

ҚАЗАҚСТАН РЕСПУБЛИКАСЫ ҒЫЛЫМ ЖӘНЕ ЖОҒАРЫ БІЛІМ МИНИСТРЛІГІ

«Л.Н. ГУМИЛЕВ АТЫНДАҒЫ ЕУРАЗИЯ ҰЛТТЫҚ УНИВЕРСИТЕТІ» КЕАҚ

**Студенттер мен жас ғалымдардың
«GYLYM JÁNE BILIM - 2025»
XIX Халықаралық ғылыми конференциясының
БАЯНДАМАЛАР ЖИНАҒЫ**

**СБОРНИК МАТЕРИАЛОВ
XX Международной научной конференции
студентов и молодых ученых
«GYLYM JÁNE BILIM - 2025»**

**PROCEEDINGS
of the XX International Scientific Conference
for students and young scholars
«GYLYM JÁNE BILIM - 2025»**

**2025
Астана**

УДК 001(06)
ББК 72я631
F96

**«GYLYM JÁNE BILIM – 2025» студенттер мен жас ғалымдардың
XX Халықаралық ғылыми конференциясы = XX Международная
научная конференция студентов и молодых ученых «GYLYM JÁNE
BILIM – 2025» = The XX International Scientific Conference for
students and young scholars «GYLYM JÁNE BILIM – 2025». – Астана:
– 3813 б. - қазақша, орысша, ағылшынша.**

ISBN 978-601-08-5373-7

**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 001(06)
ББК 72я431
F96

ISBN 978-601-08-5373-7

Л.Н. Гумилев атындағы Еуразия
ұлттық университеті, 2025

1836.	Мухтар А.З.	Тұрақты логистиканың болашағы: жасыл технологиялар мен инновациялар	7802
1837.	Өміржан Д.С.	Международный транспортный коридор «Север-Юг»: перспективы и вызовы	7807
1838.	Пулатов М.М., Пулатова М.Ж.	Способы усиления пропускной и провозной способности железнодорожного участка Ангрэн – Пап	7812
1839.	Смагулова А.Е.	Преимущества и вызовы применения технологии Блокчейн в логистике	7815
1840.	Серикова Д.Б.	Көлік-логистика саласындағы цифрлық экожүйелерді қалыптастыру және дамыту. (Қазақстандық логистикалық кәсіпорындар мысалында)	7820
1841.	Солод А.И.	Повышение безопасности движения на основе применения кольцевых пересечений	7826
1842.	Темирханұлы Т.	Повышение качества транспортного обслуживания пассажиров	7829
1843.	Тохиров О.З., Рустамжонов Б.Э.	Определение количества приемо-отправочных путей железнодорожной грузовой станции «К» в условиях увеличения объемов перевозок	7833
1844.	Шаймардан Д.Т.	Қойма логистикасындағы заманауи ақпараттық технологиялар	7836
1845.	Шүрекен Д.А., Алтаев Н.С.	Цифрлық трансформация жағдайында логистикалық процестерді оңтайландыру	7839

СОДЕРЖАНИЕ

СЕКЦИЯ 13 ОБРАЗОВАНИЕ

ПОДСЕКЦИЯ 13.1 ИННОВАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В СИСТЕМЕ ОБРАЗОВАНИЯ НА ИНОСТРАННЫХ ЯЗЫКАХ

1846.	Abdushukurova Zh. F., Aripbek S. B.	Is multilingualism making us more emotionally intelligent? A cognitive science perspective	7844
1847.	Akhan A., Berdibay D.	Six levels of thinking: applying bloom's taxonomy in education	7846
1848.	Akim A.	Digital tools in language learning:	7848

		advancing lexical-grammatical skills of secondary school students	
1849.	Ermekova R., Amzina K., Adambay Sh.	Methods of using icts in teaching english language in kazakhstan	7852
1850.	Baltabai S.K.	Top online platforms for improving listening skills in foreign language teaching	7856
1851.	Imangaliyeva M.	Analyzing the impact of open educational resources on academic achievement	7862
1852.	Kaldybay M.	Self - study in learning foreign language	7866
1853.	Konakbayeva A.B.	From conventional to multimodal reading: new approaches in teaching english	7869
1854.	Ryskulbek A. Kh., Kaliyeva A. A.	Modern innovations in teaching foreign languages	7873
1855.	Shander D.	The english language acquisition: Why are you still unable to speak it?	7878
1856.	Tangatar A.	The role of graphic organisers in teaching writing skills	7882
1857.	Yerbulatova Zh. M.	Modern innovations in teaching foreign languages	7886
1858.	Zhangabek A. O.	Digital storytelling in efl: enhancing writing and reading skills	7889
1859.	Абай Е. С.	Ағылшын тілі сабақтарында қолданылатын пікірталас әдісі туралы	7896
1860.	Акимбекова К.Ж.	Феномен фальшивой дружбы в рассказе оскара уайльда «преданный друг»	7898
1861.	Донбаева А. А.	Использование аутентичных текстовых материалов при обучении чтению в целях повышения мотивации к изучению иностранного языка	7903

1862.	Дүйсенғали Б. Ж., Ақылбаева Ж. Қ.	«Shadowing» (көлеңкелі қайталау) әдісінің білім беру құралы ретінде оқушылардың тыңдау және сөйлеу дағдыларын дамытуға әсері	7907
1863.	Жаңабай Д. А.	Оқушылардың сөйлеу дағдыларын дамыту үшін көркем әдебиетті пайдалану	7910
1864.	Кайратова А. К.	Современные технологии в обучении иностранным языкам: инновации и перспективы	7912
1865.	Кульжин Қ. Н.	Повышение мотивации и учебной активности обучающихся через нейросетевые технологии в веб-приложениях	7915
1866.	Ма мырова Ф. Н.	Инновационные технологии в реализации когнитивно-лингвокультурологического подхода к обучению иностранным языкам в вузе	7919
1867.	Нәрібек Б. С.	Мектептегі ағылшын тілін оқыту үдерісіне мобильді құрылғыларды кіріктіру	7924

ПОДСЕКЦИЯ 13.2 КОНСОЛИДАЦИЯ ЧЕЛОВЕЧЕСКИХ РЕСУРСОВ В ГЛОБАЛИЗАЦИИ ОБРАЗОВАНИЯ

1868.	Amirbekov M. M., Makhambetova Zh. T.	The problem of bullying among adolescents in the republic of kazakhstan	7926
1869.	Bektay N.S.	Review on the effectiveness of digital teaching tools in the school education process	7929
1870.	Kaliyeva A. A., Ryskulbek A. Kh.	Enhancing students' motivation and engagement through inquiry-based learning	7931
1871.	Tazhibay A. M.	Influence of professional guidance for the effective career choice	7937
1872.	Аубакирова С. Т.	Тілдік білім – құндылық бағдар қалыптастырудың маңызды құралы	7942
1873.	Амангелди Д.	Балалардың даму қабілеттіліктеріне деген кеңістікті қалыптастырудағы	7947

		шахмат ойынының маңызы	
1874.	Әшір А. С.	Аз қамтылған отбасындағы балаларды мектеп ортасына әлеуметтендіру	7950
1875.	Әшір А. Т.	Ерекше білім беру қажеттіліктері бар бастауыш сынып оқушыларын психологиялық қолдау	7953
1876.	Байтуған Г.	Мектеп жасына дейінгі балалардың сөйлеу тілін дамытуда цифрлық технологияларды пайдалану	7956
1877.	Гайсин А. И.	Сущность понятия «эмоциональное неблагополучие студентов»	7959
1878.	Горбунова К. В.	О психологической природе ценностных представлений как регуляторов поведения личности	7962
1879.	Дарбаева Г. Қ.	Цифрлық дәуірде педагог-психологтардағы кәсіби Стресс мәселелері	7966
1880.	Даулетқызы А.	Режиссерлік ойын арқылы баланың байланыстырып сөйлеуін дамыту	7969
1881.	Джаппарова Л.А.	Университет жағдайында шетел студенттерін әлеуметтік-педагогикалық қолдауды ұйымдастыру	7973
1882.	Дихан А. Б.	Жаңа форматтағы педагогиканың даму үрдісі мен мәселелері	7976
1883.	Ерқасым Н. Т.	Аз қамтылған отбасы балаларын әлеуметтік бейімдеудің педагогикалық шарттары	7980
1884.	Ермекова С. А.	Метанавык целеполагания: возможности развития через систему профессиональной ориентации	7984
1885.	Жапекова М. Н.	Жасөспірім оқушылардың әлеуметтік ортадағы қарым-қатынасына эмоционалды интеллекттің ықпалы	7988
1886.	Жумабай Ә. К.	Жеткіншектердің бос уақытын ұйымдастыру мәселелері	7993
1887.	Жумабекова Ф.	Синдром самозванца среди зуммеров: влияние цифровых технологий и социально-культурных факторов	7998
1888.	Задаев О. Т.	Болашақ әлеуметтік педагогтердің басқарушылық құзыреттілігін қалыптастыру: теориялық және	8001

		практикалық аспектілер	
1889.	Исмаил Н.	Балалар үйіндегі жеткіншектерді еңбекке баулуды әлеуметтік-педагогикалық қолдаудың жүйесі	8003
1890.	Кабдуалиева А. Ж.	Корпоративная культура как инструмент повышения эффективности деятельности образовательной организации	8006
1891.	Кошенова М. М.	Ата-ана мен бала арасындағы қарым-қатынастың заманауи көрінісі	8011
1892.	Кудайбергенова А. Т.	Жасөспірімдердің оқу мотивациясын қалыптастыру мүмкіндіктері	8015
1893.	Кулдашева Н.У.	Студенттердің психологиялық денсаулығын зерттеу ерекшеліктері	8017
1894.	Кулдашева Н.У. Ырымбаева Н. А.	Болашақ педагогтардың цифрлық мәдениетін дамыту жолдары	8020
1895.	Кульмагамбетова Г. С.	Процесс ознакомления с предметным миром как инструмент развития словарного запаса у детей младшего дошкольного возраста	8023
1896.	Куршева А. В.	К проблеме влияния родительского стиля воспитания на развитие самооценки у детей	8028
1897.	Кусаинова Т. К.	Библиотерапия арқылы жеткіншектердің құндылық қатынастарын қалыптастырудың психологиялық-педагогикалық негіздері	8032
1898.	Қабдулуахит М. Б.	Мектеп жасына дейінгі балалардың сөйлеу дағдарымын бағалау	8035
1899.	Лукашкина А. Т.	О некоторых психологических проблемах детской одаренности	8039
1900.	Моминова Г. М.	Творческий потенциал школьников как фактор успешной академической социализации	8043
1901.	Мұратқызы А., Байтана Ә. Е.	Театр педагогикасы тарихының оқушылардың бос уақытын ұйымдастыруда қолданылуы	8046
1902.	Мұратова Д. Т.	Арт-терапия әдістерімен жасөспірімдердің өзіндік қарым-	8051

		қатынасын оңтайландыру	
1903.	Нуриева Д. Р.	Цифровая трансформация педагогики: роль информационных технологий в повышении квалификации преподавателей	8055
1904.	Сабыржан А. Б.	Эмиль реджио педагогикасы негізінде балалардың байланыстырып сөйлеуін қалыптастырудың мүмкіндіктері (ересек топ)	8059
1905.	Сарқыт Е. М.	Ж.Аймауытовтың қазақ тілін оқыту әдістемесі: жаңартылған білім беру мазмұны және әлемдік әдістемелік ұстанымдармен сабақтастық	8062
1906.	Соколова К. И.	Исследование трудностей обучения студентов с СДВГ	8065
1907.	Спандияр П. Ж.	Инновациялық мектептер жағдайында жеткіншектердің мамандық таңдау мотивациясын қалыптастыру	8069
1908.	Сұлтанова А. Н.	Жобалық оқыту әдісі оқушылардың мотивациясын арттыру құралы ретінде	8072
1909.	Тайгарина А. Э.	Психикалық дамуы тежелуі бар бастауыш сынып оқушыларының инклюзивті ортаға бейімделу ерекшеліктері	8076
1910.	Тұрлыбаева Ж. С.	Шетелдік оқушыларды қазақстанның білім беру жағдайына бейімдеудің ерекшеліктері	8079
1911.	Туранова А. А.	Бейімдік дене шынықтыру арқылы аутизм синдромы бар балаларды әлеуметтік ортаға бейімдеу	8082
1912.	Хайруллина Д. Е.	Мектептегі кәсіби бағдар беру жұмысы негізінде жасөспірімдердің саналы кәсіп таңдауын жетілдіру	8085
1913.	Чикова И. В.	О некоторых аспектах развития субъектности студента вуза: реалии и перспективы	8094
1914.	Шарапатова Р. Ж.	Бесінші сынып оқушыларын негізгі мектепке бейімдеу	8097

**ПОДСЕКЦИЯ 13.3 АКТУАЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ, ТЕНДЕНЦИИ И ПЕРСПЕКТИВЫ
РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА**

1915.	Аблаева Н. М., Волчихин А.А.	Проблемы физического развития в современном мире у подростков.	8101
1916.	Актаева А.Г., Мысан В.В.	Использование современных технологий (виртуальная реальность (vr) и цифровые тренажеры) в обучении и подготовке спортсменов и учащихся в возрасте 16-21 года.	8104
1917.	Алдабергенова Ж.Б.	Күш төзімділікті дамыту маңызы.	8106
1918.	Амантаева А.Б.	Биологические ритмы стрелков: влияние режима дня на точность.	8107
1919.	Асылханова Л.Д.	Құзыреттілік тәсілін қолдану арқылы 8 сынып оқушыларының ағылшын тіліндегі биология бойынша білім сапасын арттыру.	8112
1920.	Әшірбай Б.Қ.	Қазақстан республикасындағы есірткілікті үгіттеу: журналистикалық зерттеу.	8115
1921.	Әшірбай Б.Қ.	Қазақстандағы есірткіге тәуелділіктің қазіргі бейнесі және жастардың пікірі.	8118
1922.	Бусурман Д. Қ.	Оптимизация тренировочного процесса в беге на средние и длинные дистанции для школьников.	8124
1923.	Бейсекеева А.	Особенности подготовки дзюдоистов к соревнованиям различного уровня.....	8127
1924.	Бактыбай Н.К.	Жас боксшылардың дене қасиеттерін жетілдіру әдістері.	8128
1925.	Бақытжан Н.	Қазақтың ұлттық ойындары арқылы ойлау қабілеттері дамыту.	8133
1926.	Бойцова З.	Влияние психологической подготовки на результаты спортсменов в стендовой стрельбе.	8136
1927.	Болатов Б.Б.	Бокспен айналысатын 10-12жастағы балалардың физикалық қасиеттерін дамыту әдістемесі.	8138
1928.	Гончарук А.А.	Современные тенденции предмета физическая культура в общеобразовательной школе.	8140
1929.	Гуралевич Н.	Роль капитана в организации командной игры в волейболе.	8142
1930.	Даулет Д. Қ.	Психологическая подготовка дзюдоистов на соревнованиях.	8144
1931.	Дәуренбек А.	Дене шынықтырудың адамның ақыл-ой қызметіне әсері.	8146

1932.	Достов И. Б.	Бес асық қазақ халқының ойыны және оның қазіргі қоғамдағы маңызы туралы.	8150
1933.	Дауменов А.Б., Хамзин С.О.	История развития бокса как спортивной дисциплины.	8153
1934.	Елшибек Б.Ч., Ем Н.С.	Влияние занятий физической культурой на развитие когнитивных функций у детей младшего школьного возраста (7-10 лет).	8155
1935.	Ержанқызы А.	Волейбол арқылы 11-12 жас аралығындағы жасөспірімдердің физикалық қасиеттері мен дене дамуын арттыру.	8158
1936.	Есіркеп Қ. Ж.	Бастауыш сыныпта ойыны арқылы балалардың логикалық ойлауын дамыту.	8160
1937.	Еспембетова Г.	Дене шынықтыру құралдарын қолданудың педагогикалық технологиялары көмегімен жас еркін күрескерлердің дене қасиеттерін дамыту.	8164
1938.	Жемпеисова Ә.	Дене тәрбиесі барысында үйрету және дамыту негіздері.	8165
1939.	Жолдубаев А.А., Кожегалденов А.Г.	Роль бокса в физическом развитии подростков: влияние на здоровье, мотивацию и социальную адаптацию.	8169
1940.	Жулсаитова Г.Е.	Жаһандану жағдайында қазақтың ұлттық сәндік қолданбалы өнерінің рөлі.	8171
1941.	Закутняя С. Н.	Этические аспекты организации и проведения сурдлимпийских игр: взгляд тренеров и спортсменов.	8174
1942.	Иванова Д.	Влияние волейбола на физическое и психологическое развитие подростков.	8180
1943.	Изтаев Н.А.	Кибер алаяқтыққа қарсы тұрудағы құқықтық зерттеу: заманауи тенденциялар және әлемдік тәжірибелер.	8183
1944.	Иргетаева Т.М.	Жасөспірімдер волейболы: болашақ чемпиондарды тәрбиелеуді жетілдіру.	8187
1945.	Ильясов Ә. Е.	Жоо - дағы дене шынықтырудағы денсаулық сақтау технологиясы.	8190
1946.	Косенкова М.И.	Изменения в организме юношей и девушек в возрасте 18-23 года под влиянием силовых тренировок с отягощением.	8192
1947.	Какен А.Д.	14-15 жас аралығындағы баскетболшылардың жылдамдық-	8195

		күш қабілеттерін дамыту әдістемесі.	
1948.	Какимжан Н.	Дене тәрбиесінің жаңа технология арқылы баланы оқыта отырып, өз бетінше шешім қабылдауға дағдыландыру.	8197
1949.	Күнтуған Ж.М.	Қазақстандағы ауа ластануы мен басқа да экологиялық аспектілеріне қатысты жаңа мемлекеттік құжаттарын талдау.	8201
1950.	Құрманова Ж. Қ.	Гендерные особенности судейства в волейболе: сравнительный анализ эффективности мужчин и женщин в роли арбитров.	8204
1951.	Касымова М.А.	Влияние карате на показатели выносливости у спортсменов 15–17 лет.	8208
1952.	Косенкова М.И.	Изменения в организме юношей и девушек в возрасте 18-23 года под влиянием силовых тренировок с отягощением.	8211
1953.	Лазарь Д. Д., Сериков Т.Р.	Формирование командной работы, через спортивные игры.	8214
1954.	Мамырхан Н.	Баскетбол секциясында шұғылданатын 12-13 жас жасөспірімдердің дене дайындығы мен функционалдық жағдайын дамыту әдістемесі.	8216
1955.	Мухтарова А.	Дене шынықтыру физиологиялық және биохимиялық негіздері.	8218
1956.	Mukhanova К.В.	The impact of sports on society.	8222
1957.	Нүсіпақын А.	Болашақ дене шынықтыру мұғалімінің әдістемелік белсенділігін арттыру жолдары.	8224
1958.	Нугманова Г. М.	Ұлттық ойындардың оқушыларға үйрете отырып, бала бойындағы негізгі қасиеттерінің дамыту ерекшелігі.	8227
1959.	Оразғалиев А., Маратов Ч.	Футбол и образование: совмещение спорта и учёбы.	8232
1960.	Нурмагамбетова К. К.	Спортивная акробатика и олимпийское движение: барьеры и перспективы включения.	8234
1961.	Петренко Д.	Особенности тренировочного процесса спортсменов по академической гребле.	8236
1962.	Подсухина Е.Е.	Особенности психологической подготовки связующего игрока в профессиональном волейболе.	8238
1963.	Рахимова Ж.	Реабилитация травм в волейболе.	8243
1964.	Ракишев Ж.С.	Көшбасшылық – жастардың жеке тұлғалық дамуының негізі.	8245

1965.	Рахимова Ж.	Профилактика и реабилитация в волейболе.	8247
1966.	Серікбай А.	Дене шынықтыру жаттығуларының оқушылардың ағзасына тигізетін әсері.	8250
1967.	Серікова З.Қ.	Джиу-джитсуда (файтинг) техникалық-тактикалық іс-қимылдардың оқу процесін құру ерекшеліктері.	8254
1968.	Серикбаев Б.Т.	Дене шынықтыру мен спортты дамытудың өзекті мәселелері, үрдістері мен перспективалары.	8257
1969.	Сирлибаев М.К.	Білім берудегі гендерлік көзқарас мәселелері бойынша дене шынықтыру мұғалімдерінің құзыреттілігін дамыту.	8259
1970.	Сұлтанов Б.Е.	Влияние сотрудничества с тренером на карьеру и достижение спортсмена.	8264
1971.	Сұңғатолла М.	Профилактика травм у юных баскетболистов: анализ наиболее частных повреждений и методы их предотвращения.	8266
1972.	Темірғали Т.А., Басшибаев А.А.	Травмы в греко-римской борьбе: причины и профилактика.	8269
1973.	Тасқын А.	Студент жастардың дене тәрбиесімен үнемі айналысулары салауатты өмір салтын қалыптастыру негізі.	8271
1974.	Темиргалиева С.Е.	Современные вызовы и перспективы развития системы образования и воспитания в республике казахстан.	8275
1975.	Тлемисова К.К.	Психология победителя: что отличает чемпионов в волейболе.	8278
1976.	Toleukhanova А.А.	Factors contributing to the termination of athletic careers among sports major students.	8282
1977.	Төрегелді А.	Дайындықтың бастапқы кезеңінде 9-10 жас қаратәшілерге спорттық қозғалыстарды үйретудің техникасы мен әдістемесі.	8284
1978.	Тюлюбаев Д.	Психологическая подготовка спортсменов в тхэквондо: методы повышения устойчивости к стрессу на соревнованиях.	8286
1979.	Тюлюбаев Д., Кагенов А.	Физическое развитие детей 4–5 классов с использованием цифровых технологий в подвижных играх.	8288
1980.	Тюлюбаев Д.Б.,Кагенов А.Р.	Психологическая подготовка спортсменов в тхэквондо: методы	8289

		повышения устойчивости к стрессу на соревнованиях.	
1981.	Тлеуберген А.Ж., Айтореева М.А.	Дене шынықтыру мен спорттың тұлға дамуына ықпалы.	8292
1982.	Умирова Д. Р.	Развитие двигательных навыков у детей младшего дошкольного возраста с помощью физкультурных праздников.	8294
1983.	Ушенина Е.С.	Оздоровительные физические упражнения при внутренних факторах риска у учащихся 9 классов.	8296
1984.	Ушенина Е.С.	Методы оценки психологического состояния спортсменов по пауэрлифтингу и их эффективность.	8302
1985.	Фарит Ж.	Әйелдердің еркін күресіндегі психологиялық қолдау мен қамтамасыз ету ерекшеліктері туралы.	8306
1986.	Хватюк Д.	Травмы в пауэрлифтинге: причина и профилактика№	8308
1987.	Шилибаев Н.А.	Орта мектеп жасындағы оқушылардың техникалық дайындағының әдістемелік ерекшеліктері.	8311
1988.	Шилибаев Н.А.	Спорттық ұйымдардағы қаржылық менеджмент.	8313

участников от борьбы. Весовые категории отсутствовали, что давало преимущество более тяжёлым бойцам [5].

В Древнем Риме бокс стал особенно популярным. Удары наносились кулаками, обмотанными кожаными ремнями, позже с металлическими вставками (цестами), что сделало поединки крайне жестокими [5]. В амфитеатрах бои порой велись до смерти. В 393 году н. э. бокс был запрещён из-за своей жестокости.

Современный бокс начал формироваться в XVI–XVIII веках в Великобритании, где проходили так называемые призовые бои. К середине XIX века были заложены основы правил, близких к современным. С тех пор бокс стал строго регламентированным видом спорта [6].

Сегодня поединок длится от 4 до 12 раундов по 3 минуты, с перерывами в одну минуту. В перерывах спортсмены получают наставления и медицинскую помощь в углу от тренера и команды. Судья в ринге следит за безопасностью и соблюдением правил, а от 1 до 3 судей у ринга выставляют оценки [1], [4].

Судейские решения могут вызывать споры, особенно в случаях близкого счёта. Победа может быть присуждена по очкам, единогласным или раздельным решением, а также досрочно — в случае нокаута или технического нокаута (ТКО). Нокдаун фиксируется, если спортсмен касается пола любой частью тела, кроме ног. Судья обязан отсчитывать до десяти; если боец не встаёт — объявляется нокаут [7]. При необходимости применяется правило обязательного восьмисекундного отсчёта и правило трёх нокдаунов за раунд, приводящее к ТКО [4].

Правила запрещают удары ниже пояса, захваты, толчки, укусы, удары плечом, затылком, по позвоночнику и почкам. Нельзя также использовать канаты для нанесения ударов. Нарушения фиксируются судьёй и могут привести к предупреждениям или дисквалификации [4].

Каждому бойцу предоставляется угол на ринге, где он отдыхает между раундами. Там работают тренер, помощник и катмен, задача которого — остановить кровотечения и не допустить остановки боя из-за травмы. Катмен играет ключевую роль в защите здоровья спортсмена [3].

Таким образом, современный бокс — это не только физическое противостояние, но и интеллектуальная, технически выверенная борьба, требующая высочайшей подготовки и самообладания [1].

Список использованных источников

1. Бокс. Энциклопедия / Человек, Олимпия. — М.: Олимпия, 2015. — 656 с.
2. Тарас, А. Е. Бокс. История и техника / А. Е. Тарас, В. В. Лялько. — М.: Харвест, 2007. — 480 с.
3. Филимонов, В. И. Бокс и кикбоксинг. Обучение и тренировка / В. И. Филимонов, С. Ш. Ибраев. — М.: Инсан, 2017. — 528 с.
4. Бокс. Правила соревнований. — М.: Бланк, 2012. — 261 с.
5. Иванов, П. С. Бокс: техника, тактика, методика тренировок / П. С. Иванов. — СПб.: Лань, 2018. — 256 с.
6. Смирнов, И. Н. Боевые искусства в истории человечества / И. Н. Смирнов. — М.: Наука, 2020. — 214 с.
7. Корнеев, Д. А. Олимпийские виды спорта: справочник / Д. А. Корнеев. — М.: Просвещение, 2021. — 112 с.
8. World Boxing Association. Official Rules and Guidelines.WBA,2023

УДК 796.01

ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ НА РАЗВИТИЕ КОГНИТИВНЫХ ФУНКЦИЙ У ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА (7-10 ЛЕТ)

Елшибек Балқыз Чоканқызы

balke.ela@gmail.com

Ем Надежда Станиславовна

nadyaaa03@mail.ru

Студенты 3 курса кафедры физической культуры и спорта, Факультет высшая школа
образования, ЕНУ им. Л.Н. Гумилева, Астана, Казахстан
Научный руководитель – А.Ж. Салиева

В современном мире все больше детей младшего школьного возраста ведут малоподвижный образ жизни, отдавая предпочтение играм на гаджетах или просмотру телевизора. Это приводит к значительному снижению их физической активности по сравнению со сверстниками прошлых поколений. Ограничение движений, а в некоторых случаях и полное отсутствие физической нагрузки, становится причиной серьезных проблем со здоровьем: нарушений осанки (например, идиопатического сколиоза), соматических заболеваний, избыточного веса, ожирения, нарушений кровообращения и даже преждевременной смертности.

При этом физическая активность играет ключевую роль в развитии детей, оказывая влияние не только на их физическую форму, но и на когнитивные функции, такие как внимание, память, восприятие и способность к обучению. Регулярные занятия физической культурой с раннего возраста способствуют не только укреплению здоровья, но и развитию умственных способностей. Это особенно важно для детей младшего школьного возраста, поскольку именно в этом возрасте происходят значительные изменения в нейропсихологическом развитии и формируются базовые учебные навыки. В связи с этим становится актуальным вопрос о том, каким образом физическая активность влияет на когнитивное развитие детей младшего школьного возраста. Изучение данной взаимосвязи поможет совершенствовать образовательный процесс с учетом влияния физической культуры на интеллектуальное развитие детей.

Целью данного исследования является изучение влияния занятий физической культурой на развитие когнитивных функций у детей младшего школьного возраста.

В данной статье используются следующие методы исследования: систематический обзор литературы, теоретический анализ научной литературы и анализ данных ранее проводимых наблюдений за детьми, занимающимися физической культурой.

Когнитивные функции, такие как внимание, память, мышление и решение проблем, играют ключевую роль в учебном процессе и повседневной жизни. Исследования подтверждают, что регулярная физическая активность способствует развитию этих процессов, улучшая концентрацию, скорость обработки информации и академическую успеваемость младших школьников.

Также она положительно влияет на кровообращение и снабжение мозга кислородом, что улучшает работы нервной системы, а также повышению устойчивости к стрессу. Дети, которые регулярно занимаются спортом, демонстрируют более высокие показатели памяти, внимания и скорости обработки информации по сравнению со сверстниками, ведущими малоподвижный образ жизни. Многочисленные исследования показывают положительное влияние физической активности на различные аспекты когнитивных функций у детей и подростков. Например, участие в спорте связано с улучшением памяти, повышением когнитивных способностей, а также снижением риска развития ряда неврологических заболеваний.

Одним из ключевых компонентов когнитивных функций является тормозной контроль – способность подавлять импульсивные реакции и сосредотачиваться на целевой задаче. Этот навык играет важную роль в учебной деятельности, позволяя ребенку управлять своим поведением, концентрироваться на заданиях и не отвлекаться на внешние раздражители. Было

также обнаружено, что дети, которые занимались физической активностью, продемонстрировали лучшие исполнительные функции с точки зрения торможения и лучшие способности к планированию, чем дети, которые не занимались никакой физической активностью. Исследования, проведенные с детьми в возрасте 8–9 лет, подтвердили, что спорт влияет на изменения в правой передней префронтальной коре, которые связаны с когнитивным контролем [8].

Исследования показывают, что физические упражнения активируют зоны мозга, ответственные за концентрацию внимания и запоминание информации. Например, аэробные нагрузки (бег, плавание, гимнастика) повышают уровень нейротрофического фактора мозга (BDNF), способствующего формированию новых нейронных связей. Упражнения, требующие сложной координации движений (гимнастика, танцы, спортивные игры), улучшают взаимодействие между полушариями мозга, способствуя развитию когнитивных навыков. Благодаря этим изменениям дети быстрее адаптируются к учебному процессу, дольше удерживают внимание и проявляют большую устойчивость к умственным нагрузкам.

Помимо улучшения когнитивных функций, физическая активность оказывает значительное влияние на психоэмоциональное состояние ребенка. Недостаток движений приводит к повышенной тревожности, эмоциональной нестабильности и сниженной устойчивости к стрессу. В то же время регулярные занятия спортом способствуют выработке эндорфинов, снижающих уровень стресса и улучшающих настроение.

Кроме того, физическая активность формирует у детей самоконтроль, дисциплину и стрессоустойчивость. Они учатся справляться с неудачами, работать в команде, следовать правилам и добиваться поставленных целей. Это особенно важно в младшем школьном возрасте, когда ребенок активно осваивает социальные нормы и учится взаимодействовать с окружающими.

Младший школьный возраст (7–10 лет) - это период активного развития когнитивных функций, который сопровождается значительными изменениями в структуре мозга. В этот период необходимо способствовать формированию у детей любви к спорту, активному времяпровождению. Необходимо мотивировать детей к активному образу жизни, как в семье, так и в школе, а также в системе дополнительного образования школьников. Младших школьников достаточно легко побуждать к такого рода деятельности, поскольку помимо ведущей учебной деятельности есть игровая деятельность, которая была ведущей в дошкольном возрасте, и всё еще присутствует. В этот период происходит: активная миелинизация нейронов, ускоряющая передачу нервных импульсов и способствующая улучшению когнитивных процессов; развитие префронтальной коры, ответственной за самоконтроль, планирование и анализ информации; укрепление межполушарных связей, улучшающее координацию движений и скорость обработки информации. Физическая активность оказывает значительное влияние на эти процессы, стимулируя рост нейронных связей и улучшая функционирование мозга. Регулярные занятия спортом помогают детям быстрее адаптироваться к учебной деятельности, дольше удерживать внимание и лучше запоминать новый материал.

Еще одним важным аспектом влияния физической активности является её воздействие на речевое развитие детей. Исследования показывают, что упражнения с элементами жестикуляции помогают детям быстрее запоминать новые слова и осваивать иностранные языки. У младших школьников регулярные занятия спортом способствуют развитию языковых центров мозга и улучшают понимание текстов. Лонгитюдное исследование Трюдо и Шепарда обнаружило положительную корреляцию между количеством часов, посвященных спорту, и школьными оценками. Было обнаружено, что дети, которые уделяли больше времени спорту, имели значительно более высокие оценки. Исследование Карлсона и др. показало, что девочки, которые занимались спортом не менее одного часа в неделю, показали значительно лучшие

результаты по математике и чтению, чем девочки, которые не уделяли спорту хотя бы один час. В этом исследовании эта связь не была обнаружена для мальчиков.

Физическая активность также играет важную роль в развитии фонематического слуха, который необходим для правильного произношения и усвоения орфографических правил. Активные игры, включающие ритмичные движения и повторяющиеся речевые конструкции, способствуют формированию навыков восприятия и воспроизведения звуков.

Физическая активность играет важную роль в когнитивном развитии детей младшего школьного возраста. Регулярные занятия физической культурой способствуют улучшению таких когнитивных функций, как внимание, память, восприятие и способность к обучению. Особенно эффективны аэробные упражнения и двигательная активность, требующие координации и концентрации, так как они активируют нейронные сети, отвечающие за обучение, поведенческий контроль и развитие когнитивных способностей.

Таким образом, интеграция физической активности в образовательный процесс является ключевым фактором для всестороннего развития детей. Это не только способствует улучшению их физическим способностям, но и повышает их академическую успеваемость, помогая быстрее адаптироваться к учебной программе и лучше справляться с умственными нагрузками.

В свете этого важно, чтобы занятия физической культурой стали неотъемлемой частью образовательных программ, а стимулирование физической активности среди детей должно быть приоритетом для образовательных учреждений. Дальнейшие исследования в этой области помогут глубже понять механизмы воздействия физической активности на когнитивные процессы и их влияние на общую умственную и физическую подготовленность детей.

Таким образом, создание благоприятной среды для развития физической активности у детей будет способствовать их комплексному развитию, улучшая как физическое здоровье, так и когнитивные функции, что, в свою очередь, будет положительно сказываться на их успехах в обучении и жизни в целом.

Список использованных источников

1. Мощенков А.Д., Харитонов В.Б., Акулова Т.Н., Плаксина Н.В., Смирнова Е.В., Баканов М.В./ Влияние физической культуры на когнитивные функции и эмоциональный статус // Успехи в химии и химической технологии. ТОМ XXXV. 2021. № 11
2. Нестерова Е.Н, Кузнецова З.Р., Шелегин И.В./ Влияние физической активности на когнитивные способности учащихся: исследование связи между физическими упражнениями и улучшением памяти, концентрации внимания и общей успеваемости // Международный научный журнал «ВЕСТНИК НАУКИ» № 12 (81) Том 5 ч. 1. (2024).
3. Ершова Н.С. / Развитие ребенка: спорт и когнитивные способности, есть ли связь? (2024) // [<https://deti.rzd-medicine.ru/articles/razvitie-rebenka-sport-i-kognitivnye-sposobnosti-est-li-svyaz/>]
4. Гладкова Н.М. / Влияние физической культуры на развитие внимания младших школьников // Международный научный журнал «ВЕСТНИК НАУКИ» № 12 (69) Том 3. 2023 г. [<https://www.vestnik-nauki.com/article/11689>]
5. Примак А.Е., Кутергина А.Н. / Влияние физической активности на когнитивные функции у детей и подростков (2024) // [<https://vremyazarazvitiya.ru/vliyanie-fizicheskoy-aktivnosti-na-kognitivnye-funkczii-u-detej-i-podrostkov/>]
6. Чупряев И.К., Пономарева С.Д., Ясакова А.В., Фролова Е.В. (2020). Физическая активность как фактор, влияющий на когнитивные нарушения. Российский семейный врач. [https://www.researchgate.net/publication/340948004_Physical_activity_as_a_factor_influencing_o_n_cognitive_disorders]

7. Швырев С.С., Усатов А.Н. (2024). Влияние физической активности на когнитивные функции шахматистов. Институт управления и права. [https://www.iupr.ru/files/ugd/b06fdc_56c04d8767d04b0abe2fc5ff7519a7a8.pdf?index=true]
8. Ilona Bidzan-Bluma, Małgorzata Lipowska / Physical Activity and Cognitive Functioning of Children: A Systematic Review (2018) // [<https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC5923842/>]
9. Kwok-Kei Mak, Sai-Yin Ho, Wing-Sze Lo, Alison M McManus & Tai-Hing Lam/ Prevalence of exercise and non-exercise physical activity in Chinese adolescents // International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity volume 8, Article number: 3 (2011) [<https://ijbnpa.biomedcentral.com/articles/10.1186/1479-5868-8-3>]
10. Xiaoke Zhong a, Chen Wang a, Mingchao Xu a, Xiaoxia Yuan a, Changhao Jiang / Physical training improves inhibitory control in children aged 7–12 years: An fNIRS study // [<https://doi.org/10.1016/j.bbr.2024.114902>]

ӘӨЖ 796.325:612

ВОЛЕЙБОЛ АРҚЫЛЫ 11-12 ЖАС АРАЛЫҒЫНДАҒЫ ЖАСӨСПІРІМДЕРДІҢ ФИЗИКАЛЫҚ ҚАСИЕТТЕРІ МЕН ДЕНЕ ДАМУЫН АРТТЫРУ

Ержанқызы Ақниет

erzhanakniet2004@gmail.com

Л.Н. Гумилев атындағы Еуразиялық ұлттық университеті. «Дене шынықтыру және спорт» мамандығы ДШС-45, 4 - курс студенті, Астана, Қазақстан.

Ғылыми жетекші - К.Қ. Базарбаева

Өскелең ұрпақтың тиімді дене шынықтыру және спорттық дайындығы балалар мен жасөспірімдердің жыныстық, жас және анатомиялық-физиологиялық ерекшеліктерін ескере отырып жүргізілуі қажет. Адамның дамуы жеделдету және баяулату кезеңдерімен сипатталады, оның ішінде биологиялық жетілу маңызды рөл атқарады. Жасөспірімдерде дене шынықтыру жаттығуларының тиімділігі үшін биологиялық жас пен өсу қарқыны ескерілуі тиіс. 11-12 жас аралығы - физикалық қасиеттердің қарқынды дамуы кезеңі, бұл кезде спортқа бейімделу оңтайлы болып табылады. Омыртқа мен бұлшықеттердің дамуы ерекше кезеңдерден өтеді, бұлшықет массасы жыныстық жетілу кезінде белсенді артады. Жасөспірімдерде сүйектер мен бұлшықеттердің дамуында айқын өзгерістер байқалады, бұл олардың спорттық дамуына ықпал етеді.

Жасөспірімдерде бұлшықет күшін дамытуға бағытталған жаттығулар өте маңызды, өйткені олардың бұлшықет жүйесі мен қозғалыс дағдылары ересектерге жақындайды. 12 жасқа қарай балалар кеңістікте бағдарлау мен секіру биіктігін басқара алады. 10-14 жас аралығында бұлшықет күшінің және төзімділіктің артуымен қатар, ептілік, жылдамдық және реакция жылдамдығы дамиды. Жасөспірімдердің бұлшықет және жүйке аппаратының дамуы оларға қозғалыс дәлдігін жақсартуға мүмкіндік береді.[1].

Жасөспірімдерде қан айналымы мен тыныс алу жүйесі де дамиды, бұл физикалық белсенділікке бейімделуге мүмкіндік береді. Алайда, олардың ағзасы ересектерден айырмашылығы, ресурстарды үнемді жұмсайды, сондықтан орташа жүктемелер жүрек-қан тамырлары жүйесіне жоғары кернеу тудыруы мүмкін. Жасөспірімдердің жүйке жүйесі де белсенді дамып, мидың қалыптасуы аяқталады. Бұл кезеңде қозғыштық пен тұрақсыздық артып, өзін-өзі бағалау мен тәуелсіздікке ұмтылу маңызды рөл атқарады. Жасөспірімдер тәуелсіздікке ұмтылады, өз мүмкіндіктерін асыра бағалауы мүмкін, бірақ бұл кезеңде мақсат қою мен