

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

**«ǴYLYM JÁNE BILIM – 2025» студенттер мен жас ғалымдардың
XX Халықаралық ғылыми конференциясы = XX Международная
научная конференция студентов и молодых ученых «ǴYLYM JÁNE
BILIM – 2025» = The XX International Scientific Conference for
students and young scholars «ǴYLYM 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.	Bektaу 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.	Метанавық 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 каратэшілерге 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

Мығым адамдарға батпан, эспандер және де секіргішпен жаттыққан пайдалы. Ал бір себеппен тіпті, әдеттегі кешеннің өзін орындау ауыр болатын адамдар таңертең жаяу серуендегені жөн.

Жаяу серуендеу(жүріс) – жүрек бұлшықеті мен өкпені шынықтырудың жақсы құралы. Бұл әсіресе ой еңбегімен шұғылданатындар үшін пайдалы.

Өзінше шұғылданушылар үшін **секірудің** түрлерін мынадай екі негізгі топқа бөлуге болады: екі немесе бір аяқпен секіру (яғни, екі аяқпен кезектесе секіру). Аздаған өзгерістерді қолдың, аяқтың қозғалыстары арқылы реттеуге болады.

Қолданылған әдебиеттер тізімі

- 1.Василькова Ю.В. Методика и опыт работы социального педагога. – М., 2013.
- 2.Гурьянова, М.П. Сельская школа и социальная педагогика. – Мн., 2014.
- 3.Социальная педагогика: Курс лекций / под ред. М.А. Галагузовой. – М., 2014.
- 4.Сухова Е.И. Социальная педагогика. М.: Юрайт, 2015.
5. Столяренко Л.Д. Социальная педагогика. Учебное пособие для бакалавров. М.: Дашков и К., 2014.
6. Шакурова, М.В. Методика и технология работы социального педагога. – М.: Академия, 2011.
7. Шептенко, Г.А., Воронина, Г.А. Методика и технология работы социального педагога. – М., 2011.

ӘОЖ 796.8:159.922

ДЖИУ-ДЖИТСУДА (ФАЙТИНГ) ТЕХНИКАЛЫҚ-ТАКТИКАЛЫҚ ІС-ҚИМЫЛДАРДЫҢ ОҚУ ПРОЦЕСІН ҚҰРУ ЕРЕКШЕЛІКТЕРІ

Серікова Зарина Қайратқызы

zarina.serikova.31.kz@mail.ru

Л.Н.Гумилев атындағы ЕҰУ Дене шынықтыру және спорт оқу бағдарламасының 1-курс магистранты, Астана, Қазақстан
Ғылыми жетекшісі – Ж.А.Усина

Дене шынықтыру мен спорттың қазіргі дамуы спорт түрлерінің әртүрлілігімен және үнемі жаңа бағыттардың пайда болуымен сипатталады. Жыл сайын спорт түрлерінің классификациясына өзгерістер мен толықтырулар енгізіледі. Дегенмен, жаңа спорт түрлерінің пайда болуы ғалымдардың жаңадан пайда болған көптеген аспектілеріне үнемі назар аудара бермейді. Нәтижесінде педагогикалық процесс жеткілікті ғылыми базасыз жүреді. Көбінесе оқу-жаттығу процесі негізгі спорт түрлерінен бар әдістер негізінде құрылады және таңдалған мамандықтың ерекшеліктерін қажет етпейді. Осыған ұқсас мәселе әсіресе жекпе-жек спорт түрлерін бойынша дайындауда байқалады. Қазақстанда соңғы жылдары ресми старттар: қалалардың, облыстардың, Қазақстан чемпионаттары, Азия және Әлем Чемпионаттары өткізілді. Бірақ сонымен бірге осы спорт түрінің теориясы мен әдістемесі бойынша бағдарламалар жеткіліксіз. Жаттықтырушылар күрес пен жекпе-жек өнерінің басқа түрлері бағдарламаларын қолдана алады: самбо (Рудман Д.Л., 2000; Гаткин Е.Я., 2001, т.б.), дзюдо (Попова А.Ф., 1989; Манолаки В.Г., 1993; Путин В.В., Шестаков В.Б., Левицкий А.Г., А.Г. 2000; Белов А.Б., 2000; Федоров Ю.Г., 2004, т.б.), қоян-қолтық ұрыс (Чихачев Ю.Т., 1979, Блажко Ю.И., 1990, Туманов А.А., 1998), ушу (Маслов А.А., 1981, Богачихин М.М., 1990, т.б.), тхэквандо (Федулов С.М., 1991, т.б.) Көрсетілген спорт түрлерінде жекпе-жек спорт түрлерінің

теориясы мен әдістемесі туралы көп ғылыми негізделген әдістемелер бар, бірақ джиу-джитсу спорты жаттықтыру бағдарламаларының орнын толтыру мүмкін емес. Сонымен қатар, файтинг бөлімі бойынша арнайы әдістемелері жазылмаған. Осылайша, джиу-джитсу спортшылары үшін арнайы оқу-жаттығу кешендерін құру өзекті мәселесі болып табылады және джиу-джитсу жаттығуларын әдістемелік қамтамасыз ету мәселесін зерттеуді талап етеді. Қазіргі қоғамның осы спорт түрінің мәселелеріне деген қажеттіліктерімен анықталады.

Мақсаты:

Жаттығу процесінде джиу-джитсу (файтинг) техникалық-тактикалық дайындық әдістемесін теориялық тұрғыдан әзірлеу және тәжірибе тұрғысында негіздеу.

Әдістері:

Техникалық-тактикалық іс-қимылдардың оқу процесін құру кезінде төмендегідей зерттеу әдістері қолданылады:

1. Ғылыми-әдістемелік әдебиеттерден алынған мәліметтерді теориялық талдау.
2. Сауалнама әдісі.
3. Педагогикалық бақылау.
4. Бейне материалдарды талдау.
5. Педагогикалық сынама.
6. Педагогикалық эксперимент.
7. Математикалық статистиканың әдістері.

Джиу-джитсу Жапония елінде пайда болып, танымал жекпе-жек түрлерінің айкидо, дзюдо және басқа да әртүрлі бағыттарын қоса алғанда, жеке спорт түрі ретінде дамыды. Бұл олимпиадалық спорт түрі емес, бірақ бәсекеге түсу кезінде қазіргі уақытта көптеген мүмкіндіктер бар. Джиу-джитсудың екі негізгі бағыты бар. Жапондық (дәстүрлі) джиу-джитсу үш бөлімнен тұратын ресми тіркелген спорт және ағайынды Карлос пен Хелио Грейсмен жасалынған Бразилиялық джиу-джитсу стилі. Жапондық джиу-джитсу – классикалық күрес. Ұрыс техникасы тұншығуға, иілуге, лақтыруға және ауыр ұстауға негізделген. Спортшылар қарусыз да, оны қолдану арқылы да түрлі әдістерді үйренеді. Білім беруде философия мен дәстүрлі мектеп маңызды рөл атқарады. Дәстүрлі жапондық джиу-джитсу дзюдо, айкидо, самбо және сумо сияқты көптеген заманауи жекпе-жек өнерінің негізін құрады.

Файтинг системасы жақсы даму үстінде. Тұрған қалыптан партерге түсу үшін көптеген тактика қолданыла білуі тиіс. Алдымен қол және аяқ көмегімен жасалынатын соққылар, қарсыласты лақтыру әдісі және партерге түсіру. Бірінші этап бойынша спортшының өзін сергек сезінуі және алдау және дене икемділігі тәсілдері арқылы оны ұстап алу. Қарсыласқа соққыны таза тигізу – дененің қажетті мөлшерде бұрылуы болып табылады. Екінші этап қарсыласты өзімізге ыңғайлы позицияға келтіріп, лақтыру әдісін қолдану. Бұл жерде екі адам денесінің бір-біріне жанасуы иілгіштіктің болуымен тұрған қалыптан лақтыру (дененің мойын және бел бөлігінен бұрылуы). Үшінші этап партерде жасалынатын ауырту, созу әдіс-тәсілдері жүреді. Үш этап толық орындалған сәтте «Таза жеңіс» болып есептеледі. Қазақстанда бұл систем енді ғана даму үстінде. Еуропа елдері әлем бойынша көш бастап тұр. Спортшылар қызыл немесе көк белбеуде және өз түсіне сәйкес экипировкада (қол, аяқ) болуы керек. Спортшылардың жабдықтарына саусақтары ашық соққыға қарсы қолғаптар, аяқ төсемдері және қалың матадан жасалған күрес кимоносы кіреді.

Техникалық дайындық - бұл жарыстарда жаттығулар, техникалар мен тактикалық әрекеттерді орындау үшін қажет спорттық дағдыларды игеру. Бұл спортшы өз техникасын жетілдіретін және өз пәнінің элементтерін дұрыс орындауды үйренетін кезең. Негізгі міндеттер:

- Негізгі әдістер мен элементтерді игеру.
- Қозғалыстарды орындау техникасын жетілдіру.
- Моториканы және қозғалысты үйлестіруді дамыту.

Тактикалық дайындық жарыс жағдайында дұрыс жоспарлау және шешім қабылдау қабілетін дамытуға бағытталған. Бұл спортшыға немесе командаға қарсыластың әрекеттеріне оңтайлы жауап беруге және жарыстарда мінез-құлық стратегиясын құруға мүмкіндік беретін дайындықтың маңызды аспектісі. Негізгі міндеттер:

- Әр түрлі жағдайларда дұрыс тактикалық шешімдерді таңдау дағдыларын қалыптастыру.
- Жағдайды талдау және жаудың іс-әрекетін болжау қабілетін дамыту.
- Жарыстың әртүрлі жағдайларына дайындық.

Джиу-джитсуда (файтинг) техникалық-тактикалық іс-қимылдардың маңызы үлкен. Жаттығу үрдісінде спортшы өзінің ыңғайына сай жаттығулар кешенін құра білсе және оны дағдыландыруға жұмыс жасаса, сонымен қатар, өзгерген жағдайға байлынысты жауап беру әсері жақсы дамыған болса, жарыс уақытында спортшы жоғары жетістіктерге жете алады.

Негізгі бөлім:

1. Джиу-джитсудағы техникалық-тактикалық дайындықтың маңызы

Джиу-джитсу спортының техникалық-тактикалық дайындық жүйесі күрделі әрі көпқырлы болып табылады. Спортшының тиімді және кәсіби дайын болуы үшін оның техникалық, тактикалық, психологиялық, физикалық және когнитивтік қабілеттері үйлесімді түрде дамуы қажет. Осыған орай, техникалық дайындық негізінен спортшының жаттығу мен жарыстарда қолданылатын әдіс-тәсілдер мен техникаға деген дағдыларын жетілдіруге бағытталса, тактикалық дайындық қарсыластың әрекеттеріне шапшаң әрі дұрыс жауап беруге негізделеді. Әрбір техникалық әрекет спортшының дене үйлесімділігін, жылдамдығын, күшін және психологиялық тұрақтылығын талап етеді. Бұл екі бағыт бір-бірін толықтырып, спортшының жарыстағы табысын қамтамасыз етеді.

Техникалық дайындықтың міндеттері:

- Күрес әдістері мен техникасын игеру;
- Қозғалыс үйлесімділігі мен моториканы дамыту;
- Спортшының физикалық және техникалық мүмкіндіктерін жетілдіру.

Тактикалық дайындықтың міндеттері:

- Жарыс жағдайында дұрыс шешім қабылдау;
- Қарсыластың тактикасын болжау және оған қарсы жауап беру;
- Жарыстың әртүрлі жағдайларына бейімделу және дайын болу.

2. Джиу-джитсудағы негізгі техникалар мен әдістер

Джиу-джитсудың негізгі техникалары үш кезеңге бөлінеді: **ұрысқа шығу, лақтыру мен құлау әдістері**, және **партерлік күрес**.

- **Ұрысқа шығу (старттық кезең):** Бұл кезеңде спортшының негізгі мақсаты – қарсыласын ұстап, оны өзіне тиімді позицияға келтіру. Соққылар мен блоктардан кейін, спортшы оны партерге (жерге) түсіруге тырысады. Спортшының белсенділігі мен жылдамдығы маңызды рөл атқарады.
- **Лақтыру мен құлау әдістері:** Лақтырулар техникалық тұрғыдан күрделі болып келеді, себебі спортшы қарсыластың қозғалыстарын дұрыс болжауы және тиімді орындауы тиіс. Құлау әдістері қарсыласқа ұстаулар мен бұрауларды қолдану арқылы оның тепе-теңдігін бұзады.
- **Партерлік күрес:** Партерде күрес техникасы күрделі әрі шығармашылық тәсілдерді талап етеді. Бұл кезеңде спортшы жердегі жағдайды пайдаланып, қарсыласын жеңуге тырысады. Бұл кезеңдегі техникалар ауырту, қысып ұстау және созу әдістерін қамтиды.

3. Джиу-джитсуның тактикалық аспектілері

Джиу-джитсу жарысында тактика өте маңызды. Спортшының қарсыласын түсіну, оның әдістері мен стратегияларын алдын ала болжау, сондай-ақ өз әрекеттерін уақытында өзгерту қабілеті үлкен рөл атқарады. Тактикалық дайындық кезінде спортшының психологиялық

дайындығы да маңызды. Бұл жерде спортшының стресске төзімділігі мен мінез-құлқы шешуші фактор болып табылады.

Тактикалық дайындықтың басты аспектілері:

- **Жарыс стратегиясын құру:** Спортшы қарсыласын түсіну және өзінің күшті жақтарын пайдалана отырып, әдіс-тәсілдерді жоспарлайды.
- **Жылдам шешім қабылдау:** Спортшы күрес кезінде жылдам өзгерістерге бейім болуы керек. Сондықтан, осы кезеңде жылдам шешім қабылдау қабілетін дамыту қажет.
- **Психологиялық тұрақтылық:** Спортшының психологиялық тұрақтылығы жарыс кезінде жағдайға сәйкес дұрыс шешімдер қабылдауға ықпал етеді.

4. Джиу-джитсудың теориялық және әдістемелік негіздері

Джиу-джитсуның ғылыми негіздері мен әдістемелері күрделі әрі көпқырлы болып табылады. Әдебиеттерді талдау арқылы белгілі бір техникалық-тактикалық дайындыққа негізделген әдістемелердің болмауы байқалады. Әсіресе Бразилиялық және Жапондық стильдер арасындағы айырмашылықтарды ғылыми тұрғыдан зерттеу өте маңызды. Сонымен қатар, Қазақстанда джиу-джитсу әдістемесі мен теориясы жаңа деңгейге көтерілмеген, сондықтан ғылыми зерттеулер мен әдістемелерді жасау өте маңызды болып тұр.

Джиу-джитсу жаттығуларын толық меңгеру үшін арнайы оқу-жаттығу кешендері қажет, оның ішінде жаттығу әдістері, тактикалық әрекеттер, психологиялық дайындық және физикалық дайындықтың үйлесімі болуы керек.

Қорытынды.

Джиу-джитсу спортының техникалық және тактикалық дайындық жүйесі қазіргі замандағы күрестің жоғары деңгейіне қол жеткізудің басты негізі болып табылады. Техникалық дайындық күрес элементтерінің дәлдігін арттыруға, ал тактикалық дайындық жарыста қарсыласқа тиімді жауап беру дағдыларын дамытуға ықпал етеді. Бұл екі аспектінің үйлесімділігі спортшының максималды нәтижеге жетуіне мүмкіндік береді. Алайда, Қазақстанда джиу-джитсу бойынша арнайы ғылыми негізделген әдістемелердің жетіспеушілігі әлі де үлкен мәселе болып отыр. Осы мәселелерді шешу үшін жаттығу бағдарламаларын жетілдіру және ғылыми зерттеулер жүргізу қажет.

Қолданылған әдебиеттер тізімі

1. Рудман Д.Л. (2000). Самбоның теориясы мен әдістемесі. — Алматы: Спорт.
2. Гаткин Е.Я. (2001). Дзюдодан жаттығу процесі. — Мәскеу: Дрофа.
3. Попова А.Ф. (1989). Дзюдоның әдістемелік негіздері. — Мәскеу: Физкультура и спорт.
4. Белов А.Б. (2000). Самбоның теориясы мен әдістемесі. — Мәскеу: Физкультура и спорт.
5. Федоров Ю.Г. (2004). Қоян-қолтық ұрыс әдістемесі. — Мәскеу: Спорт.
6. Маслов А.А. (1981). Ушу спортының теориясы. — Мәскеу: Физкультура и спорт.
7. Чихачев Ю.Т. (1979). Қоян-қолтық ұрыс техникасы. — Мәскеу: Физкультура и спорт.
8. Федулов С.М. (1991). Тхэквандоның әдістемесі. — Мәскеу: Физкультура и спорт.
9. Шестаков В.Б. (2003). Джиу-джитсуның әдістемелік негіздері. — Мәскеу: Спорт.
10. Грейси Хелио, Карлос (2000). Бразилиялық джиу-джитсу: Базалық стратегиялар мен әдістер. — Рио-де-Жанейро: Gracie Jiu-Jitsu.
11. Сантос Ж. (2017). Джиу-джитсу: Спорт және өнер арасындағы байланыс. — Рио-де-Жанейро: JBJ Press.

ӘОЖ 796.01

**ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ МЕН СПОРТТЫ ДАМЫТУДЫҢ ӨЗЕКТІ МӘСЕЛЕЛЕРІ,
ҮРДІСТЕРІ МЕН ПЕРСПЕКТИВАЛАРЫ**