалович, Курбанов Шұхрат Шарипжанович

Дене дайындығының Президент сынамаларын студенттердің игеру деңгейін зерттеу

Аңдатпа. Мақалада Қазақ мемлекеттік аграрлық университеті студент-жігіттерінің 2018-2019 оқу жылында көрсеткен дене дайындығы деңгейін зерттеу нәтижелері көрсетілген. Дене дайындығының деңгейін дене дайындығының Президент сынамаларының нормативтерімен салыстыру арқылы анықтадық (100 және 3000 м қашықтыққа жүгіру, екі аяқпен ұзындыққа секіру, биік орналасқан кермеге тартыну). Барлығы $17,9 \pm 1,8$ жастағы негізгі топқа жататын 844 студент-жігіттің нәтижелері талданды. Зерттеу барысында басым студенттердің дайындық деңгейі дене дайындығының Президент сынамаларының нормативтеріне сай еместігін анықтадық. Зерттеу нәтижелері дене шынықтыру саласының мамандарымен, сонымен қатар «Дене шынықтыру және спорт» мамандығының студенттерімен қолданыла алады.

Түйін сөздер: студенттер, дене дайындығы, педагогикалық тестілеу, дене дайындығының Президент сына-малары.

Введение. Педагогическое тестирование является важной составляющей процесса физического воспитания в вузе. Оно позволяет выявить уровень физической и функциональной подготовленности студентов, а также оценить эффективность применяемых физкультурно-оздоровительных мероприятий. Кроме того, результаты педагогического тестирования позволяют получить информацию об адаптационных возможностях организма, а следовательно, о показателях здоровья человека.

При этом педагогическое тестирование является одним из важнейших элементов комплексного контроля. В свою очередь, комплексный контроль является важным компонентом системы управления тренировочным процессом. Это обусловлено, прежде всего, тем, что ни одна задача управления не может быть решена без наличия достоверной информации о состоянии объекта управления (в спорте и физической культуре – информации о состоянии занимающихся в экстремальных условиях двигательной деятельности) [1].

С целью оценки общего уровня физического состояния, а также готовности молодежи к учебной, трудовой деятельности и военной службе в 1996 году Постановлением Правительства Республики Казахстан N 774 от 24 июня 1996 года были утверждены Президентские тесты (ПТФП), где отражены нормативные требования к физической подготовленности детей, молодежи и взрослого населения Казахстана [2]. В 2002 году в нормативные требования ПТФП были внесены коррективы. Основанием для этого являлись многочисленные исследования, в которых говорилось о необходимости дальнейшей работы по приведению нормативных требований в соответствие с реальным уровнем физической подготовленности населения.

Актуальность исследований в данном направлении объясняется еще и тем, что дисциплина «Физическая культура» в вузе является завершающей ступенью организованной государством непрерывной программы по физическому воспитанию населения, которая подводит итоги многолетнего процесса физического воспитания.

Целью данного исследования является изучение уровня физической и функциональной подготовленности и уровень освоенности студентами Президентских тестов физической подготовленности.

Методы и организация исследования. Для достижения поставленной цели были использованы следующие методы:

- анализ литературных источников;
- педагогическое тестирование (сдача нормативов Президентских тестов физической подготовленности): бег на 100 и 3000 м, прыжок в длину с места с двух ног, подтягивания на высокой перекладине;
- статистический анализ в программе IBM SPSS Statistics 25 с вычислением средней арифметической величины (\bar{X}), стандартного отклонения (S) и ошибки средней арифметической величины ($S_{\bar{X}}$) По t-критерию Стьюдента определялась достоверность различий средних величин. Различия считались статистически достоверными при 5% уровне значимости.

Исследование проводилось на 11-12 неделе обучения в вузе (март 2019 года), в нем приняли участие 844 студента мужского пола в возрасте $17,9 \pm 1,8$ лет. Базой для исследования являлся Казахский национальный аграрный университет, для его проведения было получено разрешение Комитета по Этике Казахской Академии спорта и туризма (№ 09-01-08-500 от 04.09.18 г.). Педагогическое тестирование проводилось при добровольном информированном согласии студентов на участие в исследованиях. Всем участникам тестирования были разъяснены цели, задачи, а также потенциальные риски исследования. Конфиденциальность, а также другие этические нормы были соблюдены.

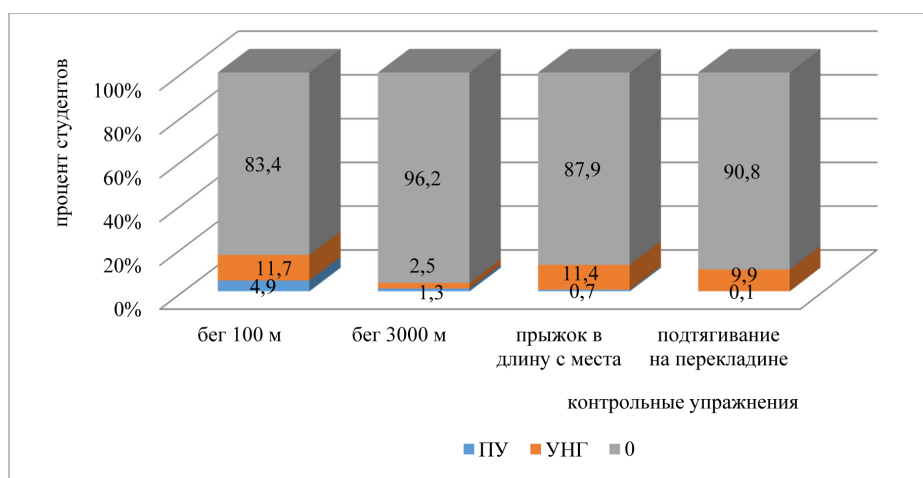
Результаты исследования и их обсуждение. Результаты анализа сдачи нормативов ПТФП выявили слабый уровень физической подготовленности исследованных студентов по всем анализируемым показателям (таблица 1). Так, результаты студентов в беге на 100 м составили в целом $14,1 \pm 0,5$ сек, а колебание индивидуальных значений составило 11,6-19,5 сек. Это свидетельствует о низком уровне развития скоростно-силовых возможностей студентов. На это указывают и результаты в прыжке в длину с места толчком двумя ногами, среднее значение которого составило $226,3 \pm 0,5$ см. Результаты в беге на 3000 м составили в среднем $863,4 \pm 4,2$ сек, (или $14,3 \pm 0,7$ мин/сек), что свидетельствует о низком уровне развития общей выносливости. Незначительное рассеивание результатов этих тестов свидетельствует об однородности группы студентов, исключение составляют результаты сдачи норматива «подтягивания на перекладине» ($V=30,8$), средние значения которой составили $10,9 \pm 0,1$ раз.

Таблица 1 – Показатели физической подготовленности студентов-юношей основного учебного отделения КазНАУ в 2018 году

Учебный год	n	Контрольные упражнения											
		бег на 100 м, с			бег на 3000 м, с			прыжок в длину с места, см			подтягивания на перекладине, количество раз		
		M (min-max)	$S \bar{X}$	V, %	M (min-max)	$S \bar{X}$	V, %	M (min-max)	$S \bar{X}$	V, %	M (min-max)	$S \bar{X}$	V, %
2018-2019	844	14,1 (11,6-19,5)	0,5	6,9	863,4 (455-1112)	4,2	9,6	226,3 (160-280)	0,5	5,9	10,8 (0-20)	0,1	30,8

Анализ индивидуальных значений показателей физической подготовленности студентов также выявил слабый уровень развития их скоростно-силовых возможностей и

выносливости. Так, из рисунка 1 видно, что большинство студентов (83,4-96,2) не справились с выполнением нормативных требований ПТФП.



«0» – процент студентов, не освоивших ПТФП; УНГ – процент студентов, освоивших уровень национальной готовности ПТФП; ПУ – процент студентов, освоивших президентский уровень ПТФП

Рисунок 1 – Уровень освоения студентами 1-го курса Президентских тестов физической подготовленности

Освоенность нормативов уровня национальной готовности в беговых упражнениях (бег на 100 и 3000 м) составила 11,7% и 2,5% соответственно, а в прыжке в длину с места и в подтягивании на перекладине – 11,4% и 9,9% соответственно. Из числа не освоивших ПТФП в тесте подтягивания на перекладине 0,8% студентов не смогли выполнить упражнение ни одного раза. Президентский уровень ПТФП по этим упражнениям освоили еще меньшее количество об-

следованных студентов. Исследованию уровня освоенности студентами Президентских тестов физической подготовленности посвящено много работ отечественных исследователей [3, 4, 5]. Основными выводами этих работ является низкий уровень физической подготовленности студентов и несоответствие реальных физических возможностей студентов нормативным требованиям ПТФП. В связи с этим, в 2002 году эти тесты были пересмотрены и обновлены [6], но

несмотря на это, до сегодняшнего дня данный вопрос не теряет своей актуальности.

Работа по изменению нормативных требований к оценке уровня физической подготовленности различных слоев населения и готовности их к трудовой и военной деятельности имеет достаточно оснований не только в нашей стране. Так, «Положение о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне», принятое Постановлением Правительства РФ 11 июня 2014 года (№ 50), пересматривалось и дополнялось 4 раза. Результатом этого явилась разработка нормативных требований для оценки физической подготовленности населения. Однако после пересмотра нормативных требований ГТО уровень освоенности их студентами России оказался опять низким, что свидетельствует о низком уровне физической подготовленности студентов [7 - 10]. Авторами выявлено несоответствие нормативных требований ГТО реальному уровню подготовленности студентов и зачетным учебным нормативам по дисциплине «Физическая культура» [11].

В проведенном нами исследовании подавляющее большинство студентов показали низкий уровень физической подготовленности по результатам сдачи ПТФП, такие же данные были получены другими исследователями [12]. В некоторых исследованиях сравнивали уровень подготовленности казахстанских и российских студентов. Сопоставление полученных

нами результатов с нормативными требованиями ГТО выявило, что средние значения студентов в упражнениях бег на 100 м, прыжок в длину с места и подтягивания на перекладине оцененные нами как «низкие», соответствовали серебряному значку, а в упражнении бег на 3000 м – бронзовому. Это свидетельствует о различиях в нормативных требованиях к уровню физической подготовленности в Казахстане и России, что нельзя не учитывать при сопоставлении результатов выполнения упражнений студентами двух стран.

Выводы

Результаты в упражнениях бег на 100 и 3000 м, прыжок в длину с места и подтягивание на перекладине у подавляющего большинства обследованных нами студентов не соответствовали нормативным требованиям Президентских тестов физической подготовленности, что свидетельствует о низком уровне их физической подготовленности.

Сопоставление полученных нами результатов с российскими требованиями ГТО выявило различия в оценочных нормативных требованиях в выше перечисленных упражнениях.

Полученные результаты свидетельствуют о необходимости дальнейших более масштабных исследований физической подготовленности студентов и на основании этого пересмотра нормативных требований Президентских тестов физической подготовленности.

Литература

- 1 Федоров А.И. Комплексный контроль в спорте: теоретико-методические и информационные аспекты: учебное пособие / А.И. Федоров, И.П. Сивохин, В.Н. Авсиевич. – Костанай: КГПУ им. У. Султангазина, 2019. – 140 с.
- 2 Президентские тесты физической подготовленности. Постановление Правительства Республики Казахстан № 774 от 24 июня 1996 г.
- 3 Хаустов С.И., Кусмиденов М.Е. Основные направления совершенствования Президентских тестов Республики Казахстан // Актуальные проблемы теории и практики физической культуры: материалы международной научно-практической конференции. – Алматы, 2001. – С.164-167.
- 4 Джамалов Д.Д., Ажибаева С.Д., Кондратенко С.А. Президентские тесты как показатель уровня физической подготовленности студенток первого курса КАЗНАУ // Изденістер, нәтижелер (Исследования, результаты). Серия «Педагогика». – Алматы, 2012. – С.140-142.
- 5 Отаралы С.Ж., Жуманова А.С., Аликей А., Сабырбек Ж.Б., Онгарбаева Д.Т. Динамика показателей физической подготовленности студентов-юношей основного учебного отделения // Теория и методика физической культуры. – 2019. – №1 (55). – С. 54-60
- 6 Постановление Правительства РК №637 от 12 июня 2002 года «О внесении изменений в Постановление Правительства от 24 июня 1996 года №774».
- 7 Сбитнева О.А. Состояние физической подготовленности студентов к выполнению норм и требований ГТО // Международный журнал гуманитарных и естественных наук. – 2018. – №5-1. [Электронный ресурс] URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sostoyanie-fizicheskoy-podgotovlennosti-studentov-k-vypolneniyu-norm-i-trebovaniy-gto> (дата обращения: 17.12.2019).
- 8 Куренцов В.А., Зюрин Э.А., Видро Е.М. Исследование динамики физической подготовленности студентов среднего профессионального образования как критерия, определяющего готовность к выполнению нормативных требований ВФСК ГТО // Вестник спортивной науки. - 2017. - №1. [Электронный ресурс] URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/issledovanie-dinamiki-fizicheskoy-podgotovlennosti-studentov-srednego-professionalnogo-obrazovaniya-kak-kriteriya>.

- 9 Туревский И.М., Фролов А.Ю., Петрушина Г.А. Соотношение основных средств физического воспитания при подготовке студентов к сдаче норм комплекса ГТО // Международный научно-исследовательский журнал. – 2015. – № 1(32). – Ч. 3. – С. 106-110. [Электронный ресурс] URL: <https://research-journal.org/pedagogy/sootnoshenie-osnovnykh-sredstv-fizicheskogo-vozpitaniya-pri-podgotovke-studentov-k-sdache-norm-kompleksa-gto>.
- 10 Михайлова С.В., Сидорова Т.В., Полякова Т.А., Кузмичев Ю.Г., Яичников И.К., Антонов А.Я., Лосев А.С., Малыгин И.Е., Полуянова О.А. Оценка физической подготовленности студентов // Современные проблемы науки и образования. – 2015. – № 6.; [Электронный ресурс] URL: <http://science-education.ru/ru/article/view?id=23645>.
- 11 Перова Е.И., Куренцов В.А., Голубев В.П., Егорычева Э.В. Физическое состояние и готовность студенческой молодежи к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО 2014 года // Вестник спортивной науки. – 2014. – №2. [Электронный ресурс] URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/fizicheskoe-sostoyanie-i-gotovnost-studencheskoj-molodezhi-k-vypolneniyu-normativov-vserossiyskogo-fizkulturno-sportivnogo-kompleksa>.
- 12 Тулегенов Ш.Т., Тулегенова Ж.А., Ершатов К.Б. Физическая подготовленность студентов обучающихся по социальному проекту «Серпин-2050» // Актуальные проблемы гуманитарных и естественных наук. – 2017. – №2-2. – С. 52-62.

¹Саттарова А.А., ¹Кефер Н.Э., ²Геймор Е.В., ¹Новикова А.О., ¹Андреюшкин И.Л.

¹Қазақ спорт және туризм академиясы, Алматы қ., Қазақстан

²КММ «Тірек-қимыл аппараты бұзылған № 2 арнайы (түзету) мектеп-интернаты» Алматы қ., Қазақстан

ЕРЕКШЕ БІЛІМДІЛІКТІ ҚАЖЕТ ЕТЕТІН БАЛАЛАРДЫҢ СЕНСОМОТОРИКАСЫН ЖӘНЕ ТАНЫМДЫЛЫҚ ҚАБІЛЕТТЕРІН ДАМУДА АРНАЙЫ ІРІКТЕЛГЕН ҮСТЕЛҮСТІ БЕЙІМДЕУ ОЙЫНДАРЫН ҚОЛДАНУ

Саттарова Анна Анатольевна, Кефер Наталья Эгоновна, Геймор Екатерина Владимировна, Новикова Анна Олеговна, Андреюшкин Игорь Леонардович

Ерекше білімділікті қажет ететін балалардың сенсомоторикасын және танымдылық қабілеттерін дамытуда арнайы іріктелген үстелүсті бейімдеу ойындарын қолдану

Аңдатпа. Бастауыш мектеп балаларына арнап соңғы жылдары бірлескен спорттық интеграциялық мерекелерді өткізіп және инклюзиялық алаңдарды жасауға айтарлықтай үлкен күш жұмсалды. Мүмкіндігі шектеулі балалардың өз-өзіне қызмет ете алу мүмкіндіктері (ЦСА, ақыл есінің бұзылуы) керемет деп айта алмаймыз. Олардың жалпы өз құрдастарының деңгейіне жету қиынға соғады. Мұндай балалардың: танымдылық белсенділік деңгейі, қимыл-қозғалыс мүмкіндігі, жұмыс қарқыны, жалпы және ұсақ-қол моторикасының дамуы өте төмен. Олар сөйлеу тілдеріне қатысы жоқ ерекше жұмыс түрлерін қажет етеді. Бұл жағдайда суреттер мен үлестірмелі қағаздардың тиімділігі жоқ. Мұндай балалар мұғалімдер, ата-аналар, еріктілер жағынан жаппай ұжымдық көмекті қажет етеді. Сондықтан өздігінше қызығушылығы мен ынтасын қалыптастыруға көмектесетін жұмыс түрлерін қолдану керек. Мұндай мәселені шешуде үстел үсті ойындары ерекше орын алады.

Түйін сөздер: үстел үсті бейімдік ойындар, сенсорлық жүйе, психофизикалық даму.

Sattarova Anna Anatolievna, Kefer Natalia Egonovna, Geimor Yekaterina Vladimirovna, Novikova Anna Olegovna, Andreyushkin Igor Leonardovich

Utilization of specially selected table sport games to from sensor motor skills in children with multiple cognitive developmental delays

Abstract. In the past years there has been a significant effort to create integrated sport events and inclusive playgrounds for young school-age children. The most interesting idea became the utilization of adaptive board games that help to develop the sensory-motor skills and improve intellectual capacity. Children suffering from developmental delays (i.e.r cerebral palsy) aren't likely to engage in independent activities. They will never reach the level of development of their peers. The lacking areas usually are the level of intellectual abilities, physical development, gross and fine motor skills. To aid with development, they need activities that exclude the need for communication such as word finding. Picture and card games in this case have proven to be ineffective. These children usually need help in fulfilling certain tasks from a teacher, parent or a volunteer where the helper offers a hand and in turn ends up completing the task him or herself. Therefore, there is a need to find an activity that would motivate the child to complete the task independently to the most of his or her capacity. A special approach is warranted while working with children with developmental delays that would stimulate a completion of tasks requiring manual manipulation. Due to the nature of the activity, board games have earned a special place in the development of motor skills in children with developmental delays.

Key words: adaptive board games, sensory motor skills, psychophysical development.

Саттарова Анна Анатольевна, Кефер Наталья Эгоновна, Геймор Екатерина Владимировна, Новикова Анна Олеговна, Андреюшкин Игорь Леонардович

Использование специально подобранных адаптивных настольных игр для развития сенсомоторной и познавательной деятельности детей с особыми образовательными потребностями

Аннотация. В последние годы были предприняты значительные усилия для создания совместных интегрированных спортивных праздников и инклюзивных площадок для школьников. Самым интересным и уникальным является использование спортивных адаптивных настольных игр по формированию сенсомоторной сферы и познавательной деятельности. Возможности самостоятельной деятельности детей с ограниченными возможностями здоровья (ДЦП, нарушение интеллекта) не велики. Им никогда не «дотянуться» до уровня своих «обычных» сверстников. У этих детей все низкое: уровень познавательной активности, физические возможности, темп деятельности, развитие мелкой и общей моторики. Им нужны особые виды деятельности, не связанные с опорой на словесные методы. Картинки и карточки в данном случае не эффективны.

Эти дети нуждаются в массовой организованной помощи со стороны учителя, родителя, волонтера, часто действия совершаются «рука в руке», зачастую подменяя действия детей инерцией своего движения. Поэтому следует искать такой вид деятельности, который помог бы сформировать у них интерес и стимул к максимальному самостоятельному выполнению. К таким детям необходим особый подход, стимулирующий его к выполнению самостоятельных предметно-манипулятивных видов деятельности. Большое значения для решения этой проблемы приобретают настольные игры.

Ключевые слова: настольные адаптивные игры, сенсомоторная сфера, психофизическое развитие.

Тақырыптың өзектілігі: Қазақстан Республикасының білім беру жүйесінің бір бөлігі әлеуметті және оңалту және психофизикалық дамуында ерекше қажеттіліктері бар балаларды оқыту мен тәрбиелеу. Қазіргі уақытта инклюзивті білімді дамыту жоспарланған. Ауыр бұзылулары бар балалар арнайы-түзету мектептерінде білім алуда. Ереже бойынша бұл балалар түрлі ауытқулары бар балалар. Психофизикалық дамуында ерекшеліктері бар балаларды дені сау балалармен бірге оқытуда заңнамалық деңгейде бірнеше құжаттар қабылданды. Соған қарамастан соңғы жылдары интеграциялық спорттық мерекелерді өткізуде және инклюзиялық алаңдарды салуға үлкен күш жұмсалуда ауыр бұзылулары (АБ) бар және тірек қимыл аппараттары бұзылған балаларда үстелүсті спорттық бейімдеу ойындары ең тиімді жол болып табылады [1]. Санаткерлік және сөйлеу жетіспеушілігімен үйлесімде сенсорлық және моторлық функцияларды жөндеу үшін түзету жұмыстарының әртүрлі бағыттары көрсетілген.

Зерттеу тақырыбы: сенсомоторлық қызметі және танымдылық қабілетін дамытуда арнайы үстелүсті бейімдеу ойындарының жері.

Зерттеу мақсаты: Сенсомоторлық қызметі және танымдылық қабілеттерін жүйелеу бойынша қимыл аппараты бұзылған балалардың ерекшеліктерін ескере отырып үстел үсті бейімдеу ойындарын қолданудағы түзету жұмыстарын теориялық түрде өңдеп және ғылыми тәжірибе жүйесінде қолдану.

Бұл мақсат төмендегідей **тапсырмаларды шешуді** көздейді:

Аяқ-қолы кемтар және ақыл-есі бұзылған оқушыларды түзету және дене шынықтыру сабақтарында үстелүсті бейімдеу ойындарын қолдану кезінде сенсомоторлық жүйе дағдыларын қалыптастыру.

Инклюзивтік алаңда балалардың сенсомоторлық дағдыларын жүйелеу бойынша тәжірибе жасау.

Үстелүсті бейімдеу ойындарын ойнату кезінде танымдылық қабілеттерін тиімді бағалау

үшін сенсомоторлық жүйе мүмкіндіктерін талдау.

Зерттеу нәтижелері және оларды талқылау. Ойын – балалар үшін әлемді тану және маңызды коммуникативті дағдыларды меңгеру мүмкіндіктері.

Кульбутто – бұл италиялық ұлттық ойын, допты шар түрінде домалақтау және оңғасолға, жоғары-төмен теңестіре лақтыру. Ойын мөлшері 1.5x0.45x0.05 см. Ойында 4.2 см-ден 5.0 см-ге дейінгі диаметрлі доптар пайдаланылады. Бала үлкенмен бірге қолда ұстап тұрып, оңды-солға теңестіру жүргізу арқылы шармен ойнайды.



1-сурет – №2 интернаты оқушылары кульбутто ойынын ойнау сәті

Шаффлборд – ағылшындардың ұлттық ойыны. Ойыншы ойнау арқылы ойлау, есте сақтау, ұсақ-қол моторикасын жаттықтыратын керемет үстелүсті ойны.



2-сурет – №2 интернаты 10 сынып оқушысының шаффлбордта ойнауы

Джакколо – голландық ұлттық ойын. Көзбен өлшеуді, фишкаларды қағып алу мен физикалық шыдамдылықты дамытады. Ойынды үлкендер

мен 7 жастан асқан балалар ойнауға болады. Ойын мақсаты: 30 ағаш шайбаларды құлатып, көбірек ұпай жинау [2].



3-сурет – №2 интернат оқушылары джаколло үстел ойынын ойнауда

Новус – теңіз бильярды үшін бильярдқа арналған үстел. Көзбен өлшеу және фишкаларды ұру арқылы ұстап алу дағдыларын дамыта-

ды, физикалық ұстамдылығын, шыдамдылығын қалыптастырады. 10 жастан бастап балалар мен үлкендер ойнағанға өте жақсы ойын.



4-сурет – №2 интернаты оқушылары новус ойынын ойнау барысында

Үстелүсті спорттық бейімдеу ойындарын игеру бөлім бойынша жүргізілді. Ойындардың кей бөлімдері сабақтарда дене тәрбиесі бойынша жетекшінің көмегі арқылы дене шынықтыруға бейімдеп, сенсо-моторика арқылы қосылды.

Бірінші бөлімде балалар ауыз арқылы түсіндірімді түсінбеді, ойын мақсаты мен жолын түсіндіріп ойнату балаларға үлкен еңбекті қажет етті. Сабақ тыныс алу, қозғалыс жаттығуларынан басталды. Гиперкинезді балалардың жаттығу жасауын жеңілдетуге қолдарына укалау жасалды. Балалардың даму ерекшеліктерін ескеріп, түрлі дайындық жаттығулары жасалады.

Екінші бөлім үлкен адамдардың, жетекші педагог немесе өз құрдастарының бірігуімен ойналады. Бастапқыда әр баламен жеке ойнауға тура келді, себебі ойын деңгейін бұл оқушылардың меңгеріп ойнап кетуі қиынға түседі. Содан соң дене шынықтыру сабақтарында бейімдеу бойынша дене тәрбиесі жетекшілері қатысып, педагогтар оқушылармен жұп болып ойнай бастады. Қарсы педагог жетістік жағдайын жасайды, ал оқушының өз бетінше қимылдары белсенді түрде сыйлықтармен марапатталды.

Үшінші бөлім – қимыл апараты бұзылған балалармен қоса ата-аналармен бірге үстелүсті спорттық бейімдеу ойындарын

топтып жұмыстарын дамыта отырып торапынан ойнату. Әр жаңа қимыл әрекет педагог ескеріліп, мадаңтолып отырылды. Әр жаңа қимылды жасау жетістігіне де ата-аналар үлкен қызығушылықпен қарады. Әрине барлық баланың жетістікке жетуі екіталай. Көпшілігі заттарды қимылдата ғана алады. Бірақ ойынды толық меңгеру мақсаты жай қозғалыс дағдыларын игеру болып табылады [3]. Түзету жұмыстарының негізгі мазмұны түзету жұмыстар жүйесін анықтап, кешенді тұтас дифференциалдықты қамтамасыз етіп, толық психофизикалық даму жүйесін қалыпқа келтіру [4]. Бейімдік физикалық оңалтуды ұстау мүгедектердің уақытша жоғалған немесе бұзылған функцияларын (мүгедектіктің себебі болып табылатын негізгі ауруға байланысты жоғалған немесе ұзақ мерзімге бұзылған функциялардан басқа) қандай да бір қызмет түрі немесе өмірлік мән-жайлар процесінде туындайтын әртүрлі ауруларды, жарақаттарды, дене және психикалық асқын күштерді бастан кешірген соң қалпына келтіруге бағытталған [5, 6].

2018 жылы қыркүйек айында, яғни оқу жылының басында және 2019 жылы мамыр айы, оқу жылының соңында оқушылардың сөздерін, көру қабілеттері, қозғалыстары, жеке сенсомоторлық дамулары тексерілді. Бұл ақпаратты 1-кестеден көре аласыздар.

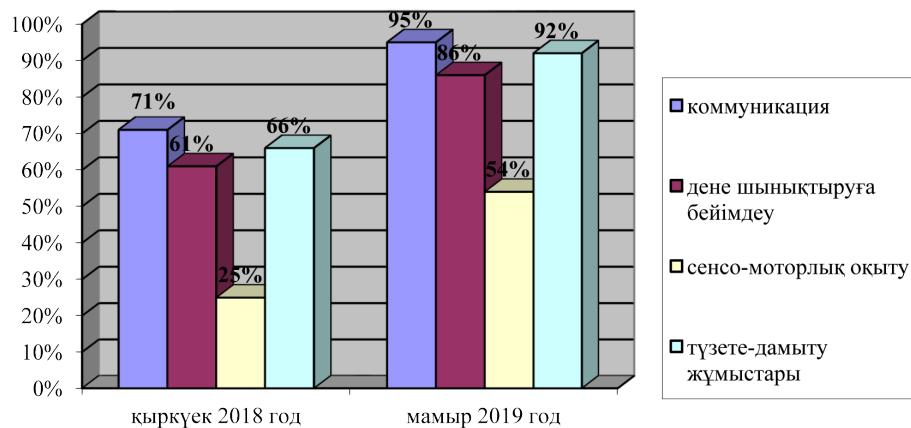
1-кесте – ТҚАБ және АБ балаларда үстел үсті бейімдеу ойындарын қолдана отырып, оқу жылы басында және оқу жылы аяғында сенсомоторлық оқыту дағдыларының көрсеткіштері

Баланың аты-жөні	Туған күні	Баланың өз-өзін қабылдаудағы дамуы		Сенсомоторлық эталондарын қалыптастыру		Көру және қозғалыс координациясы		Сенсомоторлық жеке әсер алуының дамуы	
		қыр-күйек	мамыр	қыр-күйек	мамыр	қыр-күйек	мамыр	қыр-күйек	мамыр
С. Ева	02.09.2004г.	70%	90%	75%	90%	80%	90%	60%	80%
Ж.Святослав	23.10.2003г.	70%	83%	70%	86%	60%	79%	50%	70%
Ш. Артем	23.04.2004г.	30%	40%	40%	65%	35%	43%	20%	35%
М. Валентина	29.07.2004г.	70%	90%	75%	90%	80%	90%	60%	80%
П. Владислав	03.06.2003г.	30%	40%	40%	65%	35%	43%	20%	35%
У. Диана	31.05.2004г.	55%	67%	68%	85%	47%	69%	57%	70%
П. Артем	27.06.2003г.	20%	30%	35%	20%	30%	35%	25%	30%
Т. Донал	09.10.2004г.	45%	57%	49%	58%	54%	69%	57%	70%

Оқу жылының басындағымен салыстырғанда, оқу жылының аяғында сенсомоторлық оқыту дағдыларының көрсеткіші әлдеқайда жоғары. Әрине, тәжірибеде ойын түрлерін қолдану оқушылардың сенсомоторлық мүмкіндіктерін әлдеқайда дамытады. Ауыр түрдегі П. Владислав, П. Артем, Ш. Артем АҚД балаларда «қысқышпен» ұстап алуы кезіндегі қимылдары ұтымды дамиды. Шар, диск, басқа да фигура және заттар туралы түсініктер қалыптасады. Затты ұстап алу және түрту, лақтыру, тегістікте сырғанау кезінде қол-саусақ қимылдарының функционалдық даму мүмкіндіктері қалыпта-

сады және де вестибулярлық аппараттары дамиды. Сенсомоторлық жеке дағдылары кеңінен дамиды. Бақылау соңында: коммуникация, дене шынықтыруға бейімдеу, емдік дене шынықтыру, түзету жұмыстары бойынша оқу жүйесі нәтижесінің мониторингі жүргізілді.

Сонымен, оқу жылының басында сыныптағы қарым-қатынас деңгейінің пайызы 71% құрады; және жылдың аяғында ол 95% құрады. Бейімделгіш дене тәрбиесінің дамуы қыркүйекте 61%, мамырда 86% болды. Жалпы, түзету көмегі жыл басында 66% құрады, содан кейін оның көлемі 92% артты.



5-сурет – 2018-2019 оқу жылындағы оқушылардың оқу жүйесіндегі нәтижесі (мониторинг)

Кәсіби тәжірибені әрі қарай дамытуда төмендегілер ұсынылады:

Үстелүсті бейімдеу ойындарын Қазақстанда дамыту және насихаттау.

Инклюзиялық алауларды және бейімдеу ойындарын қолдану арқылы спорттық мерекелерді ұйымдастыруда білім мекемелерінің басшыла-

рын жұмылдыру.

Еріктілердің қатысуымен мастер класс және үстелүсті бейімдеу ойындарды игеруде балалар мен олардың ата-аналарының қызығушылықтарын ояту.

Инклюзиялық алаңдарда мерекелердің өтуіне ЖОО-ның студенттерін тарту.

Әдебиеттер

- 1 Ветлитченко В.К. Медицинские аспекты физического воспитания школьников, имеющих отклонения в состоянии здоровья: автореф. дис. ... канд. пед. наук. – М., 2004. – 27 с.
- 2 Воспитание и обучение детей и подростков с тяжелыми и множественными нарушениями развития /под ред. И.М. Бгажноковой. – М., 2007. – 154 с.
- 3 Зайцева Л.А., Кунцевич Т.П. Особенности образовательного процесса в центре коррекционно-развивающего обучения и реабилитации/Л.А.Зайцева, Т.П. Кунцевич. – Мн., 2005. – 155 с.
- 4 Арсанкулова Л.Р., Кефер Н.Э. Коррекционная направленность в работе учителя с младшими школьниками с нарушением опорно-двигательного аппарата // Менеджмент в образовании. – 2019. – №2(92). – С.65.
- 5 Артамонова Л.Л. Лечебная и адаптивно-оздоровительная физическая культура: учебное пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности «Физическая культура» / Л.Л. Артамонова. – М.: Владос, 2014. – 309 с.
- 6 Варфоломеева З.С. Обучение двигательным действиям в адаптивной физической культуре: учебное пособие / З.С. Варфоломеева. – М.: Флинта, 2015. – 47 с.

Шепетюк М.Н., Науразбаева А.А., Бибосын С., Маратова Ж., Таширов А.Ж.

Казахская академия спорта и туризма, г. Алматы, Казахстан

СОВРЕМЕННЫЕ ПОДХОДЫ К ОРГАНИЗАЦИИ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ ПО МЕСТУ ЖИТЕЛЬСТВА (НА ПРИМЕРЕ Г. АЛМАТЫ)

Шепетюк Михаил Николаевич, Науразбаева Анель Абылкасымовна, Бибосын Султан, Маратова Жанерке, Таширов Аслан Жумагалиевич

Современные подходы к организации занятий физической культурой по месту жительства (на примере г. Алматы)

Аннотация. В статье дается объективный всесторонний анализ о привлечении к занятиям физической культурой и спортом детей и подростков при исполнении социального проекта «Спорт в моем дворе» акимата г.Алматы. Собрана информация о количестве занимающихся за период внедрения проекта, проанализированы данные по развитию инфраструктуры для занятий физическими упражнениями в районах г.Алматы, какие виды спорта были включены в данный проект, как оценивались результаты проделанной работы, какие критерии оценки деятельности и каким образом организовывалось подведение итогов работы за год в ходе городских соревнований детей для выявления лучших участников проекта и качества проделанной работы в районах города Алматы. Разработаны рекомендации по дальнейшему совершенствованию социального проекта для повышения его эффективности.

Ключевые слова: проект, физические упражнения, спортивная площадка, реализация, инструктор, соревнования.

Shepetyuk Mikhail Nikolayevich, Naurazbaeva Anel Abilkasymovna, Bibosyn Sultan, Maratova Zhanerke, Tashirov Aslan Zhumagalievich.

Modern approaches to the organization of physical training culture at the place of residence (for example, Almaty)

Abstract. The article provides an objective comprehensive analysis of the involvement of physical culture and sports of children and adolescents in the performance social project "Sport in my yard" akimat of Almaty. Collected information about of participants during the implementation of the project, analyzed data on development of infrastructure for physical exercises in the districts of Almaty. What sports were included in this project, how were the results evaluated of the work done, what are the criteria for assessing the activities and how summing up of work for year during city competitions of children was organized, to identify the best project participants and the quality of work done in the districts Almaty city. Recommendations for further improvement have been developed social project to increase its efficiency

Key words: project, exercise, Playground, implementation, instructor, competition.

Шепетюк Михаил Николаевич, Науразбаева Анель Абылкасымовна, Бибосын Султан, Маратова Жанерке, Таширов Аслан Жумагалиевич

Тұрғылықты жері бойынша дене шынықтыру сабақтарын ұйымдастырудағы заманауи тәсілдері (Алматы қаласы мысалында)

Аңдатпа. Мақалада Алматы қаласы әкімдігінің "Менің ауламыдағы спорт" әлеуметтік жобасын орындау барысында балалар мен жасөспірімдерді дене шынықтырумен және спортпен айналысуға тарту туралы объективті жан-жақты талдау беріледі. Жобаны енгізу кезеңінде шұғылданушылар саны туралы ақпарат жиналды. Алматы қаласының аудандарында дене жаттығуларымен айналысу үшін инфрақұрылымды дамыту бойынша деректер талданды, осы жобаға қандай спорт түрлері енгізілді, атқарылған жұмыс нәтижелері қалай бағаланды. Алматы қаласының аудандарында атқарылған жұмыс сапасы мен жобаның үздік қатысушыларын анықтау үшін қалалық жарыс барысында бір жыл ішінде жұмыс қорытындысын шығару қалай ұйымдастырылды. Оның тиімділігін арттыру үшін әлеуметтік жобаны одан әрі жетілдіру бойынша ұсыныстар әзірленді.

Түйін сөздер: жоба, физикалық жаттығулар, спорт алаңы, іске асыру, нұсқаушы, жарыстар.

Актуальность темы. В XXI веке современных технологий многие дети увлечены компьютерами, игровыми приставками, сотовыми телефонами. Сегодня современные дети мало внимания и времени уделяют занятиям физическими упражнениями.

В ходе комплексного исследования здоровья детей и подростков были внесены дополнения в целевую комплексную программу «Образование и здоровье», основу которой составляют следующие принципы [1]:

- совершенствование в детских образовательных учреждениях медицинского обслуживания;
- витаминизация, закаливание, решение оздоровительных задач средствами физической культуры с широким использованием общеукрепляющих средств;
- повышение ответственности детей и подростков за свое здоровье и привитие навыков здорового образа жизни;
- рациональное распределение труда, отдыха, учебных нагрузок;
- участие в занятиях физической культуры, систематических оздоровительных мероприятиях путем водных и иных закаливающих процедур, витаминизации, массажа.

Сохранение и восстановление здоровья подростков представляется комплексной проблемой, решение которой зависит от сочетания усилий многих специалистов. Здоровье подростка – забота не только врачей, но также семьи и общества в целом. Максимально реализовать программу охраны здоровья подростков можно только в организованных коллективах молодежи. Важность обеспечения полноценного здоровья и развития подростка в становлении социального потенциала общества не вызывает сомнения [2]. Сегодня среди подростков низкая физическая активность, высокий рост хронических заболеваний. Поработав с определенным количеством подростков, выяснилось, что они обладают недостаточным количеством знаний в проблеме по формированию здорового образа жизни, что говорит об актуальности дальнейшего исследования. Важным направлением является разработка и внедрение принципиально новых, современных технологий спортивной подготовки, которые должны обеспечивать высокую эффективность тренировочного процесса на всех этапах становления спортивно-технического мастерства в различных видах спорта, а также иметь выраженную направленность на укрепление здоровья и повышение уровня физической

подготовленности подростков и молодежи [3]. Решение данных задач требует проведения серьезных научных исследований с применением современных инструментальных методик и соблюдением основных методологических принципов по планированию экспериментальной работы, а также анализу и статистической оценке результатов педагогических исследований. Сфера спорта и физической культуры, в первую очередь, должна быть ориентирована на выполнение главной своей миссии – поддержание и укрепление здоровья населения, улучшение качества жизни, особенно в современном обществе, когда сидячий образ жизни стал нормой. О значимости физической культуры для здоровья человека еще в начале первого тысячелетия знаменитый персидский врач, ученый, философ Авиценна говорил: «Человек, умеренно и последовательно занимающийся физическими упражнениями, не нуждается в лечении» [4].

В акимате г. Алматы был разработан проект, который направлен на привлечение детей к занятиям физическими упражнениями, и что самое главное, на бесплатной основе, т.е. все расходы по реализации проекта «Спорт в моем дворе» были заложены в бюджете акимата г. Алматы. Проект был направлен на расширение и модернизацию спортивных объектов, привлечение детей и подростков к занятиям физическими упражнениями. Привлекательность данного проекта заключалась еще в том, что детям не надо было ездить на какие-либо секции, так как занятия физическими упражнениями проводились во дворах домов по месту жительства.

Цель исследования: проанализировать результаты работы по реализации проекта «Спорт в моем дворе» акиматом г. Алматы в 2017 и 2018 годах.

Задачи исследования:

Оценить состояние инфраструктуры для занятий физическими упражнениями в районах г.Алматы.

Определить изменение количества занимающихся на дворовых площадках в ходе выполнения проекта.

Проанализировать содержание занятий физическими упражнениями при реализации проекта «Спорт в моем дворе».

В 2017 году в г.Алматы открылся социальный проект при поддержке акимата г.Алматы под названием «Спорт в моем дворе». Проект был создан с целью вовлечения детей в дворовой спорт, а местом проведения были дворовые площадки. В ходе открытия проекта на многих пло-

щадках в дворах домов г. Алматы были проведены ремонтные работы для улучшения состояния объектов к проведению занятий физическими упражнениями. Во всех дворах было заключено соглашение с КСК (кооператив собственников

квартир) о сотрудничестве в рамках проекта. По результатам исследования мы выявили, что в г. Алматы в 2017 году было 74 плоскостных сооружения. За год внедрения проекта количество сооружений увеличилось до 151 (рисунок 1).

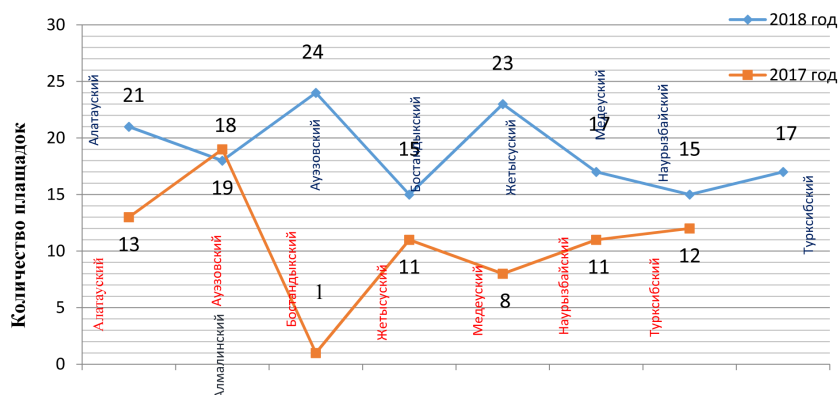


Рисунок 1 – Количество площадок в районах г. Алматы

Количество спортивных площадок в районах г. Алматы в 2017 году было 74, а в Бостандыкском районе была всего одна площадка. В 2018 году к проекту добавился Алмалинский район, а также увеличилось число плоскостных сооружений до 151: в Алатауском районе на 2017 год было 13 площадок, в 2018 году стало 21, в Ауэзовском – было 19, стало 24, в Бостандыкском районе – была 1, стало 15, в Жетысуском районе – было 11, стало 23, в Медеуском районе – было 8, стало 17, в Наурызбайском районе – было 11, стало 15, в Турксибском районе – было 12, стало 17, в Алмалинский район был включен в проект в 2018 году, где работало 18 площадок.

Важным в проекте «Спорт в моем дворе» является то, что он направлен на привлечение к занятиям спортом с малого возраста, когда детей еще не берут в секции. Основная идея проекта – это сплочение детей воедино, умение взаимодействовать в команде, вести активный образ жизни и вовлекать своих родных и близких в спортивные мероприятия. Пропаганда здорового образа жизни является основной задачей данного проекта. Проект приобрел большую популярность среди детей и подростков, так как занятия физическими упражнениями проходили совершенно бесплатно во дворах домов где жили сами дети. На площадках проводились тренировки квалифицированными тренерами, которые имели спортивные звания «Мастера спорта» и «Кандидат в мастера

спорта». Количество работающих инструкторов (тренеров) составляло 53 человека, в том числе 22 инструктора работали на 2-х ОПС (открытое плоскостное сооружение).

За 2017 год была проделана следующая работа:

Обеспечена деятельность 75 ОПС с регулярностью работы инструкторов по 2 часа в день.

Проводилась постоянная агитация среди жителей микрорайонов по привлечению детей и подростков для проведения активного досуга.

Налажено сотрудничество с проектом, который занимался особенными детьми «Инклюзивный спорт». В данном проекте находились особенные дети, которые перенесли различные заболевания: болезнь «Дауна», инвалиды, «Аутизм». Инструктора подобрали специальные упражнения и подвижные игры с учетом здоровья особенных детей.

Проведенная организаторами и инструкторами работа позволила увеличить количество занимающихся в 2018 году до 11053 человек (рисунок 2).

За время внедрения проекта с 2017 по 2018 год количество занимающихся по районам увеличилось: в Алатауском районе – с 1473 до 1765, в Ауэзовском районе – с 1916 до 2046, в Бостандыкском районе – с 72 до 857, в Жетысуском районе – с 1078 до 1681, в Медеуском районе – с 700 до 1323, в Наурызбайском районе – с 1063 до 1141, в Турксибском районе – с 1114 до 1144,

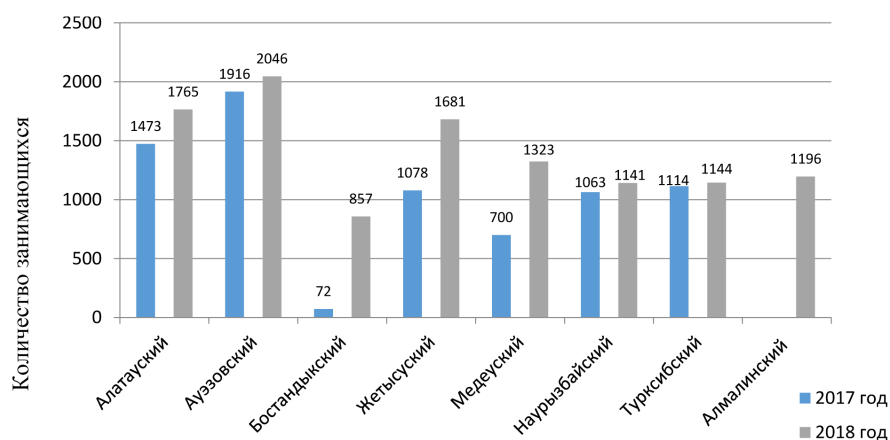


Рисунок 2 – Количество занимающихся по районам

в Алмалинском районе в 2018 году занимались 1196 человек.

В проекте «Спорт в моем дворе» занятия проводились по разным видам спорта. Хотелось бы отметить, что виды спорта подбирались с учетом интересов занимающихся для любого возраста и возможностей спортивных сооружений. Тренировки проводились каждый день, кроме понедельника и вторника, по 2 часа. Разминка длилась 20 минут, остальное время занимали физические упражнения и игры. Многие игры помогали детям приобретать опыт работы

в командах, на примере таких игр как футбол и баскетбол, которые произошли от обычной дворовой забавы. Футбол был известен еще в средние века в Англии, теперь это самый популярный в мире вид спорта. Баскетбол был изобретен американским врачом для развития школьников. Хотелось бы отметить, что занятия футболом и баскетболом проводились во дворах, где позволяли условия, то есть где была баскетбольная или футбольная площадка. В ходе занятий применялись тренировочные задания из других видов спорта. Например: воркаут, бадминтон, лег-



Рисунок 3 – Футбол



Рисунок 4 – Скипинг



Рисунок 5 – Эстафета



Рисунок 6 - Воркаут

кая атлетика, различные эстафеты, подвижные игры (рисунки 3, 4, 5, 6).

Инструкторами проекта организовывались соревнования для выявления не только лучших, но и оценки качества проделанной работы. Популярность данного проекта заключалась в активности всех заинтересованных лиц, готовности организовывать массовые старты

для различных возрастов. Соревнования проходили в 3 этапа. На каждом этапе отбирались дети, которые проходили в следующий тур соревнований. Участники соревнований делились на два возраста – младший и старший. К младшему возрасту отнесли детей от 7 до 12 лет, к старшему возрасту – детей от 13 до 17 лет (рисунки 7, 8).



Рисунок 7 – Открытие соревнований

В программу соревнований включили: стритбол, футбол, бадминтон, воркаут, прыжки в длину, бег на 50 метров для младшего возраста и 100 метров для старше-

го возраста, прыжки на скакалке, аркан тарту (перетягивание каната), эстафета 4x50 м, а также эстафету под названием "Семейные старты".



Рисунок 8 – Победители и призеры соревнований

На первом этапе соревнований общее количество участвующих составило 11947 (рисунок

9), на втором – 8122 (рисунок 10), на третьем этапе – 1209 занимающихся (рисунок 11).

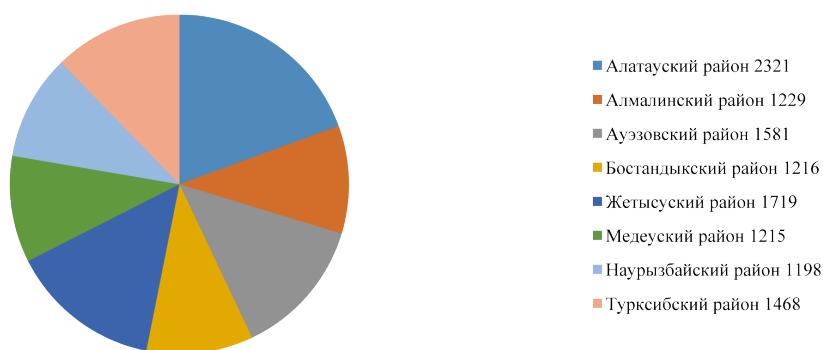


Рисунок 9 – Количество участвующих в городских соревнованиях: 1 этап - Кустовой

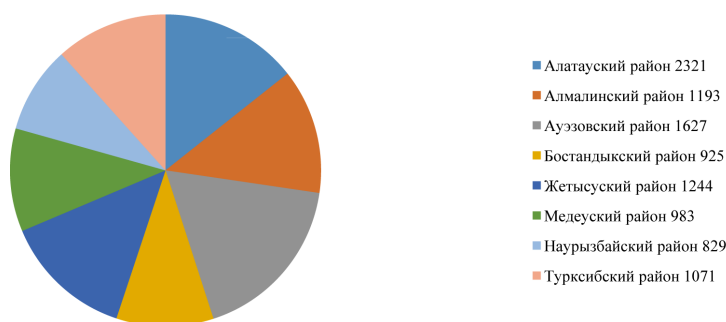


Рисунок 10 – Количество участвующих в городских соревнованиях: 2 этап - Районный

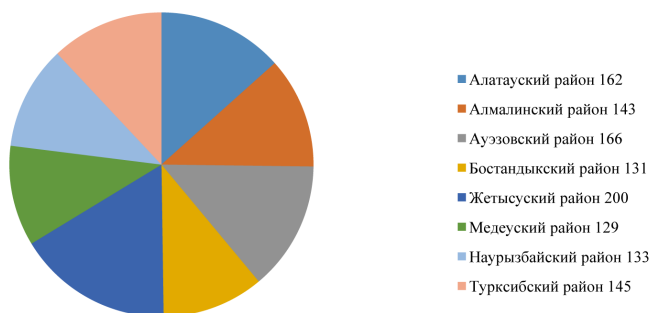


Рисунок 11 – Большой городской финал

Выводы. В результате анализа проделанной работы мы выяснили, что проект сделал большой вклад в развитие г. Алматы как одного из центров массовой физической культуры. Главной целью данной программы являлось привлечение детей и юношей к активному образу жизни, занятиям спортом и физическими упражнениями. Совершенно бесплатно каждый ребенок мог обратиться к инструкторам, которые проводили занятия

на площадках, и принять участие в занятиях с пользой для здоровья, а также пообщаться с другими детьми и найти новых друзей. Реализация проекта позволила:

1. Выявить состояние инфраструктуры для занятий физическими упражнениями в районах г. Алматы, определить количество дворовых площадок, задействованных в проекте в 2017 году (74 площадки) и в 2018 году (151 площадка)

и их оснащение для занятий различными физическими упражнениями.

2. Увеличить количество занимающихся на дворовых площадках в ходе выполнения проекта. В 2017 году количество занимающихся составляло 7416, в 2018 году количество увеличилось до 11153. Это означало, что детей и подростков очень заинтересовала данная программа, и она стала популярной.

3. Систематизировать содержание занятий физическими упражнениями при реализации проекта, определить формы организации занятий, какие разнообразные физические упражнения и подвижные игры применялись в проекте с учетом возраста, интересов и возможностей занимающихся.

Практические рекомендации. Для дальнейшего развития проекта «Спорт в моем дворе» мы предлагаем:

1) для улучшения работы инструкторов ввести обучающиеся курсы по организации и мето-

дике проведения занятий и оказания первой необходимой медицинской помощи при травмах в процессе занятий;

2) разработать модель дворовой спортивной площадки с тренажерами различной направленности для повышения эффективности тренировочных занятий;

3) команды, которые достигли наилучшего результата в финальных этапах соревнований проекта по видам спорта, заявлять на профессиональные городские турниры по этим видам;

4) в зимнее время года разработать программу занятий на открытых площадках и в закрытом оборудованном помещении с учетом реальных возможностей каждой площадки;

5) для пропаганды данного проекта привлекать современные средства массовой информации, телевизионные рекламные проекты, агитационные плакаты и т.д.

Литература

- 1 Беляков Н.И., Уанбаев Е.К., Русанов В.П. Теоретико-методические аспекты совершенствования физического воспитания детей школьного возраста // Теория и методика физической культуры. – 2017. – №3. – С. 44-48.
- 2 Александров Ю.Г. Казахстан перед барьером модернизации. – М.: ИВ РАН, 2013. – 288 с.
- 3 Калмакова Ж.А. Влияние социально-гигиенических факторов на состояние здоровья студентов высшего учебного заведения Республики Казахстан // Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований. – 2014. – № 8-1. – С. 49-51.
- 4 Закирьянов К.К., Орехов Л.И. Здоровье – ценность личностная и государственная // Теория и методика физической культуры. – 2011. – №2. – С. 13-18.

ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА
СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ



Казахская академия спорта и туризма, г. Алматы, Казахстан

ОБЗОР И АНАЛИЗ НАУЧНЫХ РАБОТ КАЗАХСТАНСКИХ СПЕЦИАЛИСТОВ, ПОСВЯЩЕННЫХ ДЗЮДО

Балтина Алтынай Сапаровна, Искаков Тайыржан Бахытбаевич, Есқалиев Мухтар Зейнулдинович, Жүнісбек Динара Нұрғалықызы, Дускаева Назима Сапарғалиевна

Обзор и анализ научных работ казахстанских специалистов, посвященных дзюдо

Аннотация. Рост популярности дзюдо в мире ставит перед учеными задачу постоянного поиска новых, эффективных и научно-обоснованных средств и методов подготовки спортсменов к соревновательной деятельности. На сегодняшний день казахстанскими специалистами в области дзюдо проведены научные исследования, связанные с изучением закономерностей спортивной тренировки, особенностей психологической подготовки дзюдоистов, педагогических средств и методов совершенствования учебно-тренировочного процесса, основ спортивной физиологии единоборцев. Однако специалисты считают, что накопленные обширные научные познания о различных видах единоборств, в том числе и дзюдо, казахстанскими исследователями не стали до сих пор объектом глубокого научного анализа. Систематический анализ позволит определить эффективные современные технические средства в обеспечении контроля и планирования нагрузок на различных этапах подготовки дзюдоиста. Выделить информативные тесты, показатели и факторы успешной тренировки на различных этапах спортивной подготовки. В связи этим проведен структурный научный обзор работ, находящихся в открытом доступе в казахстанских научных изданиях за период с 2012 года по 2019 год, посвященных различным аспектам спортивного единоборства и дзюдо в том числе.

Ключевые слова: дзюдо, научные исследования, обзор, структурный анализ, спортивные единоборства.

Baltina Altyнай Saparovna, Iskakov Taiyrzhan Bahytbaevich, Yeskaliyev Mukhtar Zeinuldinovich, Zhunisbek Dinara Nurgalykkyzy, Duskaeva Nazima

Review and analysis of scientific works of Kazakhstani specialists devoted to judo

Abstract. The growing popularity of judo in the world puts before scientists the task of constantly searching for new, effective and scientifically sound means and methods of preparing athletes for competitive activities. To date, Kazakh experts in the field of judo conducted research related to the study of the laws of sports training, features of psychological training of judoists, pedagogical means and methods of improving the training process, the basics of sports physiology of martial artists. However, experts believe that the accumulated extensive scientific knowledge about various types of martial arts, including judo, Kazakh researchers have not yet become the object of deep scientific analysis. The systematic analysis will allow to define effective modern technical means in ensuring control and planning of loadings at various stages of preparation of the judoist. To allocate informative tests, indicators and factors of successful training at various stages of sports training. In this regard the structural scientific review of the works which are in open access in the Kazakhstan scientific editions for the period from 2012 to 2019, devoted to various aspects of sports single combat and judo including is carried out.

Key words: judo, research, review, structural analysis, martial arts.

Балтина Алтынай Сапаровна, Искаков Тайыржан Бахытбаевич, Есқалиев Мухтар Зейнолдаулы, Жүнісбек Динара Нұрғалықызы, Дускаева Назима Сапарғалиевна

Дзюдоға арналған қазақстандық мамандардың ғылыми жұмыстарына шолу және талдау жүргізу

Аңдатпа. Әлемдегі дзюдоның танымалдығының өсуі ғалымдардың алдына спортшылардың жарыстық іс-қимылына дайындалуының жаңа, тиімді және ғылыми негізделген құралдары мен әдістерін тұрақты іздеу міндетін қойып отыр. Бүгінгі таңда дзюдо саласындағы қазақстандық мамандармен спорттық жаттығудың заңдылықтарын, дзюдошылардың психологиялық дайындығының ерекшеліктерін, оқу-жаттығу процесін жетілдірудің педагогикалық құралдары мен әдістерін, жекпе-жек спорт физиологиясының негіздерін зерделеумен байланысты ғылыми зерттеулер жүргізілді. Алайда, мамандар жекпе-жек түрлері, соның ішінде дзюдо туралы жинақталған ауқымды ғылыми танымдар қазақстандық зерттеушілердің әлі күнге дейін терең ғылыми талдау объектісі болған жоқ деп санайды. Жүйелі талдау – дзюдошы дайындаудың әр түрлі кезеңдерінде жүктемені бақылау мен жоспарлауды қамтамасыз етуде тиімді заманауи техникалық құралдарды анықтауға мүмкіндік береді.

Спорттық дайындықтың әртүрлі кезеңдеріндегі тиімді жаттығудың ақпараттық тестілерін, көрсеткіштері мен факторларын бөліп көрсетеді. Осыған байланысты спорттық жекпе-жектердің, соның ішінде, дзюдоның түрлі аспектілеріне арналған 2012 жылдан бастап 2019 жылға дейінгі кезеңде қазақстандық ғылыми басылымдарда ашық, қолжетімді жұмыстарға құрылымдық ғылыми шолу жүргізілді.

Түйін сөздер: дзюдо, ғылыми зерттеу, шолу, құрылымдық талдау, спорттық жекпе-жек.

Введение. На сегодняшний день отмечается, что различные виды спортивного единоборства – это вид спорта с глубокими традициями и огромным количеством накопленных знаний в школах по всему миру. Однако современное состояние научной базы и наиболее значимые разработки до сих пор не были объектом глубокого научного анализа, особенно казахстанскими исследователями.

Бурный рост спортивных достижений в различных видах спортивного единоборства, и дзюдо в том числе, делает необходимым для казахстанских специалистов постоянный поиск новых средств и методов для эффективной работы со спортсменами. Для лучшего развития любого вида спорта необходимы постоянный рост общей базы анализа эффективности последних научных достижений, содержащих в себе технико-тактические аспекты подготовки спортсменов и анализ движений ведущих спортсменов по каждому виду борьбы на соревнованиях.

В силу чего основной целью и задачами данного исследования стали обзор и структурный анализ научных работ, находящихся в открытом доступе по различным видам спортивного единоборства, и дзюдо в том числе.

Все это необходимо для разработки содержательных, методических материалов для обеспечения наибольшей эффективности работы со спортсменами, особенно на начальном этапе их специализации.

Методы и организация исследования. Основными методами исследования выступили: анализ и синтез научных работ применительно к проблеме и предмету исследования; сравнительный и системный анализ полученных эмпирических данных в современных исследованиях, посвященных подготовке спортсменов различных видов единоборств, в том числе и дзюдо.

Результаты исследования и их обсуждение. Анализ содержания научных публикаций позволил определить основные направления исследований казахстанских ученых, посвященных различным видам единоборств, в том числе и дзюдо. Всего было выделено 6 значимых направлений исследований: общие проблемы; физическое воспитание населения; психологи-

ческие проблемы физической культуры; медико-биологические проблемы физической культуры; подготовка специалистов в области физической культуры, спорта и туризма; теория и методика спортивной тренировки.

Анализ тематики научных исследований позволяет выделить несколько основных направлений научных исследований казахстанских ученых в области спортивного единоборства.

К первому, самому значимому направлению относятся вопросы теории и методики спортивной тренировки, обеспечивающие повышение эффективности обучения техническим действиям и приемам. Второе научное направление представляет собой совокупность исследований по общим проблемам занятий по спортивным видам единоборств и их роли в процессе физического воспитания лиц, занимающихся различными видами спортивного единоборства в образовательных учреждениях Казахстана.

Третье направление составляют исследования по вопросам физического воспитания населения.

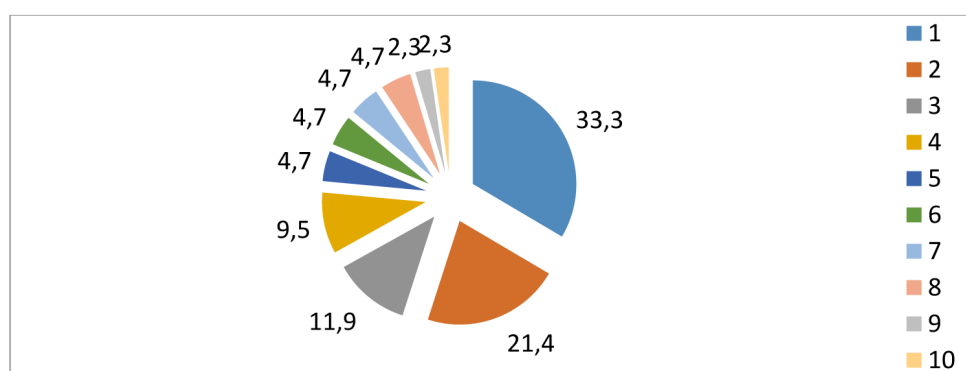
Четвертое, пятое и шестое направления имеют практически одинаковую представленность в работах казахстанских ученых, к ним относятся вопросы: психологических проблем физической культуры; медико-биологические проблемы физической культуры и подготовка специалистов в области физической культуры, спорта и туризма. Как правило, они отражают вопросы уровня физического, психологического и социального развития лиц, занимающихся спортивными единоборствами в Республике Казахстан, а также вопросы качественной и профессиональной подготовки тренерских кадров и судейского корпуса.

В качестве материала для исследований использовались научные статьи казахстанских исследователей за период с 2012 по 2019 годы (8 лет), посвященные различным направлениям тренировочной и соревновательной деятельности лиц, занимающихся спортивными единоборствами, в том числе борьбой дзюдо. Все статьи опубликованы в журнале «Теория и методика физической культуры» Казахской Академии Спорта и Туризма и находятся в открытом доступе - <http://tmfk.kz/> [1].

В процессе анализа было рассмотрено 394 статьи, из которых только 42 отражали вопросы различных видов спортивной борьбы, что составило 10,6% от всех публикаций за рассматриваемый период. Наибольший интерес у исследователей отмечается к борьбе дзюдо, что составило 14 статей, это 33,3% по отношению к статьям о спортивных единоборствах, и, всего 3,5% по отношению ко всем научным статьям за рассматриваемый период. На втором месте статьи с определением борьба, спортивные единоборства – их 9, это 21,4% по отношению к статьям о спортивных единоборствах и всего 2,2% по отношению ко всем научным статьям за восьмилетний период. По виду борьбы каратэ – 5 публикаций, это 11,9% по отношению к статьям о спортивных единоборствах и 1,3% по отношению ко всем научным статьям. При этом наибольший интерес к данному виду спорта

возрос именно в последний год. Далее статьи по национальному виду борьбы күресі, их 4 – это 9,5% по отношению к статьям о спортивных единоборствах и всего 1% по отношению ко всем научным статьям. Статьи, освещающие такие виды борьбы, как рукопашный бой, греко-римская борьба и тхэквондо, представлены двумя публикациями каждая, это 4,7% по отношению к статьям о спортивных единоборствах и всего 0,5% по отношению ко всем научным статьям. В двух статьях представлены вопросы о Национальных сборных командах Казахстана по видам борьбы (4,7% и 0,5% соответственно). По одной статье о таких видах спорта как самбо и вольная борьба, это 2,3% по отношению к статьям о спортивных единоборствах и всего 0,25% по отношению ко всем научным статья за рассматриваемый период.

Данные представлены на рисунке 1:

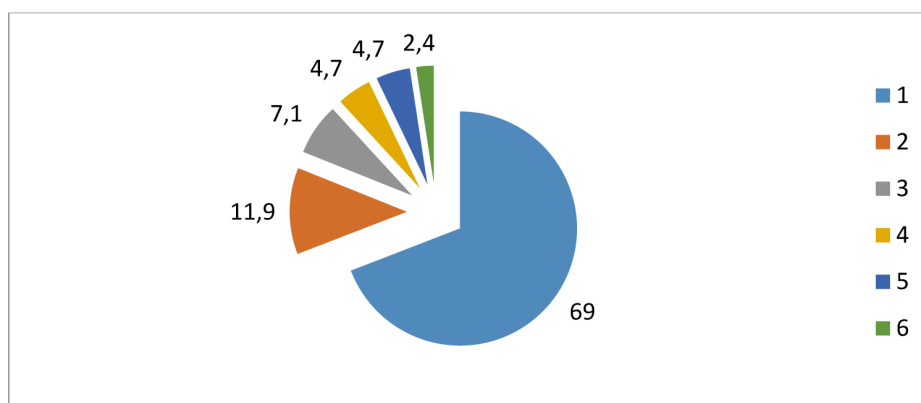


1 – статьи о дзюдо, 2 – статьи с определением борьба, восточные единоборства, 3 – статьи с определением борьбы каратэ, 4 – статьи с определением национальные виды борьбы, күресі, 5 – статьи о борьбе рукопашный бой, 6 – статьи о греко-римской борьбе, 7 – статьи о тхэквондо, 8 – статьи о Национальных сборных командах Казахстана по видам борьбы, 9 – статьи о борьбе самбо, 10 – статьи о вольной борьбе.

Рисунок 1 – Представленность статей о различных видах спортивного единоборства, представленных в журнале «Теория и методика физической культуры» Казахской Академии спорта и туризма с 2012 по 2019 годы (%)

По содержанию статьи отражают: теорию и методику спортивной тренировки – 29 статьи – 69%; общие проблемы – 5 статей – 11,9%, физическое воспитание населения – 3 статьи – 7,1%, психологические проблемы физической культуры и статьи, рассматривающие подготовку спе-

циалистов в области физической культуры, спорта и туризма, – по 2 статьи, что составило 4,7% соответственно. Вопросы медико-биологических проблем физической культуры за весь рассматриваемый период – 1, что составило 2,4% (Рисунок 2).



1 – статьи о вопросах теории и методики спортивной тренировки,
 2 – статьи по общим проблемам физической культуры, 3 – статьи о физическом воспитании населения,
 4 – статьи о психологических проблемах физической культуры, 5 – статьи о подготовке специалистов в области физической культуры, 6 – статьи о медико-биологических проблемах физической культуры

Рисунок 2 – Представленность статей о спортивных единоборствах по разделам изучения (%)

Как видно из рисунка 2, наибольший научный интерес у исследователей вызывают вопросы теории и методики спортивной тренировки. При этом рассматриваются биомеханические аспекты техники ударных действий в восточных единоборствах спортсменами различной квалификации (на примере удара коленом) (В.А. Кабуша, Ю.В. Литвиненко, В.Ю. Зарудний, С.С. Беленко, 2012); изучены значимые чувствительные периоды в развитии скоростно-силовых качеств спортсменов-тхэквондистов 8-20 лет (А.К. Кульназаров, Ж.И. Жунусбеков, 2012). Помимо этого, обоснована структура физической подготовки дзюдоистов на основе обобщения научно-методических публикаций по особенностям функционирования организма женщин и организации тренировочного процесса (М.Н. Шепетюк, А.Р. Житкеев, Н.М. Шепетюк, Н.В. Кудашова, 2013); разработаны рекомендации по психофизической и технико-тактической подготовке спортсменов-рукопашников к соревнованиям на основе исследования закономерностей соревновательной деятельности и критического анализа научной и методической литературы (Н.К. Камбаров, О.Е. Бектурганов, 2013); выявлен уровень развития силовых и скоростно-силовых качеств спортсменов высокой квалификации, занимающихся греко-римской борьбой (А.Б. Дошыбеков, Е.Б. Ниязакынов, Р.Б. Лесбекова, 2013); изложены данные о возможностях использования компьютерных технологий на начальном этапе в системе подготовки борцов (В.Ф. Бойко, Ю.В. Тупеев, В.В. Яременко, В.А. Андрейцев, 2013).

В 2014 году по данному направлению изучены вопросы разработки и экспериментального обоснования методики построения тренировочного процесса борцов на основе анализа соревновательной деятельности с использованием информационных технологий (З.А. Бакиев) и методики применения информационных и инновационных технологий в учебно-тренировочном процессе борцов (З.А. Бакиев).

В 2015 году наблюдается повышение интереса к вопросам теории и методики спортивной тренировки и опубликовано самое большое количество статей, рассматривающих различные вопросы данного направления за анализируемый период с 2012 по 2019 годы. Это вопросы возможности применения общей физической подготовки в тренировочном процессе борцов для воспитания у них анаэробной выносливости (Ж.А. Усин, Ж.А. Усина, С.И. Хаустов, Е.А. Кистаубаев, А.А. Усин); современных тенденций и проблем международного Олимпийского движения (Б.Н. Болдырев, Ж.А. Санауов); варианты контроля за технической подготовленностью дзюдоистов, применяемые в системе подготовки сборных команд и индивидуально каждого спортсмена (Н.М. Шепетюк, Г.Н. Альмуханбетова, Е. Насиев, Ж. Сайлаубаев, М.Н. Шепетюк); методики применения теста с бросками борцовского манекена для определения функциональной подготовленности дзюдоистов и времени восстановления организма после выполнения интенсивной работы (Н.М. Шепетюк, М.Н. Шепетюк, Б.С. Нурашева, Ж.Н. Сайлаубаев,

Г.Н. Альмуханбетова); внедрение в практику подготовки борцов высокой квалификации греко-римского стиля нетрадиционных средств и методов для повышения их специальной работоспособности (Ш.А. Абдыкеримов, С.К. Мустафин) и количественные и качественные показатели технико-тактических действий участников Международного турнира по дзюдо в г. Павлодаре по весовым категориям (Г.Н. Альмуханбетова, Ж.Н. Сайлаубаев, В.Н. Георгиев, А.В. Тен).

Помимо этого, в рамках теории и методики спортивной тренировки авторами затрагиваются вопросы взаимосвязи показателей морфофункционального состояния и специальной физической подготовленности спортсменов-юниоров (Ж.М. Андасова, А.А. Жасталапов, 2016); педагогического эксперимента по развитию силовых возможностей специализирующихся в дзюдо с применением комплекса упражнений без отягощений (М.Н. Шепетюк, С.Б. Караков, А.В. Тен, З.Р. Райфова, Н.М. Шепетюк, 2016); вопросы методики оценки технической подготовленности дзюдоистов в условиях соревновательных встреч (М.Н. Шепетюк, Н.М. Шепетюк, Е.Б. Крушбеков, А.В. Тен, Г.Н. Альмуханбетова, 2016); при разработке казахстанской методологии борьбы метод моделирования различных видов борьбы был предложен в качестве основного метода для начальной подготовительной группы (Н.О. Утенов, Е.Ю. Суеншбеков, 2016) и методики WTF по таэквондо – для ног (Е.М. Мухиддинов, Т.М. Ахмадиев, Д.Б. Бекбаев, А.Д. Байырбеков, К.И. Муканбеков, 2016).

К 2017 и 2018 годам количество исследований в данном направлении снизилось и составило всего 4 работы – "Қазақ күресі жарыс ережесінің теориялық және әдістемелік қалыптасу негіздері" (Е. Алимханов, М. Мырзаев, А. Аливей, Б. Бакаев, Ф. Койшыманов, 2017); "Қазақ күресі палуандарының техникалық-тактикалық даярлығын жетілдіру әдістемесінің тиімділігі" (Е.К. Мырзабосынов, 2017); "Вопросы оценки технической подготовленности дзюдоистов – участников чемпионата Республики Казахстан по весовым категориям" (М.Н. Шепетюк, Г.Н. Альмуханбетова, А.В. Тен, Б.А. Джамбербаева, 2017); "Вопросы возможности переноса эффективных технических действий казах күресі в борьбу дзюдо с учетом правил соревнований" (Н. Димитрова, Е.К. Насиев, М.Н. Шепетюк, Ж.Н. Сайлаубаев, А.Д. Толемысов, 2018).

В 2019 году в рамках данного направления наблюдается резкий подъем в исследованиях, в частности, в них рассматриваются следующие

вопросы: методология использования структурно-стилевых и квалификационных особенностей каратэ-до при подготовке единоборцев (Б.Н. Болдырев, Ж.А. Санауов); контроль подготовленности спортсменов в различных видах борьбы (Н.М. Шепетюк, Б.М. Конакбаев, М.Н. Шепетюк, Н.Д. Кубашева, Б.О. Джамбырбаев); вопросы оценки специальной выносливости дзюдоистов, используя результаты регистрации технических действий (М.Н. Шепетюк, Г.Н. Альмуханбетова, Б.А. Кусакбаева, М.М. Имангалиева, Ж.С. Кашкын); особенности реакции тренированного организма на стандартные нагрузки, в частности реакция физиологических систем (Ә.Ж. Тастанов, Л.Б.Сақаева, Ғ.Р. Әшімханов, Е.Б. Телахынов); вопросы культуры управления подготовкой каратистов на основе компетентностного подхода (Д.В. Ярошенко); вопросы исторического становления карате и его включение в перечень Олимпийских видов спорта (Ж.А. Санауов, Б.Н. Болдырев, В.Н. Авсиевич).

Пик при изучении вопросов, связанных с общими проблемами физической культуры через призму спортивных единоборств, приходится на 2013 и 2014 годы, именно тогда опубликовано самое большое их количество. В рамках данного направления изучены вопросы подготовленности национальных сборных команд Казахстана на различных соревнованиях, прежде всего на XXX Олимпийских играх 2012 (И.Ф. Андрущишин, М.Н. Шепетюк, В.Е. Воинов, 2013) и XXVII Всемирной Летней Универсиаде – 2013 (М.Н. Шепетюк, А.Т. Бокаев, А.Б. Джумаев, 2013 и М.Н. Шепетюк, М.Ш. Турсынов, Е.К. Насиев, Г. Исанова, Н.М. Шепетюк, 2014). В данном разделе так же размещены работы по изучению истоков развития национальной борьбы – күресі (Б.М. Доскараев, Д.Б. Доскараев, 2014) и древние истоки происхождения восточных единоборств (Е.М. Мухиддинов, Т.М. Ахмадиев, 2014).

В рамках изучаемых вопросов физического воспитания населения поднимаются вопросы относительно методов эффективного контроля и планирования тренировочных нагрузок в дзюдо (А.Т. Бокаев, 2014), современных условий необходимости контроля и планирования нагрузок на различных этапах подготовки дзюдоиста к соревнованиям (Ш.М. Турсынов, 2014) и моделирования различных сторон подготовленности спортсменов высокого класса (М.Н. Шепетюк, Е.Б. Крушбеков, Б.М. Конакбаев, А.В. Тен, 2015).

Вопросы подготовки специалистов в области физической культуры, спорта и туризма представлены в разработанной компьютерной информационно-методической программе по обучению основам рукопашного боя (В.А. Данильченко, Ю.Л. Хлевна, 2013). Медико-биологические проблемы физической культуры (А.А. Сайдулин, 2015) рассмотрены через возможности предотвращения развития ряда болезней опорно-двигательной системы благодаря занятиям Хаток у спортсменов, занимающихся «Казак куресі» и борьбой «Самбо». Наибольший интерес в данном разделе представляет собой работа группы авторов (М.Н. Шепетюк, А.Р. Житкеев, Ж.Н. Сайлаубаев, З.Р. Райфова, Н.М. Шепетюк, 2019), проанализировавшей

работу образовательной комиссии Федерации дзюдо Республики Казахстан за последние десять лет, где обосновывается необходимость регулярного привлечения отечественных и зарубежных специалистов к обучению тренеров, судей и менеджеров.

Психологические проблемы физической культуры поднимались в 2017 году в рамках изучения гендерных отношений в спортивных единоборствах (Б.Н. Болдырев, И.Ф. Андрущишин, Ж.А. Санауов) и в 2019 при изучении основных методик воспитания волевых качеств в подготовке каратистов (Ж.А. Санауов, Б.Н. Болдырев).

Если рассмотреть представленность статей по годам, то можно увидеть следующую картину (Таблица 1).

Таблица 1 – Количество научных работ с 2012 по 2019 годы

Год	Всего статей	Статьи о борьбе		Статьи о дзюдо		Раздел публикации статей по дзюдо
		всего	%	всего	%	
2012	23	2	8,7	0	0	-
2013	61	7	11	1	1	теория и методика спортивной тренировки
2014	49	7	14,3	3	6,1	общие проблемы – 1 статья, физическое воспитание населения – 2 статьи
2015	50	7	14	3	6	теория и методика спортивной тренировки
2016	45	6	13,3	3	6,7	физическое воспитание населения – 1 статья, теория и методика спортивной тренировки – 2 статьи
2017	45	4	8,9	1	0,2	теория и методика спортивной тренировки
2018	77	1	1,2	1	1,2	теория и методика спортивной тренировки
2019	44	8	18,1	2	4,5	теория и методика спортивной тренировки – 1, подготовка специалистов физической культуры, спорта и туризма – 1 статья

Как видно из таблицы 1 и приведенного выше анализа, вопросы изучения различных видов спортивных единоборств имеют неоднозначный характер, интерес к ним то возрастает, то убывает.

Изучение тем научных статей, посвященных спортивным единоборствам и дзюдо, выявило, что основным направлением исследований казахстанские ученые видят в повышении качества тренировочной и соревновательной деятельности спортсменов. По данному направлению представлено больше всего научных работ с длительным периодом исследований и большим количеством испытуемых.

Хронология исследований позволяет отметить наибольший интерес научных изысканий

по проблемам спортивного дзюдо в 2014 - 2016 годах. Снижение интереса ученых к проблемам спортивного дзюдо в Казахстане может оказать в будущем негативное влияние на состояние научно-методической базы, необходимой тренерам и спортсменам для достижения высоких спортивных результатов.

Анализ показал, что, по мнению авторов (М.Н. Шепетюк, А.Р. Житкеев, Н.М. Шепетюк, Н.В. Кудашова, А.Т. Бокаев, Ш.М. Турсынов), наибольшее прикладное значение имеют исследования по дзюдо, посвященные выявлению современных и объективных методик контроля и оценки уровня здоровья спортсменов. Тренировки, проводимые без должного контроля уровня

нагрузки, приводят к переутомлению борцов [2, 3, 4].

Следует обратить внимание на работы, посвященные обучению спортсменов правильной технике выполнения бросков (Шепетюк Н.М., Шепетюк М.Н., Нурашева Б.С., Сайлаубаев Ж.Н., Альмуханбетова Г.Н., Тен А.В., Джамбербаева Б.А.). Анализ техники выполнения приемов показывает, что в структуре движений дзюдоистов при выполнении сложно-координационных бросков присутствуют избыточные разнонаправленные движения. Неготовность к качественному выполнению подобных действий многие дзюдоисты компенсируют за счет значительных мышечных усилий, что в корне неправильно [5, 6]. По мнению авторов (Бокаев А.Т., Шепетюк М.Н., Шепетюк Н.М., Крушбеков Е.Б., Тен А.В., Альбуханбетова Г.Н., Конакбаев Б.М.), неправильное техническое выполнение многих сложно-координационных действий, закладывается у спортсменов уже на начальных этапах обучения [3, с. 63, 7, 8]. Многие тренеры проводят отбор в секции дзюдо, ориентируясь на уровень физического развития подростков. Уровень развития координационных способностей и способность детей к быстрому овладению приемами борьбы не являются определяющими факторами при отборе. При изучении сложно-координационных приемов подростки вынуждены компенсировать недостаток координации значительными физическими усилиями. Ориентация тренеров на уровень развития физических качеств детей при отборе в секции дзюдо подвергается резкой критике некоторых специалистов.

К сожалению, некоторые работы уже утратили свою актуальность и значимость для современного дзюдо. Исследования, посвященные повышению жесткости собственных захватов и ограничения свободы захватов соперника, базировались на использовании в дзюдо технических приемов из борьбы самбо. Международная федерация дзюдо (IJF) в последние годы планомерно проводит изменения правил борьбы. Значимыми изменениями стали: отказ от захватов за штаны и пояс. Взятие подобных захватов влечет снятие спортсмена с поединка. Следовательно, изучение подобных захватов в настоящее время нецелесообразно.

Казахстанские исследователи (Шепетюк М.Н., Караков С.Б., Тен А.В., Райфова З.Р., Шепетюк Н.М., Димитрова Н., Насиев Е.К., Сайлаубаев Ж.Н., Толемысов А.Д., Альмуханбетова Г.Н., Кусакбаева Б.А., Имангалиева М.М., Кашкын Ж.С.) рассматривают вопросы, связан-

ные с изучением закономерностей спортивной тренировки, особенностей психологической подготовки дзюдоистов, педагогических средств и методов совершенствования учебно-тренировочного процесса, основ спортивной физиологии единоборцев. Основательная база исследований в рассматриваемые годы по дзюдо позволяет сделать теоретико-методологическое обоснование этого вида спорта. Благодаря этому становится возможной разработка технологий успешной организации и методики подготовки высококвалифицированных дзюдоистов на основе активизации спортивной мотивации к занятиям этим видом борьбы [9, 10, 11].

Опыт, посвященный изучению дзюдо и накопленный за эти годы в казахстанской спортивной науке, свидетельствует об актуальности разработки научно-исследовательских методик активизации дзюдоистов различного возраста на разных этапах спортивного совершенствования. Изучение, сохранение и применение этого богатого опыта спортивными и научными специалистами других государств требует своевременного обобщения полученных казахстанскими учёными ценных экспериментальных данных. Это, несомненно, в целом будет способствовать успешному развитию дзюдо. Научные разработки казахстанских исследователей дзюдо помогут повысить качество тренировочной и соревновательной деятельности дзюдоистам, культивирующим этот особый вид спортивных единоборств со своей философией и традициями. Анализ научных работ доказывает то, что исследования казахстанских учёных могут оказать дополнительное международное влияние на результативность, основательность и зрелищность соревнований по дзюдо.

Структурный научный анализ 12 научных статей казахстанских ученых по изучению спортивного дзюдо позволил выделить несколько ключевых направлений данных исследований [1]. Эти направления включают в себя изучение процессов: соревновательной подготовки и тренировочной деятельности дзюдоистов; повышения уровня физических, психологических и социальных качеств людей, изучающих дзюдо в Казахстане; формирования технической подготовленности спортсменов; определения роли дзюдо в физическом воспитании молодых людей, обучающихся в образовательных учреждениях Республики Казахстан; качественной и профессиональной подготовки тренеров и судей по дзюдо; повышения эффективности спортивного отбора детей и юношей в спортивные секции по дзюдо.

Были выявлены взгляды казахстанских специалистов в области спортивного дзюдо на проблемы: соревновательной подготовки дзюдоистов высокого ранга; формирования базовой техники дзюдо; эффективности спортивного отбора начинающих борцов; подготовки квалифицированных тренеров, которые имеют неоднозначный характер [12].

Обнаружено, что вопросы профессиональной подготовки высококвалифицированных судей по дзюдо практически не освещены в казахстанских научных исследованиях. Отмечается схожесть взглядов казахстанских специалистов на роль дзюдо в процессе повышения уровня развития физических и социальных качеств у людей, занимающихся дзюдо на регулярной основе и на определение значимой роли дзюдо в процессе физического воспитания молодых людей [12, с. 22].

Сравнительный анализ научных публикаций казахстанских ученых по изучению различных аспектов спортивного дзюдо может послужить значимому обогащению современной спортив-

ной науки и стать отправной точкой для последующих научных исследований в области спортивных единоборств.

Рассмотренные в статье научные публикации по дзюдо и выполненный авторами сравнительный анализ научных направлений в данной области будет способствовать решению спортивно-научных проблем по развитию этого вида единоборств в современном спортивном сообществе Казахстана. Проведённое исследование сделает возможным выработку общей стратегии для улучшения научного сотрудничества в решении задач по продвижению и популяризации дзюдо как вида спорта.

Исследования подобного рода являются особенно актуальными в настоящее время. Это подтверждается происходящими глобальными переменами в отношении развития данного вида спорта и острой необходимостью установления и укрепления контактов учёных в данной специализации спортивных единоборств.

Хронология исследований казахстанских ученых по изучению дзюдо отражена в таблице 2.

Таблица 2 – Основные направления исследований, посвященных дзюдо, опубликованные в период с 2012 по 2019 год в журнале «Теория и методика физической культуры» Казахской академии спорта и туризма

№	Вид спорта	ФИО автора(ов)	Направление исследования	Основное содержание исследования
2013 год				
1	Дзюдо	Шепетюк М.Н., Житкеев А.Р., Шепетюк Н.М., Кудашова Н.В.	Теория и методика спортивной тренировки	Организация тренировочного процесса дзюдоистов по общей физической подготовке / №1(32). – С. 74-78.
2014 год				
2	Дзюдо	Шепетюк М.Н., Турсынов М.Ш., Насиев Е.К., Исанова Г., Шепетюк Н.М.	Общие проблемы	Дзюдо на XXVII Всемирной летней универсиаде в г.Казань / №1(36). – С. 24-28.
3	Дзюдо	Бокаев А.Т.	Физическое воспитание населения	Контроль и планирование учебно-тренировочных нагрузок в дзюдо / №2(37). – С. 61-64.
4	Дзюдо	Турсынов Ш.М.	Физическое воспитание населения	Планирование и контроль подготовленности дзюдоистов на различных этапах подготовки. /№2(37). – С. 64-67.
2015 год				
5	Дзюдо	Шепетюк Н.М., Альмуханбетова Г.Н., Насиев Е., Сайлаубаев Ж., Шепетюк М.Н.	Теория и методика спортивной тренировки	Организация контроля за технической подготовленностью дзюдоистов. /№4(43). – С. 80-87.

6	Дзюдо	Шепетюк Н.М., Шепетюк М.Н., Нурашева Б.С., Сайлаубаев Ж.Н., Альмуханбетова Г.Н.	Теория и методика спортивной тренировки	Оценка специальной выносливости дзюдоисток, используя броски борцовского манекена. / №4(43). – С. 87-91
7	Дзюдо	Альмуханбетова Г.Н., Сайлаубаев Ж.Н., Георгиев В.Н., Тен А.В.	Теория и методика спортивной тренировки	Анализ количественных и качественных показателей технических действий участниц XVII международного турнира по дзюдо в г. Павлодаре в 2014 году. / №4(43). – С. 103-107
2016 год				
8	Дзюдо	Шепетюк М.Н., Караков С.Б., Тен А.В., Райфова З.Р., Шепетюк Н.М.	Теория и методика спортивной тренировки	Развитие силовых возможностей специализирующихся в дзюдо с применением комплекса упражнений без отягощений. /№1(44). – С.83-87
9	Дзюдо	Шепетюк М.Н., Шепетюк Н.М., Крушбеков Е.Б., Тен А.В., Альбуханбетова Г.Н.	Теория и методика спортивной тренировки	Оценка технической подготовленности дзюдоистов в условиях соревнований. /№2(45). – С.63-67
10	Дзюдо	Шепетюк М.Н., Крушбеков Е.Б., Конабеков Б.М., Тен А.В.	Физическое воспитание населения	Интегральная оценка общей физической подготовленности высококвалифицированных дзюдоисток. /№3(46). – С. 53-56
2017 год				
11	Дзюдо	Шепетюк М.Н., Альмуханбетова Г.Н., Тен А.В., Джамбербаева Б.А.	Теория и методика спортивной тренировки	Контроль за технической подготовленностью участников чемпионата Республики Казахстан по дзюдо. /№1 (47).– С. 86-92
2018 год				
12	Қазақ күресі, дзюдо	Димитрова Н., Насиев Е.К., Шепетюк М.Н., Сайлаубаев Ж.Н., Толемысов А.Д	Теория и методика спортивной тренировки	К вопросу организации тренировочного процесса борцов казах күресі к соревнованиям по дзюдо. /№2(52). – С. 108-115
2019 год				
13	Дзюдо	Шепетюк М.Н., Альмуханбетова Г.Н., Кусакбаева Б.А., Имангалиева М.М., Кашкын Ж.С.	Теория и методика спортивной тренировки	К вопросу оценки специальной выносливости дзюдоисток, используя результаты регистрации технических действий. /№1(55). – С. 94-99
14	Дзюдо	Шепетюк М.Н., Житкеев А.Р., Сайлаубаев Ж.Н., Райфова З.Р., Шепетюк Н.М.	Подготовка специалистов физкультуры, спорта и туризма	Образовательная деятельность Федерации дзюдо Республики Казахстан в современных условиях. /№2(56). – С. 19-25

Литература

- 1 Журнал «Теория и методика физической культуры» Казахской Академии спорта и туризма - Открытый доступ журнала - <http://tmfk.kz/>
- 2 Шепетюк М.Н., Житкеев А.Р., Шепетюк Н.М., Кудашова Н.В. Организация тренировочного процесса дзюдоисток по общей физической подготовке // Теория и методика физической культуры. – 2013. – №1(32). – С. 74-78.
- 3 Бокаев А.Т. Контроль и планирование учебно-тренировочных нагрузок в дзюдо // Теория и методика физической культуры. – 2014. – №2(37). – С. 61-64.
- 4 Турсынов Ш.М. Планирование и контроль подготовленности дзюдоистов на различных этапах подготовки // Теория и методика физической культуры. – 2014. – №2(37). – С. 64-67.

- 5 Шепетюк Н.М., Шепетюк М.Н., Нурашева Б.С., Сайлаубаев Ж.Н., Альмуханбетова Г.Н. Оценка специальной выносливости дзюдоисток, используя броски борцовского манекена // Теория и методика физической культуры. – 2015. – №4(43). – С. 87-91.
- 6 Шепетюк М.Н., Альмуханбетова Г.Н., Тен А.В., Джамбербаева Б.А. Контроль за технической подготовленностью участников чемпионата Республики Казахстан по дзюдо // Теория и методика физической культуры. – 2017. – №1(47). – С. 86-92.
- 7 Шепетюк М.Н., Шепетюк Н.М., Крушбеков Е.Б., Тен А.В., Альбуханбетова Г.Н. Оценка технической подготовленности дзюдоистов в условиях соревнований // Теория и методика физической культуры. – 2016. – №2(45). – С. 63-67.
- 8 Шепетюк М.Н., Крушбеков Е.Б., Конакбаев Б.М., Тен А.В. Интегральная оценка общей физической подготовленности высококвалифицированных дзюдоисток // Теория и методика физической культуры. – 2016. – №3(46). – С. 53-56.
- 9 Шепетюк М.Н., Караков С.Б., Тен А.В., Райфова З.Р., Шепетюк Н.М. Развитие силовых возможностей специализирующихся в дзюдо с применением комплекса упражнений без отягощений // Теория и методика физической культуры. – 2016. – №1(44). – С. 83-87.
- 10 Димитрова Н., Насиев Е.К., Шепетюк М.Н., Сайлаубаев Ж.Н., Толемысов А.Д. К вопросу организации тренировочного процесса борцов казах күресі к соревнованиям по дзюдо // Теория и методика физической культуры. – 2018. – №2(52). – С. 108-115.
- 11 Шепетюк М.Н., Альмуханбетова Г.Н., Кусакбаева Б.А., Имангалиева М.М., Кашкын Ж.С. К вопросу оценки специальной выносливости дзюдоисток, используя результаты регистрации технических действий // Теория и методика физической культуры. – 2019. – №1(55). – С. 94-96.
- 12 Шепетюк М.Н., Житкеев А.Р., Сайлаубаев Ж.Н., Райфова З.Р., Шепетюк Н.М. Образовательная деятельность Федерации дзюдо Республики Казахстан в современных условиях // Теория и методика физической культуры. – 2019. – №2(56). – С. 19-25.

Доскараев Б.М., Бекембетова Р.А., Алтынбек Е.Т., Егизбаева А.Н., Байгарина М.М.

НИИ спорта КазАСТ, г. Алматы, Казахстан

ПОКАЗАТЕЛИ СКОРОСТНОЙ ВЫНОСЛИВОСТИ ФУТБОЛИСТОВ ЮНОШЕСКОЙ СБОРНОЙ РЕСПУБЛИКИ КАЗАХСТАН

Доскараев Бауржан Мелдебекович, Бекембетова Райса Абдрахмановна, Алтынбек Ербол Тұрғанбекұлы, Егизбаева Айгерим Нурдаулетовна, Байгарина Марина Мухановна

Показатели скоростной выносливости футболистов юношеской сборной Республики Казахстан

Аннотация. Целью настоящего исследования явилась оценка скоростно-силовой выносливости футболистов юношеской сборной по футболу РК. В исследовании приняли участие 23 футболиста, из них 7 защитников, 9 полузащитников, 4 нападающих и 3 вратаря. Одним из значимых тестов для футболистов является челночный бег «7x50». Для выполнения данного теста на расстоянии 50 м устанавливаются две стойки. Данное расстояние необходимо пробежать 7 раз с максимальной скоростью. При проведении челночного теста проводится хронометраж, в конце теста подсчитывают ЧСС, а также производится забор крови с пальца для определения лактата с помощью 13-секундного портативного лактометра – Lactate PLUS (USA). В программу тестирования также входило измерение состава тела, жизненной емкости легких, жизненного индекса. По результатам тестирования рассчитывали коэффициент скоростной выносливости (КСВ%), а также оценочные баллы. Было выявлено, что из 23 футболистов только у двух спортсменов результаты тестирования оценивались как модельные.

Ключевые слова: футбол, скоростно-силовая выносливость, лактат, челночный тест.

Doskarayev Baurjan Meldebekovich, Bekembetova Raisa Abdrahmanovna, Altynbek Erbol Turganbekuly, Egizbayeva Aigerim Nurdauletovna, Baigarina Marina Muhanovna

Speed endurance indicators of football players of the youth team of the Republic of Kazakhstan

Abstract. The purpose of this study was to assess the speed-strength endurance of football players of the youth football team of the Republic of Kazakhstan. The study involved 23 football players, including 7 defenders, 9 midfielders, 4 forwards and 3 goalkeepers. One of the most important tests for football players is the shuttle race "7x50". To perform this test, two racks are installed at a distance of 50 m. This distance must be run 7 times at maximum speed. When conducting the shuttle test, timing is performed, at the end of the test, heart rate is calculated, and blood is also taken from the finger to determine lactate using a 13-second portable lactometer Lactate PLUS (USA). The testing program also included measuring body composition, lung capacity, and vital index. Based on the test results, the coefficient of speed endurance (SWR%) was calculated, as well as estimated points. It was revealed that out of 23 football players, only two athletes rated the test results as model.

Key words: football, speed-strength endurance, lactate, shuttle test.

Доскараев Бауржан Мелдебекович, Бекембетова Райса Абдрахмановна, Алтынбек Ербол Тұрғанбекұлы, Егизбаева Айгерим Нурдаулетовна, Байгарина Марина Мухановна

Қазақстан Республикасы жасөспірімдер құрамасы футболшыларының жылдамдық тәзімділігінің көрсеткіштері

Аңдатпа. Бұл зерттеудің мақсаты Қазақстан Республикасының жасөспірімдер футбол командасы футболшыларының жылдамдық-күштік тәзімділігін бағалау болды. Зерттеуге 23 футболшы қатысты, оның ішінде 7 қорғаушы, 9 жартылай қорғаушы, 4 шабуылшы және 3 қақпашы. Футболшылар үшін ең маңызды сынақтардың бірі – «7x50» жеңіл жүгіру. Бұл сынақты орындау үшін 50 м қашықтықта екі тірек орнатылады. Бұл қашықтық максималды жылдамдықпен 7 рет орындалуы керек. Шаттық сынақты жүргізу кезінде уақыт өлшенеді, тесттің соңында жүрек соғу жылдамдығы есептеледі және 13 секундтық Lactate PLUS (АҚШ) портативті лактометрінің көмегімен лактатты анықтау үшін қан алынады. Тестілеу бағдарламасына дене құрамын, өкпе қабілетін және өмірлік көрсеткішті өлшеу кірді. Тест нәтижелері бойынша жылдамдыққа тәзімділік коэффициенті (SWR%), сондай-ақ бағаланған ұпайлар есептелді. 23 футболшының ішінен тек екі спортшы тест нәтижелерін үлгі ретінде бағалағаны анықталды.

Түйін сөздер: футбол, жылдамдық-күштік тәзімділік, лактат, сынақ.

Футбол – наиболее многокомпонентный вид спорта и все известные параметры работоспособности являются важными для работы футболистов для достижения ими высоких результатов. Особое внимание в футболе отводится двигательным возможностям спортсменов как значимым показателям прогнозирования спортивных результатов [1]. Известно, что спринтерские ускорения в футболе – это важнейшие составные части игры. При выполнении ускорений, как правило, решаются тактические и стратегические задачи (задания), такие как отбор мяча, ведение, обводка, выход на свободное место, борьба с нападением команды соперника, преследование защитниками, нападающих, и т.д. Определение **специальной работоспособности футболистов является важным инструментом диагностики и оценки физической и функциональной подготовленности в учебно-тренировочном процессе [2].** **Оценку уровня физической и функциональной подготовленности осуществляют в процессе проведения педагогических тестов. Следует отметить, что одним из значимых тестов является определение специальной (скоростной) выносливости по времени челночного бега «7х50 м».** На основании полученных результатов важным моментом является **определение коэффициента скоростной выносливости (КСВ%), который затем выражается в оценочных баллах для сравнительного анализа тренировочного процесса [1].** Также данный тест характеризует как аэробные, так и анаэробные возможности футболиста.

Целью исследования является оценка скоростной выносливости футболистов юношеской сборной РК.

Задачи исследования: проведение педагогического теста «7х50» в полевых условиях.

Методы и организация исследования. Одним из тестов, характеризующих двигательные качества, является специальная (скоростная) выносливость, которая определяется в педагогическом тесте «7х50 м». Для выполнения данного теста на расстоянии 50 м были установлены две стойки. Данное расстояние необходимо пробежать 7 раз с максимальной скоростью. У всех спортсменов фиксировали показатели антропометрии, жизненную емкость легких (ЖЕЛ), вычисляли жизненный индекс (ЖИ). Методом биоимпедансометрии определяли широкий спектр состава тела при помощи прибора InBody (Корея), регистрировали время пробега, время взятия крови сразу по окончании бега и период восстановления. Определение концентрации лактата в крови производили при помощи портативного лактометра Nova Biomedical Lactate Plus (США). В тестировании участвовали спортсмены юношеской сборной команды по футболу РК (n= 23).

Результаты исследования и их обсуждение. В таблице 1 приведены средние показатели точного возраста в день тестирования, антропометрические показатели, жизненная емкость легких (ЖЕЛ), жизненный индекс (ЖИ) футболистов юношеской сборной РК различных амплуа. В тестировании участвовали 23 футболиста, из них 7 защитников, 9 полузащитников, 4 нападающих и 3 вратаря.

Таблица 1 – Показатели физического развития и функциональных возможностей респираторного аппарата у футболистов юношеской сборной РК

Биометрия	Возраст, лет	Масса тела, кг	Рост, см	ИМТ, кг/м ²	ЖЕЛ, мл	ЖИ, мл/кг
Защитники						
X± m	15,9±0,10	66,9±2,2	179,8±2,4	21,06±0,7	4,1±0,13	62,2±2,4
Полузащитники						
X± m	15,8±0,11	60,9±1,1	174,8±1,3	19,9±0,4	3,86±0,15	63,2±1,7
Нападающие						
X± m	15,8±0,23	65,7±1,34	174,7±1,0	21,5±0,6	3,9±0,26	59,2±3,0
Вратари						
X± m	15,96±0,24	68,8±1,34	186,3±2,9	19,7±1,32	4,1±0,54	58,5±3,6

Как видно из таблицы 1, представленные показатели футболистов юношеской сборной практически однородны по возрасту, массе тела, кроме вратарей, у которых масса тела и ростовые показатели значительно отличаются от других представителей. Жизненная емкость легких (ЖЕЛ) является важным показателем, отражающим тренированность и функциональное состояние системы дыхания спортсменов [3]. Средний показатель жизненной емкости легких, а также жизненный индекс (ЖИ) – отношение жизненной емкости легких в мл на кг массы тела у обследованных футболистов ниже модельных показателей [4]. Рекомендуется использовать различного рода тренажерные устройства, а также физические упражнения

для развития жизненной емкости легких и выносливости дыхательных мышц.

Оперативно оценивать, контролировать, а также управлять уровнем тренированности и состоянием здоровья спортсмена в настоящее время определенное внимание уделяют изучению характеристик компонентного состава массы тела спортсменов в зависимости от их возраста, пола, специализации и квалификации [5]. Более того, на основании масштабных исследований была установлена коррекционная связь между специальной физической работоспособностью (СФР) и лабильными компонентами тела [6]. Ниже представлены данные компонентного состава тела футболистов юношеской сборной Казахстана (Таблица 2).

Таблица 2 – Показатели состава тела спортсменов юношеской сборной РК по футболу

Биометрия	Масса тела, кг	Общее сод. воды, л	Масса мышц, кг	Жир. масса, кг	Жир, %
	Защитники				
X	67,3	42,8	33,2	8,57	12,7
m	2,49	1,8	1,42	0,92	1,25
S	6,59	4,77	3,76	2,44	3,31
C%	9,79	11,1	11,3	28,4	26,3
Полузащитники					
X	61,2	40,07	30,8	6,46	10,5
m	1	0,74	0,6	0,49	0,76
S	3,02	2,23	1,99	1,48	2,29
C%	4,93	5,56	6,46	22,9	21,8
Нападающие					
X	68,8	43,2	33,5	6,5	9,9
m	5,66	0,58	0,58	0,62	0,81
S	9,81	1,17	1,16	1,24	1,62
C%	14,2	2,70	3,46	19,1	16,3
Вратари					
X	68,8	45,93	36,1	6,3	9,13
m	5,66	3,97	0,87	2,34	3,11
S	9,81	6,87	1,21	4,05	5,38
C%	14,2	14,9	4,54	64,2	58,9

Сравнительный анализ полученных результатов показал, что содержание мышечной массы у футболистов внутри амплуа практически одинаково, судя по коэффициенту вариации (С%). У вратарей данный показатель выше на 11,07%, что связано с особенностью функции вратаря. Несмотря на то, что средние показатели жирового компонента у футболистов соответствуют основным морфологическим показателям литературных источников [6], тем не менее, исходя из коэффициента вариации (С% – от 16,3 до 28,4), диапазон колебаний довольно широк, в частности у защитников, особенно у вратарей (С% – 58-64), что указывает на разный подход к режимам тренировочных нагрузок.

Известно, что при увеличении жирового компонента наблюдается снижение энергетического обмена, восстановительного процесса и как следствие – снижение общей физической работоспособности. В связи с этим необходимо на постоянной основе проводить измерение состава тела и анализ индивидуальных показателей с целью коррекции тренировочного процесса.

Результаты (средние показатели) челночного теста «7х50 м» представлены в таблице 3, где указаны время пробега дистанции, рассчитана средняя скорость пробега, время пробега 50 м для расчета коэффициента скоростной выносливости (КСВ%) [1]. Данный тест характеризует скоростные возможности, а также скоростную выносливость футболистов. Следует заметить, что выполнение данной нагрузки происходит при доминирующей роли креатинфосфатной и гликолитической источников энергии. В связи с

этим в задачу исследования входил забор крови из кончика пальца для определения лактата при проведении челночного теста.

Анализ результатов челночного теста показал, что время пробегания дистанции в данной команде футболистов колебалось от 58 до 79 секунд, что свидетельствует о разном уровне подготовленности спортсменов. Принято считать, что в тесте «7х50», оценивающим скоростную выносливость, хорошим результатом является 60 с и меньше [7]. Из индивидуального анализа полученных данных следует, что из 23 обследованных спортсменов только двое (полузащитники), пробежав данную дистанцию за 58 и 60 с, набрали 9 и 8 баллов по оценочной таблице [1]. Это свидетельствует о хорошем уровне тренированности данных футболистов. Сравнительный анализ последующих результатов тестирования, исходя из оценочной таблицы, показал следующее: 5 баллов получили 2 футболиста (время пробега – 63 с), 4 балла – 1 (время пробега – 65 с), 3 балла – 1 (время пробега – 66 с), 2 балла – 1 (время пробега – 67 с), 1 балл – 3 футболиста (время пробега – 68 с). Результаты остальных футболистов, показатели которых находились в пределах от 69 до 79 секунд, оказались вне оценочной таблицы, что свидетельствует о низком уровне скоростных качеств большинства обследованных футболистов сборной команды РК.

Ниже представлены результаты тестирования футболистов по амплуа в рамках временных факторов в комплексе с реакцией сердечно-сосудистой системы (ЧСС) и показателями лактата (Таблица 3).

Таблица 3 – Результаты челночного теста спортсменов юношеской сборной РК

Биометрия	Время бега, с	Восстановление							
		10-20 с		3 мин		5 мин		7 мин	
		ЧСС, уд\мин	НЛ, ммоль/л	ЧСС, уд\мин	НЛ, ммоль/л	ЧСС, уд\мин	НЛ, ммоль/л	ЧСС, уд\мин	НЛ, ммоль/л
Защитники									
X	66	178	3,95	129	7,75	116	7,6	115	6,7
m	1,9	1,9	0,28	5,1	0,47	4,3	0,48	2,9	0,38
S	5,35	5,6	0,81	14,64	1,35	12,3	1,3	8,29	1,09
C%									
Вратари									
X	69	184	4,2	125	7,7	123	6,8	111	6,6

m	3,0	13	0,28	6,6	0,7	3,6	0,5	3,8	0,69
S	5,3	22	0,49	11	1,3	6,3	0,9	6,5	1,2
C%									
Полузащитники									
X	70,5	179	5,35	116	7,1	108	6,9	103	6,3
m	1,69	1,7	0,6	5,8	0,9	4,1	1,1	3,9	1
S	4,78	5	1,7	16,6	2,55	11,2	3	11	2,9
C%									
Нападающие									
X	72,7	171	3,0	111	5,95	98	5,075	101	4,25
m	2,1	3,19	0,51	12	0,55	7,24	0,5	5,1	0,2
S	4,27	6,3	1,03	24	1,1	14	1	10,2	0,54

Из сравнительного анализа видно, что скоростные качества футболистов юношеской сборной в целом ниже модельных показателей [1]. При этом пиковые показатели молочной кислоты колеблются от 5,95 до 7,75 ммоль/л. Показатели лактата крови необходимо интерпретировать только в сопоставлении с характером и интенсивностью выполняемой нагрузки. Поскольку скорость челночный бега «7х50» у обследованных футболистов не высокая, то соответственно показатели лактата также не высокие. Известно, что скоростные качества во многом определяются мощностью анаэробного пути энергообеспечения и между ними существует прямая связь. Установлено, что чем в большей степени спортсмен может «вытерпеть» высокую концентрацию молочной кислоты в крови при выполнении предельных нагрузок, тем большими анаэробными, а также аэробными возможностями он обладает [9]. Следовательно, можно предположить, что у обследуемых футболистов наблюдаются также пониженные аэробные возможности. В то время как мощность аэробного механизма энергообеспечения является наиболее значимым фактором интегральной оценки функционального состояния футболистов высокого класса [11].

Из всего этого следует, что для эффективного построения и коррекции тренировочного процесса в футболе необходимо периодически проводить общепринятые медико-биологические обследования, а также специальные педагогические тесты с учетом физиологических и биохимических показателей. Контроль динамики необходимых показателей даст возможность спортсменам достигать высоких функциональ-

ных возможностей. Также следует подчеркнуть, что за счет построения рационального тренировочного процесса существенно ускорится время подготовки футболистов высокого класса.

Современный спорт своими результатами выходит на новый, более высокий уровень и повышение эффективности процесса подготовки спортсменов становится актуальной, особенно в нашей стране. Одним из факторов, препятствующих дальнейшему спортивному росту, является понимание спортивной тренировки как чисто педагогического процесса [10], забывая о том, что объектом воздействия является человек как саморегулирующаяся многофункциональная система (по П. К. Анохину), которая на основе нервных, гуморальных и информационных механизмов объединяет множество слаженно взаимодействующих функциональных систем, обеспечивая в целом для организма адаптивные процессы, которые могут проявляться на молекулярном, клеточном, гомеостатическом, поведенческом, психологическом уровнях. Объем и полноценность выполнения любой функции определяются возможностью энергетического обмена [15] и произвольного поддержания энергетического обмена, другими словами, контроль режима тренировочных нагрузок позволяет осуществлять универсальную и мягкую регуляцию не только произвольных функций, но и вегетативной нервной системы (ЧСС, тонус сосудов, функцию всех внутренних органов, иммунную систему и т.д.) [14]. По мнению многих ученых [8, 10], одной из важных задач управления спортивной тренировкой является регулирование нагрузки (по характеру, объему и интенсив-

ности), исходя функциональных возможностей организма спортсмена. Существует концепция интегральной подготовки футболистов, направленная на объединение различных компонентов подготовленности, которая в совокупности приведет к успеху соревновательной деятельности [16]. В связи с этим измерение уровня лактата во время тестовых нагрузок, а также в условиях тренировочного процесса стало неотъемлемым элементом подготовки спортсменов, поскольку лактат, обладая определенными регулируемыми свойствами, был выдвинут в качестве системообразующего фактора [13]. В этом плане контроль режима тренировочных нагрузок по уровню лактата является наиболее эффективным [12].

Таким образом, в силу огромной популярности футбола в мире, а также в нашей стране [17], и в мире в целом, постоянно возрастают требования к уровню подготовленности игроков. Проблема оценки подготовленности спортсмена может быть успешно решена при комплексном

изучении медико-биологических и педагогических аспектов.

В результате проведенных исследований по оценке скоростно-силовой выносливости футболистов юношеской сборной РК пришли к следующим **выводам**:

Показатели функции внешнего дыхания (ЖЕЛ, ЖИ) у футболистов юношеской сборной Республики Казахстан ниже модельных показателей. Для улучшения показателей необходимо использовать дыхательные тренажеры.

Компонентный состав тела свидетельствует о лишней массе жирового компонента у футболистов всех амплуа, особенно у защитников. Необходима коррекция тренировочных нагрузок.

Низкая скорость пробега челночного теста «7х50» отмечается у 92% обследованных футболистов юношеской сборной команды РК.

Показатели молочной кислоты свидетельствуют о низком уровне развития анаэробного энергообразования

Литература

- 1 Губа В.П., Шамардин А.А. Комплексный контроль интегральной функциональной подготовленности футболистов. – М.: Советский спорт, 2015. – 284 с.
- 2 Иорданская Ф.А. Мониторинг специальной работоспособности высококвалифицированных футболистов // Вестник спортивной науки. – 2013, №5. – С. 66-72.
- 3 Покровский В. М. Физиология человека. / Покровский В. М. – М.: Медицина, 1998. – 345 с.
- 4 Макарова Г.А. Спортивная медицина. – М.: Советский спорт, 2006. – 480 с.
- 5 Мартиросов Э.Г., Руднев С.Г., Николаев Д.В. Применение антропологических методов в спорте, спортивной медицине и фитнесе. – М.: Физическая культура, 2010. – 120 с.
- 6 Абрамова Т.Ф., Никитина Т.М., Кочетков Н.И. Морфологические показатели пригодности, общей физической подготовленности и контроля текущей и долговременной адаптации к тренировочным нагрузкам. – М.: кТВТ Дивизион, 2010. – 104 с.
- 7 Годик М.А., Скородумова А.П. Комплексный контроль в спортивных играх. – М.: Советский спорт, 2010. – 330 с.
- 8 Шамардин А.И. Оптимизация функциональной подготовленности футболистов: монография. – Волгоград: ВГАФК, 2000. – 276 с.
- 9 Волков Н.И., Несен Э.Н., Осипенко А.А., Корсун С.Н. Биохимия мышечной деятельности. – Киев: «Олимпийская литература», 2000. – 504 с.
- 10 Солопов И.Н., Горбанова Е.П., Чемов В.В. и др. Физиологические основы функциональной подготовки спортсменов. – Волгоград, 2010. – 351 с.
- 11 Павлов В.И. Физиологические закономерности в трактовке данных углубленного медицинского обследования спортсмена (на примере футбола): автореф. дис. ... на соискание ученой степени доктора медицинских наук. – М., 2010. – 39 с.
- 12 Brooks George A. What does glycolysis make and why is it important? // Journal of Applied Physiology, 2010. – В. 108. № 6. – Р. 1450-1451.
- 13 Gladden L.B. Lactate metabolism: a new paradigm for the third millennium // J. Physiol., 2004. 558. 1. – Р. 5-30.
- 14 Маевский Е.И., Гришина Е.В., Розенфельд А.С. Обоснование использования биологически активных добавок Янтавит и Митомин на основе янтарной кислоты. // Биомедицинский журнал, 2000. – Т.1, СТ.2. – С. 25-31.
- 15 Кондрашова М.Н. Переменное использование углеводов и липидов как форма регуляции физиологического состояния. Регуляция энергетического обмена и физиологическое состояние организма. – М.: «Наука», 1978. – С. 5-14.
- 16 Губа В.П., Лексаков, А.В. Антипов Интегральная подготовка футболистов: учебное пособие. – М.: Советский спорт, 2010. – 208 с.
- 17 Доскараев Б.М., Байсеитов Б.Д., Алтынбек Е.Т. Бұқаралық және балалар мен жасөспірімдер футболының жалпы әдістемесі. – Алматы, 2018. – 330 б.

**Ермаханова А.Б., Узаков Е.Т., Омурзакова Л.М.,
Грачев И.И., Зауренбеков Б.З., Нурмуханбетова Д.К.**

Казахская академия спорта и туризма, г. Алматы, Казахстан

РАЗВИТИЕ СПОРТИВНОЙ ГИМНАСТИКИ В РЕСПУБЛИКЕ КАЗАХСТАН НА СОВРЕМЕННОМ ЭТАПЕ

Ермаханова Амина Бахитовна, Узаков Ерлан Тохтасынович, Омурзакова Людмила Мироновна, Грачев Игорь Игоревич, Зауренбеков Бауыржан Зауренбекович, Нурмуханбетова Динара Кенжеевна

Развитие спортивной гимнастики в Республике Казахстан на современном этапе

Аннотация. В статье проведен анализ состояния развития спортивной гимнастики в Республике Казахстан на современном этапе и перспективы его дальнейшего развития. Одним из направлений политики государства нашей страны в области спорта и физической культуры является реализация уравновешенного подхода к развитию массового спорта, спортивного резерва и спорта высших достижений. В данной статье дана краткая информация об истории формирования мировой спортивной гимнастики, а также этапах ее развития в нашей стране. Проведен анализ результатов соревнований участников 5-й Летней Спартакиады Республики Казахстан, которая проходила с 22-28 апреля 2019 года в г. Алматы с целью рассмотрения тенденций дальнейшего развития и совершенствования системы подготовки спортивного резерва на этапе начальной специализации. Были сделаны выводы и рекомендации.

Ключевые слова: спортивный резерв, спортивная гимнастика, гимнастические снаряды, ДЮСШ, художественная гимнастика.

Yermakhanova Amina Bakhitovna, Uzakov Yerlan Tohtasynovich, Omurzakova Lyudmila Mironovna, Grachyov Igor Igorevich, Zaurenbekov Bauyrzhan Zaurenbekovich, Nurmuhambetova Dinara Kenzheevna

Modern stage of development of artistic gymnastic in the Republic of Kazakhstan

Abstract. The article analyzes the state of development of artistic gymnastics in the Republic of Kazakhstan at the present stage and the prospects for its further development. One of the directions of the state policy of our country in the field of sports and physical education is the implementation of a balanced approach to the development of mass sports, sports reserve and sports of the highest achievements. This article provides brief information about the history of the formation of world gymnastics, as well as the stages of its development in our country. The analysis of the results of the competitions of the participants of the 5th Summer Spartakiad of the Republic of Kazakhstan, which was held from April 22-28, 2019 in Almaty, with the aim of considering trends in the further development and improvement of the sports reserve training system at the initial specialization stage. Conclusions and recommendations were made.

Key words: sports reserve, artistic gymnastic, gymnastic apparatus, rhythmic gymnastics.

Ермаханова Амина Бахитовна, Узаков Ерлан Тохтасынович, Омурзакова Людмила Мироновна, Грачев Игорь Игоревич, Зауренбеков Бауыржан Зауренбекұлы, Нурмуханбетова Динара Кенжеевна

Қазақстан Республикасында спорттық гимнастика дамуының заманауи кезеңі

Аңдатпа. Мақалада қазіргі кезеңдегі Қазақстан Республикасындағы гимнастиканың даму жағдайы және оны одан әрі дамыту перспективалары талданады. Еліміздің спорт және дене шынықтыру саласындағы мемлекеттік саясатының бағыттарының бірі – бұқаралық спортты, спорттық резервті және жоғары жетістіктерге жететін спортты дамытуға теңдестірілген көзқарасты жүзеге асыру. Бұл мақалада әлемдік гимнастиканың қалыптасу тарихы, сондай-ақ оның еліміздегі даму кезеңдері туралы қысқаша ақпарат берілген. Алғашқы мамандандыру кезеңінде спорт резервін даярлау жүйесін одан әрі дамыту және жетілдіру тенденцияларын қарастыру мақсатында 2019 жылы 22-28 сәуірде Алматы қаласында өткен Қазақстан Республикасының 5-ші жазғы спартакиадасына қатысушылардың жарыстарының нәтижелеріне талдау жүргізілді. Қорытындылар мен ұсыныстар жасалды.

Түйін сөздер: спорттық резерв, спорттық гимнастика, гимнастикалық снарядтар, БЖСМ, көркем гимнастика.

Введение. В своем Послании народу Казахстана «Стратегия «Казахстан-2050»: «Новый политический курс состоявшегося государства» Лидер нации Н.А. Назарбаев отметил, что «... физическая культура и спорт должны стать особой заботой государства. Именно здоровый образ жизни является ключом к здоровью нации» [1].

По данным Комитета по делам спорта и физической культуры Республики Казахстан, в республике по итогам 2017 года действуют 459 ДЮСШ, из них 135 (29,4%) специализированные детско-юношеские школы олимпийского резерва (СДЮШОР). единственным регионом, где нет СДЮШОР, является Атырауская область. Открыты 10 новых ДЮСШ: в Южно-Казахстанской области – 5, в Алматинской области – 3, в Актюбинской области – 1, Северо-Казахстанской – 1. Всего охват детей и подростков, занимающихся физической культурой и спортом, составил 15,4% (451,2 тыс. чел.) на 2016 год (2 929,6 тыс.) от всей численности школьников. В этот показатель вошли спортсмены, занимающиеся в ДЮСШ, в республиканских и областных школах-интернатах для одаренных детей в спорте, в детско-юношеских клубах физической подготовки и подростковых клубах [2].

Гимнастика является технической основой многих видов спорта, соответствующие упражнения включаются в программу подготовки представителей самых разных спортивных дисциплин. Она не только дает определенные технические навыки, но и вырабатывает силу, гибкость, выносливость, чувство равновесия, координацию движений. Основная цель занятия спортом состоит не только в достижении высоких спортивных результатов, но и в развитии духовных и физических способностей, и все это необходимо для того, чтобы использовать спортивную деятельность как фактор гармонического формирования личности и воспитания детей в интересах общества.

Гимнастика как средство физического развития, укрепления здоровья, военно-прикладной подготовки и лечения была известна еще в глубокой древности. Термин гимнастика появился примерно в V в. до н. э. в Древней Греции и означал комплекс физических упражнений для образовательных, военных и оздоровительных целей. Древние греки считали, что гимнастика придает телу гибкость, силу, ловкость, стройность, развивает чувство красоты, храбрости, благородства. Другое значение слова «гимнастика» связывается с греческим словом «гимназо» – упражняю, тренирую. Древние греки использовали гимнастиче-

ские упражнения не только для физического развития, но и в военной подготовке воинов, а также в системе подготовки атлетов-олимпийцев [3].

Спортивная гимнастика – это один из древнейших видов спорта, включающий в себя соревнования на различных гимнастических снарядах, а также в вольных упражнениях и опорных прыжках. Гимнастика – это одно из действенных и универсальных средств физического воспитания. Это система специфических упражнений и методических приемов, используемых с целью физического воспитания, образования, спортивной подготовки, оздоровления, восстановления, лечения, приобретения жизненно необходимых навыков прикладного, производственного или оборонного значения [4, с. 10].

Федерация гимнастики в Республике Казахстан – это организация, которая обладает правом представлять казахстанскую гимнастику как вид спорта; в международном спортивном и олимпийском движениях, а также координировать развитие гимнастики на территории нашей страны.

Казахстанская федерация гимнастики представлена следующими видами: спортивная гимнастика (женский и мужской виды); художественная гимнастика; прыжки на батуте (женский и мужской виды). К олимпийским дисциплинам относятся:

1) Спортивная гимнастика:

- мужчины, вольные упражнения, опорный прыжок, перекладина, брусья, конь/махи, кольца;
- женщины, опорный прыжок, бревно, вольные упражнения, брусья.

2) Художественная гимнастика:

- женщины, индивидуальная программа: многоборье, обруч, мяч, булавы, лента. Женщины, групповые упражнения: многоборье, 5 мячей, 3 обруча+2 пары булавы. Программа меняется каждые 2 года.

3) Прыжки на батуте: батутная гимнастика-индивидуальные прыжки, синхронные прыжки [5, 6].

Объект исследования – спортивный резерв по виду спорта спортивная гимнастика Республики Казахстан.

Цель работы – анализ динамики выступлений на республиканских соревнованиях спортивного резерва по спортивной гимнастике Республики Казахстан с целью совершенствования системы подготовки спортивного резерва на этапе начальной специализации.

Методы исследования. Для решения поставленных в работе задач использовались следующие методы: анализ научной и научно-мето-

дической литературы по исследуемой проблеме; метод педагогического наблюдения; анализ результатов протоколов республиканских соревнований.

Результаты исследования и их обсуждение

Спортивная гимнастика как вид спорта отличается, прежде всего, необычностью форм и видов движений. Такие упражнения, как сгибание и разгибание рук в локтевых суставах, ног в коленных, тазобедренных суставах, выполняются в гимнастических упражнениях с такими величинами, которые не имеют ничего общего с обычными движениями и по совершенным параметрам намного их превосходят [7, 8]. Мужская спортивная гимнастика была включена в олимпийскую программу в 1896-м году в Афинах. Женские дисциплины появились на Олимпийских играх 1928 г. в Амстердаме.

История спортивной гимнастики Казахстана началась в 1920-х годах. Первый чемпионат Казахстана был проведен 24 апреля 1936 года в городе Алма-Аты с участием четырех команд. Второй этап развития этого вида спорта начался после окончания Великой Отечественной войны. Тогда соревнования стали проводиться регулярно, утвердилась единая классификационная программа. Первым мастером спорта в Казахской ССР среди девушек стала Надежда Абдулкина. Она является семикратной чемпионкой Казахстана [9].

Во времена Советского Союза многие наши соотечественники успешно демонстрировали свои навыки на международных аренах, но, к сожалению, этому виду спорта в наше время уделяется не особое внимание. Как было уже сказано выше, в программу Олимпийских игр спортивная гимнастика включена в 1896 году, и очень

жаль, что спортсменов Казахстана по этому виду спорта мы не видим на вершине пьедестала уже долгие годы. В 1991 году Республика Казахстан приобрела свою независимость и начала выступать на международных спортивных аренах как самостоятельное государство. До 1991 года в городе Алма-Аты было 14 детско-юношеских спортивных школ (ДЮСШ) по спортивной гимнастике. Мальчики и девочки тренировались абсолютно бесплатно, участвовали в соревнованиях, занимали призовые места, ездили на сборы. В 90-х годах многие именитые спортсмены и тренеры покинули Казахстан и стали жить и работать в США, Канаде, Германии [10].

На сегодняшний день, спортивная гимнастика в Республике Казахстан развивается в девяти регионах страны – это г. Алматы, г. Нур-Султан, г. Шымкент, г. Караганда, г. Талдыкорган, ВКО, ЗКО, г. Костанай. Конечно же, город Алматы в этом списке имеет большое преимущество среди всех, потому как по всей стране самая лучшая база находится в СДЮШОР №9. Именно эта школа является единственной в г. Алматы, где воспитываются порядка 1500 спортсменов.

Спортивная гимнастика – это очень затратный вид спорта, оборудование стоит немалых денег, поэтому совершенно справедливо, что многие спортсмены-гимнасты с разных городов республики приезжают сюда в СДЮШОР №9, чтобы потренироваться.

В рамках нашей исследовательской работы нами были проанализированы результаты соревнований участников 5-й Летней Спартакиады РК, которая проходила с 22-28 апреля 2019 года в г. Алматы. На соревнованиях были представлены девять регионов Казахстана женской и мужской сборными командами (таблица 1).

Таблица 1 – Динамика командных результатов 5-й Летней Спартакиады РК

Женщины						
Город	золото	серебро	бронза	Общее количество медалей	Командные очки	Место
Алматы	6	4	3	13	322,93	1
Караганда	4	5	2	11	305,49	2
Нур-Султан	2	2	7	11	296,67	2
Шымкент	5	3	2	10	293,06	3
ВКО	1	1	1	3	289,39	4
Талдыкорган	-	1	1	2	264,42	5

ВКО	-	-	1	1	224,99	6
СКО	-	-	-	-	155,53	7
Костанай	-	-	-	-	93,17	7
Мужчины						
Алматы	14	7	6	27	448,02	1
Шымкент	5	4	5	14	448,01	2
Павлодар	5	4	5	14	300,85	2
Костанай	4	1	8	13	295,94	3
Нур-Султан	1	1	-	2	172,81	4
Семей	-	-	1	1	84,54	5

Так, по результатам соревнований в командном зачете среди женщин команды распределились следующим образом: 1-е место – г. Алматы с результатом 322,93 очка, 2-е место по общему количеству медалей поделили два города (хоть и результаты по баллам существенно отличаются) – г. Караганда (305,49 очков) и г. Нур-Султан (296,67 очков), 3-е место – г. Шымкент (293,06 очков), на 4-м месте команда ВКО с результатом 289,39 очков, на 5-м – г. Талдыкорган (264,42 очка), 6-е место – ЗКО (224,99 очков), 7-е место также было поделено между командами СКО (155,53 очка) и г. Костанай с результатом 93,17 очков, к сожалению, они не заработали ни одной медали в общем командном зачете [11].

Результаты соревнований среди мужчин выглядят следующим образом: 1-е место – г. Алматы с результатом 448,02 очка, 2-е место по общему количеству медалей поделили два города (хоть и результаты по баллам существенно отличаются) – г. Шымкент (448,01 очков) и г. Павлодар (300,85 очков), 3-е место – г. Костанай (295,94 очков), на 5-м месте команда г. Нур-Султан с результатом 172,81 очков, на 6-м – г. Семей с результатом 84,54 очков. Команды участниц женской половины были представлены большим составом городов и самих участниц. Возраст участников соревнований был представлен в основном детьми 10-13 лет.

Выводы. По результатам проведенной 5-й Летней Спартакиады РК по спортивной гимнастике мы наблюдали, как по показателям Протокола соревнований в женских и мужских соревнованиях лидируют спортсмены, представляющие г. Алматы. Как было сказано выше, география участников соревнования была представлена практически со всех регионов Казахстана, что говорит о большом интересе к спортивной гимнастике молодого поколения в нашей стране, и это очень радует. Но в тоже время результаты соревнований еще раз наглядно представили, что необходимо развивать сеть ДЮСШ по спортивной гимнастике в дальних регионах Республики Казахстан, а не только в г. Алматы, Нур-Султан и Шымкент. Ведь известно, что ДЮСШ являются основным базовым компонентом в развитии спорта высших достижений и подготовке резерва в сборные команды городов, областей и национальные сборные. Для обеспечения возможности занятий спортом в республике, необходимо предусмотреть рост количества ДЮСШ с учетом демографических показателей регионов, и при этом весь учебно-тренировочный процесс в ДЮСШ должен осуществляться на бесплатной основе, что даст возможность для занятий спортом одаренным детям из малообеспеченных семей.

Литература

- 1 Послание Лидера нации РК Н.А. Назарбаева «Стратегия «Казахстан-2050».
- 2 Аналитическая информация о развитии спорта и физической культуры в РК. // http://mks.gov.kz/rus/informery/komitety/kds/inf_sost_otrasli_kds. (дата обращения: 26.09.2019).
- 4 Меньшикова Н.К. Гимнастика: учеб. для студ. высш. пед. учеб.заведений / Под ред. М.Л. Журавина. – 2-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2002. – 448 с.
- 6 Гимнастика и методика преподавания: Учебник для институтов физической культуры / Под ред. В.М. Смоленского. – М.: Физкультура и спорт, 1987. – 336 с.

- 8 <https://olympic.kz/ru/sport/12-kazakhstanskaya-federatsiya-gimnastiki-oo> (дата обращения: 26.09.2019).
- 9 Карпенко Л.А. Основы спортивной подготовки в художественной гимнастике: учебное пособие / Л.А.Карпенко. – СПб.: Изд-во СПб ГАФК, 2000. – 40 с.
- 10 Жуманова А.С. Художественная гимнастика: учебная программа для ДЮСШ, СДЮШОР, школ-интернатов для одаренных в спорте детей, ШВСМ. – Алматы, 2008. – 75 с.
- 11 Дугина В.В., Евдокимова Н.М. Особенности физической подготовки девочек 10-11 лет, занимающихся спортивной гимнастикой // Современные проблемы науки и образования. – 2014. – № 4. <http://www.science-education.ru/ru/article/view?id=13957> (дата обращения: 06.09.2019).
- 12 Горанько М.И. Спортивная гимнастика в Казахстане. Исторический очерк (1917-2012 гг.): учебное пособие. - Алматы, 2012. – 70 с.
- 13 <https://www.voxpopuli.kz/history/1213-pobedy-kazakhstanskoj-gimnastiki.html> (дата обращения: 24.09.2019).
- 14 Протокол результатов соревнований V Летней Спартакиады РК 22-28 апреля 2019 г., г. Алматы

МРНТИ 77.29.49

Ермаханова А.Б., Бухарбеков Б.Б., Джазыкпаева Э.Е.,
Исмаилов Д.А., Сатыбалдина А.Е.

Казахская академия спорта и туризма, г. Алматы, Казахстан

ОПТИМИЗАЦИЯ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА ПОДГОТОВКИ СПОРТИВНОГО РЕЗЕРВА СПЕЦИАЛИЗИРУЮЩИХСЯ В АРТИСТИЧЕСКОМ ПЛАВАНИИ С ПРИМЕНЕНИЕМ СРЕДСТВ ФИТНЕСА

Ермаханова Амина Бахитовна, Бухарбеков Бауыржан Бахытович, Джазыкпаева Элина Елемесовна, Исмаилов Дастан Алтынбекович, Сатыбалдина Аида Ермаковна

Оптимизация учебно-тренировочного процесса подготовки спортивного резерва специализирующихся в артистическом плавании с применением средств фитнеса

Аннотация. В данной статье проанализированы возможности совершенствования учебно-тренировочного процесса юных спортсменок, специализирующихся в артистическом плавании Республики Казахстан на этапе начальной подготовки. По результатам исследования авторами было установлено, что подготовка юных спортсменок-синхронисток станет более эффективной, если в учебно-тренировочном процессе, проводимом на начальном этапе специализации, будут комплексно применены средства фитнеса и фитнес-оборудования. Основная задача исследования состояла в экспериментальном обосновании программы использования средств фитнеса и фитнес-оборудования в подготовке юных спортсменок-синхронисток на этапе начальной специализации. По результатам исследования были получены данные, которые подтвердили предположение о том, что использование средств фитнеса с применением фитнес-оборудования в учебно-тренировочном процессе подготовки юных спортсменок-синхронисток на этапе начальной специализации, позволяют существенно повысить уровень функциональных возможностей, показателей физической и технической подготовленности юных спортсменок спортивного резерва.

Ключевые слова: спортивный резерв, артистическое плавание, фитнес-средства, ДЮСШ, прикладная аэробика, обязательная и произвольная программы.

Yermakhanova Amina Bakhitovna, Bukharbekov Bauyrzhan Bakhytovich, Dzhasykpaeva Elina Elemesovna., Ismayilov Dastan Altynbekovich, Satybalдина Aida Ermekovna

Optimization of the educational process of training a sports reserve specializing in artistic swimming using fitness tools.

Abstract. This article analyzes the possibilities of improving the educational process of young athletes specializing in artistic swimming of the Republic of Kazakhstan at the initial training stage. According to the results of the study, the authors found that the training of young female artistic swimming athletes will become more effective if the means of fitness and fitness equipment are comprehensively used in the training process conducted at the initial stage of specialization. The main objective of the study was to experimentally substantiate the program for using fitness and fitness equipment in training young artistic swimming female athletes at the initial specialization stage. According to the results of the study, data were obtained that confirmed the assumption that the use of fitness with the use of fitness equipment in the educational process of training young female artistic swimming athletes at the initial specialization stage can significantly increase the level of functionality, physical and technical readiness of young female athletes in the sports reserve.

Key words: sports reserve, artistic swimming, fitness facilities, sports school, applied aerobics, compulsory and free programs.

Ермаханова Амина Бахитовна, Бухарбеков Бауыржан Бахытович, Джазыкпаева Элина Елемесовна, Исмаилов Дастан Алтынбекович, Сатыбалдина Аида Ермаковна

Фитнес-жаттығуды қолдана отырып, өртістік жүзде мамандандырылған спорт резервін даярлаудың оқу процесін оңтайландыру

Аңдапта. Бұл мақалада алғашқы жаттығу кезеңінде Қазақстан Республикасының өртістік жүзде мамандандырылған жас спортшыларының оқу процесін жетілдіру мүмкіндіктері қарастырылған. Зерттеу нәтижелері бойынша авторлар өртістік жүздегі жас спортшылардың мамандандырудың бастапқы сатысында өткізілетін жаттығу процесінде фитнес жаттығулары жан-жақты қолданылса, жаттықтырудың тиімді болатынын анықтады. Зерттеудің негізгі мақсаты өртістік жүздегі жас спортшыларды алғашқы мамандандыру кезеңінде жаттығуда фитнес жабдықтарын қолдану бағдарламасын тәжірибелік негіздеу болды. Зерттеу нәтижелері бойынша, бастапқы мамандандыру кезеңінде жас өртістік жүзу спортшыларын даярлаудың оқу процесінде фитнес жабдықтарын қолдана отырып, спорттық резервтегі жас спортшылардың функционалдығын, физикалық және техникалық даярлығын айтарлықтай жоғарылатады деген болжамды растайтын мәліметтер алынды.

Түйін сөздер: спорт резерві, өртістік жүзу, фитнес-жаттығулар, БЖСМ, қолданбалы аэробика, міндетті және арнайы бағдарламалар.

Введение. Система подготовки спортсменов в артистическом плавании – одна из сложных и может быть сравнима с такими видами спорта как фигурное катание, спортивная и художественная гимнастика, прыжки в воду, акробатика и др. Весь тренировочный процесс в этом виде спорта включает несколько совершенно разных видов подготовки, в частности: спортивное плавание, специальную плавательную (артистическое плавание), акробатическую, хореографическую и музыкальную подготовки (В.В. Белоковский, 1985).

За последние тридцать лет были проведены ряд научно-исследовательских разработок по методике совершенствования различных сторон специальной подготовки, о чем свидетельствуют диссертационные работы: в артистическом (ранее синхронном) плавании – Г.И. Медведчук (1986) [1], И.В. Белоусовой (1987) [2], Т.П. Степановой (1991) [3], Е.А. Золотовой (2013) [4]; далее на примере спортивной гимнастики – А.И. Бузюн (2002) [5]; работы Н.Н. Лариной (1990) [6], И.В. Абсалямова (2003) [7] – в фигурном катании на коньках, а также ряд других работ.

Специфика артистического плавания как вида спорта проявляется в том, что соревновательная деятельность спортсмена состоит из двух частей: выполнение технической (обязательной) и длинной (произвольной) программ [8, с. 131; 9, с. 5; 10, с. 3; 11, с. 13].

В артистическом плавании, в процессе ОФП, широко используют: легкоатлетические упражнения – кроссовый бег, прыжки; общеразвивающие упражнения – с собственным весом, с отягощениями, на снарядах; спортивное плавание; спортивные игры.

Ранее, в исследованиях Ю.В. Пармурзиной (2006) [12], Т.В. Романовой (2006) [13], А.А. Гайворонской (2009) [14] были рассмотрены возможности внедрения в процессы подготовки футболистов, борцов и баскетболистов соответственно, а также использования прикладной аэробики в качестве дополнительного средства для повышения уровня координационных способностей. Однако, применение фитнес-направлений, включающих разные виды, в частности, аэробику, пилатес, применение специальных тренажеров типа: платформа Bosu, балансировочной диск-платформы, Core-платформы и др., в процессе ОФП в сложно-координационных видах спорта пока не нашло достаточного научного обоснования.

Объект исследования – спортивный резерв по виду спорта артистическое плавание Республики Казахстан.

Цель работы – представить экспериментальное обоснование программы использования средств фитнеса и фитнес-оборудования в подготовке юных спортсменок-синхронисток на этапе начальной специализации.

Методы и организация исследования. Для решения поставленных в работе задач использовались следующие методы: анализ научной и научно-методической литературы по исследуемой проблеме; метод педагогического наблюдения, методы математической обработки полученных результатов.

С целью значительного повышения эффективности подготовки спортсменок-синхронисток на этапе начальной специализации, возрастная категория которых относится к первой группе спортсменки 12 лет и моложе, в ходе нашей исследовательской работы был проведен педагогический эксперимент по изучению функций координационных способностей во время учебно-тренировочной подготовки. В процессе ОФП были выполнены комплексы упражнений с использованием фитнес-оборудования с акцентом на развитие и совершенствование координационных способностей, ловкости, статодинамической устойчивости и гибкости.

Результаты исследования и их обсуждение. В рамках нашего исследования, с целью применения методики использования средств фитнес-направления в подготовке юных спортсменов, специализирующихся в артистическом плавании на этапе начальной специализации, наиболее приемлемым направлением аэробики является прикладная аэробика (рисунок 1). Прикладная аэробика нашла свое применение в таких видах спорта как: футбол, баскетбол, фигурное катание, бокс и др. Анализ литературных источников показал, что исследования по применению не только прикладной аэробики, а в целом фитнеса в артистическом плавании, на сегодняшний день не проводились.

Артистическое плавание имеет свои особенности, под которые нужно адаптировать аэробику. Прежде всего, необходимо найти наилучший режим тренировки, который бы охватывал оптимальную для данного возраста продолжительность занятия, пульсовой коридор, интервал отдыха и координационную сложность.



Рисунок 1 – Классификация аэробики

При создании программы тренировки юных спортсменок-синхронисток на этапе начальной специализации с использованием средств фитнеса, в частности прикладной аэробики, важнейшей своей задачей мы ставили воспроизведение свойственных специфических особенностей данного вида спорта. Тренировки в ДЮСШ по артистическому плаванию строятся в форме учебно-тренировочного занятия. Длительность занятия зависит от возраста и спортивной квалификации занимающихся. Каждая тренировка у юных спортсменок-синхронисток, как и во всех видах спорта, делится на три части: подготовительную, основную и заключительную. В то же время для артистического плавания специфичной является фрагментарная структура урока (деление его на отдельные логически завершенные эпизоды по 10-20 минут каждый).

В ходе проведения педагогического эксперимента нами были проведены тестирования

физической и технической подготовленности юных спортсменок-синхронисток, которые состоялись в начале и в конце учебного года на базе СК ДЮСШ №5 г. Алматы. Процесс тестирования проводился согласно общепринятым требованиям ДЮСШ и позволил нам определить уровень развития физических качеств детей в обеих группах – в контрольной группе (КГ) и экспериментальной группе (ЭГ). При этом надо отметить, что для определения физической и технической подготовленности тестирование проводилось как на суше (сухой зал), так и на воде (бассейн). Ниже, на рисунках 2 (суша) и 3(вода), приведены данные по физической подготовленности юных спортсменок-синхронисток контрольной и экспериментальной групп на суше и воде, соответственно. Рассмотрение результатов физической подготовленности КГ и ЭГ показал, что в ЭГ с изменением возрастных данных происходит повышение большинства показателей физической подготовленности.

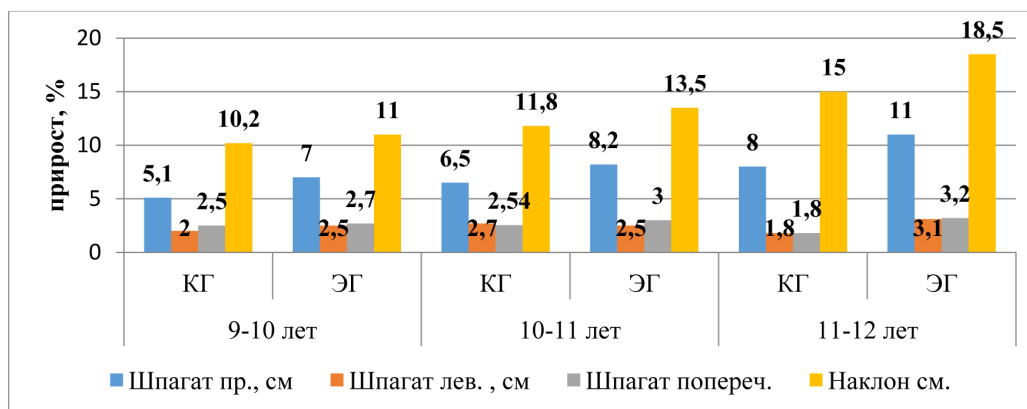


Рисунок 2 – Сравнительные данные показателей прироста КГ и ЭГ при тестировании на гибкость, %

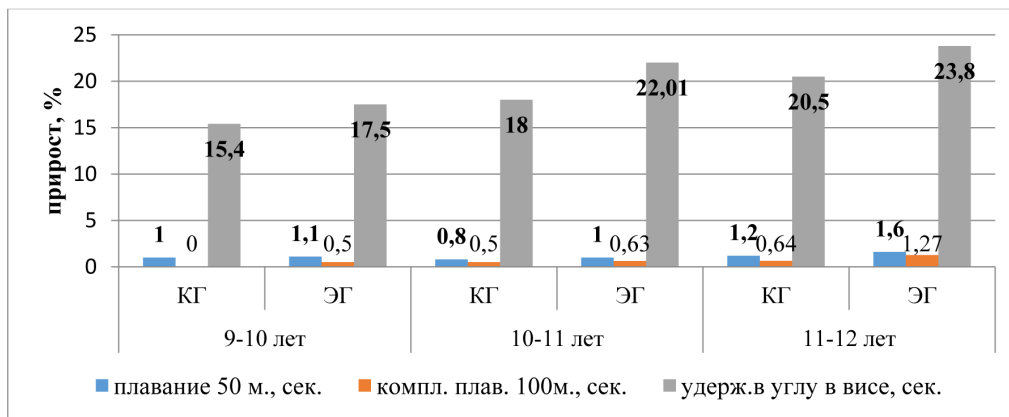


Рисунок 3 – Сравнительные данные показателей прироста КГ и ЭГ при тестировании на выносливость, %

Все тесты, использованные в эксперименте, были подобраны нами с точки зрения распределения по их качественным характеристикам, т.е. тесты на определение координационных способностей, гибкости, ловкости, выносливости и скоростно-силовых качеств. В тестовых заданиях по плавательной подготовке 50 м вольный стиль и 100 м комплексное плавание (25 м вольный стиль, 25 м брасс, 25 м на спине и 25 м баттерфляй) отмечается более экономная техника плавания и соответственно лучший результат в экспериментальной группе в сравнении с контрольной группой, рисунок 3.

Выводы. В результате реализации экспериментальной программы использования средств фитнеса для оптимизации подготовки спортивного резерва в артистическом плавании в ДЮСШ нами были получены результаты, в которых были заметны значительные улучшения технической подготовленности юных спортсменов-синхронисток. Об этом можно судить по результатам выполнения ряда тестовых заданий: в плавании на 50 м в вольном стиле, в комплексном плавании на 100 м, что свидетельствует о проявлении более экономной техники плавания. Хорошие значения роста показателей

установлены в упражнении «удержание в угле в виси», в «винте-вращения», при выполнении фигуры № 1 и № 2, которые включают важнейшие специальные технические элементы подготовленности.

В целом, в результате педагогического эксперимента показатели координационных способностей достоверны при $P < 0,001$; $P < 0,05$ у занимающихся в экспериментальной группе и при этом выросли от 21,4% до 33,3%, выносливости – от 20,01% до 28,01%, скоростно-силовых качеств – от 17,5% до 23,8, в ловкости – от 15,0% до 21,4% и в гибкости – от 11,0% до 18,5%. Аналогичные изменения у занимающихся в контрольной группе характеризуются менее значимыми улучшениями.

Таким образом, результаты педагогического эксперимента подтвердили предположение о том, что использование средств фитнеса с применением фитнес-оборудования в учебно-тренировочном процессе подготовки юных спортсменок-синхронисток на этапе начальной специализации, позволяют существенно повысить уровень функциональных возможностей, показателей физической и технической подготовленности юных спортсменок спортивного резерва.

Литература

- 1 Медведчук Г.И. Специальная силовая подготовка спортсменов высокой квалификации в синхронном плавании: автореф. ... канд. пед. наук. – Ленинград, 1986. – 22 с.
- 2 Белоусова И.В. Структура управления подготовки спортивного резерва в ДЮСШ: дис. канд. пед. наук / Государственный институт физической культуры им. П. Ф. Лесгафта. – Ленинград, 1987. – 184 с.
- 3 Степанова Т.П. Методические рекомендации по оценке специальной подготовленности спортсменок в синхронном плавании: автореф. ... канд. пед. наук. – Киев: КПИ, 1991 – 27 с.
- 4 Золотова Е.А. Построение учебно-тренировочного процесса синхронисток младшей возрастной группы с учетом функциональных показателей: дис... канд. пед. наук. – Набережные Челны, 2013. – 154 с.

- 5 Бузюн А.И. «Чувство времени» как средство саморегуляции сложно-координационных действий (на примере спортивной гимнастики): автореф. ... канд. пед. наук: 13.00.04. – М.: ГЦОЛИФК, 2002. – 22 с.
- 6 Ларина Н.Н. Методы отбора юных спортсменов 8-11 лет для занятий в ДЮСШ по синхронному плаванию: автореф. ... канд. пед. наук / ЦНИИС. – М., 1992. – 32 с.
- 7 Абсалямова И.В. Обоснование и разработка режима тренировки при обучении и совершенствовании обязательных упражнений в фигурном катании на коньках: автореф. ... канд. пед. наук: 13.00.04. – М., 2003. – 20 с.
- 8 Булгакова Н.Ж., Максимова М.Н., Маринич М.Н. и др. Водные виды спорта: учебник для студ. высш. учеб. заведений / под ред. Н.Ж. Булгаковой. – М.: Издательский центр «Академия», 2003. – 320 с.
- 9 Максимова М.Н., Боголюбовская М.С., Максимова Г.В., Воронцов А.Р., Максимова В.Н. Многолетняя спортивная тренировка в синхронном плавании: учеб. пособие для студентов РГУФК. – М., 2004. – 58 с.
- 10 Максимова М.Н. Факторы, определяющие спортивные достижения в синхронном плавании: методическая разработка для студентов ГЦОЛИФКа. – М.: ГЦОЛИФК, 1991. – 43 с.
- 11 Максимова М.Н. Синхронное плавание. Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва. – М.: Советский спорт, 2007. – 192 с.
- 12 Пармузина Ю.В. Методика занятий прикладной аэробикой с юными футболистами: автореферат ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Волгоградская государственная академия физической культуры. – Волгоград, 2006. – 23 с.
- 13 Романова Т.В. Совершенствование координационных способностей высококвалифицированных спортсменок в видах борьбы средствами аэробики: автореферат ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Российский государственный университет физической культуры, спорта и туризма. – М., 2006. – 22 с.
- 14 Гайворонская А.А. Методика использования средств прикладной аэробики в подготовке баскетболистов на этапе начальной специализации: дисс... канд. пед. наук: 13.00.04. – Волгоград, 2009. – 164 с.
- 15 Давыдов В.Ю., Коваленко Т.Г., Краснова Г.О. Методика преподавания оздоровительной аэробики: учебное пособие. – Волгоград: издательство Волгоградского государственного университета, 2004. – 124 с.

Тажигулова Б.М., Моисеева Н.А.

Евразийский национальный университет им. Л.Н. Гумилева,
г. Нур-Султан, Казахстан

ПРИМЕНЕНИЕ КОРРЕКЦИОННЫХ УПРАЖНЕНИЙ И ИХ ЗНАЧЕНИЕ НА СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОМ ЭТАПЕ ПОДГОТОВКИ ЮНЫХ ГОЛБОЛИСТОВ

Тажигулова Батима Мажитовна, Моисеева Наталья Анатольевна

Применение коррекционных упражнений и их значение на спортивно-оздоровительном этапе подготовки юных голболистов

Аннотация. В статье представлен перечень коррекционных упражнений и их значение и влияние на организм детей с нарушением зрения, занимающихся голболом на спортивно-оздоровительном этапе подготовки. Для коррекции двигательных функций рационально используются средства лечебной физической культуры. Голбол – командная спортивная игра с озвученным мячом, предназначенная для людей, в том числе и детей с нарушением зрения. Упражнения коррекционной направленности занимают ведущее место в спортивной подготовке юных спортсменов голболистов на спортивно-оздоровительном и начальном этапе и направлены на коррекцию основных движений, недостатков физического развития, коррекцию зрительного восприятия, координационных способностей и т.д. Авторами выделены практические рекомендации по применению этих упражнений в учебно-тренировочном процессе, а также методические рекомендации, составляющие основу организации учебно-тренировочного процесса.

Ключевые слова: голбол, дети с нарушением зрения, депривация, коррекция, коррекционная подготовка, учебно-тренировочный процесс.

Tazhigulova Batima Mazhitovna, Moiseeva Natalia Anatolyevna

The use of corrective exercises and their importance at the sports stage of training young players in goalball

Abstract. The article presents a list of corrective exercises and their significance and impact on the body of children with visual impairment engaged in goalball at the sports and recreational stage of training. For correction of motor functions means of medical physical culture are rationally used. Goalball is a team sports game with a voiced ball, designed for people, including children with visual impairment. Exercise correctional occupy a leading place in the sports training of young athletes involved in goalball on the sports and the initial stage is aimed at correcting the basic movements, physical development, correction of visual perception, coordination abilities etc. The authors identified practical recommendations for the use of these exercises in the training process, as well as methodological recommendations that form the basis of the organization of the training process.

Key words: goalball, children with visual impairment, deprivation, correction, correctional training, training process.

Тажигулова Батима Мажитовна, Моисеева Наталья Анатольевна

Түзету жаттығуларын қолдану және олардың жас голболистерді дайындаудың спорттық-сауықтыру кезеңіндегі маңызы

Аңдатпа. Мақалада түзету жаттығуларының тізімі және олардың маңызы мен дайындығы спорттық-сауықтыру кезеңінде голболмен айналысатын көру қабілеті бұзылған балалардың ағзасына әсері көрсетілген. Қозғалыс қызметін түзету үшін емдік дене шынықтыру құралдары тиімді қолданылады. Голбол-адамдарға, соның ішінде көру қабілеті бұзылған балаларға арналған дыбысталған доппен командалық спорттық ойын. Түзету бағытындағы жаттығулар жас голболистердің спорттық-сауықтыру және бастапқы кезеңінде спорттық даярлауда жетекші орын алады және негізгі қимылдарды, дене дамуының кемшіліктерін түзетуге, көру қабілетін, үйлестіру қабілеттерін және т.б. түзетуге бағытталған. Авторлармен оқу-жаттығу процесінде осы жаттығуларды қолдану бойынша практикалық ұсыныстар, сондай-ақ оқу-жаттығу процесін ұйымдастырудың негізін құрайтын едістемелік ұсынымдар берілген.

Түйін сөздер: голбол, көру қабілеті бұзылған балалар, депривация, түзету, түзету дайындығы, оқу-жаттығу процесі.

Введение. Голбол в Казахстане достаточно молодой вид адаптивного спорта, который только-только начинает возрождаться. Игра голбол предназначена для слепых и слабовидящих людей и включена в программу Паралимпийских игр. Это командная игра со специализированными мячами для голбола, внутри которых есть колокольчики, помогающие незрячим игрокам определить по звуку местонахождение мяча. Цель игры – закатить мяч за линию ворот защищающейся команды, в то время как она пытается активно помешать сопернику.

Голбол придумали в 1946 в году австриец Ганс Лоренцен и немец Зепп Райндле с целью облегчить жизнь и помочь быстрее пройти реабилитацию ветеранам Второй мировой войны, получившим травмы и ранения, приведшие к слепоте.

Само понятие «адаптивный спорт» определено как компонент адаптивной физической культуры, удовлетворяющий потребности личности в самоактуализации, в максимально возможной самореализации своих способностей, сопоставлении их со способностями других людей; потребности в коммуникативной деятельности и социализации.

На сегодняшний день игра развивается во многих городах Казахстана. Взрослые команды соревнуются в турнирах, Чемпионатах РК, международных соревнованиях. Популярность игры растет не только среди взрослого населения, но и среди детей, имеющих нарушения зрения. Об этом свидетельствует открытие в 2016 году спортивной секции по голболу общественным объединением «Общество родителей детей с инвалидностью «Мир равных возможностей» в г. Нур-Султан, председателем которого является Ульжекова Н.Т.

В спортивной секции на данный момент занимаются около 10 детей, имеющих стойкие нарушения зрения (слепые и слабовидящие дети) в возрасте 8-14 лет.

Научное и опытное обоснование. По заказу ОО «Общество родителей детей с инвалидностью «Мир равных возможностей» НИГ ЕНУ им. Л.Н. Гумилева было разработано учебно-методическое пособие «Физкультурно-спортивная программа по игре голбол для детей с нарушением зрения» для спортивно-оздоровительного этапа подготовки.

Содержание программы включает в себя учебно-тематический план по годам обучения (1-ый и 2-ой год), содержание учебно-тренировочного процесса по видам подготовки: теоретической, физической, технической, тактической, коррекци-

онной и психологической, а также методическое обеспечение, учебно-педагогический контроль, материально-техническое обеспечение, список цитируемой литературы и приложения.

В нашей статье мы хотели бы обратить внимание педагогов по адаптивной физической культуре и тренеров по голболу на значение и содержание коррекционной подготовки детей с нарушением зрения. Понятие «коррекционная подготовка» возникло у авторов, исходя из специфических задач адаптивной физической культуры, сформулированных основоположником адаптивной физической культуры С.П. Евсеевым в своих учебных пособиях. «Коррекционной подготовкой» в адаптивном спорте можно назвать процесс, направленный на преодоление или ослабление недостатков психофизического развития детей с нарушениями в развитии средствами адаптивной физической культуры.

Коррекционные, компенсаторные и профилактические задачи составляют первую группу задач (специфических) адаптивной физической культуры, в том числе и базового адаптивного спорта и вытекают из особенностей занимающихся [1].

Обучение детей с глубокой патологией зрения весьма специфично и требует специально **организованного коррекционного обучения**, направленного на нормализацию двигательных функций. Дети с нарушением зрения нуждаются:

- в коррекции самих движений, так как движения ребенка скованны и не координированы;
- коррекция недостатков физического развития, обусловленных депривацией зрения. Депривация – «потеря», «лишение»;
- в коррекции зрительного восприятия;
- в коррекции телосложения, осанки и плоскостопия;
- в коррекции развития физических качеств;
- в коррекции пространственной ориентировки, точности движений;
- в коррекции работы сердечно-сосудистой и дыхательной системах [2].

Под коррекцией понимают исправление или ослабление каких-либо недостатков психического или физического развития человека средствами психолого-педагогического воздействия и лечебными мероприятиями.

Более подробно о коррекционных задачах и общих задачах адаптивного физического воспитания у детей с нарушением зрения рассматривает в своем учебном пособии «Частные методики адаптивной физической культуры» (2003) Л.В. Шапкова.

Решение коррекционных задач выходит на первый план в спортивной подготовке юных голболистов, наряду с решением задач, направленных на всестороннее и гармоничное физическое развитие ребенка, способствующих повышению функциональных возможностей, общей работоспособности, укреплению здоровья.

В построении учебно-тренировочного процесса важно учитывать, что нельзя вести форсированную подготовку, особенно на первом этапе обучения. Необходимо больше уделять времени коррекционной и общей физической подготовке юных спортсменов.

В коррекционной подготовке юных голболистов рационально использовать средства лечебной физической культуры (ЛФК):

1. Упражнения на формирование навыка правильной осанки.

Правильная осанка – залог, в первую очередь, хорошего здоровья. От осанки на прямую зависит функционирование внутренних органов, функционирование желудочно-кишечного тракта. При работе над осанкой используется и.п. – лежа как исключаяющее напряжение мышц, удерживающих тело в вертикальном положении, сидя, а затем стоя.

2. Упражнения для укрепления сводов стопы.

При неправильной постановке стопы или развитом плоскостопии у детей с нарушением зрения можно и нужно делать физические упражнения, которые помогут справиться с названными проблемами. С их помощью можно укреплять мышцы бедер и голеней, мышцы свода стопы, укреплять связки голеностопного сустава, укреплять и развивать моторику мелких мышц плюсны. Упражнения ЛГ улучшают координацию движений, массируют подошвы.

3. Ходьба с различными положениями рук и ног позволяет развивать координационные способности и точность движений.

4. Упражнения с гимнастическими палками для развития и укрепления мышц плечевого пояса, спины, живота, нижних и верхних конечностей.

5. Висы на гимнастической стенке.

6. Ходьба по гимнастической скамейке, с грузом на голове для развития равновесия (выполняется со страховкой).

7. Специальные упражнения по обучению приемам пространственной ориентировки на основе использования и развития сохранных анализаторов (слух, осязание, обоняние, остаточное зрение) [3].

8. Специальные упражнения для коррекции зрения для слабовидящих детей («пальминг»,

массаж для глаз, упражнения для тренировки глазодвигательного аппарата и другие).

9. Дыхательные упражнения.

Очень важно на занятиях по голболу применять элементы дыхательной гимнастики, так как дыхательные упражнения нормализуют дыхание и пульс, укрепляют мышечный аппарат грудной клетки, увеличивают ее подвижность, обеспечивают вентиляцию легких, усиливают основной обмен и объем легких. Таким образом, оказывают влияние на общую осанку ребенка.

10. Упражнения для улучшения работы сердечно-сосудистой системы.

11. Упражнения на расслабление мышц.

Расслабление – это важная составляющая полноценного развития детей и важная составляющая учебно-тренировочного процесса. Для детей с депривацией зрения, занимающихся голболом, подойдут: релаксация; самомассаж; точечный массаж.

12. Пальчиковая гимнастика.

Пальчиковая гимнастика развивает координацию движений пальцев и рук, осязательные ощущения, укрепляет мышечно-связочный аппарат кистей и рук, помогает развивать речь, повышает работоспособность головного мозга, развивает память, внимание и воображение.

13. Упражнения для кистей рук с массажным мячиком.

Упражнения с массажным мячиком предназначены для развития мелкой моторики рук (совокупности скоординированных действий человека, направленных на выполнение точных мелких движений кистями и пальцами рук), микромассажа, укрепления мышечно-связочного аппарата кистей рук.

14. Упражнения на ортопедических мячах [4].

Упражнения на ортопедических мячах или фитболах направлены на развитие физических, психических и интеллектуальных качеств учащегося, помогают развитию и совершенствованию дыхательной и сердечно-сосудистой системы, улучшают психофизическое состояние детей. Они предупреждают нарушения опорно-двигательного аппарата, улучшают гибкость позвоночника и укрепляют его мышцы, формируют правильную осанку, улучшают координационные способности, формируют умение управлять своим телом и поднимают эмоциональный настрой детей с нарушением зрения в занятиях по голболу.

15. Упражнения на реабилитационных тренажерах.

Использование доступных тренажеров

устройств (велотренажер, беговая дорожка, тренажеры для укрепления мышц рук и др.) позволяет развивать физические качества, корректировать основные движения ребенка.

Практические рекомендации:

Перечисленные коррекционные упражнения необходимо выборочно использовать при построении конкретного учебно-тренировочного занятия.

Данные упражнения могут быть включены как в подготовительной части занятия, так и в основной и заключительной.

Их наличие обязательно на каждом занятии, с целью коррекции основного дефекта и сопутствующих заболеваний. В том случае, когда коррекция невозможна, на первый план выдвигается решение компенсаторных задач (формирование пространственно-временной ориентировки у незрячих, «тренировка» сохранных сенсорных систем). И, наконец, тот или иной дефект, то или иное заболевание требуют обязательной профилактической работы (решения профилактических задач). Для детей при нарушении зрения требуется целенаправленная деятельность по профилактике нарушений осанки, связанных с общей мышечной слабостью, заболеваний сердечно-сосудистой и дыхательной систем, связанных с систематическим дефицитом движений и прочее.

Упражнения для кистей рук с массажным мячиком или пальчиковую гимнастику для укрепления мелких мышц кисти и развития координации движений пальцев и рук целесообразно включать в подготовительную часть занятия, которые позволят с легкостью справляться с упражнениями основной части тренировочного занятия.

Упражнения на формирование навыка правильной осанки, упражнения для укрепления сводов стопы так же лучше включать в подготовительную часть занятия.

Ходьба с различными положениями рук и ног, упражнения с гимнастическими палками можно проводить как в подготовительной, так и в основной части занятия.

Упражнения в висах на гимнастической стенке подойдут для основной части занятия, так как они более нагрузочные по своему содержа-

нию, требуют больших физических усилий ребенка. Следует учесть, что при наличии сколиоза продолжительные висы категорически противопоказаны.

Также в основной части рекомендуем выполнять упражнения на ортопедических мячах.

Упражнения для коррекции зрения для слабовидящих детей и дыхательные упражнения обязательно должны включаться в тренировочное занятие в основной части, в интервалах отдыха между физической нагрузкой, как средство профилактики и коррекции имеющихся заболеваний, а также могут проводиться в заключительной части занятия.

Методические рекомендации

Перед первым учебно-тренировочным занятием тренер должен ознакомиться и изучить основной диагноз, сопутствующие заболевания, оперативные вмешательства.

Необходимо определить медицинские противопоказания к физическим нагрузкам с учетом основного и сопутствующих заболеваний совместно с врачом.

На первом занятии нужно определить физическое развитие, функциональное состояние и степень физической подготовленности детей.

При построении тренировочного занятия необходимо учитывать степень и характер нарушения зрения (тотальная слепота, остаточное зрение, слабовидение, состояние поля зрения, нарушение бинокулярного зрения), а также учитывать уровень предыдущего сенсорного опыта и готовности сохранных анализаторов к восприятию учебного материала.

Тренировочные занятия строятся с учетом индивидуального и дифференцированного подхода к регулированию физической нагрузки, развитию физических качеств и сенсорных возможностей детей.

В заключении отметим, что тренерско-педагогическая работа с детьми с нарушением зрения требует особой ответственности и особого внимательного отношения, наличия профессиональных знаний в теории и организации адаптивной физической культуры, коррекционной педагогике, медицине, так как тренеру доверено самое ценное – здоровье детей.

Литература

- 1 Евсеев С.П. Теория и организация адаптивной физической культуры: Учебное пособие / С.П. Евсеев. – М.: «Спорт», 2016. – 500 с.
- 2 Ростомашвили Л.Н. Физические упражнения для детей с нарушенным зрением: методические рекомендации для учи-

- телей, воспитателей, родителей /Л.Н. Ростомашвили. – СПб., 2001. – 35 с.
- 3 Частные методики адаптивной физической культуры: учебное пособие / Под ред. Л. В. Шапковой. – М.: Советский спорт, 2003. – 464 с.
 - 4 Физкультурно-спортивная программа по игре голбол для детей с нарушением зрения (срок обучения 2 года): учебно-методическое пособие / Сост.: Токтарбаев Д.Г.-С., Марчибаева У.С., Сидорова Р.В., Токаглыгиль Ю.С., Тунгышмуратова Л.С., Моисеева Н.А., Ульжекова Н.Т. – Нур-Султан: РГКП «Республиканский учебно-методический и аналитический центр по физической культуре и спорту», 2019. – 118 с.

Тютебаев Б.Х.

Кызылординский государственный университет имени Коркыт Ата, г. Кызылорда, Казахстан

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ СПЕЦИАЛЬНО ПОДГОТОВИТЕЛЬНОГО УПРАЖНЕНИЯ «РЫВОК КЛАССИЧЕСКИЙ СИЛОВОЙ» С СОРЕВНОВАТЕЛЬНЫМ РЫВКОМ В ТЯЖЕЛОЙ АТЛЕТИКЕ

Тютебаев Бахытжан Ханатович

Сравнительный анализ специально подготовительного упражнения «рывок классический силовой» с соревновательным рывком в тяжелой атлетике

Аннотация. В данной статье рассматривается сравнительный анализ тяжелоатлетического специально-подготовительного упражнения «рывок классический силовой» с соревновательным рывком. Основная задача исследования состояла в определении эффективности использования специально-подготовительного упражнения «рывок классический силовой» в тренировочном процессе тяжелоатлетов. В статье техника выполнения тяжелоатлетических упражнений рассматривается с позиции срабатывания пяти механизмов. Для определения адекватности специально подготовительных упражнений с соревновательным движением автор использует пять основных признаков. Показано, что данный способ выявления различий между специально подготовительными и соревновательными упражнениями позволит специалистам различать из общей массы специальных упражнений наиболее эффективные. Отмечено, что в ходе процесса сопоставления упражнений не требуется использование специального сложного инструментария. Проведенный анализ позволил определить, что «рывок классический силовой» является эффективным специально подготовительным упражнением тяжелоатлетов, так как совпадает с соревновательным рывком по всем пяти опорным признакам.

Ключевые слова: тяжелая атлетика, специальные упражнения, соревновательный рывок, механизмы, основные признаки.

Tyutebayev Bakhytzhn

Comparative analysis of the special-preparatory exercise "classic power jerk" with competitive jerk in weightlifting

Abstract. In this article the comparative analysis of weightlifting specially-preparatory exercise "classic power jerk" with competitive jerk is considered. The main objective of the study was to determine the effectiveness of the use of a special preparatory exercise "classic power jerk" in the training process of weightlifters. In the article the technique of performing weightlifting exercises is considered from the position of triggering five mechanisms. To determine the adequacy of special preparatory exercises with competitive movement, the author uses five main features. It is shown that this method of identifying differences between special preparatory and competitive exercises will allow specialists to distinguish the most effective from the total mass of special exercises. It is noted that during the process of comparing exercises does not require the use of special complex tools. The analysis made it possible to determine that the "classic power jerk" is an effective specially-preparatory exercise for weightlifters, since it coincides with the competitive jerk on all five supporting features.

Key words: weightlifting, special exercises, competitive jerk, mechanisms, main features.

Тютебаев Бахытжан Ханатович

Ауыр атлетикадан жарыстық жұлқа көтерумен «классикалық күштік жұлқа көтеру» арнайы-дайындық жаттығуының салыстырмалы талдауы

Аңдатпа. Бұл мақалада «классикалық күштік жұлқа көтеру» ауыр атлетикалық арнайы дайындық жаттығуының жарыстық жұлқа көтеруімен салыстырмалы талдауы қарастырылады. Зерттеудің негізгі міндеті ауыр атлеттердің жаттығу процесінде «классикалық күштік жұлқа көтеру» арнайы-дайындық жаттығуының қолдану тиімділігін анықтаудан тұрды. Мақалада ауыр атлетикалық жаттығуларды орындау техникасы бес механизмнің жұмыс істеуі тұрғысынан қарастырылады. Жарыстық қозғалысымен арнайы дайындық жаттығуларының адекваттығын анықтау үшін автор бес негізгі белгіні пайдаланады. Арнайы дайындық және жарыс жаттығулары арасындағы айырмашылықтарды анықтаудың осы тәсілі мамандарға арнайы жаттығулардың ең тиімді жаттығуларды ажыратуға мүмкіндік берілетіндігі көрсетілген. Жаттығуларды салыстыру барысында арнайы күрделі құралдарды пайдалану талап етілмейді. Өткізілген талдау «классикалық күштік жұлқа көтеру» ауыр атлеттердің арнайы-дайындық жаттығуының тиімді екенін анықтауға мүмкіндік береді, өйткені барлық бес тірек белгілері бойынша жарыстық жұлқа көтерумен сәйкес келеді.

Түйін сөздер: ауыр атлетика, арнайы жаттығулар, жарыстық жұлқа көтеру, механизмдер, негізгі белгілер.

Введение. Из теории и практики спорта известно, что наиболее эффективными являются те специально подготовительные упражнения, структура которых будет максимально совпадать с соревновательными [1-8].

Данная работа направлена на сравнительный анализ соответствия механизмов выполнения специально-подготовительного упражнения «рывок классический силовой» с соревновательным рывком по пяти опорным признакам [9-13]: двигательной задаче; последовательности работы определенных мышц; высоте подъема штанги; длительности выполнения подседа; позе в подседе.

Использование разработанной нами методики сопоставления специальных упражнений с соревновательными по пяти опорным признакам, на наш взгляд, является удачным педагогическим инструментом, позволяющим производить комплексное измерение параметров двигательного действия, охватывающего психологические, биологические и механические аспекты организации движения. Очень важно, что в ходе процесса сопоставления упражнений не требуется специального сложного инструментария.

Техника выполнения тяжелоатлетических упражнений рассмотрена нами с позиции срабатывания следующих пяти механизмов [9, 12, 14, 15]:

Первый механизм – «Стартовое движение» (старт), направленное на организацию двигательных действий подготавливающих условия для срабатывания последующего механизма – «прыжка».

Второй механизм – «Прыжок», направленный на организацию метания штанги вверх и подготовку условий для эффективного срабатывания следующего, вытекающего из прыжка метания механизма – «подхвата» (подхват выполняется в момент атаки снаряда бедрами или паховой областью, который сразу после атаки преобразуется в отталкивание от снаряда, в ходе которого нужно успеть подставиться под снаряд до начала его активного движения вниз).

Третий механизм – «Подхват», направленный на активное взаимодействие атлета со снарядом с момента входа в механизм прыжка и до момента укладывания штанги на вытянутых вверх руках. Основная цель механизма – успеть подставиться под снаряд до начала его падения вниз с полным контролем за его перемещением вверх с момента срабатывания двух предыдущих механизмов. От качества выполнения механизма «подхвата» зависит скорость выполнения (время выполнения) подседа.

Четвертый механизм – «Прием», направленный на уменьшение ударного момента (или полное его устранение) между снарядом и звеньями атлета при выполнении подседа, а также подготовку условий для использования энергии отдачи, возникающей в ходе правильно организованного переключения от подседа к вставанию.

Пятый механизм – «Вставание», направленное на разгибание ног в коленных суставах и принятие положения, характеризующее завершение рывка.

По способу выполнения рывок классический силовой разгруппирован следующим образом:

- рывок классический силовой с помоста;
- рывок классический силовой от уровня ниже коленных суставов.

Цель исследования – сравнительный анализ соответствия механизмов выполнения «рывка классического силового» с соревновательным рывком.

Задача исследования – определить эффективность использования специально-подготовительного упражнения «рывок классический силовой» в тренировочном процессе тяжелоатлетов.

Методы и организация исследования. Анализ научно-методической литературы по проблеме исследования, сравнительный анализ специально подготовительного упражнения «рывка классического силового» с соревновательным рывком.

Описание специально подготовительного упражнения «рывок классический силовой»:

Это рывок классический без акцентированного срабатывания механизма «прыжка» с выраженным включением в работу мышц верхнего плечевого пояса и рук, участвующих в механизмах «подхвата» и «приема» (рисунок 1). Штанга поднимается вверх за счет активной работы мышц рук и верхнего плечевого пояса, при этом масса тела атлета одновременно перемещается вниз под гриф штанги. Конечная поза в подседе полностью совпадает с позой подседа в соревновательном движении.

Основными задачами специально-подготовительного упражнения являются:

- 1) прочувствовать срабатывание механизма «подхвата» и контролировать перемещения снаряда со старта до механизма его приема в подседе;
- 2) сопряжено развивать специальные физические качества, обеспечивающие эффективное выполнение этих двух механизмов («подхвата» и «приема»).

При выполнении упражнения контролируются следующие признаки: высота подъема штанги, отсутствие ударного момента между падающим снарядом и звеньями атлета в подседе.

Результаты исследования и их обсуждение. Результаты исследования представлены в табличной форме. В таблицу включены следующие показатели: наименование упражнения, механизмы, наличие или отсутствие механизмов, признаки (двигательная задача (ДЗ), последовательность работы мышц (ПРМ), высота подъема штанги (ВПШ), время выполнения подседа (t подседа), конечная поза в подседе (ПП). В таблице знаки «+» и «-» отражают совпадение или несовпадение признаков (знак «±» указывает на частичное срабатывание механизма, но не в полной мере, как в соревновательном упражнении).

В таблице 1 представлены результаты сопоставления механизмов выполнения соревновательного рывка, взятого за образец, проведенные через призму пяти признаков: знаки «+» отражают совпадение признаков. Из таблицы 2 видно, что в рывке классическом силовом с помоста и с вися гриф от уровня ниже коленных суставов механизмы «стартовое движение», «подхват», «прием», «вставание», проведенные через призму пяти опорных признаков, совпадают с соревновательным рывком по двигательной задаче, т.е. программе действия (ДЗ); по высоте подъема штанги (ВПШ), по времени на выполнение подседа (t подседа), по внешней картине позы в подседе (ПП). Не в полной мере совпадают в последовательности и характере работы определенных мышц (ПРМ) из-за отсутствия или частичного срабатывания механизма «прыжка».



Рисунок 1 – Рывок классический силовой

Таблица 1 – Соревновательный рывок

Упражнение	Механизмы	Наличие или отсутствие механизмов	Признаки				
			ДЗ	ПРМ	ВПШ	t под седа	ПП
Соревновательный рывок	Стартовое движение	+	+	+	+	+	+
	Прыжок	+					
	Подхват	+					
	Прием	+					
	Вставание	+					

Таблица 2 – Рывок классический силовой с помоста, с вися гриф от уровня ниже коленных суставов и их сходство с соревновательным движением

Специально подготовительные упражнения	Механизмы	Наличие или отсутствие механизмов	Признаки				
			ДЗ	ПРМ	ВПШ	t под седа	ПП
Рывок классический силовой с помоста	Стартовое движение		+	±	+	+	+
	Прыжок	-					
	Подхват	±					
	Прием	±					
	Вставание	+					
Рывок классический силовой с вися гриф от уровня ниже коленных суставов	Стартовое движение		+	±	+	+	+
	Прыжок	±					
	Подхват	±					
	Прием	+					
	Вставание	+					

Выводы: Выявлено, что рывок классический силовой является эффективным специально-подготовительным упражнением тяжелоатлетов, так как совпадает с соревновательным рывком по всем пяти опорным признакам.

Все специально подготовительные упражнения тяжелоатлетов должны сопоставляться с соревновательным через призму пяти опорных

признаков. В тренировке тяжелоатлетов предпочтение следует отдавать упражнениям, совпадающим по своему двигательному составу с определенными механизмами соревновательного движения. При этом величина отягощения подбирается с учетом уровня подготовленности мышц, обеспечивающего полноценное срабатывание того или иного механизма.

Литература

- 1 Верхошанский Ю.В. Основы специальной силовой подготовки в спорте. – М.: ФиС, 1970. – С. 24.
- 2 Дьячков В.М. Совершенствование технического мастерства спортсменов. – М.: ФиС, 1972. – С. 12.
- 3 Михайлов К.В. Методы спортивной подготовки. – Киев: Здоровья, 1981. – С. 13-14.
- 4 Верхошанский Ю.В. Программирование и организация тренировочного процесса. – М.: ФиС, 1985. – 176 с.
- 5 Коц Я. М. Основные физиологические принципы тренировки: учебное пособие для студентов ГЦОЛИФКа. – М.: ГЦОЛИФК, 1986. – С. 7.
- 6 Платонов В.Н. Подготовка квалифицированных спортсменов. – М.: ФиС, 1986. – 286 с.
- 7 Авсиевич В.Н. Управление тренировочным процессом в пауэрлифтинге: монография / В.Н. Авсиевич; М-во образования и науки Респ. Казахстан, Казах. акад. спорта и туризма. – Казань: Бук, 2019. – 232 с.
- 8 Бойко В.В. Целенаправленное развитие двигательных способностей человека. – М.: ФиС, 1987. – 144 с.
- 9 Ге Н.Д. Техническая подготовка тяжелоатлетов: учебное пособие для студентов институтов физической культуры. – Алматы, 1999. – 121с.
- 10 Ге Н.Д., Хлыстов М.С., Тютеебаев Б.Х. Методика отбора специальных упражнений для тренировки тяжелоатлетов: методическая разработка. – Кызылорда, 2001. – 21 с.
- 11 Тяжелая атлетика: учебное пособие для студентов факультетов физической культуры, тренеров и спортсменов/Под общей редакцией Б.Х.Тютеебаева. – Кызылорда, 2010. – 154 с.
- 12 Тютеебаев Б.Х. Тяжелая атлетика: учебное пособие. – Кызылорда, 2010. – 150 с.
- 13 Ге Н.Д., Тютеебаев Б.Х. «Подъем на грудь силой рук» как эффективное специально-подготовительное упражнение тяжелоатлетов // Международный научный конгресс «Олимпийский спорт и спорт для всех»: Алматы, 1-4 октября 2014 г., 1 том. – С. 42-44.
- 14 Ге Н.Д., Тютеебаев Б.Х. Новые пути подготовки тяжелоатлетов // Международный научный конгресс «Олимпийский спорт и спорт для всех»: Алматы, 1-4 октября 2014 г., 1 том. – С. 45-48.
- 15 Ге Н.Д. Новый взгляд на технику и тренировку штангистов // Олимп. – Ижевск, 2016. – №2-3. – С. 45-46.

ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА
АКТИВНЫХ ВИДОВ ТУРИЗМА



FTAMP 77.29.99

Абдикаримова М.Н., Сардаров О.А., Закирьянов Б.К., Макогонов А.Н., Шалабаева Л.И.

¹Қазақ спорт және туризм академиясы, Алматы қ., Қазақстан

ТУРИЗМ МАМАНДАРЫН ЖОО-НЫҢ ОҚУ ПӘНДЕРІН БІРІКТІРУ АРҚЫЛЫ ДАЯРЛАУ

Абдикаримова Мадина Нурбулатовна, Сардаров Осман Агитович, Закирьянов Бауржан Кайратович, Макогонов Александр Николаевич, Шалабаева Лаура Исмаилбековна

Туризм мамандарын ЖОО-ның оқу пәндерін біріктіру арқылы даярлау

Аңдатпа. Мақалада «Туризм» білім беру бағдарламасын құру бойынша мәселелер қарастырылған. Қазақ спорт және туризм академиясының туризм және сервис кафедрасының базасында енгізілген «Халықаралық туризм: туризм және бизнес индустриясы», «Спорттық және емдік-сауықтыру туризмі» оқыту траекториялары бойынша оқу пәндерінің біріктіруіне сараптама жүргізілді. Туризм саласына арналған мамандардың кәсіби дайындықтарының даму жүйесі оқу орнындағы кәсіби даярлықтың қалыптасуы барысында жүзеге асатын, туристік кәсіптің құндылықты бағдарының жеткіліксіз ақпараттандырылуымен айқындалатын бірнеше мәселелермен ұштастырылған. Қалыптасқан жағдай туристік индустриядағы болашақ мамандардың қоғамда өзін-өзі сәтті іске асыруына арналған сапалы кәсіби құндылықты бағдарлардың қалыптасуын қажет етеді. Сондықтан «Халықаралық туризм: туризм және бизнес индустриясы» мен «Спорттық және емдік-сауықтыру туризмі» оқыту траекторияларын жүзеге асыру бойынша тәжірибелік ұсыныстар ҚР БҒМ білім беру бағдарламасының тізбегіне енгізу үшін құрастырылған.

Түйін сөздер: туризм, білім беру бағдарламасы, оқыту траекториясы, мамандар даярлау, оқу пәндерінің біріктірілуі.

Abdikarimova Madina, Sardarov Osman, Zakiryaynov Bauyrzhan, Makogonov Aleksandr, Shalabayeva Laura

Training of tourism personnel through the integration of University learning subjects

Abstract. The article discusses with the development of the educational program «Tourism» and analyzes the integration of learning subjects on the trajectories of training «International tourism: tourism and business industry» and «Sports and health-improving tourism» implemented on the basis of the Department of tourism and service of the Kazakh Academy sport and tourism. The developing system of professional training of specialists for the sphere of tourism is associated with a number of issues caused by the insufficient formation of value orientations of the tourist profession, the formation of which occurs in the process of professional training in an educational institution. The current situation necessitates the formation of high-quality professional value orientations for future specialists of the tourism industry for their successful self-realization in society. Therefore, practical recommendations for the implementation of educational trajectories «International tourism: tourism and business industry» and «Sports and health-improving tourism» were developed for inclusion in the list of the register of educational programs of the Ministry of Education and Science of the Republic of Kazakhstan.

Key words: tourism, educational program, educational trajectory, personnel training, integration of learning subjects.

Абдикаримова Мадина Нурбулатовна, Сардаров Осман Агитович, Закирьянов Бауржан Кайратович, Макогонов Александр Николаевич, Шалабаева Лаура Исмаилбековна

Подготовка туристских кадров через интеграцию учебных предметов вуза

Аннотация. В статье рассматриваются вопросы по разработке образовательной программы «Туризм» и проведен анализ интеграции учебных предметов по траекториям обучения «Международный туризм: индустрия туризма и бизнеса» и «Спортивный и лечебно-оздоровительный туризм», внедренных на базе кафедры туризма и сервиса Казахской академии спорта и туризма. Развивающаяся система профессиональной подготовки специалистов для сферы туризма сопряжена с рядом проблем, обусловленных недостаточной сформированностью ценностных ориентиров туристской профессии формирования, которых происходит в процессе профессиональной подготовки в учебном заведении. Сложившаяся ситуация обуславливает необходимость формирования качественных профессиональных ценностных ориентиров у будущих специалистов туристской индустрии для их успешной самореализации в обществе. Поэтому были разработаны практические рекомендации по реализации образовательных траекторий обучения «Международный туризм: индустрия туризма и бизнеса» и «Спортивный и лечебно-оздоровительный туризм» для включения в перечень реестра образовательных программ МОН РК.

Ключевые слова: туризм, образовательная программа, траектория обучения, подготовка кадров, интеграция учебных предметов.

Кіріспе. «Білім беру қызметтері өз кезегінде ғылыми-педагогикалық еңбектің нәтижесі болып табылатын ғылыми еңбек түрі барысында құрылады. Ғылыми-педагогикалық еңбектің нәтижесі білім беру өнімі деп аталуы мүмкін. Білім беру өнімі – бұл білім беру қызметтерінің тиісті бөліміне бейімделген зияткерлік өнімнің бір бөлімі» деп А.О. Ченцов өз зерттеулерінде осы анықтаманы ұсынады.

В.П. Щетинин білім беру қызметі «адамның, қоғамның және мемлекеттің көптеген қажеттіліктерін қанағаттандыру мақсатында пайдаланылатын білім, ақпарат, біліктілік пен дағды жүйесі» ретінде түсіндіріледі деп есептейді. Бұл анықтама білім беру қызметінің құрамын айқындайды және олардың жеке адамның, қоғам мен мемлекеттің қажеттіліктерін қанағаттандыруға бағытталуының маңызды сипатын анықтайды [1].

Қазақстан Республикасының Елбасы Н.Ә. Назарбаев ұсынған «Жалпыға ортақ еңбек қоғамына қарай жиырма қадам» атты Қазақстанды жаңғыртудың әлеуметтік бағдарламасында үш басты бағыт бойынша білім беру жүйесін жаңғыртудың жаңа перспективалары ашылды, олар: білім беру мекемелерін оңтайландыру; оқу-тәрбие үрдісін жаңғырту және білім беру қызметтерінің тиімділігі мен қолжетімділігін арттыру [2].

Білім беру қызметіне деген сұраныс жыл сайын ұлғайып келеді, алайда, ұсыныстың жауапты өсуіне және оларға қол жеткізу мүмкіндіктерінің ұлғаюына байланысты тұтынушы қандай да бір білім беру қызметінің бәсекеге қабілеттілігі туралы, осы қызметті ұсынатын ЖОО-лардың, тіпті ол білім алғысы келетін елдің бәсекеге қабілеттілігі туралы көбірек ойланатын болады. Бұл ретте жоғары білім алу үшін нақты елдің тұтынушыларын таңдау елдің әлемдік білім беру жүйесіндегі имиджін жақсартуға ғана емес, сонымен қатар осы елдің білім беру және ілеспе қызметтерін көрсетуден түскен кірісінің артуына да әсер етеді. Осының салдарынан, қазіргі уақытта басты мәселе – білім беру қызметтерінің тиімділігі мен бәсекеге қабілеттілігін арттыру болып табылады [3].

Сонымен қатар, қазақстандық қоғамды әлеуметтік жаңғырту маман даярлаудың катализаторы болып табылатыны көрсетіледі, мектепке дейінгі, бастауыш, орта, кәсіптік, жоғары және жоғары оқу орнынан кейінгі білім берудің барлық түрлерінің қисынды өзара байланысын көздейді.

ҚР «Білім туралы» Заңының 21-ші «Жоғары білім білім беру бағдарламалары» бабына сәйкес,

жоғары білімнің білім беру бағдарламалары экономика салаларының қажеттілігіне сәйкес «бакалавр» дәрежесін немесе «маман» біліктілігін беру арқылы жоғары білікті мамандарды даярлауға бағытталған [4].

Зерттеудің **негізгі мақсаты** – «Халықаралық туризм: туризм және бизнес индустриясы» мен «Спорттық және емдік-сауықтыру туризмі» білім беру траекториялары шеңберінде ЖОО-ның оқу пәндерін біріктіру арқылы туризмнен мамандарды дайындауға сараптама жүргізу болып табылады.

Зерттеу міндеттері:

1. «Халықаралық туризм: туризм және бизнес индустриясы» мен «Спорттық және емдік-сауықтыру туризмі» білім беру траекторияларын әзірлеу бойынша талдау жүргізу.

2. ҚР БҒМ Білім беру бағдарламаларының тізіліміне енгізу үшін «Халықаралық туризм: туризм және бизнес индустриясы» мен «Спорттық және емдік-сауықтыру туризмі» білім беру траекторияларын іске асыру бойынша тәжірибелік ұсыныстар әзірлеу.

Зерттеу әдістері: ғылыми-әдістемелік дереккөздерді зерттеу мен талдау, педагогикалық зерттеу, респонденттерге сауалнама жүргізу, зерттеу материалдарын статистикалық өңдеуден өткізу мен сараптама жүргізу.

Зерттеуді ұйымдастыру және жүргізу. Зерттеуге туризм және сервис кафедрасының, Қазақ спорт және туризм академиясының «Халықаралық туризм: туризм және бизнес индустриясы» мен «Спорттық және емдік-сауықтыру туризмі» траекториялары бойынша «Туризм» білім беру бағдарламасының 40 студенті қатысты. Эксперименталды топ 2 курста 2017 жылдың қыркүйек айынан бастап құрылып, келесі курстарда траекториялар бойынша «Туризм» білім беру бағдарламасының оқу пәндері анықталды.

Зерттеу нәтижелері мен олардың сараптамасы.

Е.Ж. Өмірқұлова өзінің мақаласында туристік профильді арнайы оқу орнында оқыту жүйесі педагогикалық үрдісінің басты өзегі оқу іс-әрекеті болып табылатынын, сондықтан оқу іс-әрекетінің жүйелі детерминациясын зерттеу жеке тұлғаның жан-жақты даму идеясын, белгілі бір шара тиісті шындыққа сәйкес келетін созылмалы алшақтық арқылы қоғамдық қатынастардың алдыңғы жүйесімен байланысты идеяны қайта жаңғыртуға көмектесетіндігін атап өтті. Жалпы алғанда, жеке тұлға – бұл дербес тасымалдаушы және тарихи қалыптасқан нақты адами қызмет

нысандарының субъектісі мен әлемдік деңгейде қарым-қатынас жасайтын адам екендігі белгілі. Яғни, тұлға әрқашан нақты тарихи жаратылыс, ол өз уақытының, сол қоғамдық-экономикалық қатынастардың өнімі болып табылады. Тұлға туа пайда болмайды, ол жүре қалыптасады деген әділ мәлімдеме бар. Сондықтан тұлғаны мақсатты дамыту барысындағы ең маңызды идея – жеке тұлғаға бағытталған білім беру мен тәрбиелеудің гуманистік парадигмасының идеясы [5].

Д.Ш. Жұмағалиеваның пікірінше, туризм саласы бойынша мамандар даярлау мазмұнын салыстырмалы-педагогикалық талдау тәсілдерінің әдіснамасы негізінде гуманизм мен конструктивизм қағидалары жатыр. Бейіндік ЖОО-ның оқу қызметінде белгіленген гуманистік парадигма идеясын жүзеге асыру міндетті түрде оқытуды дараландыру мен оқытудың кәсіби мүдделілігі қағидаларына жүктеледі. Оқытудың практикалық қызметімен байланысы және сабаққа қатысушылардың әлеуметтік-психологиялық ерекшеліктерінің оқыту ерекшелігіне сәйкес болу қағидасы оқу үрдісін ұйымдастыруда маңызды рөл атқарады.

Оқытудың тұлғалық-бағытталған гуманистік парадигмасы, ең алдымен, қайталанбас даралықтың, руханилықтың, шығармашылық бастаудың, зерделенетін мәдениет субъектісінің қалыптасуына ықпал етеді. Сондықтан туристік бейіндегі ЖОО-да нәтижелі оқу іс-әрекетін шығармашылық дамытуда оқытудың проблемалық қағидасы стратегиялық маңызды мәнге ие болады. Тұлғалық-бағытталған гуманистік білім берудің мақсаты – ең алдымен адамның бойында адами қасиеттерді дамыту, оның бойында өзін-өзі жүзеге асыру, өзін-өзі дамыту, тұлғаның өзін-өзі ұстауын қалыптастыру.

Бұл үдерісте оқыту барысында сабақтарға қатысушылардың саналы оқу-танымдық белсенділік, сондай-ақ, оқытудың мәдени қалыптастырушы қызметін жүзеге асыруға ықпал ететін, мәдени білім беру тәсілдерімен сақтауды, беруді, қайта жаңғыртуды және дамытуды қамтамасыз ететін оқыту ұжымдық қағидаларының өзектілігі арта түседі. Ол жеке тұлға мен өз халқы арасындағы рухани өзара байланысты құрудан, ұлттық мәдениетке тиістілік сезімдерін уайымдаудан, құндылықтарды интериоризациялаудан, ұлттық мәдениетке сәйкес өз өмірін құрудан тұрады. Сонымен қатар, оқытудың ұжымдық қағидасы тұлғаның әлеуметтенуін алдын ала анықтайды [6].

Әлемде оқытудың басқа түріне – «инновациялыққа» көшуге байланысты үрдіс белгі-

ленгені айғақ. Оған ғалымдардың (Н. В. Бордовская, Р. М. Грановская, А. А. Реан және т.б.) пікірі бойынша екі ерекшелік тән. Біріншісі – бұл алдын ала болжауға үйрету, яғни адамның алдыңғы тәжірибесі мен қазіргі таңда ғана емес, алыс болашаққа деген бағдары. Мұндай оқыту адамды болжау, модельдеу мен өмірде және кәсіби қызметте жобалау әдістерін пайдалануға дайындауы тиіс. Осыдан келіп, қиялды дамыту, болашақта адамды күтетін проблемалар мен қиындықтарға, оларды шешудің баламалы тәсілдеріне назар аудару маңызды. Инновациялық оқытудың екінші ерекшелігі – білім алушының әртүрлі деңгейде маңызды шешімдер қабылдау үрдісіне қатысуы мен ынтымақтастыққа қосылуы болып табылады.

Инновация (лат. in – в, novus – жаңа) жаңалықты, жаңалық енгізуді білдіреді. Инновацияның басты көрсеткіші қалыптасқан дәстүрлермен және бұқаралық тәжірибемен салыстырғанда жоғары оқу орнын дамытудың прогрессивті бастамасы болып табылады. Сондықтан білім беру жүйесіндегі инновациялар мынадай өзгерістерді енгізумен байланысты, атап айтқанда: басқару мақсатына, мазмұнына, әдістері мен технологияларына, нысандары, ұйымдары және жүйесіне; педагогикалық қызмет стилі мен оқу-танымдық үрдісті ұйымдастыруға; білім беру деңгейін бақылау мен бағалау жүйесіне; қаржыландыру жүйесіне; оқу-әдістемелік қамтамасыз етуге; тәрбие жұмысы жүйесіне; оқу жоспары мен оқу бағдарламаларына; оқытушы мен білім алушының қызметіне [5].

Біздің зерттеуде оқу үрдісінің негізгі ережелері қарастырылады, олар:

- 1) қол жетімділік;
- 2) нақтылық;
- 3) мамандыққа қатысы;
- 4) оқу жоспарындағы теориялық және практикалық пәндер.

Дидактикалық бағдарлаудың негізгі идеясы оқу процесінің мазмұны, ұйымдастырылуы, материалды баяндау әдістері, педагог тәжірибесі – барлығы болашақ мамандыққа қатысты болуы тиіс [7].

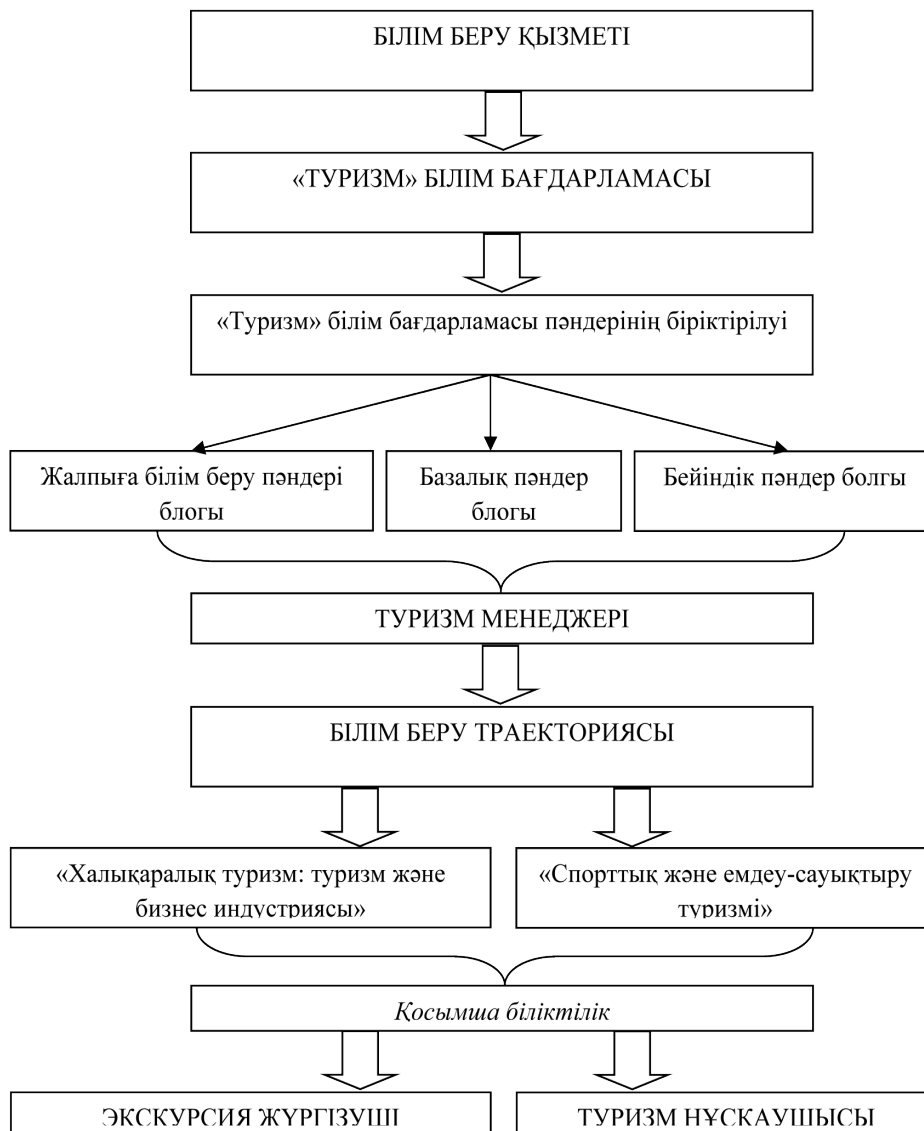
Жоғарыда талданған мәселелер, барлық туризм саласының мамандарын даярлаудың дидактикалық жүйесі әлемнің дамыған елдеріндегі қалыптасу сатысында тұр деген қорытынды жасауға мүмкіндік береді. Біздің елімізде туризм саласы үшін мамандар даярлау жүйесін оның мүмкіндіктері мен қажеттіліктерін талдап, құру маңызды болып тұр. Бұл жүйе туристік

нарықтағы кез келген өзгерістерге барынша қысқа мерзімде ден қою үшін көп жоспарлы, үйлесімді, икемді, ұтқыр болуы тиіс; ол табысты қайта құрылуы және ұлттық экономиканың ең табысты салаларының бірі болуы тиіс. Қазақстанда туризм саласының мамандарын даярлау жүйесі өңірлердің жергілікті ерекшеліктерін ескере отырып, оның жалпы заңдылықтарын пайдалана отырып, заманауи кәсіптік білім берудің жаңа басымдықтары мен қағидаттарына негізделуі қажет.

Сондықтан бүгінгі таңда ҚазСТА туризм және сервис кафедрасының алдында туризм саласы бойынша мамандарды даярлау сапасын арттыру, халықаралық деңгейде сұранысқа

ие жаңа буын қызметтері саласында мамандар шығару сияқты маңызды міндеттер тұр. Туризм факультетін алға жетелейтін мақсат – «Туризм» білім беру бағдарламасын халықаралық деңгейде танымды ету [8].

Қазақстан экономикасының тұрақты өсуі үшін туристік еңбек нарығы жұмыс берушілерінің ұсыныстары бойынша білім беру қызметтерінің сапасын арттыруға арналған 2012 жылы ҚазСТА базасында «Туризм» мамандығы бойынша алғаш рет «Халықаралық туризм: туризм және бизнес индустриясы» және «Спорттық және емдік-сауықтыру туризмі» білім беру траекториялары әзірленді (1-сурет).



1-сурет – ҚазСТА білім беру қызметін көрсету құрылымы

«Туризм» білім беру бағдарламасының ерекшелігі студенттерге оқу траекториялары бойынша даярлауда кәсіби бағытты таңдауға мүмкіндік береді. Оқытудың бірінші траекториясы – «Халықаралық туризм: туризм және бизнес индустриясы» студенттерді қосымша біліктілік алу бойынша экскурсия жүргізушісі, ал «Спорттық және емдік-сауықтыру туризмі» траекториясы – туризм нұсқаушысы мамандандыруларына бағытталған.

ҚазСТА базасында білім беру траекториясының деректерін енгізу заманауи еңбек нарығының туризм саласындағы кәсіби мамандарға қажеттілігімен байланысты, бұл:

– еңбек нарығында «Туризм» білім беру бағдарламасының тартымдылығы мен бәсекеге қабілеттілігін арттыру;

– білім беру бағдарламасын жүзеге асыру сапаларында ҚазСТА-ның кәсіпорындармен өзара байланыс ауқымын кеңейту;

– қолданыстағы кәсіби стандарттарға сәйкес мамандарды даярлау сапасын арттыру үшін жағдай жасау [9];

– түлектердің 100% жұмысқа орналасуын қамтамасыз ету.

Оқыту траекториялары бірегей материалдық-техникалық базамен және басқа да ажырамас білім беру элементтерімен (аудиториялық, зертханалық, кітапханалық қор, бағдарламалық қамтамасыз ету және т. б.), соның ішінде жоғары білікті профессор-оқытушылар құрамымен қамтамасыз етілген. 1 курс аяқталғаннан кейін «Туризм» білім беру бағдарламасының студенттері арасында білім беру траекториясын анықтау бойынша сауалнама жүргізіледі. Сауалнамада респонденттерге жеке білім беру траекториясын өз бетінше таңдауға мүмкіндік беретін бірқатар сұрақтар, түсініктер, анықтамалар және практикалық тапсырмалар берілген. Сауалнамаға «Туризм» білім беру бағдарламасының 3 оқу тобы (40 студент) қатысты (2-сурет).



2-сурет – Студенттердің білім беру траекторияларын таңдау нәтижелері

2-суретте респонденттерге жүргізілген сауалнаманың нәтижелері көрсетілген, одан біз 14 студент орыс тілінде «Спорттық және емдік-сауықтыру туризмі» оқыту траекториясын, ал 26 студент мемлекеттік және орыс тілдерінде «Халықаралық туризм: туризм және бизнес индустриясы» оқыту траекториясын таңдағанын көреміз. Білім алушылардың таңдауы білім траекториясының ерекшелігі бойынша жеке қабілеттері мен дайындық деңгейіне байланысты болды.

Респонденттерге жүргізілген сауалнама нәтижесінде «Халықаралық туризм: туризм және бизнес индустриясы» оқытудың бірінші траекториясына көпшілік студенттер тарапынан артықшылық берілді, себебі студенттер Қазақстан аумағында өзінің туристік-экскурсиялық бизнесін дамытуға қызығушылық танытады.

Эксперименталды топ 2017 жылы 2 курстан құрылып, қазіргі уақытқа дейін «Туризм» білім беру бағдарламасының траекториялары бой-

ынша оқу пәндері анықталды. Қазіргі уақытта, бітіруші курс студенттері респонденттер болып табылады және қорытынды аттестаттау кезінде «ІІІ-санатты экскурсия жүргізуші» және «Туризм нұсқаушысы» білім беру траекториялары шеңберінде біліктілік алу үшін қосымша емтихан тапсырады.

«Туризм» білім беру бағдарламасы аясында ҚазСТА тереңдетілген оқыту траекториялары бойынша оқыту білім алушылардың 2 курсынан басталады, бұл 1 курста студенттер ҚР БҒМ МЖМБС сәйкес білім беру бағдарламасы шеңберінде жалпылама білім беру пәндерін оқуымен байланысты.

1-суретте көрсетілгендей «Туризм» білім беру бағдарламасының «Халықаралық туризм: туризм және бизнес индустриясы» мен «Спорттық және емдік-сауықтыру туризмі» траекториялары бойынша үш цикл бойынша 85%-дан астам біріктірілген пәндер бар, олар: жалпыға білім беру модулі, базалық модуль және бейінді пәндер модулі, бұл бітірушінің туризм саласындағы барлық кәсіби қызмет түрлерін жүзеге асыру үшін негізгі құзыреттілігін, ал 15% туризм саласындағы мамандардың негізгі құзыреттілігін тиімді, интерактивті, кешенді қалыптастыруға мүмкіндік береді:

– «Халықаралық туризм: туризм және бизнес индустриясы» траекториясы келесі пәндерді қамтиды: «Туристік – өлкетану жұмысының негіздері», «Жетісу өлкетануы», «Музейтану», «Экскурсиялық менеджмент», «Әртүрлі тақырыптар бойынша экскурсияларды өткізу ерекшеліктері» қосымша біліктілікті алу үшін «ІІІ-санатты экскурсия жүргізуші»;

– «Спорттық және емдік-сауықтыру туризмі» траекториясына «Туризмнің арнайы түрлері», «Курортология», «Туристің моральдық-психологиялық дайындығы», «Балалар-жас-өспірімдер туризмі», «Туризм нұсқаушысы» қосымша біліктілігін алу үшін «Туризм нұсқаушысын даярлау әдістемесі» кіреді.

Сондықтан әрбір білім беру траекториясы туризм индустриясының дамуын қамтамасыз ететін элементтермен өзара байланысты, яғни туристік қызмет көрсетумен, туристерді қабылдаумен және оларға экскурсиялық қызмет көрсетумен айналысады. Осы траекториялар бойынша студенттерді оқыту тек ҚазСТА базасында ғана енгізілген және «Туризм» мамандығы бойынша Қазақстан Республикасының басқа жоғары оқу орындарында баламасы жоқ.

«Халықаралық туризм: туризм және бизнес индустриясы» бірінші траекториясы Алма-

ты қаласы мен Алматы облысының туристік-экскурсиялық нысандарын көрсету бойынша экскурсиялық және музейлік әдістеме негізінде «ІІІ-санатты экскурсия жүргізушілерді» тереңдетіп дайындауды қамтиды. Осы траекторияның пән ерекшеліктері студенттердің Қазақстан туристік қауымдастығы (ҚТА) жанында қосымша оқу, біліктілікті арттыру курстарынан өтуіне мүмкіндік береді, онда ҚР экскурсия жүргізуші тізілімінде тіркеу туралы сертификат ала алады [10].

Кәсіби тәжірибелерді жүзеге асыру үшін екі білім траекториясы аясында туризм және сервис кафедрасының филиалдары, яғни ҚазСТА туризм факультетінің жеке базалары қолданылады.

Білім беру траекториясын әзірлеу кезінде Болон үрдісінің ұсынымдық өлшемдеріне сәйкес келетін студенттерді оқытудың сызықтық емес траекториясын ұйымдастыруға мүмкіндік беретін әмбебап және пәндік-мамандандырылған құзыреттер ескерілді.

Туризм саласында кәсіби білім беру бірқатар салалардан тұрады:

1. Мамандардың қажеттілігіне сараптама жүргізу, оқу үрдісін жоспарлау, бейіндік жоо-да немесе бейіндік факультетте оқу үрдісін жүзеге асыру, оқу үрдісін ұйымдастыру сапасын бағалау, оқу жоспарларын құру, дараландырылған және іс-әрекетпен болуы мүмкін әдіснамалық тәсілдердің көмегімен оқытудың әртүрлі мәселелерін шешу.

2. Психомоторлық және эмоциялық дамуын ескере отырып, кәсіби қарым-қатынаста адамдардың мінез-құлқының психологиялық және әлеуметтік сипаттамаларын білдіретін кәсіптік оқытудың психологиялық-әлеуметтік алғышарттары. Бұл фактор тұрақты коммуникативтік қарым-қатынасты талап ететін туризм сияқты салада ерекше маңызды.

3. Кәсіптік оқыту құқығы: жалпықұқықтық нормалар, еңбек туралы заң, оқу орнының нұсқаулары, кәсіби біліктілік ережелері мен нұсқаулары [11].

«Туризм» білім беру бағдарламасын, оның ішінде білім беру траекториялары блогын меңгерген түлектердің жоғары оқу орнынан кейінгі (магистратура, докторантура) және қосымша кәсіптік білім беру бағдарламалары бойынша оқуды толық көлемде жалғастыруға мүмкіндігі бар.

Қорытынды. Зерттеу нәтижелері бойынша «Халықаралық туризм: туризм және бизнес индустриясы» мен «Спорттық және емдік-сауықтыру туризмі» білім беру траекто-

рияларын жүзеге асыру бойынша ҚР БҒМ Білім беру бағдарламаларының тізіліміне енгізу үшін тәжірибелік ұсыныстар әзірленді:

– Экономиканың дамуы мен еңбек нарығының қажеттілігін ескере отырып, жүзеге асыруға арналған дәріс оқу үшін жұмыс беруші мамандарды, яғни туризм саласының еңбек сіңірген қызметкерлерін, директорларды, қызметкерлерді, туризм мен қонақжайлылық саласының мамандарын тарту.

Жаңа заманауи технологияларды, оқыту әдістемелерін енгізуді жүзеге асыру және кең туристік бейіндегі мамандарды даярлау үшін білім беру траекториясын жүзеге асыруды тәжірибелік сынақтан өткізу.

Білім беру бағдарламаларының бәсекеге қабілеттілігі аясында студенттер мен оқытушылардың жақын және алыс шетелдердің академиялық ұтқырлық шеңберін кеңейту.

ЖОО-да студенттерді оқыту кезінде әрқалай дәрежелер бойынша экскурсия жүргізушілер мен туризм нұсқаушыларының біліктілігін арттыруға бағытталған бірқатар іс-шаралар (курстар, семинарлар, тренингтер) әзірлеу.

Бұл білім беру траекториялары ҚР БҒМ МЖБС нормативтік талаптарын ескере отырып, Қазақстанның басқа жоғары оқу орындарында пайдаланылуы және іске асырылуы мүмкін.

Сонымен қатар, «Халықаралық туризм: туризм және бизнес индустриясы» мен «Спорттық және емдік-сауықтыру туризмі» білім беру траекториялары Болон үрдісінің міндетті өлшемдеріне жауап береді және қазақстандық және ECTS академиялық кредиттерде пәндердің еңбек сыйымдылығын, Дублин дескрипторларының, құзыреттердің арақатынасын, білім беру бағдарламасының модульдерінің құрылымын және т.б. білдіреді.

Әдебиеттер

- 1 Баталова О.С. Специфика образовательной услуги как основа маркетинговой политики вуза // Молодой ученый: Актуальные вопросы экономики и управления. Том II. – С. 7-8.
- 2 Концепция воспитания в системе непрерывного образования Республики Казахстан утвержденный приказом Министра образования и науки от 16 ноября 2009 года № 521.
- 3 Родионова И.А. Помогают ли рейтинги улучшить качество образования в российских вузах? // <https://www.researchgate.net>
- 4 https://online.zakon.kz/document/?doc_id=30118752
- 5 Умеркулова Е.Ж. Повышение квалификации педагогов – ключевое звено образования нового качества // Открытая школа. – Алматы, 2012. – № 5. – С. 20, 22-23.
- 6 Жумагалиева Д.Ш. Повышение квалификации педагогов с учетом компетентностно-ориентированного содержания образования // Вестник Карагандинского университета. – Караганда, 2012. – № 2. – С. 61-63.
- 7 Фольдштейн Д.И. О состоянии и путях повышения качества диссертационных исследований по педагогике и психологии // География в школе. 2008 №6. – С. 3.
- 8 Имангулова Т.В., Абдикаримова М.Н. Анализ современного состояния образовательной программы по специальности «Туризм» Казахской академии спорта и туризма // Материалы Международной научно-практической конференции научно-педагогических работников и молодых ученых «Цифровые технологии: наука, образование, инновации». – М., 2018. – С. 310.
- 9 Қазақстан Республикасының «Туризм» мамандығы бойынша кәсіби стандарты [Электрондық ресурс] кіру режимі: <http://atameken.kz/ru/services/16-professional-nye-standarty>
- 10 Реестр экскурсоводов и гидов-переводчиков Республики Казахстан 2019 г. http://www.kaztour-association.com/kta3-8_reestr_guides.htm
- 11 Монахов В.М. Технологические основы проектирования и конструирования учебного процесса. – Волгоград: Перемена, 1995.

Gubarenko A., Imangulova T., Zakiryanov B., Luterovich O., Ganitaev M.

Kazakh Academy of Sports and Tourism, Almaty, Kazakhstan

METHOD OF ESTABLISHING TOPONYMIC PASSPORT FOR EXCURSION ROUTE AROUND THE ALMATY REGION, REPUBLIC OF KAZAKHSTAN

Gubarenko Anastassiya, Imangulova Tatyana, Zakiryanov Baurzhan, Luterovich Oleg, Ganitaev Makhmud

Method of establishing toponymic passport for excursion route around the Almaty region, Republic of Kazakhstan

Abstract. In present article, authors are examining toponymy of Kazakhstan as a unique source of materials about tourism and local history, which are considered engaging equally for citizens and visitors of the Republic of Kazakhstan. After studying general basis of toponyms available for scientific analysis authors have systematized them, considering all specific features that arise in the process of setting goals for creating a dictionary of toponyms and a toponymic passport of the route. These studies will apply toponymic data on the excursion route more effectively. Also, this study is aimed at improving the quality of training of the tourism industry. The study is consistent with the goals of developing domestic and inbound tourism in the Republic of Kazakhstan.

Key words: toponymy, tourism, excursion, excursion route, toponym.

Губаренко Анастасия Вячеславовна, Имангулова Татьяна Васильевна, Закирьянов, Бауржан Кайратович, Лютерович Олег Григорьевич, Ганитаев Махмуд Садиганиевич

Қазақстан Республикасындағы Алматы облысының экскурсиялық маршрутының топонимикалық куәлігін жасау әдістемесі

Аңдатпа. Бұл мақалада авторлар Қазақстанның топонимикасын туристік және өлкетану материалдарының ерекше кезі ретінде қарастырады, бұл ел азаматтары мен Қазақстан Республикасының қонақтары үшін де бірдей қызықты болмақ. Ғылыми талдау үшін қол жетімді топонимдердің жалпы жиынтығын зерделеп, авторлар топонимдер сөздігін және маршруттың топонимикалық куәлігін жасау мақсатын қою барысында туындайтын барлық ерекшеліктерді ескере отырып, оларды жүйелендіруге мүмкіндік берді. Бұл зерттеулер экскурсиялық маршрутта топонимикалық мәліметтерді тиімді қолдануға пайдаланатын болады. Соңдай-ақ, бұл зерттеу туризм саласындағы дайындық сапасын арттыруға бағытталған. Зерттеу Қазақстан Республикасында ішкі және келу туризмін дамыту мақсаттарына сәйкес келеді.

Түйін сөздер: топонимика, туризм, экскурсия, экскурсиялық маршрут, топоним.

Губаренко Анастасия Вячеславовна, Имангулова Татьяна Васильевна, Закирьянов, Бауржан Кайратович, Лютерович Олег Григорьевич, Ганитаев Махмуд Садиганиевич

Методика создания топонимического паспорта экскурсионного маршрута Алматинской области Республики Казахстан

Аннотация. В данной статье авторы рассматривают топонимию Казахстана как уникальный источник туристского и краеведческого материала, интересного в равной степени и для граждан страны, и для гостей Республики Казахстан. Изучив общую совокупность доступных для научного анализа топонимов, авторы систематизировали их, учитывая все специфические особенности, возникающие в процессе постановки целей создания словаря топонимов и топонимического паспорта маршрута. результаты этого исследования будут способствовать более эффективному применению топонимических данных на маршруте экскурсии. Также данное исследование направлено на повышение качества подготовки в сфере туризма. Исследование соответствует целям развития внутреннего и въездного туризма в Республике Казахстан.

Ключевые слова: топонимика, туризм, экскурсия, экскурсионный маршрут, топоним.

At present time, tourism in Kazakhstan is beginning to increase its pace of development. Every day, our country becomes more and more attractive for tourists. Annually the percentage of foreign guests, visiting the republic, is only growing. Thus, we may say that Kazakhstan is interesting for tourists, primarily for its uniqueness, preservation of which is the main task in the formation of the national brand.

The historical circumstances of the toponyms origin are significant and interesting in addition to their semantic meaning, connection with the economic, military-political and socio-cultural life of many steppe nomadic pastoralists' generations with their world outlook and spiritual culture.

Kazakhstan culture, traditions and heritage, as well as centuries-old history found its reflection in toponymy of the region. Today, it is an integral part of cultural heritage of Kazakh people and other nations, which lived and are living in the country.

The wealth of the nation is its cultural heritage, architecture, literature, music and surely the diversity of national toponymy. Toponyms play the role of graphic and phonetic markers, signs of the developed cultural space; they are unique symbols of national culture, which are the "thread" connecting the present with the people's past, its culture. Such place-names (toponyms) become an equally essential element in the formation of tourist and excursion centers, along with nature sights, written culture monuments, architectural objects, etc. and require the same state protection.

One of the modern science topical issues is the study of various aspects of Kazakhstan people culture. The traditional spatial orientation system of the Kazakh people indisputably applies to intangible cultural heritage, developing over a huge historical period. Knowledge about geographic objects was focused in laconic verbal formulas-concepts (toponyms), which were transmitted vertically (from one generation to another) and were recorded in written sources of researchers in their geographical-ethnic works and topographic maps after time [1].

In the historical and toponymic nomenclature of countless geographical objects of Kazakhstan there is a close interweaving between centuries-old experience of economic and cultural life, characteristic world outlook, religious and cultural views, aesthetic preferences, group ideals and certainly, collective oral memory about historical events of Kazakhstan land. Being components of the Kazakh folk toponymy, all above mentioned elements form a multilevel toponymic system in their structure, which performed function of information and notification, cognitive, preventive, protective, prohibi-

tive, and other functions. All this created a peculiar model of people orientation in the geographical space - toponymy [2].

It is true that the Sun and stars, as natural landmarks, determined the life of nomadic peoples. In the book «Travels in Central Asia» famous traveller A. Vambéry wrote the words that belong to an ordinary Kazakh woman who could explain to him so briefly and simply why her people lead a nomadic lifestyle: "We are not as lazy as you and we cannot stay all day in one place. Human must move because, judge for yourself, the sun, moon, stars, water, animals, birds, fish — everything moves, only the earth and the dead remain in one place" [3].

Therefore, the study of the republic toponymy contributes to a more accurate understanding of its cultural heritage, to the formation of attractive excursion routes, taking into account the toponymy of the region.

For this purpose, the authors of the article created guidelines for the formation of the excursion route toponymic passport and the "Tourist-Toponymic Dictionary of the Almaty Region" (in three languages: Kazakh, Russian and English). All this allows carrying a sufficiently detailed toponymic study of the Almaty region and researching objects of tourist interest in this place.

Kazakhstan is a young republic with a rich history and distinctive culture, which is becoming increasingly attractive for foreign tourists. Owning not only natural resources, but also having deep knowledge concerning history, ethnography, toponymy, the Republic of Kazakhstan is able to attract tourists from all over the world, to be the center of educational, sports, business and health tourism.

Toponymic studies can provide answers to a big number of questions arising from tourists, local historians, and guides during their work. In their turn, toponyms act as peculiar symbols defining state borders, the study of which becomes especially important at the present stage of multinational Republic of Kazakhstan development, since one of the state's priorities is the progress of domestic and inbound tourism.

The toponymy of Kazakhstan is the traditions and customs of its people, each of which left its toponymic mark in the history of the country. Thus, over the centuries, historically based toponymic groups have been formed. They are estimated in both decades and millennia.

The main toponymic group is Turkic (Kazakh). One of the peculiarities of Turkic toponymy is the dominance of names formed with the help of geographic terms.

The diversity and mosaic structure of the toponymy of Central Asia can be clearly seen in Figure 1, which contains the toponyms of different stages of the independent Kazakhstan history. It is worth noting that there are many various schemes showing the formation of toponymic groups in the

Republic of Kazakhstan, but almost all of them contain the following: the substrate group of toponyms that cannot be interpreted, old Iranian, Iranian (Tajik-Pamir) group, group of the Turkic period, Slavic and modern group, forming in the present time [4].



Figure 1 – Toponymic layers of the Republic of Kazakhstan

In the work “Geography in names” Murzaev E.M. divides the toponyms of Kazakhstan into 6 groups, the seventh group is currently being formed and is associated with the history of already independent Kazakhstan [5].

The first group presented in Figure 1 is the oldest, substrate group of toponyms that cannot be explained (Khiva, Samarkand).

The second group is Old Iranian, these are the languages of the Khorezmians, Bactrians, Sogdians - the agricultural Iranian peoples who inhabited this land (Khorezm, Vakhsh, Balkan) in former times.

The third group is Iranian (Tajik-Pamir), a relatively young group and recognizable quite well (darya - “big river”, kuh - “mountain”, ob - “water”, abad - “city”).

The Turkic group is the most extensive and massive (Karakul - «black lake», Kyzylkum - «red sands», Charjow - «four riverbeds», Muztau - «ice mountain», Kopetdag - «many mountains», Karagiye - «black hillside»), this group abounds in names based on verbs.

The fifth group is Arabic, associated with the arrival of the Arab conquerors during the Caliphate period (Jalalabad, Jebel, Hissor Range, Ziyarat).

The next group is Mongolian (Jungal, Daban, Ulan, Ulakol, Emel). The sixth group is Slavic, which has almost disappeared by present times due to national toponymic renames. The last group, as already mentioned, is the modern toponyms of independent Kazakhstan.

Toponymy currently has a voluminous literature, which is updated annually. In many countries of the world there are toponymic institutions and societies, special published editions - occasional and periodical in the form of toponymic journals. The United Nations and international congresses, which are held in different cities of the world, also deal with the issues concerning toponyms (geographical names) and their transcriptions.

Nowadays, when economic, political, cultural ties between countries are constantly expanding, the goal of standardization and normalization in the transfer of names acquires an international significance.

Modern toponymy of Kazakhstan is a unique kaleidoscope of names, formed under the influence of many nations over a thousand-year history. Therefore, the hydronyms of Kazakhstan are the names of water bodies, reflecting a whole range of features and characteristics of the Kazakh land.

All economic, political and business activities of the people and state are connected with oikonyms (names of populated places). Oikonyms reflect those historical changes that occurred in the political history of modern Kazakhstan. They are the categories of names that undergo the most frequent changes.

The natural wealth of Kazakhstan is so vividly and fully reflected in geographical names that many of them began to have the character of common noun, general geographical terms: adyk, aryk,

jailau, takyr, etc. These terms are often used in the languages of the peoples of Central Asia.

So, the modern toponymist, and therefore the tour guide, tourist and local historian, has a mission not only to study the names in their current state, but also “look into the centuries”: determine the origin of the toponym and find out the history of its transformation. Just then a picture of amazing events, great feats and striking mother wit of the Kazakh people will open up to the toponymist scholar.

Studying toponyms of Kazakhstan, exploring the origin of names of both geographical and administrative, political, historical and other objects, you reveal their connection with the national mentality of ethnic groups living in the territory of the Republic, with their rich spiritual and material culture.

Toponymy of Kazakhstan is informative and dynamic. The essence of the toponym is always ambiguous. Usually there are several versions that explain the meaning and origin of any toponym. Those of the versions that seem to be the most acceptable today, eventually give way to other interpretations, since appearing of new facts and judgments.

The toponymy of the Republic of Kazakhstan is an integral part of the cultural heritage of the Kazakh people and others, that lived and are living in the country. The historical circumstances of the toponyms origin are significant and interesting in addition to their semantic meaning, connection with the economic, military-political and socio-cultural life of many generations of steppe nomadic pastoralists, with their world outlook and spiritual culture.

One of the modern science topical issues is the study of various aspects of Kazakhstan people culture. The traditional spatial-orientation system of the Kazakh people indisputably applies to intangible cultural heritage, developing over a huge historical period. Knowledge about geographic objects was focused in laconic verbal formulas-concepts (toponyms), which were transmitted vertically (from one generation to another) and were recorded in written sources of researchers in their geographical-ethnic works and topographic maps after time.

The Sun orientation was natural for all nations and tribes, therefore modern Kazakh has retained in its structure one of the oldest methods of orientation in space - the solar one (orientation related to the position of the Sun in the sky). This orientation has been preserved in the Kazakh terms, which defined directions: kunshygys (shygys) - trans. from kaz

“sunrise” (“east”); kunbatys (batys) – trans. from Kazakh “sunset” (“west”); ontustyk - trans. from Kaz. “south” (“on” is the right side); soltustyk - trans. from Kaz. “North” (“sol” - left side). One of the general terms in the Kazakh language is the word «tustik» - «noon time» with the root «tus» - «noon». That is a well-known turkologist A.N. Kononov’s opinion [6].

The frequently applied markers of the etymological and subjective coloring of toponyms are the words “zhaman” (translated from Kazakh - “bad”) and “zhaksy” (translated from Kazakh - “good”). These words are part of oronyms, oikonoms, hydronyms, and other classes of toponyms, but they are most often found in the names of rivers and lakes of the republic, characterizing their basic properties. According to the famous toponymist of present time, Sembi M.K. [7], these words “zhaman” and “zhaksy” can represent nothing else than the definition of the cardinal points in orographic elements, oronyms: Arganaty mountains, which are the northern continuation of the Ulytau mountains in the Karaganda region, are divided into Zhaksy Arganaty (southern) and Zhaman Arganaty (northern).

The toponymy of Kazakhstan is closely connected with numerous tributes, myths and legends that have deep roots in the traditional spiritual culture of the Kazakh people. Along with the epos, that is one of the main parts of oral folk art, they strikingly and vividly reflect the characteristic features of their perception of the relationship between human and nature, social and regulatory attitudes, ethnic values and aesthetic tastes. Examples of such toponyms are legends dedicated to oikonoms (the name of a center of population) and hydronyms (names of water bodies): Zhasybay, Ili, Yemysh and others. M. Kashgari wrote about one interesting legend connected with the river Ili: “One king decided to establish cycles of years according to the number of months in a year. It was necessary to number and give the names of animals to each of them. Therefore, he ordered to bring 12 species of animals and forced them to cross the river. The first one which swam across the river was mouse, so the first number of the year cycle became known as the “Year of the Mouse (Rat)” (sizhgan yili). The second year was called as the “Year of the Ox” (ud yili). The third was named the “Year of the Snow Leopard” (bars yili). The next that crossed the river were: a hare, crocodile, snake, horse, sheep, monkey, chicken, dog and pig. Thus, names that cyclically replace each other appeared, and each name is preceded by the name of this river “Yila” [8].

Speaking about the toponymy of Kazakhstan, we primarily mean a unique source of local history material, equally interesting for citizens of the country and for guests of our Motherland. The total set of toponyms available for scientific analysis allows us to systematize them, taking into account all the peculiarities that arise in the process of setting goals for creating a dictionary of toponyms.

The toponymy of Kazakhstan is so diverse and complex that more than one generation of toponymists devotes their works to it. At present time geographers, historians, linguists, tourists, local history experts, etc., are engaged in the systematization of toponyms of the republic. The following specialists are working with toponymy: Doctor of Geography A.P. Gorbunov, Candidate of historical science Z.A.Dzhandosova, Candidate of historical science I.V. Yerofeyev, Doctor of Historical Sciences M.B Kozha, Doctor of Historical Sciences E.Z. Orazbek, Doctor of Historical Sciences M.K. Sembi, Doctor of Historical Sciences G.S. Sultangaliyeva, Doctor of Historical Sciences A.E. Rogozhinsky, Doctor of Geography Kaymuldinova K.D. Their papers, as well as the works of well-known scientists in the field of toponymy: E.M. Murzaev, E. Koychubaev, G.K. Konkashpayev, S.A. Abdrakhmanov formed the basis for systematization of the toponymic dictionary of the Almaty region. These authors cover a large circle of toponyms that have arisen in the territory of the republic. However, almost all existing toponymic dictionaries have a strictly geographical and lexical orientation. Particularly this circumstance created the foundation of our research and, accordingly, resulted in the development of a “Tourist-Toponymic Dictionary of the Almaty Region”. The elaborated dictionary contains 785 toponyms over Almaty region, their etymology and semantics, historical ground and geographical location, as well as systematization of the toponymists’ opinions [9].

The toponymic dictionary includes brief information about the toponymy of Kazakhstan, which is necessary for creating a holistic image of the region toponymy and the main toponyms of the Almaty region, as well as the entire territory of the republic, including toponymic groups that form a unique «toponymic relief». At the same time, in the regional toponymy of Kazakhstan, the toponyms of the Almaty region have a number of unique features associated with the ethnic and geographical features of the region.

The uniqueness of the Kazakh language lies in its tourism, and, accordingly, toponyms are

so scientific and informatively saturated that they become the object of tourist attention.

The idea of creating the “Tourist-Toponymic Dictionary of the Almaty Region” came from the fact that tourism begins with the word (name, toponym). When preparing for a trip, a tourist mainly tries to learn as much as possible about the country of his temporary stay, about the culture and customs of the people living in a given territory, features of the relief and climate. For meeting all these needs, there is a possibility of studying the toponyms of the region. As, each toponym is primarily a mirror reflection of the habitat conditions of a people, its characteristics and specificity.

The tourist route is a pre-planned timed track for the movement of tourists, with purpose of obtaining the (basic) services provided by the service program and additional tourist and excursion services. Tourist routes are one of the main types of services provided to tourists. Tourist organizations develop and form routes in advance, including a certain range of services [10].

When planning a tourist route, much attention should be paid to the toponymy of the region. We are talking not only about single names – toponyms, but also about a set of geographical names – toponymy. Studying the toponymy of the route allows you to consolidate local history material to a specific place of stay, to transform each stage into a unique lesson of history, ethnography, geography, etc. It is quite pleasing not only for foreign tourists interested in traditional colors, but also for residents of the republic for the purpose of patriotic education.

Toponyms are information extracted from a specific geographical object, so it is rather complicated to develop a universal dictionary of toponyms, because depending on the geographical and historical features of the studied area, the same name will have a different etymological interpretation.

The most interesting are toponyms that contain information of cultural and historical nature, associated with the characteristics of the economy or population, reflecting modern specific features of nature or telling about its past, etc. But in all cases, regardless of the upcoming trip area and the nature of the extracted information, mastering the basic techniques of toponymic research is necessary.

The volume and complexity of the toponymic preparation for the route depends primarily on the degree of toponymic study of the territory and on the availability of toponymic literature accessible to tourists – popular summary works, dictionaries.

The contents of the route map become the “skeleton” of travel information (in bivouacs, halts, in motion). Their primary systematization can be carried out according to various criteria. The most universal results are obtained by grouping the names according to popular geographical terms, and in the absence of a term – by any other common elements.

The route prepared in this way allows attracting the attention of tourists to the perception of the names encountered. In addition, during a tour a toponymically literate tourist can also perform a socially useful job of collecting geographical names, which toponymic scholars are interested in. In some cases, tourists have the opportunity to participate in the process of giving names to previously untitled objects.

Toponymy in the formation of the tourist route, is reflected in the excursion activity, namely in the formation of the excursion route.

As an example of travel toponymic information organization, we have chosen the excursion route “K ozeru Issyk” (translation from Russian: To the Issyk Lake). The route is designed for all categories of tourists. Type of excursion: out-of-town, bus and foot. Duration is 3.5 hours. The length of the route is 120 km. at both ways for a bus; 2 km. at both ways on foot. Excursion route: Almaty – sovkhos Panfilovskiy – Baiterek village – Esik town – Esik Lake.

Toponymic information will surely begin with the toponym «Almaty». «Almaty» means «apple-tree; an area with many apple trees» (the postfix “-ty” indicates the antiquity of the name). The name is very ancient, usually it is etymologized as “apple locality”, recognizing the ancient version of possessive affix «-ly» in the morpheme “-ty”. E. Koychubav offers a slightly different etymology: Almaty / Almatu initially did not refer to the settlement, but to the mountain “Almatu” – the “apple mountain” (A. Golubev). The morpheme «tu» can be considered as one of the modified variants of the word «tau» - «mountain», which has very different phonetic appearance: «tag - tav, tau, too, tyv, etc.» in the Turkic.

The toponym «Guldala» is composed of two words, «gul» and «dala», which means “flowering steppe” or “steppe full of flowers” from Kazakh, as can be seen during the flowering of poppies. Between 13 and 14 km – right turn to the Alatau village. The interpretation of the toponym «Alatau» is contradictory. It is usually accepted to interpret them as the “motley mountains”. But many leading toponymists of Central Asia believe that the word “ala” is found in different Turkic languages and means something big or high. From a geographical point of view, such interpretation sounds very convincing.

We should take into account the fact that in the past people had no geographical maps for a long time, therefore only toponyms were carriers of the necessary information. The local people were primarily interested whether mountains were high or low, if they were passable or not, etc. The diversity of the mountains colors was not particularly significant for an ancient human. There is the Panfilovo village further along the road.

«Panfilovo» is anthroponym. Ivan Vasilyevich Panfilov (1892 – 1941) is military figure, major general, Hero of the Soviet Union (1942, posthumously). Just at that spot, outside the village, closer to the mountains, in July 1941, the division conscripts of Ivan Vasilyevich conducted military exercises - they shot at targets, dug trenches, threw training grenades. In August, the division was sent to the North-Western Front, then in October - to Moscow, where it joined the 6-th army of K. Rokossovsky.

Karabulak is a village in the Talgar district of the Almaty region in Kazakhstan. The toponym «Karabulak» – means «groundwater, spring». This is the name of many hydronyms, derived from the Turkic-Mong. “ground streamlet” (“kara” in hydronyms has the meanings “ground, soil” in the form of adjectives). At the same time, the toponym “karabulak” can be used in the meaning of “kara” - land, “bulak” - wealth, abundance, «rich land».

Enbekshi is a village in the Talgar district of the Almaty region in Kazakhstan. The toponym «enbekshi» has a direct translation from Kaz. lang «Enbekshi», which is “working person”.

Baiterek is a village in the Enbekshikazakh district of the Almaty region in Kazakhstan. The administrative center of Baiterek rural district. The toponym has a direct translation from Kaz. lang «Bayterek» – Bolle’s poplar (*Pulusus rymidales*); poplar giant. Also, in a figurative sense, “defender; support”.

Avat is a village in Enbekshikazakh district of Almaty region in Kazakhstan. The administrative center and the only center of population of Avatsky rural district. The toponym «avat» comes from the Persian word «abat» (settlement, center of population).

At 40 km of the route Almaty-Narynkol, there is the turn indicator to the town of Issyk. The toponym «Issyk» in translation from Kazakh is “esik” – “door”. Another interpretation of the “esik” is the old Turk «ystyk shssy» (sacred) that has undergone changes; i.e. – «the sacred river, sacred place.» The way to it is 8 km long. The road leads to the south, to the mountains, through the riverbed of the Big Almaty Canal.

Along the main road we get to the city center and, having moved the bridge over the riv. Esik, at the first traffic light, we turn right. The road to the lake is 14 km long on fairly good asphalt. After passing the post, we drive into Ile-Alatau National Park. The toponym «Ile - Alatau» was once suggested by the famous scientist and traveller P.P. Semenov.

This is a composite toponym: "ile" - G. Koshkanbaev believes that the name comes from Kalmyks. word «ile» (shining, sparkling); "alatau" - the interpretation is contradictory. It is usually accepted to interpret them as the "motley mountains". But many leading toponymists of Central Asia believe that the word "ala" is found in different Turkic languages and means something big or high. "The

Esik gorge is rich in contrasts ... Everything here is strangely harmonizes: broken bottles and clean air, cows and a helipad, houses destroyed by mudflow and time, and asphalt roads enclosed in concrete and a three-meter Orthodox wooden cross. The steep slopes of the mountains became overgrown with Tien Shan spruce. Rocks, approaching the banks, make the slopes inaccessible [11].


The toponym «zharsai» comes from the word «zhar» in the Turkic languages it means «steep bank, large-sized washout, cliff», and «sai» means a ravine, a beam. For the convenience of tourists, we offer a travel information sheet «Touristic and toponymic reference» across the route Almaty – Esik Lake (Figure 2).

**Route number 1
(Almaty - Lake Esik)**











ALMATY - Means "apple-tree; a place in which many apple trees grow" (postfix "-ty" indicates the antiquity of the name). The name is very ancient, it is usually etymologized as "apple-tree terrain", recognizing in the morpheme "-ty" the ancient version of possessive affix "ly". E. Koichubav offers a somewhat different etymology: Almaty originally did not refer to the settlement, but to the mountain "Almata" - "apple hill" (A. Golubev). Morpheme "tu" can be considered as one of the modified versions of the word "tau" - "mountain", having in the Turkic the most different phonetic design: "tag-tav, tau, tom, tyv, etc."

GULDALA - The toponym is composed of two words, "gul" and "dala", which in Kazakh means "flowering steppe" or "steppe full of flowers".

ALATAU - The interpretation of this oronym is contradictory. Usually it is interpreted as "Colored Mountains". However, many leading toponymists of Central Asia believe that the word "ala" is found in different Turkic languages and it means something big or high. From a geographical position, this interpretation sounds very convincing. At that time the population had no geographical maps for a long time, therefore only toponyms were carriers of the necessary information. The local population was primarily interested in what mountains - high or low, whether they are passable or not, etc. The diversity of mountains is not particularly important for an ancient person.

PANFILOV - Anthrotoponym, Ivan Vasilyevich Panfilov (1892 - 1941) - military leader, major general, Hero of the Soviet Union (1942, posthumously).

KARABULAK - It means "groundwater, spring". This name of many hydronyms comes from the Turkic-Mongolian "soil trickle" ("kara" in hydronyms stands for "soil"). At the same time, the toponym "karabulak" can be used in the meaning of "kara" - land, "bulak" - prosperity, abundance, "Rich land."

ENBEKSHI - has a direct translation from Kaz. lang "ebbekshi" - a worker.

BAITEREK - has a direct translation from kaz. lang "Bäyterek" - pyramidal poplar (*Póulus rimidales*); poplar giant also, in a figurative sense, "defender; support".

AVAT - The name comes from the Persian word "abat" (settlement).

ESIK - The name in translation from the Kazakh "esik" is the "door". Another interpretation of "esik" is a changed Turkic word "ystyk shssy" - "the sacred river".

ILE-ALATAU (Zayliysky Alatau) This toponym was offered by a well-known scientist and traveler P.P. Semenov. G. Koshkanbaev believes that the name comes from the Kalmyk's word "ile" (shining, sparkling). E.L. Soyshybaev says that the name comes from an ancient Turkic words "IEL" or "IIL" (broad, impetuous).

ZHARSAI - comes from the word "heat" in the Turkic, it means a steep bank, a large-sized washout, a cliff, and a "sai" - a ravine.

Figure 2 – "Tourist and toponymic reference, the city of Almaty - Lake Yesik"

This “Touristic and toponymic reference, the Almaty city - Esik Lake” includes not only the main toponyms, but also historical photographs with a route map. Such handouts will be attractive enough for tourists, and allow to make a more complete picture of the route, forming bright memories about the tour.

Conclusion. Thus, the routes created using the “Tourist-Toponymic Dictionary of the Almaty Region” can tell many interesting things to an inquisi-

tive tourist. The formation of toponyms is a unique process, reflecting the distinctive features of many generations. While studying toponyms, the tourist discovers the world of history, ethnography, geography, philosophy of the people of Kazakhstan. The establishment of toponymic dictionaries is aimed at improving the quality of travel information in creating routes around Kazakhstan for guests and residents of the country.

Литература

1. Губаренко А.В. Роль краеведческой подготовки в современном экскурсионном обслуживании // Республиканский журнал «География в школах и вузах Казахстана» №6, 2017. – С. 61-62.
2. Государственная программа развития образования и науки Республики Казахстан на 2016-2019 годы. <http://edu.gov.kz/ru/documents/gosudarstvennaya-programma-razvitiya-obrazovaniya-i-nauki-respubliki-kazahstan-na-2016>
3. Вамбери Арминий. Путешествие по Средней Азии (пер. З.Д. Голубевой). – М.: Восточная литература, 2003. – 175 с.
4. Мурзаев Э.М. Топонимика и география / Э.М. Мурзаев. – М.: Наука. 1995. – 304 с.
5. Мурзаев Э., Мурзаев В. Словарь местных географических терминов. – М.: Государственное издательство географической литературы, 1959. – 303 с.
6. Кононов А.Н. Тюркологические этюды. Сборник статей к семидесятипятилетию академика Н.И.Конрада. – М.: Наука, ГРВЛ, 1967. – С. 34-36.
7. Семби М.К. Память земли тюрко-монгольской: истоки и символика топонимов. – Алматы: КазНИИК, 2013. – 296 с.
8. Кашгари М. Диван Лугат ат-Турк. Перевод с арабского и комментарии З.А. Ауэзовой. – Алматы: Изд. Дайк-Пресс, 2015. – 1288 с.
9. Имангулова Т.В., Губаренко А.В., Ефтефеева Т.В. Tourist - toponymic dictionary of Almaty region: учебное пособие. – Алматы: КазАСТ, 2019. – 167 с.
10. Лютерович О.Г., Оразымбетова Б.К. Технологические карты экскурсий по Алматинскому туристскому региону. – Алматы: 2016. – 90 с.
11. Горбунов А.П. Топонимия Казахстана: проблемы и суждения. – Алматы: Изд. Мысль, 2012. – 141 с.

References

1. Gubarenko A.V. The role of local history training in modern excursion services. Republican magazine “Geography in schools and universities of Kazakhstan” № 6, 2017. – p. 61-62.
2. The State Program for the Development of Education and Science of the Republic of Kazakhstan for 2016-2019. <http://edu.gov.kz/ru/documents/gosudarstvennaya-programma-razvitiya-obrazovaniya-i-nauki-respubliki-kazahstan-na-2016>
3. Vambery Armini. Journey through Central Asia (translated by ZD Golubeva). – Moscow: Eastern literature, 2003. – 175 p.
4. Murzaev E.M. Toponymy and Geography / E.M. Murzaev. – M.: Science. 1995. – 304 p.
5. Murzaev E., Murzaev V. Dictionary of local geographic terms. – M.: State publishing house of geographical literature, 1959. – 303 p.
6. Kononov A.N. Türkologicheskie etudes. Collection of articles on the 75th anniversary of academician N.I. Conrad. – M.: Science, GRVL, 1967.
7. Sembi M.K. Memories of the land of the Turkic-Mongolian: sources and symbolism of place names. – Almaty: KazNIK. 2013. – 296 s.
8. Kashgari M. Divan Lugat at-Turk. Translation from Arabic and Z.A comments Auevovoy. – Almaty: Ed. Dyke Press, 2015. – 1288 p.
9. Imangulova T.V., Gubarenko A.V., Eftefeeva T.V. Tourist – toponymic dictionary of Almaty region: Study Guide. – Almaty: KazAST, 2019. – 167 p.
10. Lutherovich O.G., Orazymbetova B.K. Technological maps of excursions in Almaty tourist region. – Almaty, 2016. – 90 p.
11. Gorbunov A.P. Toponymy of Kazakhstan: problems and judgments. – Almaty: Ed. Think. – 2012. – 141 p.

Нусупова Л.С., Имангулова Т.В., Омаров К.М., Шалабаева Л.И.

Казахская Академия спорта и туризма, г.Алматы, Казахстан

СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ ГОРНОЛЫЖНЫХ КУРОРТОВ АЛМАТИНСКОЙ ОБЛАСТИ ДЛЯ РАЗВИТИЯ ВНУТРЕННЕГО ТУРИЗМА

Нусупова Лариса Сергеевна, Имангулова Татьяна Васильевна,
Омаров Кайрат Мухаметкулович, Шалабаева Лаура Исмаилбековна

Современное состояние горнолыжных курортов Алматинской области для развития внутреннего туризма

Аннотация. В статье дается характеристика горнолыжных курортов Алматинской области, а также представлены результаты проведенного исследования на выявление лояльности потребителей к основным горнолыжным курортам Алматинского региона. По результатам опроса респондентов представлен SWOT-анализ горнолыжного туризма в Алматинской области. Алматинская область обладает большим потенциалом для развития горнолыжного туризма. Австрийской компанией «Master Concept» по заказу акимата г.Алматы разработан Мастер-план по развитию горного кластера Алматы и Алматинской области до 2030 года, который охватывает все горные локации региона, в том числе Тургень, Ак Булак, Ой-Қарағай Лесная сказка, Табаган, Бутаковка, Пионер, Кок-Жайлау, Шымбулак и Каскелен. Мастер-планом предусматривается развитие 470 км горных троп, 85 км велосипедных троп, 45 км конных маршрутов и 250 км лыжных трасс, что в 6 раз больше текущей протяженности трасс.

Ключевые слова: горнолыжный курорт, горный туризм, горный клуб, бугельный подъемник, респонденты.

Nussupova Larissa, Imangulova Tatyana, Omarov Kairat Muhametkulovich,
Shalabaeva Laura Ismailbekovna

Current state of ski resorts of the Almaty region for the development of domestic tourism

Abstract. The article gives a description of the ski resorts of the Almaty region, as well as presents the results of a study to identify consumer loyalty to the main ski resorts of the Almaty region. According to the results of a survey of respondents, a SWOT analysis of ski tourism in Almaty region is presented. Almaty region has great potential for the development of ski tourism. The Austrian company "Master Concept", by order of the Akimat of Almaty, developed a master plan for the development of the mountain cluster of Almaty and Almaty region until 2030, which covers all mountain locations in the region, including Turgen, Ak Bulak, Oi-Qaragai Lesnaya Skazka, Tabagan, Butakovka, Pioneer, Kok-Zhailau, Shymbulak and Kaskelen. The master plan provides for the development of 470 km of mountain trails, 85 km of bicycle trails, 45 km of horse trails and 250 km of ski runs, which is 6 times the current length of the runs.

Key words: ski resort, mountain tourism, mountain club, ski lift, respondents.

Нусупова Лариса Сергеевна, Имангулова Татьяна Васильевна,
Омаров Қайрат Мухаметкулович, Шалабаева Лаура Исмаилбековна

Алматы облысының ішкі туризмді дамыту үшін өкілдік туралы мәлімдемесі

Аңдатпа. Мақалада Алматы облысының тау шаңғысы курорттарының сипаттамасы берілген, сонымен қатар тұтынушылардың Алматы облысының негізгі тау шаңғы курорттарына деген адалдығын анықтау бойынша зерттеу нәтижелері келтірілген. Респонденттер арасында жүргізілген сауалнама нәтижелері бойынша Алматы облысындағы тау шаңғысы туризміне SWOT талдау ұсынылған. Алматы облысының тау шаңғысы туризмін дамыту үшін үлкен әлеуеті бар. Master Concept австриялық компаниясы Алматы қаласы өкімдігінің тапсырысы бойынша Алматы мен Алматы облысында 2030 жылға дейін тау кластерін дамытудың бас жоспарын жасады, онда Түрген, Ақ Булак, Ой-Қарағай, Лесная Сказка, Бутаковка, Пионер, Көкжайлау, Шымбулак және Қаскелен, Табаганды қоса алғанда, аймақтың барлық таулы аймақтарын қамтиды. Бас жоспарда 470 км тау трассаларын, 85 км велосипед жолдарын, 45 км жылқы мен 250 км шаңғы жолдарын дамыту қарастырылған, бұл қазіргі жүгіруден 6 есе көп.

Түйін сөздер: тау шаңғысы курорты, тау туризмі, тау клубы, шаңғы көтеру, респонденттер.

Введение. Активно развивая горнолыжный туризм, Казахстан, и в частности Алматы, может ежегодно привлекать миллионы людей из разных стран. Актуальность заключается в заинтересованности властей страны в развитии данного направления, весь упор будет делаться на построение все новых горнолыжных баз, так как такой природный ресурс, как высокогорные территории, позволяет развивать горнолыжный туризм Казахстана. В настоящее время люди с интересом занимаются горнолыжным спортом и сноубордингом, т.к. они являются популярными видами. В зимний период практически каждый внутренний турист и жители города Алматы хотя бы раз их посещают горнолыжные курорты Алматинской области. Кроме этого, обслуживающий персонал горнолыжных курортов с удовольствием встречает иностранных туристов [1].

Город Алматы является крупнейшим экономически устойчивым мегаполисом в центре Азии, обладающим большим потенциалом в горном туризме. Данная агломерация с точки зрения туристско-рекреационного освоения представляет собой один из наиболее перспективных и динамично развивающихся регионов Казахстана [1]. Австрийская компания «Master Concept» по заказу акимата г.Алматы разработала Мастер-план по развитию горного кластера Алматы и Алматинской области до 2030 года, который охватывает все горные локации региона, в том числе Тургенъ, Ак Булак, Oi-Qaragai Lesnaya Skazka, Табаган, Бутаковка, Пионер, Кок-Жайлау, Шымбулак и Каскелен. Мастер-планом предусматривается развитие 470 км горных троп, 85 км велосипедных троп, 45 км конных маршрутов и 250 км лыжных трасс, что в 6 раз больше текущей протяженности трасс [2].

Актуальность исследования. Стоит обосновать, каким образом горнолыжные курорты поспособствуют дальнейшему развитию туризма в Казахстане и установить конкретные показатели, которые нужно усовершенствовать, для дальнейшего развития. Так же следует выявить преимущества и недостатки горнолыжных курортов по отдельности и развить потенциал не используемых в данное время различных ресурсов, которые могут воздействовать на успешное функционирование и развитие в целом.

Цель исследования – выявление современного состояния горнолыжных курортов Алматинской области для развития внутреннего туризма.

Задачи исследования:

- проанализировать современное состояние горнолыжных курортов Алматинского региона;
- провести исследование потребителей горнолыжных курортов Алматинского региона, на основе которых составить SWOT-анализ горнолыжного туризма в Алматинской области.

Методы исследования. Для исследования современного состояния горнолыжных курортов был проведен анализ научно-методической литературы, также использовались количественный, статистический анализы, проведен опрос респондентов.

Результаты исследования и их обсуждение. Г.Алматы и Алматинская область являются одним из самых перспективных регионов Казахстана для развития горного туризма, и это связано, в первую очередь, с благоприятными физико-географическим положением и природно-климатическими условиями, а так же сосредоточением более 20 % всех туристско-рекреационных ресурсов на ее территории. Близкое расположение северных отрогов Заилийского Алатау от центра города и Международного аэропорта является приоритетным фактором для развития горного туризма в регионе. Материально-техническая база горного туризма Алматинской агломерации представлена достаточно широко, от пятизвездочных отелей в г. Алматы до небольших турбаз в предгорьях Заилийского Алатау. Так же важным фактором является наличие развитой инфраструктуры, что в свою очередь так же способствует привлечению туристов. Материально-техническая база горного туризма в предгорьях Заилийского Алатау представлена в основном горнолыжными курортами, такими как, Шымбулак, Табаган, Ак Булак, Лесная сказка, Кумбель, Ski Park Pioneer и Еликсай, также есть и небольшие туристские базы, которые предлагают небольшой спектр услуг.

Горнолыжный туризм – это разновидность горного туризма, спуск с гор по естественным снежным склонам или специально подготовленным трассам на лыжах [3]. В отличие от горнолыжного спорта, в горнолыжном туризме время спуска не фиксируется.

Горнолыжный курорт «Шымбулак» расположен в ущелье Заилийского Алатау на высоте 2260 м над уровнем моря в 25 км от центра города Алматы. Визитной карточкой горнолыжного курорта является разнообразие маршрутов: склоны для начинающих, трассы для подготовленных лыжников, ФИС-трассы для скоростного спуска, дикие долины с нетронутым снегом

и халф-пайп для сноубордистов, экстремальные виражи для профи, специальная трасса для могула. Основные физико-географические характеристики района горнолыжного курорта: средняя температура воздуха летом $+20^{\circ}\text{C}$, зимой -7°C ; время залегания снежного покрова – с ноября по май; средняя толщина снежного покрова – до 150 см; количество солнечных дней в году – до 90%; длина плато – 3800 м; ширина – 100-600 м; перепад высот – 943 м; зона катания – 2260 - 3163 м; максимальный уклон склона – 45 градусов; общая площадь катания – 99 акров.

Горнолыжный курорт предоставляет разнообразные услуги: канатно-кресельные дороги, услуги транспорта, гостиница, горнолыжная школа, прокат и ремонт горнолыжного оборудования, магазин спортивных товаров, рестораны, бары, летние площадки, детский городок, катание на ледянках, баллонах, развлекательные программы и конкурсы, но основное направление «Шымбулака» – это горные лыжи, сноуборд, сноублейды. В течение всего сезона, который длится с мая по октябрь, проводятся профессиональные и любительские соревнования по горным лыжам и любительские соревнования по сноуборду. Вторник является профилактическим днем. Горнолыжный курорт работает круглосуточно, а канатно-кресельные дороги – ежедневно с 10.00-17.00 [4].

Горнолыжные трассы обслуживаются двумя парно-кресельными, однокресельной и бугельной канатной дорогами, а также имеется бесплатный буксировочный подъемник. С 2003 года вошла в эксплуатацию 4-местная дорога, открывшая новый регион для любителей экстремального катания. Трассы готовятся тремя снегоуплотнительными машинами (Ратрак). Горнолыжные трассы «Шымбулак» аттестованы Международной Федерацией Горнолыжного Спорта (FIS). Трассы скоростного спуска и слалома-гиганта по праву входят в десятку сложнейших трасс мира [4]. На территории имеется горнолыжный клуб, который занимается популяризацией сноубординга и горнолыжного спорта в Алматы и воспитывает профессиональных спортсменов, которые будут представлять Казахстан на мировой арене «Shymbulak Snowboard & Ski Club», который предоставляет возможности заниматься с профессиональными тренерами; грамотно кататься и свободно владеть горными лыжами и сноубордом; участвовать в детских стартах, которые регулярно проводятся на «Шымбулаке». Данный клуб работает круглый год [5].

Высокогорный курорт «Ак Булак» находится к востоку от г.Алматы и считается вторым по популярности после «Шымбулак». На территории высокогорного курорта имеются закрытые и открытые подъемники, а также пункты проката спортивного инвентаря и его ремонта. В зимнее время упор делается на катание на лыжах и сноубордах, а летом на пешие прогулки и велотреки. Помимо всего прочего, высокогорный курорт «Ак-Булак» имеет развитую инфраструктуру, номерной фонд разных категорий и доступные цены на аренду амуниции, спортивного инвентаря. Географическое расположение создает умеренные погодные условия без резких перепадов температур зимой и летом. На территории курорта построен ледово-концертный комплекс «Ак-Айдын», внутри которого находится каток. Имеется конно-спортивный комплекс «Тулпар», где проводится обучение верховой езде на лошадях. Для спокойного отдыха функционируют СПА-центр с закрытым бассейном и VIP-сауна.

Для того, чтобы попасть на любой из склонов высокогорного курорта «Ак-Булак», необходимо приобрести электронную карту с микрочипом, которую можно купить на кассах курорта [6].

Спортивно-развлекательный комплекс горнолыжный курорт «Табаган» построен в 2005 году в ущелье Шыбынсай (Зайлийский Ала-тау) неподалеку от поселка Бескайнар (бывший п. Горный Садовод). Склон «Табагана» идеально подходит для катания и проведения соревнований как для начинающих, так и продвинутых горнолыжников, а также сноубордистов.

Склон имеет разнообразный рельеф, который будет интересен и новичкам, и профессионалам. Протяженность лыжных трасс – 37 км, различного уровня сложности: синие трассы – 9 км; красные трассы – 7 км; черные трассы – 6 км и трассы для равнинных лыж – 15 км.

Подъемники: одна парно-кресельная канатная дорога и две бугельные канатные дороги. Услуги, предоставляемые на курорте, достаточно разнообразны. В зимний период: горнолыжная трасса с подъемником, катание на горных лыжах, сноуборде, снегоходах в дневное и ночное время, на санках и баллонах. В межсезонье и в летний период: **летнее катание на «травяной» горке, на горных велосипедах, конные прогулки, полеты на парашюте, скалодром, так же спортивные игры (пейнтбол, теннис, мини-футбол, страйкбол)**. Круглогодичный каток на открытом воздухе. На территории комплекса расположено три ресторана, разные по стилистике и меню [7].

Горный курорт-отель «Ой-Карагай Лесная Сказка» находится в Талгарском районе, ущелье Ой-Карагай, в 20 км от г. Алматы, на высоте 1650 метров над у.м., площадь территории – более 5,5 гектаров, всесезонный, многофункциональный курорт для активного отдыха и общения с природой.

Горный курорт-отель предоставляет следующие услуги, в зависимости от времени года: зимой – горнолыжная трасса, ватрушки, веревочный парк приключений, прокат горнолыжного снаряжения; в летний и межсезонный периоды – троллейный парк «Шелковый путь», веревочный парк приключений, детский веревочный парк, скалодром, Конный центр, пешие туры, конные экскурсии и пейнтбол. Так же на территории курорт-отеля имеются высокогорный SPA-комплекс «Этно-SPA», Этно-отель «Орман Аулы», домики на деревьях и кумысолечение.

15 горнолыжных трасс, четыре пункта проката снаряжения, различных по уровню сложности, сноутюбинг, горнолыжная школа [8].

Кумбель – горнолыжный отель расположен в Карасайском районе, с. Кок-Шоки. Предлагаемые услуги: верховые прогулки, горнолыжный спуск с бугельным подъемником, крытый бассейн, сауны, Фитнес-Центр, теннисный корт, аренда квадроциклов, прокат спортивного инвентаря [9].

Гостиницу «Ворота Туюк-Су» отличает волшебный вид окон – вековые ели и искрящийся снег. Отдых в этой гостинице камерный, так как здесь нет комплекса для активностей и спорта, кроме трекинга, зато есть комфортабельные номера, баня и бильярдные столы. Отель находится выше «Шымбулака», в урочище Туюк-Су в 27 км от Алматы [9].

Горный курорт «Ski Park Pioneer» и турбаза «Еликсай» находятся в 30 км от г. Алматы. Известная многим лыжникам горнолыжная база «Алматау» с 2018 года преобразована в горный курорт «Ski Park Pioneer». Турбаза «Еликсай» расположена практически здесь же. Трансфер отсутствует и можно добраться только на частном автомобиле, оплатив при этом экологический сбор при въезде в ущелье Котырбулак на территории Иле-Алатауского национального парка. Размещение и питание возможно на «Алматау» или «Еликсай», а так же в коттеджах и частных домах за доступную цену. Номера в турбазах обойдутся 5000-25 000 тенге в сутки за номер (завтрак, обед и ужин в местных кафе). На склоне «Ski Park Pioneer» также работает небольшое кафе.

Горный курорт Ski Park Pioneer» имеет бугельный подъемник длиной 1100 метров, подъем на высоту 1970 метров над уровнем моря. Трассу готовит ратрак. На турбазе «Еликсай» функционируют 2 бугельных подъемника старого типа с крючковым креплением. При этом первый обслуживает пологую учебную трассу, а второй поднимает для поднятия на черные и красные спуски для любителей фрирайда. Оба курорта предоставляют возможность приобретения абонементов на катание. Выбор снаряжения здесь невелик, но можно подобрать комплект лыж или сноуборд с ботинками. Основные преимущества данных курортов – это близость к г. Алматы, разнообразие трасс, гарантированное наличие снега и бюджетная стоимость отдыха [10].

Турбаза Шабынсай (Бутаковка). Высота над уровнем моря 1550 м. Район села Бутаковка, урочище Шыбынсай, общество «Гелиос», участок №25. Услуги: размещение в коттедже, бар, баня, бассейн, бугельный подъемник [11].

Текели 300 км от города Алматы, 30 км от города Талды-Курган, подножье Джунгарского Алатау. Бугельный подъемник, интересный склон 500 м, наличие снега и отсутствие очередей. Для приезжих имеются отличные и недорогие гостиницы. Общая протяженность трасс – более 2,5 километра [12]. Школа по горнолыжному спорту и сноубордингу с 7-14 лет. Каждый день с 8:00 до 10:00 канатно-бугельный подъемник бесплатно, с 8:00 до 10:00 – прокат лыж и сноуборда, а также прокат тюбингов и ледовый каток с 50% скидкой, услуги инструктора [13].

Горный курорт «Есик» расположен в Енбекшиказахском районе, верхняя граница города Есик, между ущельем Казачье и включая ущелье Сазиково, площадь 364 га. Рельеф местности имеет активную структуру, перепады высот в отметках нижняя граница 1016 метров над уровнем моря, верхняя 1820 метров, в перспективе установка канатной дороги и горнолыжных спусков с высоты 1920 метров. Предлагаемые услуги: горнолыжные трассы, канатные дороги, трассы для тюбинга, пункты проката инвентаря, школа инструкторов, места общественного питания, Программа «Лыжи Надежды» по реабилитации людей с ОВЗ, тюбинг, бесплатная горнолыжная секция для местных детей [14].

С ноября по декабрь 2019 года было проведено исследование на лояльность потребителей к горнолыжным курортам Алматинского региона посредством онлайн-сервиса для создания форм обратной связи, онлайн-тестирований и опросов «Google Forms». В анкетировании

приняли участие 112 граждан Республики Казахстан. Для проведенного исследования были отобраны основные горнолыжные курорты Алматинской области, такие как: горнолыжный курорт «Шымбулак», высокогорный курорт «Ак Булак», спортивно-развлекательный комплекс горнолыжный курорт «Табаган», горный курорт Ski Park Pioneer, а так же новый горнолыжный курорт в городе Есик.

Выборка респондентов в данном исследовании подразделялась на локальную и выборочную. Локальная выборка основывалась на выборе одного региона, в котором проживает местное население, в данном случае это город Алматы и Алматинская область. Выборочная основывалась на опросе респондентов, непосредственно связанных с горнолыжным спортом и туризмом.

Первая часть анкетирования была направлена на определение основных социально-демографических характеристик респондентов (возраст, социальный статус, место проживания, семейное положение). В результате исследова-

ния была выявлена целевая аудитория: возраст респондентов от 18 лет и старше и была выделена целевая аудитория – это люди в возрасте от 18 до 25 лет; социальный статус опрошенных – преимущественно студенты, что говорит об актуальности горнолыжного туризма среди молодежи, также это подтверждает возраст целевой аудитории. Большинство людей являются холостыми, что также подтверждает статус и возраст респондентов. Таким образом, можно выявить, что в большей степени горнолыжным спортом интересуются холостые люди.

В соответствии с географией проживания большинство респондентов проживают в городе Алматы и Алматинской области, что говорит о том, что заинтересованность направлена на горнолыжные курорты данной местности.

Второй блок анкеты составляли вопросы, нацеленные на определение положительных и отрицательных сторон горнолыжных курортов. Предпочтения потребителей при выборе горнолыжного курорта представлены на рисунке 1.

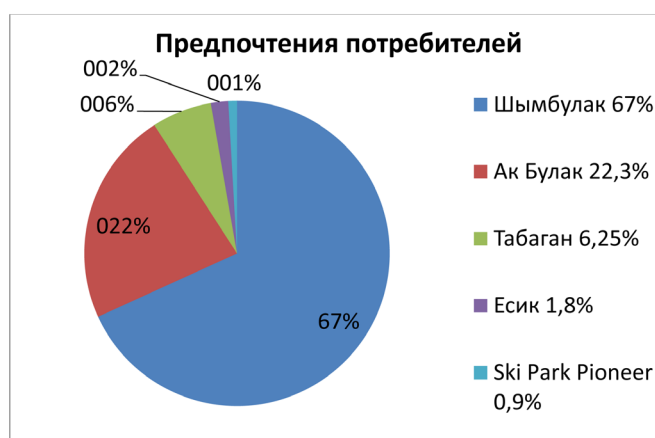


Рисунок 1 – Предпочтения потребителей при выборе горнолыжного курорта

как видно из рисунка 1, выбор респондентов в основном падает на самые популярные горнолыжные курорты Алматинской области: «Шымбулак» (67%), «Ак Булак» (22,3%). Так как самые популярные горнолыжные курорты – «Шымбулак» и «Ак Булак», при обработке каждого вопроса отдельно было выявлено, что преимущество «Шымбулака» в его удобном месте расположения, так как он находится в 31 километре от центра города, проезд и подъем, в общем, составляет 40 минут. Любители «Ак Булака» предпочитают данный горнолыжный курорт из-за приемлемых цен.

Что касается недостатков популярных горнолыжных курортов, то мнение сложилось наоборот. В данном случае недостатками «Шымбулака» являются высокие цены, а недостаток «Ак Булака» – далекое месторасположение, так как находится в 60 километрах от города Алматы и недостаточной транспортной доступностью.

Таким образом, в рамках исследования можно составить примерный портрет потребителя, отталкиваясь от результатов анкетирования: возраст потенциального потребителя составляет 18-25 лет; семейное положение потребителей – холостые люди, проживающие в основном в городе

Алматы и Алматинской области; в предпочтении – горнолыжные курорты «Шымбулак» и «Ак Булак», что соответствует локации проживания, так как данные курорты находятся в Алматинской области.

В соответствии с полученными результатами проведенного исследования представлен SWOT-анализ горнолыжного туризма в Алматинской области для развития внутреннего туризма в таблице 1.

Таблица 1 – SWOT-анализ горнолыжного туризма в Алматинской области

Сильные стороны	Слабые стороны
<ul style="list-style-type: none"> – географическое расположение Алматинской области; – разнообразие горнолыжных курортов; – лояльность потребителей к предоставленным услугам горнолыжных курортов. 	<ul style="list-style-type: none"> – высокие цены; – слаборазвитая туристская инфраструктура; – плохой сервис; – нехватка квалифицированных инструкторов горнолыжного туризма.
Возможности	Угрозы
<ul style="list-style-type: none"> – создание новых рабочих мест; – увеличение туристских потоков по въездному и внутреннему туризму; – увеличение конкурентоспособности; – повышение интереса к горнолыжному туризму; – организация курсов повышения квалификации; – разработка горного кластера Алматы и Алматинской области. 	<ul style="list-style-type: none"> – ухудшение экологической обстановки г.Алматы; – инфляционные процессы.
Примечание – составлено автором	

Выводы. Проводя анализ современного состояния горнолыжных курортов Алматинской области для развития внутреннего туризма и горнолыжного потенциала самого крупного города Казахстана Алматы (1,5 млн. жителей), можно сделать вывод, что он используется не более чем на 10%. Имея огромный (неисчерпаемый в отличии от нефти и природного газа) природный ресурс в виде гор Северного Тянь-Шаня в окрестностях мегаполиса до настоящего времени не созданы адекватные условия для его цивилизованного использования. По оценкам экспертов, в Алматы насчитывается от 75000 до 100000 любителей горных лыж и сноубордов, а если учесть, что горы находятся практически в самом городе, их должно быть минимум в два раза больше. В тоже время, существующая инфраструктура совокупно всех горнолыжных объектов вокруг Алматы способна принять одновременно не более 16 тыс. отдыхающих, а это всего 10% потенциальных возможностей.

Потенциал казахстанского туризма полностью не реализуется, поскольку развитие туристской отрасли напрямую зависит от создания современного конкурентоспособного туристского комплекса, включающего природно-климатические условия, туристские достопримечательности, необходимую инфраструктуру. В соответствии с кластером «Алматы – свободная культурная зона Казахстана», представленном в Концепции развития туристской отрасли Республики Казахстан до 2023 года, международный туристский центр «Акбулак» а также горнолыжные зоны вблизи города Алматы названы ключевыми местами туристского интереса [15].

Таким образом, можно сказать, что Правительством Казахстана поставлены цели, которые будут способствовать реализации потенциала горнолыжных курортов Алматинской области для развития внутреннего и въездного туризма.

Литература

1 Дуйсен Г.М. Алматинская агломерация в системе туризма и рекреации Казахстана // Вестник Национальной академии наук РК. – Алматы, 2007. – №4. – С. 88-93.

- 2 Новостной портал «Nur.kz». Электронный ресурс. URL: <https://www.nur.kz/>
- 3 Горнолыжный туризм. Информационный портал «Associationhamel» Электронный ресурс. URL: <http://associationhamel.tk/news/proznanie-gotovaya-rabota-75.html>
- 4 Неофициальный сайт горнолыжного курорта «Шымбулак». Электронный ресурс. URL: <http://shimbulak.kz>
- 5 Официальный сайт горнолыжного курорта «Шымбулак». Электронный ресурс. URL: <https://www.shymbulak.com>
- 6 Горнолыжный курорт Ак-Булак в Казахстане. Туристский информационный портал «Туристер». Электронный ресурс. URL: <https://www.tourister.ru>
- 7 Официальный сайт ГК «Табеган». Электронный ресурс. URL: <https://tabagan.kz>
- 8 Официальный сайт Горный курорт-отель «Ой-Карагай Лесная Сказка». Электронный ресурс. URL: <https://oi-qaragai.kz>
- 9 Топ 13 мест, где можно отдохнуть в окрестностях Алматы. Информационный портал АфишаKZ. Электронный ресурс. URL: <https://afisha.kz>
- 10 Горнолыжные курорты Казахстана. Туристский форум. Электронный ресурс. URL: <http://skiforum.kz>
- 11 Сайт турбазы Шабынсай. Электронный ресурс. URL: <http://turbazae.kz/>
- 12 Первая горнолыжная фрирайд-база появится в горах Текели. Информационный портал «Tengrinews.kz». Электронный ресурс. URL: https://tengrinews.kz/kazakhstan_news/
- 13 Доска объявлений «Adiso». Электронный ресурс. URL: <http://tekeli.adiso.kz>
- 14 Инвестиционный меморандум Горного курорта «Есик».
- 15 Постановление Правительства Республики Казахстан «Об утверждении Концепции развития туристской отрасли Республики Казахстан до 2023 года» от 30 июня 2017 года № 406.

IRSTI 77.01.79

**Sardarov O.A., Abdikarimova M.N., Makogonov A.N.,
Ageleuova A.T., Abdimanapov B.**

Kazakh Academy of Sports and Tourism, Almaty Kazakhstan

TRAINING OF SPECIALISTS IN CHILDREN AND YOUTH TOURISM IN THE REPUBLIC OF KAZAKHSTAN

Sardarov Osman, Abdikarimova Madina, Makogonov Aleksandr, Ageleuova Aigul,
Abdimanapov Bahadurhan

Training of specialists in children and youth tourism in the Republic of Kazakhstan

Abstract. The present article discusses the ways of training specialists in children and youth tourism in Kazakhstan. Children and youth tourism (CYT) is the way of harmonious development of children and adolescents, implemented in the form of recreation and socially useful activities, the peculiarity of which is travelling (excursion, going for a walk, hiking, expedition). On the ground of theoretical and practical analysis, the authors have developed Children and Youth Tourism educational program for training specialists in children and youth tourism. This training program has been tested for three years based on Kazakh Academy of Sports and Tourism (KazAST) of the Tourism and Service Academic Department. Within the framework of Sports and Primary Wellness Tourism course of study Children and Youth Tourism educational program corresponds to the formation of learning outcomes that are determined by the demands of the modern regional labor market.

Key words: tourism, instructor in tourism, children and youth tourism, educational programs, further education courses.

Сардаров Осман Агитович, Абдикаримова Мадина Нурбулатовна, Макогонов Александр Николаевич, Агелеуова Айгуль Тохтархановна, Абдиманапов Бахадурхан

Қазақстан Республикасында балалар-жасөспірімдер туризмі бойынша кадрлар даярлау

Аңдатпа. Бұл мақалада Қазақстан аумағында балалар-жасөспірімдер туризмі бойынша кадрлар даярлау жөніндегі шешу жолдары қарастырылады. Балалар-жасөспірімдер туризмі – бұл демалыс және қоғамдық пайдалы қызмет түрінде іске асырылатын, оған тән компоненті саяхат (экскурсия, серуендеу, жорық, экспедиция) жасөспірімдер мен жасөспірімдердің үйлесімді дамуының құралы болып табылады. Авторлар теориялық және практикалық талдау негізінде балалар-жасөспірімдер туризмінде кадрлар даярлау бойынша «Балалар-жасөспірімдер туризмі» оқу бағдарламасын әзірледі. Аталған оқу бағдарламасы үш жыл бойы Қазақ спорт және туризм академиясы туризм және сервис кафедрасы базасында сынақтан өтті. «Балалар-жасөспірімдер туризмі» оқу бағдарламасы «Спорттық және емдік-сауықтыру туризм» оқыту траекториясының шеңберінде, қазіргі заманғы өңірлік еңбек нарығының қажеттіліктерімен анықталған оқыту нәтижелерін қалыптастыруына сәйкес келеді.

Түйін сөздер: туризм, туризм нұсқаушысы, балалар-жасөспірімдер туризмі, оқу бағдарламалары, біліктілікті арттыру курстары.

Сардаров Осман Агитович, Абдикаримова Мадина Нурбулатовна, Макогонов Александр Николаевич, Агелеуова Айгуль Тохтархановна, Абдиманапов Бахадурхан

Подготовка кадров по детско-юношескому туризму в Республике Казахстан

Аннотация. В данной статье рассматриваются пути решения вопросов по подготовке кадров по детско-юношескому туризму на территории Казахстана. Детско-юношеский туризм – это средство гармоничного развития подростков и юношей, реализуемое в форме отдыха и общественно полезной деятельности, характерным компонентом которого является путешествие (экскурсия, прогулка, поход, экспедиция). Авторы на основе теоретического и практического анализа разработали учебную программу «Детско-юношеский туризм» по подготовке кадров по детско-юношескому туризму. Данная учебная программа прошла апробацию на протяжении трех лет на базе Казахской академии спорта и туризма, кафедры туризма и сервиса. Учебная программа «Детско-юношеский туризм» в рамках траектории обучения «Спортивный и лечебно-оздоровительный туризм» соответствует формированию результатов обучения, которые определены потребностями современного регионального рынка труда.

Ключевые слова: туризм, инструктор туризма, детско-юношеский туризм, учебные программы, образование.

Introduction. For achieving the record outcomes, without which it is impossible to solve the tasks set for the people of Kazakhstan, the First President of Kazakhstan clearly described the following specific steps in Looking into the Future: Spiritual Revival article, *“Preserving your own culture and national code. This is one of the keys to increasing the competitiveness of the Republic”*.

The First President of the Republic of Kazakhstan N.A.Nazarbayev noted that in the framework of tourism development in the country it is necessary to train qualified specialists in all types of tourism [1].

Tourism plays a major role in the global economy. According to the United Nations World Tourism Organization (UNWTO), tourism provides a tenth of the world’s gross national product, more than 11 percent of international investment, and every 9th job in world production. The tourism industry sector in Kazakhstan has been identified as one of the economic priorities of the state for the long-term period among the seven clusters that determine the economy’s specialization of the country in non-resource industries, which indicates the importance attached to this industry as one of the significant factors of socio-economic development of the state [2].

The modern scientific literature provides several points of view on the concept of tourism. According to one of them, tourism means a free-time travel for a specific purpose. There is an approach that characterizes tourism as an industry of economy that serves people who are temporarily out of permanent residence or as a market segment that meets the demand of tourists for goods and services [3].

Tourism means the temporary movement of people from their place of permanent residence to another area (for more than 1 day) in their free time for recreation, for therapeutic and medical, educational and religious or professional and business purposes [4]. According to G.P.Dolzhenko, tourism means “a person’s intention for enrichment, development of knowledge about history, economy, nature, science and culture, a desire to learn historical, ethnographic, natural and revolutionary monuments, military and labor traditions of any region” [5].

The Law on Tourism Activities in the Republic of Kazakhstan defines the concept of Children and Youth Tourism, which is a type of tourism carried out for groups of children and youth in the form of hikes, expeditions, trips, excursions [6].

Conceptual approaches to the development of youth tourism in the Republic of Kazakhstan (hereinafter – Conceptual Approaches) are developed in the light of considering solution of the further tasks set by the Head of the State in

the Address to the People of Kazakhstan “New decade is a new economic growth, which brings new opportunities for Kazakhstan”, “Let’s build the future together!”, “Kazakhstan way - 2050” [7].

The research purpose is to identify problems and prospects for the development of training specialists for children and youth tourism in the territory of Kazakhstan.

Methods and organization of the research.

The research was attended by 36 students (the 2016-2017 academic year – 13 students in the state language of study; the 2017-2018 academic year – 10 students in the Russian language of study; the 2017-2018 academic year – 13 students in the Russian language of study) of Tourism educational program in Sports and Primary Wellness Tourism course of study of the Tourism and Service Academic Department, Kazakh Academy of Sports and Tourism.

The research results and their discussion.

In the process of Kazakhstan’s entry into the 50 world competitive countries, the health concerns of the entire nation and the education of a well-rounded personality are considered one of the most essential political and social tasks of the state, which is repeatedly noted in government documents of recent years. The Republic of Kazakhstan is recognized by the world community as a state with a market economy, a significant contribution to the development of which is made by the tourism industry. Taking into account the priority development of domestic tourism within the tasks set by the state for the development of the tourism industry, one of the main directions is the development of active types of tourism by involving the younger generation in this process [8].

Children and youth tourism (CYT) is the way of harmonious development of children and adolescents, implemented in the form of recreation and socially useful activities, the peculiarity of which is travelling (excursion, going for a walk, hiking, expedition). This definition, primarily, indicates that all the main aspects of education should be integrated into tourism: ideological and moral, labor, aesthetic, physical, patriotic, international and mental development. Based on the history of the development of tourist activities, the cognitive function is more or less inherent in any tourist event, so the knowledge of new and unusual things for children on excursions, hikes, expeditions, and field camps is based on one of the main components of tourist activity [9].

Over the past decade, the state regulation has grown weaker that had a negative impact on the state of children and youth tourism in the Republic, i.e. the tourist bases, camps, stations, clubs have been

destroyed, which led to a sharp decline in the number of people involved in children and youth tourism. On a practical level, there is no program-methodical support for teachers of supplementary education. Therefore, they are forced to use programs that are outdated or do not meet modern requirements; in addition, the uncoordinated children tourism organizations and the lack of a unified regulatory base contribute to the emergence of many issues in the organization of children and youth tourism at the present stage, which requires an immediate solution. There is an insufficient level of qualification of pedagogical, physical culture, sports and tourism specialists who know and use technologies for health improvement and psychological and pedagogical support for children in supplementary institutions of education. The departmental affiliation of children tourism organizations is so diverse that it does not allow us to solve common problems and develop unified requirements, thereby complicating the participation of young people in national events, since some organizations are in the Department of Education, and others are in the Department of Physical Culture, Tourism and Sports. Also, there are tourism departments at Akimats (local administrations), Children and Youth Sports School, at the station of young technicians (in Taldykurgan), at environmental centers and organizations of a completely different orientation [10].

At the moment, it is difficult to collect accurate information around the Republic about the number and type of tourist trips made; the number of children completed the categories, standards for badges; the number of children engaged in tourism in each region; in addition, the experience of the best tourists-teachers and coaches is not generalized, etc.

Despite all the above mentioned, there are currently positive changes in the direction of youth tourism:

- Adopted Menin Otanyam – Kazakhstan (Kaz.: Менің Отаным – Қазақстан, trans.: My Homeland is Kazakhstan) Republican tourist expedition of schoolchildren and youth has helped to promote the development of domestic tourism in the country through the creation and testing of tourist routes of Kazakhstan, development of youth tourism and the restoration of children tourist agencies, tourist clubs; had a great influence on the development of the ideology and perspectives of healthy lifestyle formation among the younger generation;

- The Republican Coordination Board of the heads of educational organizations that implement programs of tourism and local orientation has been established;

- The number of regular seminars, meetings, gatherings of young tourists, tourism competitions and Atameken tourist and local history expedition has increased.

- Resumption of work at young tourist stations in the regions of Kazakhstan.

Unfortunately, the training of specialists in tourism in many universities of the country does not meet the requirements of modern tourism business in Instructor in Tourism - one of the areas of training. Meanwhile, the modern manager, lecturer and teacher of secondary schools should possess a deep knowledge of various areas of tourism activities (economic, health-improving, recreational, educational, tourist and local, etc.) through the further training that can take place based on the specialized institutions, where the formation of the educational process model can be based on the development of relationships, cooperation, the harmonious combination of different training methods, providing the use of a variety of interactive activities.

In 2016, organizations of supplementary education at the Ministry of Education and Science of the Republic of Kazakhstan (stations for young tourists, secondary schools, sports schools), tourism management, federations of sports tourism, mountaineering and climbing, tourist multi-sport facility, orienteering due to the lack of specialists to work with students requested to include Sports and Primary Wellness Tourism supplementary course of study into the educational process in the Tourism specialty based on KazAST's Tourism faculty. Within this supplementary course of study the following new disciplines were developed: Moral and Psychological Training of Tourist, Children and Youth Tourism, Methods of Training Instructor in Tourism, Basics of Topography and Trail Orienteering, Special Types of Tourism and others, which are aimed at specialization of students in obtaining additional qualification - Instructor in Tourism, which allows graduates to work in the field of children and youth tourism in Kazakhstan [11].

Sports and Primary Wellness Tourism course of study in the Tourism specialty is under the requirements of State Compulsory Educational Standard of the state higher professional education and Professional Standards of Tourism Workers of the Republic of Kazakhstan, where students master 240 credits (ECTS).

In connection with the above, since KazAST has the best material and technical base (tourist and sports bases, climbing wall, tourist equipment, etc.) for training specialists of children and youth tourism in Kazakhstan, training groups were completed in the state and Russian languages.

Within the educational program Children and Youth Tourism with a total of 90 hours is studied during the entire period of study in the third course of the Tourism academic program, including 15 hours of lectures, 15 hours of practical training and 15 hours of Students' Individual Work with Lecturer and 45 hours of Students' Individual Work. Children and Youth Tourism educational program is aimed at developing creative abilities and mastering competencies to achieve readiness for professional practical activities in children and youth tourism.

The structure of Children and Youth Tourism educational program is developed based on the principle of the continuous educational process, i.e. the content of the studied topics is a logically interconnected system of the learning outcomes, which are divided into stages without losing the logic and necessary content of the training. Previously acquired learning outcomes in Technique and Tactics of Active Tourism, Tourist-around-1/2 pre-requisites of the subjects are essential for the subsequent formation of competences of this program. The in-depth study continues in the post requisites in Training Methods of Instructor in Tourism discipline, which will be studied on the fourth - final course [11].

The specificity of the educational program is that it is based on the requirements of didactics and logic of the studied material. The didactic sequence of educational material contributes to the reflection of the development process of scientific and methodological concepts in the student's mind. The logic of the program development is as follows: primarily, the basic, general concepts are learned, which make it possible to master the following sections and topics on children and youth tourism [11].

An important feature of the organization of the educational process is the professional orientation of teaching, which implies a close relationship of the educational material content with other disciplines of the education plan. The learning of the program is carried out by a rational combination of various forms of educational activity: lectures and practical classes, individual work with the use of information technologies.

At the lecture sessions, the foundations of scientific knowledge are formed in the field of the discipline being studied, and the foundation is formed for the subsequent acquisition of all educational material by the student. Mandatory training sessions are combined with classroom-individual work under the supervision of the lecturer. The studying conditions, individual characteristics of the student, the correspondence of the amount of work performed to the real-time budget of the student are taken into account [12].

Features of the session organization are reflected in the characteristics of the educational technologies used:

- lecture with multimedia support means an information lecture of an extended format using modern technical training tools;

- business/simulation game means a business game as a variant of a simulation situation. It is particularly useful when studying various types of relationships, including interpersonal relationships;

- creative workshop/master class allows to solve problems of personal self-development; educational motivation: increasing interest in the learning process and active perception of educational material; functional literacy and creativity: skills and abilities of creative comprehension and comprehension of new knowledge; social competence: communication skills and responsibility for knowledge. The pedagogical workshop consists of the following interrelated stages: actualization and systematization of subjective knowledge; objectification of knowledge and practical implementation.

- focus group (focused interview in a group) is one of the methods of collecting and analyzing information in the process of professional-pedagogical research; involves inviting a small group of people (whose opinion on the discussed issue is interesting), selected by special criteria, to a meeting during which the presenter conducts a discussion on a pre-created scenario of focus groups;

- case-studies are studies of specific situations from practice. To perform this type of tasks, students must be provided with written information about the real situation (professional or life) and specific tasks must be set for studying the problem, students analyze various aspects of the problem and offer solutions;

- practicum is a type of practical training sessions where the connection between theory and practice can be found, and its material often serves as an illustration for a lecture. The practicum is based on an exercise in which cognitive tasks are solved and much attention is paid to teaching special techniques and methods of professional activity (professional training), mastering scientific terminology, the ability to establish links between different scientific categories, and illustrate theoretical positions with self-selected examples;

- presentation development is an individual work using information technologies (PowerPoint software) and knowledge gained in the classroom.

The main goal of the student individual work is to consolidate the knowledge gained during lectures and practical classes. Individual work of students in the process of mastering the discipline includes

studying the main and additional literature on the program, video lectures, lecture notes, solving practical tasks, performing test tasks and preparing for the final certification. In the course of study, students are provided with the necessary educational and methodological materials and information resources for the entire course being studied [12].

The final certification (exam) should show as much as possible all the learning outcomes that students received during the study process. Assessment for the control of key competencies of students is made on a five-mark grading system. When performing tasks, the students can be rated with the following marks: Unsatisfactory means no correctly completed tasks; Satisfactory means 50-60 % of correctly completed tasks; Good is for 70-85% of correctly completed tasks; Excellent is for more than 90% of correctly completed tasks.

The main criterion for the effectiveness of students' acquisition of the educational material is considered to be the coefficient of acquisition of educational material – Acquisition Coefficient (AC). It is defined as the ratio of correct answers of students to the total number of questions (according to V.P.Bespalko).

$$AC = N / K,$$

where N is the number of student's correct answers, and K is the total number of questions. If AC >0.7, then the training material is considered to be absorbed [12].

As a result of mastering the content of Children and Youth Tourism educational program, students must demonstrate the following learning outcomes (LO), which are reflected in Table 1.

Table 1 – Learning outcomes of Children and Youth Tourism educational program

<p>LO study determine choose quote describe</p>	<ul style="list-style-type: none"> - history stages of CYT development ; - basic concepts, types, kinds and forms of tourism; - main functions of children and youth tourism; - regulatory base for CYT; - forms of tourism and local history activities; - age characteristics of the child's body; - primary tourist and regional training; - rules for organizing children's tent camps. - sanitary and epidemiological requirements for summer children's camps; - territories, areas with favorable climatic, natural and environmental conditions for CYT; - methods of adaptation and rehabilitation; - animation technologies for organizing leisure and recreation, etc.; - requirements for supervisors and participants of hikes, etc.
<p>LO classify apply practice hold form render resolve observe distinguish</p>	<ul style="list-style-type: none"> - routes with active modes of movement (category and non-category routes); - map of a tourist trip; calculate the travel schedule of a tourist group (by day, by hour); - trail orienteering; - various types of tourist equipment. - patriotic qualities, when conducting local history, research and environmental work for students; - organization of international and inter-regional experience sharing on CYT; - atmosphere of benevolence and hospitality; - conflict situations; - necessary assistance to tourists with disabilities when using special equipment and devices: wheelchairs, lifts, sound-amplifying decoders, Teletext for the deaf and displays for the visually impaired, special telephones, atlases, globes for the visually impaired, internal communication devices, acoustic aids, etc.; - first aid.
<p>LO plan organize go along ensure design produce plan</p>	<ul style="list-style-type: none"> - routes with active modes of movement (category and non-category routes); - tourist/excursion group; - tourist/excursion group or one junior tourist during the trip and/or excursion; - tourist trips, gatherings and competitions in sports tourism; - activities for the development of intellectual and creative abilities, patriotic education, career guidance, promotion of a healthy lifestyle; - children's tent camps. - safety during tourist trips, meetings and competitions in sports tourism; - efforts to ensure that children and young people comply with safety requirements, rules of conduct that are compatible with the traditions and cultural customs of the country (place) of residence, as well as rules for the protection of cultural and historical monuments, etc.
<p>Note: Drawn up by the authors</p>	

According to the research results, in Figure 1, you can observe the results of the completion of the Children and Youth Tourism educational program from 2016 to 2019, where the following indicators are shown:

In Figure 1, we can see that in the 2016-2017 academic year, 13 students were trained in the Kazakh language under this educational program, including 1 student with Satisfactory, 7 students with Good and 5 students with Excellent marks. In the 2017-2018 academic year, there were 10 students in the Russian language of study, including 2 students

with Satisfactory, 8 students with Good marks and in the 2018-2019 academic year – 13 students, including 3 students with Good and 10 students with Excellent marks.

After analyzing total results of Children and Youth Tourism educational program during three years we can conclude that students that have a rating of Satisfactory may not have the opportunity to come to the supplementary qualification in the fourth course, as only students with positive evaluation are allowed for the supplementary state exam in direction of training.

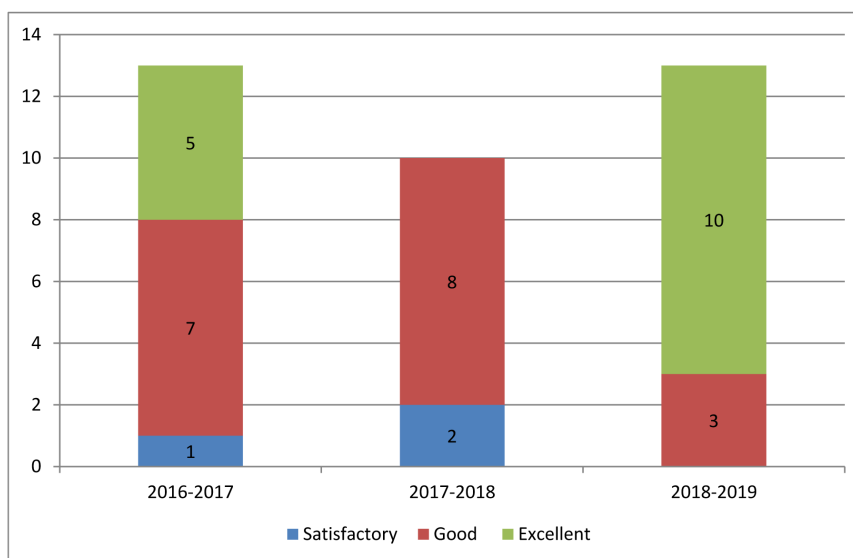


Figure 1 – The final indicators of Children and Youth Tourism educational program

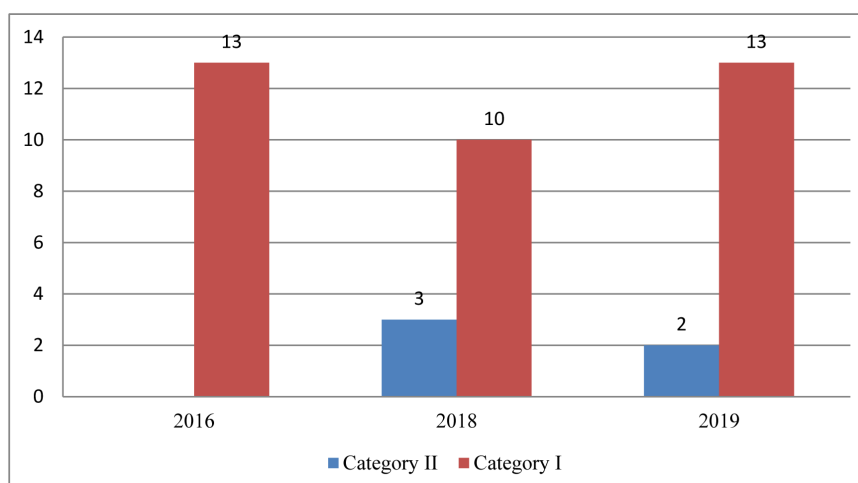


Figure 2 - Data on category hikes from 2016 to 2019

Within the Sports and Primary Wellness Tourism course of study, students consolidate presented in

Table1 learning outcomes through practical application during hikes (I, II categories of complexity) in the

territory of the Almaty region. From 2016 to 2019, based on the results of category hikes, you can see in Figure 2 that 36 students of the 5B090200 Tourism specialty were assigned sports categories (I, II) of the category for active types of tourism (hiking, mountain hiking, water, cycling). Participation, guidance in hikes and positive evaluations allow students to get the title of Instructor in Tourism when meeting all regulatory requirements.

Conclusions:

In summary, within Sports and Primary Wellness Tourism course of study Children and Youth Tourism educational program corresponds to the formation of learning outcomes that are determined by the demands of the modern regional labor market. Developed Children and Youth Tourism educational

program will allow implementing Health, Education and Well-Being of Citizens of Kazakhstan long-term project and Kazakhstan-2030 strategy of Kazakhstan, where special attention is paid to the formation of a healthy lifestyle through the children tourism and local history.

Taking into account the priority development of domestic tourism within the tasks set by the state for the development of the tourism industry, one of the main directions is the development of active types of tourism by involving the younger generation in this process. Therefore, today, the Tourism faculty of Kazakh Academy of Sports and Tourism has such important tasks as improving the quality of training of tourist specialists, training specialists in the field of new generation of services that are in demand at the international level.

References

- 1 http://www.akorda.kz/ru/events/akorda_news/press_conferences/statya-glavy-gosudarstva-vzglyad-v-budushchee-modernizaciya-obshchestvennogo-soznaniya
- 2 <http://www.kazembassy.gr/index.php>.
- 3 Zorin I.V., Kvartalnov V.A. Entsiklopediya turizma [Encyclopedia of Tourism]. Moscow, 2014.- 368 p.
- 4 <http://ru.wikipedia.org/wiki/Tourism>.
- 5 Dolzhenko G.P. Sotsialnaya pedagogika [Social pedagogy]. Moscow, Profizdat, 2000. -241 p.
- 6 The Law of the Republic of Kazakhstan dated June 13, 2001 № 211-II On Tourism Activities in the Republic of Kazakhstan (as amended on July 1, 2019) https://online.zakon.kz/document/?doc_id=1023618#pos=47;-155
- 7 <http://www.parlam.kz/ru/mazhilis/news-details/id382/2/1>
- 8 State program for the tourism development in the Republic of Kazakhstan for 2007-2011. Adopted by the Government of the Republic of Kazakhstan dated October 11, 2010 № 1048.
- 9 Ostapets A.A. Pedagogika turistsko-krayevedcheskoy raboty v shkole [Pedagogy of Tourism and Regional Studies at School]. Moscow, Pedagogy, 2005. 391 p.
- 10 https://www.inform.kz/ru/s-chego-nachinaetsya-rodina-detsko-yunosheskiy-turizm-formiruet-patriotov-almatinskaya-oblast_a2843597
- 11 Imangulova T.V., Prokofieva, M.A., Zakiryaynov, B.K. Formirovaniye modulnoy obrazovatelnoy programmy po spetsialnosti: 5V090200 «Turizm» v sisteme obrazovaniya Respubliki Kazakhstan [The Formation of a Modular Educational Program in 5B090200 Tourism Specialty in the Education System of the Republic of Kazakhstan]. International Journal of Experimental Education Journal, 2016, No. 12-3. C. 299-302.
- 12 Baykova L.A. Pedagogicheskoye masterstvo i pedagogicheskiye tekhnologii: ucheb.posobiye [Pedagogical Excellence and Pedagogical Technologies: Study Guide], L.K.Grebenkina, L.A.Baykova, 3rd revised and enlarged edition. Moscow, Pedagogical Society of Russia, 2000. – 256 p.

Литература

- 1 http://www.akorda.kz/ru/events/akorda_news/press_conferences/statya-glavy-gosudarstva-vzglyad-v-budushchee-modernizaciya-obshchestvennogo-soznaniya
- 2 <http://www.kazembassy.gr/index.php>.
- 3 Зорин И.В., Квартальнов В.А. Энциклопедия туризма. – М.: 2000.
- 4 <http://ru.wikipedia.org/wiki/Туризм>.
- 5 Долженко Г.П. Социальная педагогика. – М.: Профиздат, 2000. – 241 с.
- 6 Закон Республики Казахстан от 13 июня 2001 года № 211-II О туристской деятельности в Республике Казахстан (с изменениями и дополнениями по состоянию на 01.07.2019 г.) https://online.zakon.kz/document/?doc_id=1023618#pos=47;-155
- 7 <http://www.parlam.kz/ru/mazhilis/news-details/id382/2/1>
- 8 Государственная программа развития туризма в РК на 2007-2011 гг. Утверждена постановлением Правительства Республики Казахстан от «11» октября 2010 года № 1048.
- 9 Остапец А.А. Педагогика туристско-краеведческой работы в школе. – М.: Педагогика, 2005. – 391 с.
- 10 https://www.inform.kz/ru/s-chego-nachinaetsya-rodina-detsko-yunosheskiy-turizm-formiruet-patriotov-almatinskaya-oblast_a2843597
- 11 Имангулова Т.В., Прокофьева М.А., Закирьянов Б.К. Формирование модульной образовательной программы по специальности: 5B090200 «Туризм» в системе образования Республики Казахстан // Журнал "Международный журнал экспериментального образования". – 2016. – № 12-5
- 12 Байкова Л.А. Педагогическое мастерство и педагогические технологии: Учеб.пособие / Под ред. Л.К.Гребенкиной, Л.А.Байковой. – 3-е изд., испр. и доп. – М.:Педагогическое общество России, 2000. – 256 с.

Сведения об авторах

Абдуллаев М.Т. – Кыргызская государственная академия физической культуры и спорта, г. Бишкек, Кыргызстан

Мамытов А.М. – доктор педагогических наук, профессор, Кыргызская академия образования при Министерстве образования и науки Республики Кыргызстан, г. Бишкек, Кыргызстан

Алшынбаев К.И. – кандидат педагогических наук, Региональный социально-инновационный университет, г. Шымкент, Казахстан

Сарсекеев Ғ.М. – доктор педагогических наук, университет Сулеймана Демереля, г. Алматы, Казахстан

Қазмамбетова А.А. – Региональный социально-инновационный университет, г. Шымкент, Казахстан

Андақұл М.Х. – Южно-Казахстанский гуманитарный институт им. Мардана Сапарбаева, г. Шымкент, Казахстан

Тажигулова Б.М. – кандидат педагогических наук, доцент, Евразийский национальный университет им. Л.Н. Гумилёва, г. Нур-Султан, Казахстан

Моисеева Н.А. – магистрант, Евразийский национальный университет им. Л.Н. Гумилёва, г. Нур-Султан, Казахстан

Хакимова З.А. – докторант, Казахская академия спорта и туризма, г. Алматы, Казахстан

Андрушишин И.Ф. – доктор педагогических наук, профессор, Казахская академия спорта и туризма, г. Алматы, Казахстан

Ботагариев Т.А. – доктор педагогических наук, профессор, Актюбинский региональный государственный университет им. К. Жубанова, г. Актюбе, Казахстан

Кубиева С.С. – кандидат педагогических наук, Актюбинский региональный государственный университет им. К. Жубанова, г. Актюбе, Казахстан

Сапиев С.Ж. – Комитет по физической культуре и спорту Республики Казахстан, г. Нур-Султан, Казахстан

Денисенко Ю.П. – доктор биологических наук, профессор, Набережночелнинский государственный педагогический университет, г. Набережные Челны, Россия

Гераськин А.А. – кандидат педагогических наук, доцент, профессор РАЕ, Омский государственный технический университет, г. Омск, Россия

Ескалиев М.З. – кандидат педагогических наук, Казахская академия спорта и туризма, г. Алматы, Казахстан

Тюлюпергенева Р.Т. – кандидат психологических наук, заведующая кафедрой психологии и коррекционной педагогики Восточно-Казахстанский государственный университет им. С. Аманжолова, г. Усть-Каменогорск, Казахстан

Амренова А.К. – кандидат педагогических наук доцент, Восточно-Казахстанский государственный университет им. С. Аманжолова, Усть-Каменогорск, Казахстан

Барабанова Е.И. – Восточно-Казахстанский государственный университет им. С. Аманжолова, Усть-Каменогорск, Казахстан

Тютебаев Б.Х. – кандидат педагогических наук, и.о. ассоциированного профессора кафедры «Физическая культура и Начальная военная подготовка» Кызылординского государственного университета имени Коркыт Ата, г. Кызыл-Орда, Казахстан

Бобырева М.М. – кандидат педагогических наук, доцент, НАО Западно-Казахстанский медицинский университет им. Марата Оспанова, г. Актюбе, Казахстан

Пак Т.В. – магистр педагогических наук, НАО Западно-Казахстанский медицинский университет им. Марата Оспанова, г. Актюбе, Казахстан

Дёма Е.В. – магистр физической культуры, НАО Западно-Казахстанский медицинский университет им. Марата Оспанова, г. Актюбе, Казахстан

Канапина Р.Б. – магистр физической культуры, НАО Западно-Казахстанский медицинский университет им. Марата Оспанова, г. Актюбе, Казахстан

Тиссен П.П. – Оренбургский государственный педагогический университет, г. Оренбург, Россия

Мамбетов Н. – кандидат педагогических наук, Атырауский государственный университет им. Х. Досмухамедова, г. Атырау, Казахстан

-
- Шакаева М.В. – Средняя школа № 27, г. Актобе, Казахстан
Ахметов Ж.О. – докторант, Казахская академия спорта и туризма, г. Алматы, Казахстан
Авсиевич В.Н. – доктор PhD, Казахская академия спорта и туризма, г. Алматы, Казахстан
Оспанкулов Е.Е. – докторант, Казахский национальный педагогический университет им. Абая
Фараби, г. Алматы, Казахстан
Отаралы С.Ж. – Казахский национальный университет им. аль-Фараби, г. Алматы, Казахстан
Жуманова А.С. – доктор педагогических наук, доцент, Казахская академия спорта и туризма, г.
Алматы, Казахстан
Масимов Р.И. – Казахский национальный аграрный университет, г. Алматы, Казахстан
Джамалов Д.Д. – Казахский национальный аграрный университет, г. Алматы, Казахстан
Курбанов Ш.Ш. – Казахский национальный аграрный университет, г. Алматы, Казахстан
Аликеев А. – Евразийский национальный университет им. Л.Н. Гумилева, г. Нур-Султан, Казахстан
Саттарова А.А. – магистр, Казахская академия спорта и туризма, г. Алматы, Казахстан
Кефер Н.Э. – доцент, Казахская академия спорта и туризма, г. Алматы, Казахстан
Геймор Е.В. – КГУ «Специальная (коррекционная) школа-интернат №2 для детей с нарушением
опорно-двигательного аппарата», г. Алматы, Казахстан
Новикова А.О. – КГУ «Специальная (коррекционная) школа-интернат №2 для детей с нарушением
опорно-двигательного аппарата», г. Алматы, Казахстан
Андреюшкин И.Л. – Казахская академия спорта и туризма, г. Алматы, Казахстан
Шепетюк М.Н. – кандидат педагогических наук, профессор, Казахская академия спорта и туризма,
г. Алматы, Казахстан
Наурызбаева А.А. – Казахская академия спорта и туризма, г. Алматы, Казахстан
Бибосын С. – Казахская академия спорта и туризма, г. Алматы, Казахстан
Маратова Ж. – Казахская академия спорта и туризма, г. Алматы, Казахстан
Таширов А.Ж. – магистр, Казахская академия спорта и туризма, г. Алматы, Казахстан
Балтина А.С. – докторант, Казахская академия спорта и туризма, г. Алматы, Казахстан
Искаков Т.Б. – доктор PhD, Казахская академия спорта и туризма, г. Алматы, Казахстан
Доскараев Б.М. – доктор педагогических наук, профессор, НИИ спорта КазАСТ, г. Алматы,
Казахстан
Бекембетова Р.А. – кандидат биологических наук, доцент, научный сотрудник НИИ спорта КазАСТ,
г. Алматы, Казахстан
Алтынбек Е.Т. – научный сотрудник НИИ спорта КазАСТ, г. Алматы, Казахстан
Егизбаева А.Н. – научный сотрудник НИИ спорта КазАСТ, г. Алматы, Казахстан
Байгарина М.М. – научный сотрудник НИИ спорта КазАСТ, г. Алматы, Казахстан
Ермаханова А.Б. – доктор PhD, Казахская академия спорта и туризма, г. Алматы, Казахстан
Узаков Е.Т. – Казахская академия спорта и туризма, г. Алматы, Казахстан
Омурзакова Л.М. – Казахская академия спорта и туризма, г. Алматы, Казахстан
Грачев И.И. – Казахская академия спорта и туризма, г. Алматы, Казахстан
Имангулова Т.В. – кандидат педагогических наук, доцент, Казахская академия спорта и туризма,
г. Алматы, Казахстан
Губаренко А. – докторант, Казахская академия спорта и туризма, г. Алматы, Казахстан
Агелеуова А.Т. – к.и.н., доцент, Казахская академия спорта и туризма, г. Алматы, Казахстан
Абдиманатов Б. – к.г.н., доцент, Казахский национальный педагогический университет имени
Абая, г. Алматы, Казахстан
Сатыбалдина А.Е. – к.м.н., доцент, Казахский национальный педагогический университет имени
Абая, г. Алматы, Казахстан
Омаров К.М. – к.п.н., Казахский национальный педагогический университет имени Абая,
г. Алматы, Казахстан
Дошыбеков А.Б. – доктор PhD, Казахская академия спорта и туризма, г. Алматы, Казахстан
Шалабаева Л.И. – доктор PhD, Казахская академия спорта и туризма, г. Алматы, Казахстан
-

МАҚАЛА ЖАЗУҒА ҚОЙЫЛАТЫН ТАЛАПТАР

1. Журналдың әдебі:

– «Дене тәрбиесі теориясы мен әдістемесі» ғылыми-теориялық журналы спорттық педагогика, физиология, психология, медицина, гуманитарлық және басқа ғылымдар мәселелерін қосқанда, дене тәрбиесінің қазіргі іргелі және қолданбалы мәселелеріне арналған;

– редакция бұрын жарияланбаған, жақсылап түзетілген (орфографиялық, стилистикалық, техникалық және т.б. қателері жоқ), сенімді және плагиатқа тексеруден өткен жүргізілген зерттеу материалдарын қабылдайды;

– редакция қажетті нақтылаулар мен қысқартулар жасауға, сондай-ақ авторларға мақалаларының көлемін қысқартуды немесе үлкейтуді ұсынуға құқылы;

– редакция пікірі мақала авторларының пікірімен әрдайым келісе бермейді.

2. Жарияланатын мақалаға журнал редакциясы құрамына кірмейтін, зерттеу мәселесі бойынша бастаушы, тәуелсіз мамандардың 2 рецензиясы ұсынылуы қажет (әрбір рецензия рецензент жұмыс істейтін ұйымның мөрімен расталуы керек). Рецензиялар міндетті түрде болу тиіс.

3. Мақала көлемі – 5 беттен толық 10 бетке дейін. Мәтін бір жоларалық арқылы Microsoft Word 2003-2007 редакторында, қазақ, орыс және ағылшын тілдерінде Times New Roman қаріпімен, 12 кегль, жоғары және төменгі бойынша 2,0 см; солға – 3,0 см; оңға – 1,0 см жиекжолдармен терілуі қажет. Абзацтар 1 см шегініспен басталады, теңестіру – бет ені бойынша, сөз тасымалсыз болу тиіс. Әдебиет тізімі мақаланың соңында.

4. Мақала мына тәртіптерге қатаң сәйкестікте рәсімделген болуы қажет: жоғарғы сол бұрышта FTAMP, бос жолдан кейін (ж/к) ортасы бойынша – автордың/лардың аты-жөні мен тегі (5 автордан аспау тиіс), ғылыми дәрежесі мен ғылыми атағы (қысқартуларсыз), келесі жол – зерттеу жүргізілген ұйымның атауы, қала мен мемлекетін көрсетеді. Бос ж/к ортасы бойынша бас әріптермен – мақаланың тақырыбы. Бос ж/к бет ені бойынша андапта беріледі. Тағы бос ж/к мақала мәтіні жазылады. Мақаланың соңында бос ж/к – «Әдебиет», одан төмен бос ж/к - автордың/лардың АЖТ, мақаланың тақырыбын ж/с қаріпімен бөліп шығару қажет, оған қоса «Андапта», «Түйін сөздер», « (өзектілігі, зерттеу әдістері мен ұйымдастырылуы)». «Зерттеу нәтижелері және оларды талқылау», «Қорытынды», «Әдебиет» деген міндетті тараулар атауларында ж/с қаріпімен бөлу қажет.

5. Әдістемелік сипаттағы материалдар ні, практикалық ұсыныстарды, ғылыми және тәжірибелік негіздемелерді қамтуы тиіс.

6. Мақаладағы әдебиеттерге сілтемелер араб цифрларымен шаршы жақшада (10 атаудан асырмай) беріледі. Әдебиеттер тізімін мақаладағы сан тізбектілеу бойынша мақала соңында құрып, ҚР Білім және ғылым саласындағы Бақылау жөніндегі комитет талаптарына сай рәсімдеу керек:

– журналда жарияланған мақала үшін: Реттік нөмері (нүктесіз), автордың тегі мен аты-жөні. Мақаланың тақырыбы // Журналдың атауы. – Шыққан жылы. – №... - Б. ...

– кітаптар үшін: Реттік нөмір. Автордың тегі мен аты-жөні. Кітап атауы – Басылым орны: Баспа, шыққан жылы. – Беттер саны.

7. Андапта (100 ден 150 сөзге дейін) мақаланың басында үш тілде (қазақ, орыс, ағылшын) тілдерінде болу керек. Андаптың аудармасы (автордың/лардың АЖТ, мақаланың тақырыбы мен тірек сөздерін қоса) сапалы болуы тиіс, аударманы мамандар аударуы керек. Бөлек парақ пен файлға барлық авторлардың толық АЖТ, үй және қызмет мекенжайы, телефондары, факстар мен e-mail көрсетіледі.

8. Сандық көрсеткіштерді ұсыну барысында кестелерде орта арифметикалық (\bar{x}), стандарттық ауытқу (S) және іріктеме көлемін (n) көрсету тиіс, қажет кезде – вариациялық коэффициенті (V, %) көрсетіледі. Корреляция коэффициентін (r) және екі орташа сан айырмашылығын (t) есептеу барысында мәнділік, нақтылық деңгейін (P) көрсетеді, мысалы: $P < 0,05$; $P < 0,01$ немесе $P < 0,001$.

9. Бұрын басқа ақпарат көздерінде жарияланған материалдар қайта қабылданбайды.

Көрсетілген талаптарға сай рәсімделмеген жұмыс қаралмайды.

Мақала қарастырудан өткеннен соң авторға жарияланудың мүмкіндіктері мен шарттары туралы хабарланады.

Мақаланың бір бетінің құны 1000 тг. құрайды (академия қызметкерлері үшін – 500 тг.).

Банктік деректемелер: (ҚР азаматтары үшін ағымдағы шот аштыру қажет):

АО KAZ AKAD SPORTA I TURIZMA (KAZAST)

STREET BAITURSYNOV, 105 ALMATY KASAKHSTAN

Account: KZ57856000004009529 (EURO); KZ07856000000011507 (тг.)

RNN 600700016358

BIN 010840001890 SWIFT KCJBKZKX KBe 16

JSC BANKCENTERCREDIT, ALMATY KZ

Branch: SWIFT KCJBKZ1ALM

Телефон: 8(727) 292-30-07. Факс: 8(727)292-68-05. e-mail: tmfk.kz@mail.ru. Сайт: www.tmfk.kz.

Мекенжай: Қазақстан 050022, Алматы қ., Абай д-лы, 85, телефон 8(727)292-34-43; Ғылым, жоодан кейінгі білім беру және мәнсап бөлімі, 213-бөлме.

ТРЕБОВАНИЯ К ОФОРМЛЕНИЮ СТАТЕЙ

1. Этика журнала:

– научно-теоретический журнал «Теория и методика физической культуры» посвящен современным фундаментальным и прикладным проблемам физической культуры, включая вопросы спортивной педагогики, физиологии, психологии, медицины, гуманитарных и других наук;

– редакция принимает к рассмотрению только ранее не опубликованные материалы, хорошо вычитанные (не имеющие орфографических, стилистических, технических и др. ошибок), достоверные и прошедшие проверку на плагиат материалы проведенных исследований;

– редакция оставляет за собой право производить необходимые уточнения и сокращения, а также право предложить авторам сократить или увеличить объем их статьи;

– мнение редакции не всегда совпадает с мнением авторов статей.

2. На публикуемую статью необходимо предоставить 2 рецензии от независимых ведущих специалистов по проблеме исследования, которые не входят в состав редколлегии журнала (каждая рецензия должна быть заверена печатью организации, где работает рецензент). Рецензии обязательны.

3. Объем статьи – от 5-ти до 10 полных страниц. Текст должен быть отпечатан через один интервал в редакторе Microsoft Word 2003-2007 на казахском, русском или английском языках, шрифтом Times New Roman, кегль 12, с полями: верхнее и нижнее – по 2,0 см; левое – 3,0 см; правое – 1,0 см. Абзацы необходимо начинать с отступа 1 см, выравнивание – по ширине страницы, без переноса слов. Список литературы дается в конце статьи.

4. Статья должна быть оформлена в строгом соответствии со следующими правилами: в верхнем левом углу – МРНТИ, через пустую строку (п/с) по центру – инициалы и фамилия (ИФ) автора/ров (не более 5 авторов), ученая степень и ученое звание (без сокращений), ниже без пропуска – наименование организации, где выполнялось исследование, город и страна. Через п/с по центру прописными буквами – название статьи. Далее через п/с по ширине страницы – аннотация и через п/с – текст статьи. В конце статьи через п/с – «Литература». Необходимо выделить п/ж шрифтом ИФ автора/ров, наименование статьи и наименования разделов: «Аннотация», «Ключевые слова», «Введение» (актуальность, цель и задачи исследования), «Методы и организация исследования», «Результаты исследования и их обсуждение», «Выводы», «Литература».

5. Материалы методического характера должны состоять из введения, научного и опытного обоснования, практических рекомендаций.

6. Ссылки на литературу в тексте приводятся арабскими цифрами в квадратных скобках. В оригинальных статьях допускается цитировать не более 20 источников, в обзорных – не более 30. Библиография должна содержать, помимо основополагающих работ, публикации последних 5 лет. Список литературы следует составлять по мере упоминания источников в тексте и оформлять согласно требованиям Комитета по контролю в сфере образования и науки РК:

– для статьи, опубликованной в журнале: Порядковый номер (без точки), фамилия и инициалы автора. Название статьи // Название журнала. – Год издания. – №... – С. ...

– для книг: Порядковый номер. Фамилия и инициалы автора. Название книги. – Место издания: Издательство, год издания. – Количество страниц.

Авторы несут ответственность за верность библиографических данных.

7. Аннотация (от 100 до 150 слов) должна быть в начале статьи на трех языках (казахский, русский, английский). Перевод аннотации (включая имя, отчество, фамилию автора/ров, наименование статьи и ключевые слова (5-7 слов) должен быть качественным и выполнен специалистами. На отдельном листе и файле указываются полностью имя, отчество и фамилии авторов, домашние и служебные адреса, телефоны, факсы и e-mail.

8. При представлении количественных данных необходимо указывать в таблицах среднее арифметическое (\bar{X}), стандартное отклонение (S) и объем выборки (n), при необходимости – коэффициент вариативности (V , %). При расчете коэффициентов корреляции (r) и различия двух средних (t) указывают их уровень значимости, достоверности (P), например: $P < 0,05$; $P < 0,01$ или $P < 0,001$.

9. Ранее опубликованные материалы в других источниках к повторной публикации не принимаются.

Материалы, подготовленные с нарушением данных требований, рассматриваться не будут.

После рассмотрения статьи автору будет сообщено о возможности и условиях её публикации.

Стоимость одной страницы публикации составляет 1000 тг. (для сотрудников академии – 500 тг.).

Периодичность издания журнала – 1 раз в квартал.

Банковские реквизиты (для граждан РК необходимо открыть текущий счет):

АО KAZ AKAD SPORTA I TURIZMA (KAZAST)

STREET BAITURSYNOV, 105 ALMATY KASAKHSTAN

Account: KZ57856000004009529 (EURO); KZ07856000000011507 (тг.)

RNN 600700016358

BIN 010840001890 SWIFT KCJBKZKX КБе 16

JSC BANKCENTERCREDIT, ALMATY KZ

Branch: SWIFT KCJBKZ1ALM

Тел.: 8(727) 292-30-07. Факс: 292-68-05. e-mail: tmfk.kz.@mail.ru. Сайт: www.tmfk.kz.

Адрес: 050022, г. Алматы, пр. Абая, 85/105, телефон 8(727)292-38-34; Отдел послевузовского образования и карьеры, каб.213