

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



ЖАС ҒАЛЫМДАР КЕҢЕСІ



Студенттер мен жас ғалымдардың
«ҒЫЛЫМ ЖӘНЕ БІЛІМ - 2016» атты
XI Халықаралық ғылыми конференциясының
БАЯНДАМАЛАР ЖИНАҒЫ

СБОРНИК МАТЕРИАЛОВ
XI Международной научной конференции
студентов и молодых ученых
«НАУКА И ОБРАЗОВАНИЕ - 2016»

PROCEEDINGS
of the XI International Scientific Conference
for students and young scholars
«SCIENCE AND EDUCATION - 2016»

2016 жыл 14 сәуір
Астана

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

**Студенттер мен жас ғалымдардың
«Ғылым және білім - 2016»
атты XI Халықаралық ғылыми конференциясының
БАЯНДАМАЛАР ЖИНАҒЫ**

**СБОРНИК МАТЕРИАЛОВ
XI Международной научной конференции
студентов и молодых ученых
«Наука и образование - 2016»**

**PROCEEDINGS
of the XI International Scientific Conference
for students and young scholars
«Science and education - 2016»**

2016 жыл 14 сәуір

Астана

ӘӨЖ 001:37(063)

КБЖ 72:74

Ғ 96

Ғ96 «Ғылым және білім – 2016» атты студенттер мен жас ғалымдардың XI Халық. ғыл. конф. = XI Межд. науч. конф. студентов и молодых ученых «Наука и образование - 2016» = The XI International Scientific Conference for students and young scholars «Science and education - 2016» . – Астана: <http://www.enu.kz/ru/nauka/nauka-i-obrazovanie/>, 2016. – б. (қазақша, орысша, ағылшынша).

ISBN 978-9965-31-764-4

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.

ӘӨЖ 001:37(063)

КБЖ 72:74

ISBN 978-9965-31-764-4

©Л.Н. Гумилев атындағы Еуразия
ұлттық университеті, 2016

3. Шедрин Ю.Н. Развитие лидерских качеств у курсантов военно-учебных заведений в процессе физкультурно-спортивной деятельности: Автореф. дис. докт. пед. наук. -СПб., 2003. -49 с.

УДК 796.011.3 (=512.122)

МЕТОДИКА ПРИМЕНЕНИЯ ПОДВИЖНЫХ И СПОРТИВНЫХ ИГР В УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОМ ПРОЦЕССЕ НАЧИНАЮЩИХ БОРЦОВ ВОЛЬНОГО СТИЛЯ

Керимов Эли Рашидович

wresling94@mail.ru

студент специальности физическая культура и спорт ЕНУ им.Л.Н.Гумилева,
Астана, Казахстан

Научный руководитель - Д. Г.-С. Токтарбаев

Спортивная борьба это единоборство двух невооруженных спортсменов с использованием определённых приёмов. Борьба зародилась в период первобытнообщинного строя. Она была основным средством единоборства людей за своё существование. Позднее борьба превратилась в комплекс технических действий и стала самобытным средством физического воспитания. Борьба находила широкое применение не только в военном деле, но также была популярна как форма развлечения, и ей отводилось большое место на праздниках и гуляниях. Позже борьба начала делиться на виды.

Рост популярности спортивной борьбы во всем мире за последние годы не случаен: она является прекрасным средством гармоничного физического развития человека и прикладной подготовки. Характерная отличительная черта спорта - соревнования. Победители соревнований пользуются почетом и уважением, становятся кумирами нашего народа, являются примером для подрастающего поколения. Их достижения способствуют развитию борьбы с помощью привлечения молодого поколения в данный вид спорта.

Развитие борьбы характеризуется постоянной конкуренцией на международной арене, повышением требований к подготовке борцов, а также совершенствованием правил соревнований.

При большом количестве исследований и методических работ по скоростно-силовой подготовке борцов необходимо отметить, что одной из проблем теории и практики спортивной борьбы остаётся отсутствие разработанной методики воспитания скоростно-силовых качеств на начальных этапах подготовки, так как большинство исследований проводилось на спортсменах высокой квалификации. Можно отметить, что методика начального обучения не учитывает возрастные особенности борцов и копирует методику обучения взрослых борцов.

Все эти факторы обуславливают актуальность и значимость работы. Предпринятое исследование направлено на определение путей эффективного использования игр как наиболее действенного средства физического воспитания, которое способствовало бы повышению скоростно-силовых качеств у начинающих борцов вольного стиля.

Предполагалось, что включение в учебно-тренировочный процесс групп начальной подготовки комплексов подвижных и спортивных игр позволит качественно улучшить скоростно-силовые качества юных борцов вольного стиля. Одновременно, подвижные и спортивные игры позволят интенсифицировать проведение учебно-тренировочных занятий.

Включение специализированных подвижных игр в подготовку юных борцов вольного стиля происходит в рамках утвержденной программы на тренировочных занятиях.

Проведение игры осуществляется в три этапа: подготовка к игре, сама игра, обсуждение игры и награждение победителей.

Подготовка к игре направлена на формирование у борцов необходимых (техничко-тактических) действий, достаточных для полноценного в ней участия, это подготовительные упражнения, обеспечивающие формирование необходимых игровых действий. Создание проблемной игровой ситуации позволяет моделировать такие условия поединка, освоение которых готовит борца к будущим ситуациям в борьбе.

Наблюдения за ходом игры и поведением играющих. Усвоение игры и поведение занимающихся во время игры в значительной степени зависят от правильного руководства ею. Необходимо начать игру организованно и своевременно. Игра начинается по сигналу. Надо научить спортсменов сознательно соблюдать правила игры. В процессе игры следует содействовать развитию творческой инициативы играющих. Руководитель должен заинтересовать борцов игрой, увлечь их. Необходимо добиться сознательной дисциплины, честного выполнения правил и обязанностей, возложенных на игроков. В процессе игры надо учитывать настроение играющих. Руководителю нужно учитывать наиболее опасные моменты в игре. Важно, чтобы игры вызывали положительные эмоции. [1]

Любую игру нужно объяснять примерно по следующей схеме:

- название игры (можно сказать с какой целью игра проводится);
- роли играющих и их расположение на площадке;
- ход игры;
- цель игры (кто будет назван победителем);
- правила игры.

Заканчивается объяснение игры ответами на вопросы играющих. Руководя игрой, воспитатель решает дидактические задачи через привлекательные для детей игровые задачи, игровые действия, игровые правила.

Имеются определенные трудности и недостатки в руководстве игрой. С одной стороны, мы наблюдаем случаи, когда игра проводится самотеком, и воспитатель считает, что если он выделил для игры определенное время, снабдил ребенка игрушками, то на этом его миссия заканчивается. С другой стороны, мы наблюдаем противоположное, негативное явление, когда игра перегружается дидактическими задачами, регламентируется каждый шаг и поступок ребенка и, таким образом, извращается природа игры как формы самостоятельности. [2]

Игровой этап является основным. Он может состоять из игр одного направления и из игр разных направлений в зависимости от задач, решаемых на занятии. Прежде чем начать играть, борцы осваивают правила игры, им сообщается, что можно делать в игре, а что нельзя, к чему надо стремиться, как оценивается победитель.

Игра на начальном этапе, в центре которого стоит овладение предметом и способом действий, то есть выполнение тактических действий, сменяется игрой, в центре которой - борец и его отношения к сопернику через выполнение технических действий. Нужно идти от игр-упражнений к подвижным играм.

В руководстве игрой и в развитии спортсменов, важное значение имеет темп игры. Развитие темпа игры имеет определенную динамику. В самом начале игры борцы как бы разыгрываются, усваивают содержание игровых действий, правила игры и ее ход. В тот период, когда игра разворачивается в сменяющихся одно другим игровых действиях, когда борцы увлечены игрой и переживают радость, темп убыстряется. К концу игры эмоциональный настрой как бы спадает и темп вновь замедляется. [3]

Особенностью дидактической игры и ее завершающим концом является результат, который определяется дидактической задачей, игровой задачей, игровыми действиями и правилами, которые тренер предвидит, используя ту или иную игру. Для него результат игры является показателем уровня достижения борцов усвоения знаний, или их применения к игре. [4]

Следовательно, руководство дидактической игрой состоит в правильном определении дидактической задачи - познавательного содержания в определении игровой задачи и реализации через нее дидактических задач; в продумывании игровых действий, которые

являются одной из важных задач игры и интересны для спортсменов, побуждают их к игре; в определении игровых правил, предвидении обучающих результатов .

Каждая игра требует объективного, беспристрастного судейства. Судья должен найти место, удобное для наблюдения, чтобы выделить всех играющих и не мешать им. [5]

Дозировка нагрузки в процессе игры. В подвижных играх трудно учесть возможности каждого участника, а также его физическое состояние в данное время. Тем не менее, надо обеспечить оптимальные нагрузки всем игрокам. Интенсивные нагрузки следует чередовать с отдыхом .

Регулировать нагрузку в игре можно различными методами:

- сокращением или увеличением длительности игры;
- введением перерывов;
- усложнением или упрощением игры;
- изменением количества игроков;
- изменением величины площадки;
- изменением правил и сменой ролей игроков. [6]

Продолжительность игры зависит от её характера, условий занятий и состава занимающихся. Тренер обязан заканчивать игру, когда борцы еще не переутомились, проявляют к ней интерес, когда их действия полностью эмоциональны. Определение результатов игры имеет большое воспитательное значение. По окончании игры тренер должен объявить ее результаты. Объявлять результаты игры нужно лаконично, никому не делая скидок, чтобы приучить борцов к правильной оценке их действий. При объявлении результатов необходимо проанализировать игру, указав на ошибки, допущенные участниками в технических приемах и в тактике .

Благодаря играм борцы вольного стиля могут добиться желаемых результатов на тренировках и соревнованиях, ведь развиваются не только скоростно-силовые качества, но и моральные, и психологические. Игра не должна превратиться в монотонный процесс. Если спортсмены будут выполнять все эти упражнения без удовольствия и заинтересованности, то едва ли они смогут достичь нужного результата.

В настоящее время в теории, методике и практике спортивной борьбы одной из важных проблем является слабая разработанность методики воспитания скоростно-силовых качеств на начальных этапах подготовки борцов вольного стиля. Большинство научных исследований в этом плане проводилось на высококвалифицированных спортсменах. В литературе недостаточно рекомендаций по содержанию и методике использования подвижных и спортивных игр в учебно-тренировочном процессе для воспитания скоростно-силовых качеств у борцов вольного стиля.

В процессе работы нами была достигнута цель исследования, разрешены поставленные задачи, а также:

1. Проанализирована литература по проблеме подвижных и спортивных игр как средств воспитания скоростно-силовых качеств. Выявлены особенности и необходимость применения подвижных и спортивных игр в скоростно-силовой подготовке борцов вольного стиля.

2. Разработана методика применения подвижных и спортивных игр в группах начальной подготовки борцов вольного стиля.

Список использованных источников:

1. Портных Ю.И. Подвижные игры // Спортивные и подвижные игры / Под общей ред. П.А.Чумакова. - М., 1970.- С.46-82.
2. Кобелев Я.К., Рубанов М.Н., Чермит К.Д. Подвижные игры как средство подготовки юных дзюдоистов // Спортивная борьба: Ежегодник. – М., 1985.- С.25-27.
3. Спортивная борьба: Учеб. для ин-тов физ.культуры / Под общ.ред. Н.М.Галковского, А.З.Катулина.- М.: Физкультура и спорт, 1968 - 548 с.

4. Устиненко В.И. Место и роль игрового феномена в культуре // Философские науки,- 1980.- № 2.- С. 69-77.
5. Коротков И.М. Подвижные игры в школе. - М.: Физкультура и спорт, 1980.- 181 с.
6. Портных Ю.И. Подвижные игры // Спортивные и подвижные игры / Под общей ред. П.А.Чумакова. - М., 1970.- С,1-32.

ӘОЖ:796.06:373.5

МЕКТЕПТЕ СПОРТ ЖАРЫСЫН ҰЙЫМДАСТЫРУДЫҢ МАҢЫЗЫ

Қожабеков Айхан

ai_han_96@mail.ru

Л.Н.Гумилев атындағы Еуразия ұлттық университеті. дене шынықтыру және спорт
мамандығының 2 курс студенті, Астана, Қазақстан
Ғылыми жетекшісі – И.Б. Иманғаликова

Жалпы білім беретін орта мектептерде дене шынықтыру пәні жүргізіледі. Дене шынықтыру сабағының академиялық уақыты, оқушыларға жасына қарай берілетін физикалық жүктемесі ғылыми тұрғыдан негізделіп жасалған. Яғни, қалыптасқан стандарты бар. Бұл стандарт бойынша мектеп жасындағы баланың дене шынықтыру сабағы арқылы бірінші кезекте денсаулығын шыңдауға, содан кейін өзін сергек сезінуіне мүмкіндік алады.

Ал дене шынықтыру пәні сабағы оқушының жалпы үлкен спорттың мәртебесі, оның адамның өміріне әсері туралы көзқарасын қалыптастыра ала ма, мектеп оқушысы практикалық тұрғыда спорттың адам үшін қаншалықты игілік бере алатынын жеткізе ала ма? Осы тұрғыда мектеп қабырғасында жүрген оқушының бойына үлкен спортқа деген құштарлықты дамыту үшін, баланың санасына спорттық тұлға түсінігін қалыптастыру үшін мектепте дене шынықтыру сабағынан тыс шаралар да ұйымдастыру қажет деп санаймын.

Біріншіден, тек қана міндетті дене шынықтыру сабағына қатысатын оқушылар үлкен спорттың игілігін толық түйсіне алмайды. Өйткені, ол тек сабақ кезінде денесін шынықтырғанын біледі және оның өзіне пайдалы екенін ұғынады. Ал жалпы үлкен спорттың мәртебесі мен игілігі жөнінде терең түйсінбейді. Ал сол оқушылардың арасында қандай да бір спортқа аса қабілетті бала да жүруі мүмкін ғой. Сондай-ақ мектепте жүргізілетін (егер бар болса) түрлі секция-үйірмелерге қатысатын оқушылар да егер жарыстарға қатыспайтын болса оларда жоғарыда атап өткен оқушылардың жағдайынан аспайды. Сондықтан мектеп ішінде спорт жарыстарын ұйымдастыру өте маңызды деп санаймын.

Екіншіден, мектеп ішінде жарыс ұйымдастыру мектептегі барлық оқушыларға спорттың бұқаралық сипаттағы шара екенін ұғындырады және бұрын спортқа қызықпаған балалардың құштарлығын, ықыласын тудыруы мүмкін. Сонымен қатар өз сыныптастары, мектеп ұжымы алдында жарысқа түскен баланың намыс психологиясы қалыптасады, жеңіске деген жігері жетіледі. Өйткені, қандай спортта болсын, спортшының қайсы болсын өз алаңында жеңілмеуге тырысады. Осының бәрі айналып келгенде оқушы бойына спорттық тұлға мінез-құлқын да қалыптастырады деп ойлаймын. Мәселен, мектеп ішінде жеңіске жеткен оқушының өз сыныптастарының, мектеп басшылығы және бүкіл мектеп алдында абыройы көтеріледі. Ал мұндай жеңімпаз оқушының бойында өз ұжымының мәртебесін өсіргені үшін мақтаныш пайда болып, алдағы уақытта жеңістерге жетуге деген құлшыныс, жауапкершілік сезім қалыптасады. Яғни, мектеп ішінде жарыс ұйымдастыру арқылы оқушы бойына жеңімпаз рухын, жауапкершілік сезімді қалыптастыруға болады.

Спорт баланы тәрбиеге баулайды. Яғни, Тәрбиенің негізгі мақсаты жеке адамды қалыптас-тыру және оның жан-жақты толыққанды дамуын қамтамасыз ету. Ал бұл міндеттердің табысты шешімін беру жеке адамның дамуы қалай өтетінін және оның