



ҚАЗАҚСТАН РЕСПУБЛИКАСЫ
ТҰҢҒЫШ ПРЕЗИДЕНТІ - ЕЛБАСЫНЫҢ ҚОРЫ

«ҒЫЛЫМ ЖӘНЕ БІЛІМ – 2017»

студенттер мен жас ғалымдардың
XII Халықаралық ғылыми конференциясының
БАЯНДАМАЛАР ЖИНАҒЫ

СБОРНИК МАТЕРИАЛОВ

XII Международной научной конференции
студентов и молодых ученых
«НАУКА И ОБРАЗОВАНИЕ – 2017»

PROCEEDINGS

of the XII International Scientific Conference
for students and young scholars
«SCIENCE AND EDUCATION - 2017»



14th April 2017, Astana



**ҚАЗАҚСТАН РЕСПУБЛИКАСЫ БІЛІМ ЖӘНЕ ҒЫЛЫМ МИНИСТРЛІГІ
Л.Н. ГУМИЛЕВ АТЫНДАҒЫ ЕУРАЗИЯ ҰЛТТЫҚ УНИВЕРСИТЕТІ**

**«Ғылым және білім - 2017»
студенттер мен жас ғалымдардың
XII Халықаралық ғылыми конференциясының
БАЯНДАМАЛАР ЖИНАҒЫ**

**СБОРНИК МАТЕРИАЛОВ
XII Международной научной конференции
студентов и молодых ученых
«Наука и образование - 2017»**

**PROCEEDINGS
of the XII International Scientific Conference
for students and young scholars
«Science and education - 2017»**

2017 жыл 14 сәуір

Астана

УДК 378

ББК 74.58

Ғ 96

Ғ 96

«Ғылым және білім – 2017» студенттер мен жас ғалымдардың XII Халықаралық ғылыми конференциясы = The XII International Scientific Conference for students and young scholars «Science and education - 2017» = XII Международная научная конференция студентов и молодых ученых «Наука и образование - 2017». – Астана: <http://www.eni.kz/ru/nauka/nauka-i-obrazovanie/>, 2017. – 7466 стр. (қазақша, орысша, ағылшынша).

ISBN 978-9965-31-827-6

Жинаққа студенттердің, магистранттардың, докторанттардың және жас ғалымдардың жаратылыстану-техникалық және гуманитарлық ғылымдардың өзекті мәселелері бойынша баяндамалары енгізілген.

The proceedings are the papers of students, undergraduates, doctoral students and young researchers on topical issues of natural and technical sciences and humanities.

В сборник вошли доклады студентов, магистрантов, докторантов и молодых ученых по актуальным вопросам естественно-технических и гуманитарных наук.

УДК 378

ББК 74.58

ISBN 978-9965-31-827-6

©Л.Н. Гумилев атындағы Еуразия
ұлттық университеті, 2017

емес ол – адамзат баласының бір мүшесі секілді үйлесімді байланыста болғатынын әдеби шығармалардың желісінде әсерлі, көркем тілде баяндалған. Сондықтан, біз орта мектептің пәнді оқыту барысында бағдарламада, оқулықта қамтылмаған ақын-жаушылардың табиғатқа және экология тақырыптарға арналған еңбектерін оқытып, жас ұрпақтың бойында табиғатты аялап, қорғаушы тұлғаны қалыптастырамыз. Жастардың сана-сезімін дамытып, оларды парасаттылыққа, ақылдылық мен мейірбандылыққа тәрбиелеп, экологиялық таза қоршаған ортаны өзінен кейінгі ұрпаққа аманат етіп қалдыруда жауапкершілігін арттырамыз. Мектеп оқушыларының бойында табиғатты қорғауға байланысты қалыптасқан жақсы қасиеттерді дамытады, экологиялық білімін өмірмен байланыстырып, табиғаттың байлығын дұрыс пайдаланатын, табиғатта адам баласының алатын орны мен ролін тереңірек түсінетін дүниетаным мен көзқарастың қалыптасуына ықпал етеді.

Қолданылған әдебиеттер тізімі

1. Әбиева Ж., Бабаева С., Құдиярова С. Педагогика. - Алматы, 2004.
2. Сейталиев К. Тәрбие теориясы. - Алматы, 1986.
3. Токбергенова У. Оқушылардың экологиялық білімін қалыптастыру. - Алматы, 2000.
4. Орынбаева Г. Оқушыларға экологиялық тәрбие беру. - Алматы, 1993.
5. Налмишова Қ.Н Экологиялық білім және тәрбие. - Шымкент, 2006.

УДК 796.332

ТОЧНОСТЬ КАК СОСТАВЛЯЮЩАЯ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ В БАСКЕТБОЛЕ

Таган Гульден Тілекші Лухпановна

sport_girl_1995@mail.ru

студентка 4 курса специальности физическая культура и спорт,

ЕНУ им. Л.Н.Гумилева, Астана, Казахстан

Научный руководитель – Бисингалиева С.Б.

Одним из важных технических приемов игры являются броски по кольцу, от которых зависит выигрыш всей команды.

Броски по кольцу – важнейший технический элемент игры, конечная цель всех действий на площадке. Игроки любого класса обычно уделяют тренировке бросков наибольшее внимание и работают над совершенствованием в технике бросков особенно тщательно.

В задачу тренера входит направление этой работы, ее дозировка и исправление технических ошибок. Тренер вместе с игроком определяет оптимальный способ броска, исходя из физических возможностей, двигательных навыков и психологических особенностей игрока. После этого начинается сложная и очень важная работа по отработке техники исполнения броска, доведение его до совершенства[1].

Квалифицированная баскетбольная команда производит за время встречи в среднем 70–80 бросков в корзину с игры, из них 20% – из-за линии 6,25 м, и до 20–25 штрафных бросков, от точности которых и зависит достижение победы над соперником. Результативность дальних бросков лучших игроков команд Суперлиги (как мужчин, так и женщин) достигает в среднем 44–48%. Подготовка к выполнению броска составляет основное содержание игры команды в нападении, а попадание в корзину – ее главная цель.

Для успешного участия в состязании каждый баскетболист должен не только умело применять передачи, ловлю и ведение мяча, но и точно атаковать кольцо, выполняя броски из различных исходных положений, с любых дистанций при противодействии соперников. Меняющаяся обстановка игры и стремление использовать каждый удобный момент для атаки определяют необходимость владения разнообразным арсеналом способов выполнения

броска с учетом индивидуальных особенностей игрока.

Точность броска в корзину определяется в первую очередь рациональной техникой, стабильностью движений и управляемостью ими, правильным чередованием напряжения и расслабления мышц, силой и подвижностью кистей рук, их заключительным усилием, а также оптимальной траекторией полета и вращения мяча[2].

Готовясь к броску, игрок должен оценить ситуацию на площадке, возможную интенсивность и способ противодействия опекающего его защитника, реальные пути выхода для борьбы за отскок и другие моменты. Наметив программу действий и приняв решение, игрок должен психологически настроиться на бросок таким образом, чтобы никакие помехи уже не повлияли на уверенность и устойчивость движений.

Некоторые игроки под влиянием сбивающих факторов (активная защита, действий временного дефицита, реакция зрителей и т.д.) в той или иной мере теряют надежность выполнения игровых приемов, что приводит к снижению эффективности спортивной деятельности. Ведущие компоненты техники, которые страдают в наибольшей степени – это броски из-под кольца и из трех очковой зоны. В заключительный момент броска нужно расслабиться. Практика показала определенное преимущество бросков с отражением от щита[3].

В исследованиях Ю.И. Смирнова с соавторами (1983) были определены факторы, влияющие на точность бросков в баскетболе. При этом результативность на 68–72% зависит от дистанции, на 17–28% – от направления броска и на 3–13% – от способа броска.

По сбалансированности атак корзины в баскетболе есть тенденция к атакам с ближних и средних дистанций, в меньшей степени с дальних.

В бросках лучше придавать мячу вращение вокруг горизонтальной оси в сторону, противоположную направлению полета (обратное вращение).

В бросках из-под щита из трудных положений применяется вращение мяча вокруг вертикальной оси, что позволяет более свободно выбирать точку отражения от щита. Броски со средней дистанции и дальней целесообразно выполнять сильнейшей рукой.

Траекторию полета мяча выбирают в зависимости от дистанции, роста игрока, высоты его прыжка и активности противодействия высокорослого защитника. При бросках со средних (3–6,25 м от кольца) и дальних (свыше 6,25 м от кольца) дистанций лучше всего выбирать оптимальную траекторию полета мяча – параболу, при которой высшая точка над уровнем кольца примерно 1,4–2 м; при более навесной траектории несколько удлиняется путь мяча, что снижает точность броска. Чем больше дистанция, тем больше должна быть амплитуда движений при замахе, мощнее заключительное усилие при выпуске мяча.

Классифицируя технику бросков в баскетболе, многие авторы выделяют броски с ближних (до 3,5 м), средних (3,5–6,25 м) и дальних (свыше 6,25 м) дистанций. Многие авторы сходятся во мнении, что выполняться броски могут в прыжке, с места и в движении, а также в зависимости от направления к щиту: прямо, параллельно или под углом к щиту.

Начинать тренировку бросков лучше всего с расстояния в 1,5–2 м, направляя мяч в кольцо так, чтобы он проходил сквозь него, не касаясь дужек. В качестве инвентаря можно использовать обыкновенный стул – броски выполняются стоя на стуле, сидя, стоя на коленях. Затем расстояние до щита увеличивается, игрок постепенно отходит от кольца на свои обычные позиции для атаки.

В общей структуре конкретного способа броска в корзину выделяют три фазы: подготовительную, основную и завершающую. Если в подготовительные движения игрок может внести некоторые изменения в зависимости от внешних факторов без заметного ущерба для точности приема, то основные движения должны отличаться стабильностью или рациональной вариативностью в пределах решения конкретных задач, обусловленных установкой на бросок. Эти установки могут быть направлены на регулирование:

- точки замаха (от плеча, снизу, над головой, за головой);
- точки выпуска мяча (перед собой, высоко над головой).

Бросок двумя руками от груди преимущественно используется для атаки с дальних

дистанций, если нет активного противодействия противника.

Бросок двумя руками сверху в основном выполняется со средних дистанций при плотной опеке соперника.

Бросок двумя руками сверху вниз чаще начинают использовать игроки высокого роста с хорошей прыгучестью.

Бросок одной рукой от плеча – распространенный бросок для атаки кольца с места со средних и дальних дистанций.

Бросок одной рукой сверху используют чаще для атаки корзины в движении с близких дистанций, и из-под щита.

Бросок одной рукой сверху в прыжке основное средство нападения в современном баскетболе. В состязании мужских команд до 70% всех бросков с игры выполняется именно таким способом.

Бросок одной рукой «крюком» часто используется центровыми игроками для атаки кольца с близких и средних дистанций при активном противодействии высокорослого защитника.

В ряде игровых положений, когда мяч отскакивает от щита после неудачного броска или пролетит вблизи корзины, у игрока нет времени для приземления с мячом, прицела и броска. В таких случаях следует добивать мяч в кольцо в прыжке двумя руками или одной. При добивании одной рукой баскетболисту удастся достать мяч в более высокой точке[4].

Тренировать броски по кольцу можно индивидуально, без сопротивления, с пассивным сопротивлением (используя стул, манекен – чучело), с активным сопротивлением защитником, в парах, тройках, группах, в состоянии утомления и психологического напряжения.

При броске в опорном положении существенное значение имеет работа ног, которая вместе с движениями рук составляет единый, целостный акт. Быстрота разгибания ног при броске прямым образом влияет на начальную скорость полета мяча и угол его вылета. Движения вслед за своим броском для активной борьбы за отскок в случае промаха должно стать обязательным для любого игрока.

Поставить правильный технический бросок необходимо в самой ранней стадии обучения, поскольку исправлять ошибки в технике броска значительно сложнее, чем сразу обучить правильному выполнению. Игрокам полезно просматривать кинограммы лучших снайперов, с тем, чтобы учиться правильной постановке кисти, положения рук, ног, корпуса, выполнению прыжка, полезней увидеть действия снайпера на тренировке.

В связи с повышением активности защитных действий баскетболистов, повышаются и требования к выполнению бросков.

Коузии Б. и Пауэр Ф., (1975) выделяют два основных принципа выполнения бросков. Для удобства разделили на две группы:

а) психические

б) физические

1. Психические принципы: собранность, умение расслабляться, уверенность.

2. Физические принципы. Выполнение броска по цели включает следующие факторы:

а) удержание равновесия тела, что позволяет выполнять координационные усилия ногами, туловищем и руками;

б) создание усилия;

в) расчет атаки таким образом, что каждое движение в своем развитии происходит в нужный момент и правильной последовательности;

г) использование кончиков пальцев для достижения желаемой траектории;

д) эффективное сопровождение;

Точность броска в корзину в первую очередь определяется рациональной техникой, стабильностью движения и управляемостью ими, правильным чередованием напряжения и расслабления мышц, силой и подвижностью кистей рук, их заключительным усилием, а также оптимальной траекторией полет и вращения мяча.

Траектория мяча выбирается от дистанции, роста игрока, высоты его и активности противодействия высокорослого защитника. При бросках со средних и дальних дистанциях лучше всего выбирать оптимальную траекторию полета мяча, при которой высокая точка над уровнем кольца примерно 1,4 – 2 метра. Коузи Б., Пауэр Ф.,(1975) считают, что наиболее приемлемым углом выпуска мяча при броске равным 58 градусов к горизонтали. При этом угле выпуска игроки добиваются самой большой результативности[5].

Мяч обычно бросают с обратным вращением, которое позволяет удержать его на заданной траектории и добиться более мягкого отскока в случае неудачного броска. Кроме того, обратное вращение замедляет скорость полета мяча, при встрече с кольцом увеличиваются шансы на то, что он проскочит в корзину, а не отскочит наружу.

С точки зрения динамики, все броски лучше выполнять с отскоком от щита. Наблюдения показывают, что большинство бросков неточны из-за недолета мяча до корзины. Независимо от того, целится игрок в переднюю или заднюю часть обруча или в щит, он концентрирует внимание на избранной точке мишени, во время и после броска.

При броске все движения должны быть плавными и ритмичными. Сопровождение мяча естественное продолжение броска, в то время как взгляд игрока все ещё направлен на цель. Естественное сопровождение шага гарантирует прохождение его по заранее намеченной траектории. Мяч контролируется кончиками пальцев, а не ладонью. Пальцы благодаря чувствительным нервным окончаниям помогают игроку контролировать мяч и “ощущать его контроль”.

Основные требования при броске следующие:

- 1) выполняй бросок быстро,
- 2) в исходном положении удерживай мяч близко к туловищу,
- 3) если бросаешь одной, то направь локоть бросающей руку на корзину,
- 4) выпускай мяч через указательный палец,
- 5) сопровождай бросок рукой и кистью,
- 6) постоянно удерживай взгляд на цели,
- 7) полностью сосредотачивайся на бросок,
- 8) следи за мягкостью и непринужденностью броска,
- 9) для сохранения равновесия удерживай плечи параллельно.

Техника выполнения броска одной рукой от плеча с места. Используется бросок со средних и дальних позиций. Бросок выполняется с наименьшими колебаниями туловища по вертикали. Вперед на полшага выставляется одноименная с бросающей рукой нога. Мяч выносится из основной позиции в положении перед лицом. Рука, выполняющая бросок контролирует мяч сзади. Пальцы широко расставлены и поправлены вверх, тыльная сторона кисти обращена к лицу, левая рука поддерживает мяч снизу и убирается от мяча перед его выпуском из правой руки. Взгляд направлен на цель .

При выпуске мяча игрок последовательно разгибает звенья тела: колено, бедро, плечо, локоть, кисть разогнута до момента полного выпрямления всех звеньев, после чего она выполняет захлестывающее движение и слегка разворачивается наружу, мяч должен уйти с кончиков пальцев. После выпуска мяча игрок последовательно разгибает кисть, опускает локоть и плечо вниз[6].

Поскольку технические закономерности работы звеньев бросающей руки одинаковы для всех видов броска одной рукой, молодые игроки должны начинать с самых легких. Бросок с места на один счет, с локтем, поднятым на одну четверть, самый легкий для выполнения. Невысокое положение локтя при этом броске и выполнение броскового движения вместе с легким подскоком облегчают координацию движений.

Общие ошибки при бросках в корзину.

1. Неумение сосредоточить внимание на цели.
2. Слишком сильное вращение мяча.
3. Плохое равновесия тела.
4. Поспешность при выполнении броска.

5. Разведение локтей при выполнении броска.
6. Отсутствие сопровождения мяча.
7. Броски со слишком низкой или слишком высокой траекторией.
8. Держание мяча на ладони во время броска

Проанализировав множество литературных источников мы пришли к выводу, что игрок должен:

- знать, когда и как бросать мяч по корзине, когда следует произвести бросок, а когда лучше передать мяч партнеру, находящемуся в более удобной позиции для броска.
- уметь расслабляться при броске, совершенствовать это умение.
- быть уверенным в своих силах, воспитать в себе чувство способности реализовать каждый бросок.
- сосредотачивать внимание на цели. при бросках с близкой дистанции рекомендуется целиться в щит.
- быть в равновесии и сохранить основную стойку.
- сопровождать каждый бросок и немедленно занимать исходное положение для добивания мяча или быстрого возвращения в защиту.
- контролировать вращения мяча придавать мячу минимум вращения, и только тогда, когда это необходимо, чтобы придать мячу небольшое обратное вращение, нужно выполнить мягкое и плавное движение кистью.
- быстро выполнять бросок и определять направления броска.

Список использованных источников

1. Андреев В.И. Исследование точности бросков в прыжке одной рукой в зависимости от дистанции выполнения / В. И. Андреев, В. П. Хвостиков, Н. В. Полтаропавлов // Организация и методы спортивной тренировки. Томск, 1989
2. Андреев В.И. Факторы, определяющие эффективность технических приемов нападения в безопорном положении в игровых видах спорта/ В. И. Андреев. - Томск: Изд-во Том.ун-та, 2000
3. Бабушкин В.З. Дальний бросок / В. З. Бабушкин // Спортивные игры. – 1985. - №4.
4. Бабушкин В.З. Изменение в правилах – изменение в игре /В. З. Бабушкин // Спортивные игры. – 1985. - № 9.
5. Бернштейн Н.А О ловкости и ее развитии / Н. О. Бернштейн — М.: ФК и С, 1991
6. Вальтин А.И. Влияние интенсивной двигательной деятельности баскетболистов на технику броска мяча в корзину в прыжке /А. И. Вальтин // Теория и практика физической культуры. - 1985. - №9

ӘОЖ 378.05.027

МЕДИАМӘДЕНИЕТ ҰҒЫМЫНЫҢ МӘНІ МЕН МАЗМҰНЫ

Талгат Елнұр

elnur.talgat@list.ru

Л.Н.Гумилев атындағы Еуразия ұлттық университетінің Әлеуметтік педагогика және өзін-өзі тану мамандығының 1 курс магистранты, Астана, Қазақстан
Ғылыми жетекшісі - Сейітқазы П.Б.

Мәдениет - қоғам дамуының негізгі қажетті саласы. Адам қоғамы қалыптасқан кезден бастап мәдениет бірге дамыды. Мәдениеті өркендеген қоғам әр уақытта ілгерлеп дамиды, мәдениет қоғамдағы барлық құбылыс, процестермен тығыз байланысты.

Мәдениет – деген сөз өзінің толық мағынасында адамның өз қолымен, ақыл-ойымен жасағандары және жасап жатқандарының бәрін түгел қамтиды. Жай ғана сауат ашудан және