



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»**



14<sup>th</sup> 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.enu.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

ерекшеліктерін айқындауға және олардың сипатын белгілеу арқылы студенттердің құндылық бағдарының мазмұнын сипаттауға мүмкіндік береді.

### Қолданылған әдебиеттер тізімі

1. Қазақстан Республикасының Президенті Н.Ә.Назарбаевтың «Нұрлы жол – болашаққа бастар жол» атты Қазақстан Халқына Жолдауы. Егемен Қазақстан, №828-831 (27902) 11 қараша, 2014 ж.
2. Гуманистические ценности развитого социализма и воспитание: межвузовский сборник научных трудов. Курск, 1985. – 116с.
3. Аль Фараби. Социально-этические трактаты. - Алма-Ата: Наука, 1973. -399с.
4. Нұрмұратов С. Рухани құндылықтар әлемі. – Алматы, 2002.
5. Нысанбаев Ә. Адам және қоғам/ Человек и открытое общество. –Алматы: Қаз. Энциклопедия, 1998. -272б
6. Төлеубекова Р.К. Қоғам дамуының жаңа кезеңіндегі адамгершілік тәрбиесінің теориялық-әдіснамалық негізі. – Алматы, 2001. – 295б.
7. Rokeach M. The Nature of Human Values. N.Y., 1973.
8. Петровский В.А. Личность в психологии: Парадигма субъектности.-Р-на-Д.: Феникс, 1996. -512с.
9. Журавлева Н.А. Динамика ценностных ориентаций личности в условиях социально-экономических изменений: Дис. ... канд. психол. наук. - М., 2002.
10. Козырев В.А. Гуманитарная образовательная среда педагогического университета: сущность, модель, проектирование: Монография. СПб.: Изд-во РГПУ им. А.И.Герцена, 2004.
11. Тарасов, С.В. Школьник в современной образовательной среде.-СПб.: «Образование-культура»,2000.-72с.
12. Мардахаев Л.В. Педагогика среды: учебное пособие. – Новосибирск: изд. НГПУ, 2009. – 471с.

УДК 796.853.26: 378

## КАРАТЭ КАК СРЕДСТВО ПОВЫШЕНИЯ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ СТУДЕНТОВ

Тулешов Тлеуехан Назымбекович

*[tleuhan96@mail.ru](mailto:tleuhan96@mail.ru)*

Студент 3-го курса факультета социальных наук специальности  
Физическая культура и спорт»ЕНУ им. Л.Н.Гумилева, Астана, Казахстан.

Научный руководитель – Филиппенко В.П.

Проведен анализ видов боевых искусств, развитых в Казахстане. Исследовано положительное влияние занятий каратэ на двигательную активность человека. Раскрыто содержание каратэ как вида боевых искусств и его основные средства, использование которых позволит повысить двигательную активность как учащейся молодежи, так и других слоев населения.

Одной из форм реализации естественной потребности учащейся молодежи в движениях могут быть восточные боевые искусства. Проведенные исследования показали, что у школьников, которые регулярно посещают занятия по восточным единоборствам: меньше проблем связанных, с гиперактивностью; лучшие показатели психического здоровья; выше оценки по поведению и предметам; меньше стеснительности и больше уверенности в себе; меньше агрессивности; более тесные и теплые отношения между родителями и детьми. Таким образом, выбранное восточное боевое искусство может выступать одним из средств повышения двигательной активности ученика общеобразовательной школы и дополнять

традиционную систему физического воспитания, потому сформулированная тема исследования является актуальной и своевременной для сегодняшнего раскрытия.

Анализ последних исследований и публикаций отметил положительный эффект от занятий боевыми искусствами [6]. Различные аспекты практики каратэ обосновывались в работах следующих авторов [2, 3, 6,]. Однако проблемы использования занятий каратэ как формы двигательной активности до сих пор не раскрывались. Это уменьшает наличие научно обоснованных средств физкультурно-оздоровительной направленности для различных групп населения. Поэтому в данной статье осуществляется анализ данного направления.

Цель исследования – раскрыть значимость использования занятий боевыми искусствами и в частности каратэ как формы двигательной активности.

Изложение основного материала исследования. На современном этапе развития общества восточные боевые искусства получили большую популярность в мире и насчитывают более 1500 разновидностей. В каждой стране практикуются как свои национальные виды борьбы, так и многочисленные системы восточных боевых искусств, прошедших многовековой путь адаптации. По формулировке, боевые искусства – это различные системы единоборств и самозащиты преимущественно восточноазиатского происхождения; развивались они главным образом как средство ведения рукопашного поединка. Большинство восточных боевых искусств практикуются преимущественно в виде выделенных спортивных упражнений, ставящих целью физическое и духовное совершенствование человека. Несмотря на содержательную особенность, они группируются по направлениям, видам, стилям и школам. Динамично развиваются в Казахстане следующие восточные боевые искусства [4,5], среди которых: айкидо, вьетводао, джит-кундо, джиу-джитсу, дзюдо, каратэ, кунг-фу, тайский бокс, тхэквондо, ушу и др.

Одним из видов большого разнообразия восточных боевых искусств является каратэ. По данным [4], каратэ-до (по япон. «Путь пустой руки») – это боевое искусство, основанное на о. Окинава, где сформировались различные стили каратэ, раскрыты в источниках [3]. Впоследствии, некоторые стили начали практиковаться в Японии. Важной причиной популярности каратэ во всем мире является его доступность. По утверждению [4], каратэ может заниматься любой человек со средним здоровьем, независимо от возраста и пола. Его можно практиковать медленно или быстро, мягко или жестко, с напряжением или спокойно, в любое время суток. По своему содержанию каратэ – это система защиты и нападения без оружия, в которой применяются удары и блоки руками и ногами, захваты и броски. Средствами каратэ является базовая техника «Кихон», формальные комплексы базовой техники «Ката», боевая техника «Кумитэ». Они включают следующий педагогический смысл.

Кихон – это фундаментальный способ освоения базовой техники. Базовая техника формирует основу каратэ [4, 6]. Процесс обучения базовой техники продолжается несколько лет, а совершенствование в течение всей жизни. При выполнении базовой техники закладывается дальнейшее развитие, направленное к осознанию и чувство центра тяжести (по япон. «Тандэн»), правильной позиции, обеспечивающей баланс и укрепления важнейших мышечных групп. Ритмизация движения и дыхания способствует правильной координации в выполнении техники, повышение ее эффективности. Попутно формируются навыки управления выносливостью и концентрации, способность перехода в измененные состояния сознания. Специальные умения и навыки закладываются при постоянной работе в кихон, и уже в более сложных разделах подготовки закрепляются и развиваются.

Ката – это традиционные «формы» боевого искусства. Боевые движения ката отражают противодействие нескольким условным противникам. По утверждению [1], это средство каратэ является важнейшим инструментом приобщения к древним традициям и является неотъемлемой частью обучения через самопознание. Поэтому на занятиях по каратэ целесообразно отводить больше времени изучению деталей ката и совершенствованию отдельных движений, согласованию их с правильным дыханием и концентрацией.

Кумитэ в концепции каратэ имеет особое значение. Виды и формы кумитэ различные [2]. Поединки, проводимые по спортивным правилам, позволяют относительно безопасно усложнять задачи, постепенно снимать ограничения и использовать травмоопасную технику. Условий, в которых ведутся спортивные поединки, вполне достаточно, чтобы каратист мог испытать реальность единоборства и продемонстрировать собственное превосходство. Несмотря на бескомпромиссную борьбу и эмоциональные проявления, в процессе поединков по каратэ большое значение придается соблюдению уважения к своему сопернику. Таким образом, практика кумитэ – это важнейшее и наиболее специфическое средство единения военного ремесла и боевого искусства, во время которого в учебных поединках приобретает мастерство самозащиты, а в соревновательном противостоянии накапливается бесценный опыт побед и поражений.

С помощью приведенных средств каратэ развиваются координационные способности тех, кто занимается, уменьшаются отклонения внутренних органов и тому подобное. Благодаря многократному повторению различных переворотов, вращений, прыжков в каратэ повышается адаптация организма к необычным положениям тела. С помощью комплекса упражнений, в которых каратист формирует двигательные качества, такие, как гибкость, прыгучесть, равновесие, учась двигаться назад и вперед, влево и вправо, вверх и вниз свободно и универсально.

Таким образом, определена положительная значимость использования занятий боевыми искусствами и, в частности, каратэ, как формы двигательной активности. Подробно освещены средства каратэ, которыми являются базовые и боевые техники.

#### **Список использованных источников**

1. Арнейл С., Танюшкин А.И., Фомин В.П. Ката Кёкусинкай применение в самозащите. М.: ИФК, 2003. 104 с.
2. Баранов М.В. Характеристика эффективности индивидуализированной технико-тактической подготовки спортсменов каратэ-до с учетом стилей ведения поединков // Слобожанський науково-спортивний вісник, 2011. № 2. С. 98–101.
3. Бишоп М. Окинавское каратэ. М.: ФАИР-Пресс, 2001. 304 с.
4. Вернер Л. Энциклопедия боевых искусств / пер. с нем. А.В. Волкова. М.: АСТ-Астрель, 2007. 927 с.
5. Иванов-Катанский С.А. Базовая техника каратэ. М.: ФАИР-Пресс, 2000. 544 с.
6. Каштанов Н. Каноны каратэ: формирование духовности средствами каратэ до. Ростов н/Д : Феникс, 2007. 240 с.

УДК001.891

### **К ВОПРОСУ ФОРМИРОВАНИЯ МЕТОДОЛОГИЧЕСКОГО АППАРАТА МАГИСТЕРСКОЙ ДИССЕРТАЦИИ**

**Уакпаев Алибек Маратович**

*[uakpaev94@mail.ru](mailto:uakpaev94@mail.ru)*

Магистрант ЕНУ им. Л.Н.Гумилева, Астана, Казахстан  
Научный руководитель – С. Арыстамбаева

*«Все дело в хорошем методе. При хорошем методе и не очень талантливый человек может сделать много. А при плохом методе гениальный человек будет работать впустую и не получит ценных, точных данных»*

*И.П. Павлов*

С развитием науки особое место в научном исследовании начинают занимать пути и средства поиска истины - методы познания. Методы – это, фактически, технология