

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

**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

необходимо его немного подготовить хотя бы в моральном плане. Ведь приходя в спортивную секцию, ребёнок сталкивается, с рядом проблем.

Так как же помочь ребенку выбрать спортивную секцию?

В ходе тренировок организм человека постепенно приспосабливается к выбранному виду нагрузок. Поэтому подросткам лучше обратить внимание на виды физической активности, которые действуют на организм общеукрепляюще, чтобы в более старшем возрасте можно было переносить самые разнообразные нагрузки.

Одним из лучших видов общеукрепляющего спорта для подростков считается плавание. Движение в воде хорошо влияет на состояние опорно-двигательного аппарата и развитие сердечно-сосудистой системы. Особенно, если занятия проходят регулярно, но перед подростком не ставятся задачи по быстрому достижению серьезных результатов.

Для детей и подростков полезны занятия игровыми видами спорта, потому что они дают возможно получить и физическую подготовку, и социальную адаптацию. Такие занятия позволяют ребятам выработать самодисциплину и внутренний контроль, которых так не хватает в подростковом возрасте.

Гимнастику и акробатику нельзя в полной мере отнести к общеукрепляющим видам спорта. Иногда во время акробатических тренировок делается акцент на силовые упражнения, и к таким занятиям стоит относиться осторожно. Но те навыки, которые ребенок приобретает, занимаясь акробатикой, можно впоследствии успешно использовать в любых видах спорта.

При занятиях спортом дети и подростки расходуют больше энергии, чем взрослые, и быстрее устают. Кроме того, их организм еще растет и не готов переносить серьезные силовые нагрузки. Поэтому при выборе секции для занятий родителям стоит обратить внимание на общеукрепляющие виды спорта: плавание или командные игры. [3]

Главное в приучении подростка к спорту – это доказать, что нужно стремиться не к рекордам, а к физическому развитию и поддержанию хорошей физической формы. Объясните подростку, что занятия спортом – это залог счастливой, здоровой, успешной и долгой жизни.

Список использованных источников

1. <http://paidagogos.com/?p=7780#hcq=NadZLGp>
2. <http://myfamilydoctor.ru/gipodinamiya-simptom-ee-posledstviya-i-profilaktika/>
3. <http://www.takzdorovo.ru/deti/podrostki/kak-vybrat-sport-dlya-podrostka/>
4. <http://text.ru/rd/aHR0cDovL3N0YXJ0anVuaW9yLnJlL2Jsbn2dzL3JhenZpdGll>
5. Бальсевич В.К Лубышева Л.И. Физическая культура: молодежь и современность // Теор. и практ. физ. культ. 1995,
6. Лубышева Л.И. Современный ценностный потенциал физической культуры и спорта и пути его освоения обществом и личностью // Теор. и практ. физ. культ. 1997,

ӘОЖ: 782.16:476.10

ҚАЗАҚ КҮРЕСІНІҢ ДӘСТҮРЛІ ЖАУЫҢҒЕРЛІК ӨНЕРДІ МЕҢГЕРУДЕГІ РӨЛІ. ҚАЗАҚ КҮРЕСІ – ҰЛТТЫҚ САНА ЖАҢҒЫРЫҒЫ

Төреғалиев Бауыржан Төреғалиұлы

bauyrzhann.t@gmail.com

Л.Н.Гумилев атындағы ЕҰУ Сәулет-құрылыс факультетінің 1-курс студенті, Астана,
Қазақстан

Ғылыми жетекші - И.Б. Иманғаликова

Қазақстан—мәңгілік ел. Оның айқын дәлелі - кәрі еменнің тереңге жіберген тамыры іспетті мол тарихы мен ұлттық дәстүрі. Сол ұлттық дәстүрмен сабақтаса жатқан ұлттық ойындары, түбі, тегі. Көнеден бері санамызда жаңғырып, ертеңге қол бұлғап тұрған ұлттық

құндылықтарымыз біздің мол мұратымыз, сарқылмас қазынамыз. Алтыбақан тебіскен жастар шат-шадыман көңіл-күйге бөленсе, ақсүйек ойыны арқылы жастық шақтың керемет ләззатын сезінуге болады. Көкпар мен тиын алу нағыз ер жігіттерді айқындаса, қыз қуу тек серінің серісінің қолынан келетін. Тізе берсек бірнеше ондаған бетті алар ұлттық ойындар баршылық. Міне, сол ұлттық ойындардың бірі және бірегейі - қазақ күресі. Күрестің ұлттық түрі “қазақ күресінің” даму тарихы қазақ халқының тамыры тереңнен тартылатын тарихымен тұтасып жатыр. Қазақтың қайбір болмасын жиын-тойы бұл сайыссыз өтпейтін. Өзгені жығып, жеңіске жеткен палуандар халық қошеметіне бөленіп, атақ-даңққа ие болатын. Бұқараның қошеметіне бөленіп, өзгенің тандайын қақтыратын бұл ұлттық ойынның сан мыңдаған саңлаққа берген үміт-жігері өлшеусіз. Батырлығы мен қайсарлығы өзгеден оқ бойы алда тұратын қазақ халқының тарихына еніп қойған жоқ, сонымен ғана емес, сол тұста қоғамды шырбауда ұстаған Ресей патшалығының палуандарының өзі ардақ тұтып, құрмет тұтқан батыр бабамыз ұлтымыздың ардақтысы, мақтанышы. Тек қара күш қана емес, асқан шеберлік пен шыдамдылықты қажет ететін бұл спорт түрі - ұлттық тарихымыздың бір бөлшегі. Қазақ жиындарында, алқалы тойлар мен сыбағалы астарда бұл ойын кең абыройға ие болған. Тіпті, түрлі додалар ұйымдастырылды. Кей рулар тіпті өз абырой, мәртебелерін осы ойын арқылы асқақтаты, көкке шалықтатқан.

Қазақтың ұлттық ойындары бес түрге бөлінеді. Олар: аңға байланысты, малға байланысты, түрлі заттармен ойналатын, зеректікті, ептілікті және икемділікті қажет ететін, соңғы кезде қалыптасқан ойындар. Олардың негізгілерінің өзі жүзден астам. Бұл ойындардың көбісінің ежелден қалыптасқан арнайы өлеңдері бар. Өлеңдер ойынның эстетикалық әсерін арттырып, балалардың өлең-жырға деген ыстық ықыласын оятып, көңілін көтереді, дүниетанымын арттырып, еңбекке баулиды, ширықтырып, шынықтырады.

Этнограф-ғалымдардың пайымдауынша, ата-бабаларымыздан бізге жеткен ұлттық ойындарымыздың тарихы Қазақстан жерінде б.з.б. бірінші мыңжылдықта-ақ қалыптасқан. Олардың ішінде тоғызқұмалақ, қуыршақ, асық ойындары Азия елдерінде тайпалық одақ- тар мен алғашқы мемлекет- терде кеңінен тарады. Біз-дің қоғамыздағы ұлттық ойындардың негізі, шығу тегі халқымыздың көшпелі дәстүрлі шаруашылық қарекеттерінен бастау алады[1, б. 70-80].

Бұлардың көбісі мал шаруашылығына, аңшылыққа, жаугершілікке негізділген. Ахмет Жүнісовтың айтуынша (Фәниден бақиға дейін, - Алматы: «Қайнар», 1994), «Өзге халықтар сияқты қазақтың да ертеден қалыптасқан, атадан – балаға мұра болып жалғасып келе жатқан ұлттық ойын-сауық түрлері бар. Зер салып байқап отырсақ, ол ойын-сауықтар қазақтың ұлттық ерекшелігіне, күнделікті тұрмыс-тіршілігіне тығыз байланысты туған екен және адамға жастайынан дене тәрбиесін беруге, оны батылдыққа, ептілікке, тапқырлыққа, күштілікке, тө- зімділікке т.б. әдемі адамгершілік қасиеттерге баулуға бағытталған екен». Ал енді, «Қазақстан. Ұлттық энциклопедия» кітабында қазақтың ұлттық ойындарының мән- маңызы туралы былай деп жазылған: «Қазақ ұлты негізінен ұрпақ қамын басты мақсат етіп қойып, балалардың нағыз азамат болып қалыптасуына аса зор мән берген. Нәтижесінде дәстүрлі бала тәрбиесінің басты құралы ретінде ұлттық ойынды орайластырып, дамытып отырған» [4, б. 23-26].

Аңға байланысты ойындар: ақсерек-көксе-рек, аңшылар, аңшылар мен қояндар, кірпіше қарғу, қас-құлақ, ордағы қасқыр.

Малға байланысты ойындар: аларман (қойға қасқыр шапты), асау көк, бура-қотан, көксиыр, соқыр-теке, түйе мен бота.

Түрлі заттармен ойналатын ойындар: ағаш аяқ, аққала, ақпа, ақсүйек, ақшамшық, алакүшік, алты-бақан, арқан аттау, арқан тартпақ, арқан тартыс, арынды арқан, асау мәстек, асық, аттамақ, ауыртаяқ, әйкел, әуетаяқ, батпырауық, белбеу соқ, белбеу тартыс, дауыстап атыңды айтам, епті жігіт, жаяу көкпар, жемекіл, жігіт қуу, жігіт ойыны, күзетшілер, күміс ілу, қамалды қорғау, қараше, кимақ, қыз қуу, лек (шөлдік), монданақ, орамал тастау, сакина жасыру, сиқырлы таяқ, тапшы, кімнің дауысы, таяқ жүгірту, тепе-теңдік, тобық, тұтқын алу, түйілген орамал, шалма, шертпек, шілдік, хал қалай?

Зеректілікті, ептілікті және икемділікті қажет ететін ойындар: айгөлек, айдапсал, аткума, аударыспақ, бағана өрмелеу, балтам шап, бөріктастамақ, бұғнай, бұғыбай, бұқатартыс, бұрыш, біз де, егер..., жасырынбақ, жаяу жарыс, көкпар, көрші, күрес, қарамырза, қассың ба, доссың ба?, қындық-сандық, орын тап, отырмақ, санамақ, сұрақ-жауап, тасымақ, тасымалдау, тең көтеру, тымпи-тымпи, ұшты-ұшты, үй үстіндегі кім?, шымбике.

Соңғы кезде қалып-тасқан ойындар: әріп таңдау, бригада, мейрамхана, нөмір, пароль, пошта, сымсыз телефон, сыңарын табу. Бұлардың ішінде бірқатар ойындар спорттық, той ойындары болып саналады. Ал енді, қазақтың ұлттық ойындарының ішінде «қуырмаш» тәрізді жас сәбилерге арналған да ойындар бар. Біз енді қазақтың ұлттық ойындарының негізгілерін талдап, тарқатсақ. Ақсүйек. Қыз-бозбалалар оны жазғы айлы түнде ойнаған. Ойын бастаушы жылқының бақай сүйегін, ол болмаса қой-дың жілігін, немесе жауырынын, жамбасын қолына алып, ойынға қатысушыларға көрсетіп, белгілеп алады да, ойыншыларды екі топқа бөліп, алысырақ барады да ақсүйекті лақтырып жібереді. Қай топтың ойыншылары ақсүйекті бірінші болып тапса, сол топ жеңген болып саналады. Сүйек еті мүжіліп, далада жатып күнге күйіп, әбден ағарған болуға тиісті [3, б. 15-17].

Күрестің ұлттық түрі «қазақ күресінің» даму тарихы қазақ халқының тамыры тереңнен тартылатын тарихымен тұтасып жатыр. Түрлі бас қосулар мен мереке тойлар спорттың осы түрінің сайысынсыз өткен емес. Күші басым түсіп, жеңіске жеткен балуандар халықтың төбесіне тұтар құрметті адамына айналған. [Қазақтың](#) ұлы батыры Қажымұқан есімі қазақ халқының тарихына ғана еніп қойған жоқ, сонымен бірге спортшылардың әлемдік элитасының қатарына кірді.

«Қазақша күрес» бойынша бірінші ірі жарыс 1938 жылы ауыл шаруашылығы аймақтары арасындағы спартакиада аясында өткен. Сол сәттен бастап жарыс дәстүрлі түрде республика қалаларында тұрақты өткізіліп келеді. Ірі Халықаралық турнирлер 1952 және 1975 жылдары Азия аймағы спортшыларының қатысуымен өткізілді. Ұлттық күрестің дамуы [Қазақстан](#) егемендік алғаннан кейін жаңа серпін алды. [1991](#) жылдан бастап республикалық чемпионаттар мен біріншіліктер жыл сайын өткізілетін болды.

[2004](#) жылы Қазақтардың Берлиндегі Бүкіләлемдік Құрылтайында конференция болып, сонда «Қазақша күрес» күресі бойынша халықаралық федерация ұйымдастырылды. Федерацияның президенті — Түкиев Серік Адамұлы.

2005 жылы [Ресейде](#) (Алтай өлкесі) «Қазақша күрес» күресі бойынша I Азия Чемпионаты өтті. 2005 жылы қарашада [Астанада](#) ҚР Президентінің жұлдесіне «Қазақша күрес» күресі бойынша ірі халықаралық турнир болды. Оған әлемнің 25 елінен 100-ден аса спортшы қатысты. Олардың қатарында [Германия](#), [Түркия](#), [Голландия](#), [Франция](#) және басқалары бар. Биылғы жылдың шілдесінде Монғолияда «Қазақша күрес» күресі бойынша II Азия Чемпионаты өтті. 2011 жылы тамызда қазақша күрестен Қазақстан біріншілігі болып өтті[4, б. 176].

Бұл ойын адамның денесін ширатып, бұлшық еттерді қатайтады, төзімділікке, батылдылыққа, ептілікке, керек кезінде тез ойланып, әдіс таба білуге машықтандырады. Қазақша күрес күш жетілдіретін спорт. Сонымен қатар ол қорғанудың ұлттық өнері («Самбо»). Қазақша күресте адам өзін еркін ұстап, өз бойындағы күшін, әдісін түгел пайдалана алады, мұнда шалу, жата тастау, арқалай тастау, қол байлап күресу, салмақпен басу, тіресу, ашадан алу, аяқтың басымен іліп тастау, жамбасқа алып иіре лақтыру, белінен қысып, тірсектен шалу сияқты әдістердің бәрін де қолдануға болады. Палуандар кілем үстінде; арнаулы жазық жерде, тегістегі қар үстінде белдесіп күресе береді. Ойынның ережесі бойынша қимыл үстінде адамға зақым келтіре күш жұмсауға, дөрекілік жасауға болмайды. Күрес бір жақтың талассыз жығылуымен және жауырыны жерге тигізілуімен аяқталады.

Күресетін палуандар жаңадан енгізілген ереже бойынша жасына қарай 3 топқа, салмағына қарай 8 категорияға бөлінеді. Күрес мерзімі ересектер үшін 10 минут, жасөспірімдер үшін 5 минут. Кейде жығылған адамды басып жатып, жауырынын жерге

тигізу шарт емес. Бұл күрестің басты шарты — күшін, әдісін асырып, талассыз жығу. Кейде жыққан адам жығылған адамның басынан аттап «күш алу» деген байырғы жеңіс белгісі жасалады. Қазақша күрес аудандың, облыстық, республикалық спартакиадалардың программаларына кіргізілген, спорттық командалары бар ресми түрде жұрт таныған өнер.

Қазақ күресінің тарихы ұлтымыздың өмір тарихымен тығыз байланысты. Балуандардың күш сынасуы ат жарысы, ақындар айтысы сияқты қазақ халқы өнерінің ажырамас бір бөлігі болып саналады. Қазақтар күш иесін «алып», «толағай», «балуан» деп атап, оны ерекше қасиет қонған адам ретінде таныған. Күрес — ұлттық мәдениетіміздің маңызды бір саласы болып табылады. Қазақтардың жыл он екі ай далада өмір кешіп, үнемі қозғалыста болу тірлігі, жас баладан бастап еңкейген кәріге дейін дене-күш дайындығына ерекше талап қойды. Қазақ елінде ат үстінде еркін отырудан бастап, садақ ату, күрес, жекпе-жек айла-тәсілдерін меңгеру ұл мен қызға бірдей қойылатын талап деңгейіне көтерілді.

Қазақ күресінің басты ерекшелігі: табан тіреп ұстасқан сәтте тобықтан қағуға, шалуға рұқсат етіледі, ал ұстасқан бетте қолмен аяқтан алуға болмайды. Қазақ күресінің ауқымы, көкжиегі өте кең. Қазақ күресін жетік меңгерген адам өзге халықтардың күресін еркін меңгеріп кетеді. Кейбір әдістер күрестің классикалық түрлеріне сай келетінін айта кеткен дұрыс. Қазақ күресінің ең бір ерекше тұсы мұнда төрттағандату (партер) жоқ. Әрине, осындай ғажап күресі бар қазақтан әлем мойындаған даңқты балуандардың (Ә. Айханов, Ж. Үшкемпіров, Д. Тұрлыханов т.б.) шығуы заңды құбылыс [5, б. 256].

Бүгінгі таңда қазақ күресінен үш Әлем, екі Еуропа, алты Азия біріншіліктері болып өтті. Төл күресімізден тұңғыш рет ұйымдастырылған әлем додасы 2006 жылы Алматы қаласында жалауын көтерсе, екінші Әлем біріншілігі Ресейдің Орск қаласында өтті, үшінші Әлем біріншілігі 2010 жылы Қазақстан Республикасының елордасы Астана қаласында жалауын көтерді. Ал, Еуропа Біріншілігі 2007 жылы Ресейдің Орынбор қаласында өтті. I Азия біріншілігінің тұсауы тұңғыш рет 2005 жылы Ресейдің Алтай республикасындағы Қосағаш елді мекенінде кесілді. II Азия біріншілігі 2006 жылы Моңғолияның Баян-Өлгей аймағында, III Азия біріншілігі 2007 жылы Қазақстанның Қарағанды облысындағы Қ.Сәтпаев қаласында, IV Азия Біріншілігі 2008 жылы Қырғызстанның Шолпан-Ата қаласында, V Азия біріншілігі 2009 жылы Қазақстанның Қызылорда қаласында, VI Азия біріншілігі 2010 жылы Қазақстанның Өскемен қаласында, 2011 жылы VII Азия біріншілігі және I Әлем Кубогы Индияның Пуна қаласында, Жастар арасында I Азия біріншілігі мен I Әлем чемпионаты Иранның Машад қаласында болып өтті [1, б. 70-80].

Қазақ күресі — нағыз текті күрес түрі. Балуандардың жауырыны толық жерге тисе ғана таза жеңіс болып есептеледі. Ол нағыз білек күші бұлқынған, қарсыласының жігерін құм қылған апайтөс алыптардың күресі. Сондықтан қазақ күресінің келешегі — кемел, болашағы жарқын.

Пайдаланылған әдебиеттер тізімі:

1. Ахметжан Қ.С. Батырлардың жауынгерлік жекпе-жегінің әскери, моральдық-психологиялық және ғұрыптық аспектілері // Қазақ білім академиясының баяндамалары / Доклады Казахской академии образования. — Астана, 2011. № 1 — 70–80 б.
2. Қазақ халық әдебиеті: Көп томдық / Қаз ССР Ғылым академиясының М.О. Әуезов атындағы әдебиет және өнер институты. — Алматы: Жазушы, 1989. — Т. 4: Ертегілер.
3. Қазақ халқының дәстүрлері мен әдет-ғұрыптары. 1 том: біртұтастығы және ерекшелігі. -Алматы: «Арыс» баспасы, 2005 – 56-58 б.
4. Сағындықов Е. С. / Қазақтың ұлттық ойындары. — [Алматы](#): «Рауан» баспасы, [1991 жыл](#). —176 б.
5. Тәнекеев М. Қажымұқан Мұңайтпасов (Тарихи очерк). Алматы: Қазақ мемлекет баспасы, 1963.— 256 б.