ISSN 1694-6707

ДЕНЕ ТАРБИЯ ЖАНА СПОРТ

ЖАРЧЫСЫ

ВЕСТНИК

ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

BULLETIN

OF PHYSICAL CULTURE AND SPORT

№2, 2018

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ КЫРГЫЗСКОЙ РЕСПУБЛИКИ

ISSN 1694-6707

ВЕСТНИК ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

Научно-практический журнал
Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта

Материалы
Международной научной конференции
«Актуальные проблемы теории и практики традиционной физической культуры и национальных видов спорта»,
посвященной к III Всемирным играм кочевников

2
2018 (21)

Бишкек

ДЕНЕ ТАРБИЯ ЖАНА СПОРТ ЖАРЧЫСЫ
ВЕСТНИК ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА
BULLETIN OF PHYSICAL CULTURE AND SPORT

Илимий-практикалык журнал / научно-практический журнал
scientific-practical journal

№2 (21) 2018

БАШКЫ РЕДАКТОРУ / ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР / CHIEF EDITOR

Иманалиев Т.Т. к.п.н., доцент

БАШКЫ РЕДАКТОРДУН ОРУН БАСАРЫ / ЗАМЕСТИТЕЛЬ ГЛАВНОГО РЕДАКТОРА / DEPUTY CHIEF EDITOR

Тулекеев Т.М. д.м.н., профессор

РЕДАКЦИЯЛЫК КЕҢЕШИ
РЕДАКЦИОННЫЙ СОВЕТ
EDITORIAL COUNCIL

Алымкулов Р.Д. - д.м.н., профессор
Анаркулов Х.Ф. – д.п.н., профессор
Белов Г.В. – д.м.н., профессор
Закирьянов К.Х. – д.п.н., профессор
ЗбарскийВ.А. - к.п.н., доцент
Ишмухамедов А.А. – к.п.н., доцент
Кадыралиев Т.К. - д.м.н., профессор
Кийзбаев М.С. - к.п.н., профессор
Мамбеталиев К.У. - к.п.н., профессор
Мамытов А.М. - д.п.н., профессор
Манжуев С.Х. – к.п.н., доцент
Манликова М.Х. – д.п.н., профессор
Мукамбетов А.А. - к.п.н., доцент
Наралиев А.М. - к.п.н., профессор
Саралаев М.К. - к.п.н., доцент
Син Е.Е. - д.п.н., профессор
Чубаков Т.Ч. – д.м.н., профессор
Шевченко Т.Н. – к.п.н., доцент

Журнал включен в перечень изданий, рекомендованных Президиумом ВАК КР для публикации основных научных результатов диссертаций.

Индексируется Российским индексом научного цитирования (РИНЦ) с 2017 года.

Учредитель:
КЫРГЫЗСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

Издается с 2010 года

Журнал
зарегистрирован
Министерством юстиции КР,
серия ГР №002605
регистрационный
номер 1556

Адрес редакции журнала:
г. Бишкек, ул. Ахунбаева, 97

Тел.: +996 (312) 574630
Факс: +996 (312) 570466

E-mail:
prorektor.nauka@mail.ru

МАЗМУНУ / СОДЕРЖАНИЕ / CONTENT

1. САЛТТУУ ДЕНЕ ТАРБИЯНЫН ЖАНА ЭТНОСПОРТТУН СОЦИАЛДЫК, КООМДУК, ТАРЫХЫЙ-МАДАНИЙ КӨЙГӨЛӨРҮ / СОЦИАЛЬНЫЕ, ОБЩЕСТВЕННЫЕ, ИСТОРИКО-КУЛЬТУРНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ТРАДИЦИОННОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И ЭТНОСПОРТА / SOCIALS, PUBLICS, HISTORICAL AND CULTURAL PROBLEMS OF TRADITIONAL PHYSICAL CULTURE AND ETHNOSPORT

Бегалиева А.С. ҮЙ-БҮЛӨЛҮК ТУРИЗМДИ ИННОВАЦИЯЛЫК ПЛАНДАШТЫРУУДА ЖАНА УЮШТУРУУДА ОРТО АЗИЯНЫН ЭЛДЕРИНИН ЭТНОСПОРТУ / ЭТНОСПОРТ НАРОДОВ ЦЕНТРАЛЬНОЙ АЗИИ В ИННОВАЦИОННОМ ПЛАНИРОВАНИИ И ОРГАНИЗАЦИИ СЕМЕЙНОГО ТУРИЗМА / ETHNOSPORT OF THE PEOPLE OF CENTRAL ASIA IN INNOVATIVE PLANNING AND THE ORGANIZATION OF FAMILY TOURISM.....

Мотукеев Б.Дж., Токтобаев Д.Б., Кенжеев А.М. “КЫРГЫЗ РЕСПУБЛИКАСЫНДА ДЕНЕ ТАРБИЯНЫН НОРМАТИВДИК НЕГИЗДЕРИ” ЖАҢЫ КОНЦЕПЦИЯСЫН ЖАЙЫЛТУУНУН ЗАРЫЛДЫГЫ / О НЕОБХОДИМОСТИ ВНЕДРЕНИЯ В ПРАКТИКУ НОВОЙ КОНЦЕПЦИИ «НОРМАТИВНЫХ ОСНОВ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В КЫРГЫЗСКОЙ РЕСПУБЛИКЕ» / ABOUT NECESSITY OF IMPLEMENTATION IN PRACTICE OF NEW CONCEPTS OF «NORMATIVE BASES OF PHYSICAL EDUCATION IN THE KYRGYZ REPUBLIC».....

Шегебаев Т.К. ЭЛ АРАЛЫК ОЛИМПИАДАЛЫК КЫЙМЫЛЫ ЖАНА ДОПИНГ / МЕЖДУНАРОДНОЕ ОЛИМПИЙСКОЕ ДВИЖЕНИЕ И ДОПИНГ / NTERNATIONAL OLYMPIC MOVEMENT AND DOPING.....

II. КАДРДЫК ДАЯРДООНУН, СПОРТТУК МАШЫГУУНУН ТЕОРИЯСЫНЫН ЖАНА УСУЛУНУН КӨЙГӨЙЛӨРҮ / ПРОБЛЕМЫ КАДРОВОЙ ПОДГОТОВКИ, ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ / ISSUES OF STAFFS TRAINING, THEORIES AND METHODS OF SPORT TRAINING

Акбар уулу Д., Масамиров Б.С. ГИМНАСТИКА САБАГЫНДА 16-17 ЖАШТАГЫ УЛАНДАРДЫН ДЕНЕ КЫЙМЫЛДЫК ДАЯРДЫГЫН ЖАНА ИШ ЖӨНДӨМДҮҮЛҮГҮН МЫКТЫЛОО / СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ДВИГАТЕЛЬНОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ И РАБОТОСПОСОБНОСТИ ЮНОШЕЙ 16-17 ЛЕТ НА ЗАНЯТИЯХ ПО ГИМНАСТИКЕ / PERFECTION OF MOTOR READINESS AND WORKING CAPACITY OF YOUNG MEN AGED 16-17 IN GYMNASTICS CLASSES.....

Каныбек кызы Б., Ишмухамедов А.А. ЭРКИН КҮРӨШ МЕНЕН МАШЫККАН 14-15 ЖАШТАГЫ КЫЗДАРДЫН ДЕНЕ ДАЯРДЫГЫНЫН ӨЗГӨЧӨЛҮКТӨРҮ / ОСОБЕННОСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ДЕВУШЕК 14-15 ЛЕТ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ВОЛЬНОЙ БОРЬБОЙ / PECULIARITIES OF PHYSICAL PREPAREDNESS OF GIRLS OF 14-15 YEARS ENGAGED BY FREQUENCY STRUGGLE...

Молдошев М., Ишмухамедов А.А. 17-18 ЖАШТАГЫ ГРЕК-РИМДИК КҮРӨШЧҮЛӨРҮНҮН ДЕНЕ ТАРБИЯ ДАЯРДЫГЫ / ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА БОРЦОВ ГРЕКО-РИМСКОГО СТИЛЯ 17-18 ЛЕТ / PHYSICAL TRAINING OF THE PERSONS OF GRECO-ROMAN STYLE 17-18 YEARS.....

Син Е.Е., Макарычева И.А. БИЛИМ БЕРҮҮ МЕКЕМЕЛЕРИНДЕ ПЕДАГОГИКАЛЫК АДИСТЕРДИ ДАЯРДОО ДЕҢГЭЭЛИ / УРОВЕНЬ ПОДГОТОВКИ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ СПЕЦИАЛЬНОСТЕЙ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ / LEVEL OF PREPARATION OF PEDAGOGICAL SPECIALTIES IN EDUCATIONAL INSTITUTIONS.....

Ткачева С.А., Боталиева У.А. БОЛОЧОК ПЕДАГОГДОРДУ ДАЯРДОО ПРОЦЕССИНДЕГИ ЭЛДИК ПЕДАГОГИКАНЫН РОЛУ / РОЛЬ НАРОДНОЙ ПЕДАГОГИКИ В ПРОЦЕССЕ ПОДГОТОВКИ БУДУЩЕГО ПЕДАГОГА / THE ROLE OF FOLK PEDAGOGY IN THE PREPARATION OF THE FUTURE TEACHER.....

Умуркулова Ч.Ж., Элеманов М.И., Исаев Т.А. ЖАЛАЛ-АБАД ШААРЫНДАГЫ КЫЗ – КЕЛИНДЕР АРАСЫНДА ВОЛЕЙБОЛ ОЮНУНУН ТАРАЛЫШЫ / РАСПРОСТРАНЕНИЕ ИГРЫ ВОЛЕЙБОЛ СРЕДИ ЖЕНСКИХ КОМАНД ГОРОДА ЖАЛАЛ-АБАД / THE DISTRIBUTION OF THE VALLEYBALL GAME AMONG WOMEN OF THE CITY OF JALAL-ABAD.....

Чалов Б.И., Кадырбек уулу Б., ОКУУ-МАШЫГУУ ТАЙПАСЫНДАГЫ ЭРКИН КҮРӨШТҮН ТАТААЛ ТЕХНИКАЛЫК-ТАКТИКАЛЫК КЫЙМЫЛДАРГА ОКУТУУНУН МЕТОДИКАСЫ / МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ СЛОЖНЫМ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКИМ ДЕЙСТВИЯМ ВОЛЬНОЙ БОРЬБЫ В УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОЙ ГРУППЕ / METHODS OF TEACHING COMPLEX TECHNICAL AND TACTICAL ACTIONS IN WRESTLING IN THE TRAINING GROUP.....

Чалов Б.И. Эсенбек уулу А. 11-12 ЖАШТАГЫ БАЛБАНДАРДЫН САЛМАКТЫК КАТЕГОРИЯЛАРЫН ЭСКЕ АЛУУ МЕНЕН ТЕХНИКАЛЫК-ТАКТИКАЛЫК ДАЯРДЫГЫ / ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА БОРЦОВ 11-12 ЛЕТ С УЧЁТОМ ВЕСОВЫХ КАТЕГОРИЙ / TECHNICAL-TACTICAL TRAINING OF WRESTLERS 11-12 YEARS TAKING INTO ACCOUNT WEIGHT CATEGORIES.....

Чыныбеков К.Т. МАШЫГУУ ПРОЦЕССИНДЕ СТУДЕНТТЕРДИ ТАРБИЯЛООДО КОЛДОНУУЧУ ДЕНЕ ТАРБИЯ КӨНҮГҮҮЛӨР АРКЫЛУУ МАШЫГУУСУН ҮЙРӨТҮҮ ЖАНА ТАЖРЫЙБАЛОО / ВОСПИТАНИЕ СТУДЕНТОВ ПОСРЕДСТВОМ ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ И ТРЕНИРОВОК ДЛЯ ФОРМИРОВАНИЯ УМЕНИЙ И НАВЫКОВ / BUILDING SKILLS BY MEANS OF PHYSICAL EXERCISES AND TRAINING DURING TRAINING CAMPS.....

III. ЭТНОПЕДАГОГИКАНЫН, ПСИХОЛОГИЯНЫН, САЛТТУУ ДЕНЕ ТАРБИЯНЫН ЖАНА СПОРТТУН УЛУТТУК ТҮРЛӨРҮНҮН МАСЕЛЕЛЕРИ / ВОПРОСЫ ЭТНОПЕДАГОГИКИ, ПСИХОЛОГИИ, ТРАДИЦИОННОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И НАЦИОНАЛЬНЫХ ВИДОВ СПОРТА / ISSUES OF ETHNO PEDAGOGY, PSYCHOLOGY, TRADITIONAL PHYSICAL CULTURE AND ETHNO SPORT

Анаркулов Х.Ф., Ерменова Б.О. КАЗАК УЛУТТУК КЫЙМЫЛДУУ ОЮНДАРЫ МЕКТЕП ОКУУЧУЛАРДЫН ДЕНЕ ТАРБИЯСЫНДАГЫ ЗАРЫЛ ЭЛЕМЕНТ КАТАРЫ / КАЗАХСКИЕ НАЦИОНАЛЬНЫЕ ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ КАК НЕОБХОДИМЫЙ ЭЛЕМЕНТ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ШКОЛЬНИКОВ / KAZAKH NATIONAL MOBILE GAMES AS THE NECESSARY ELEMENT OF PHYSICAL EDUCATION OF SCHOOLCHILDREN.....

Макарычева И.А. БАШТАПКЫ МЕКТЕП ОКУУЧУЛАРЫНЫН СПОРТТУК ИШКЕРДИГИНДЕ ЖЫЙЫНТЫКТАРГА ЖЕТҮҮГӨ УМТУЛУУСУНА ТИЙГИЗГЕН ТААСИРИ / ВЛИЯНИЕ МОТИВАЦИИ НА ДОСТИЖЕНИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ В СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ УЧАЩИХСЯ НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЫ / INFLUENCE OF MOTIVATION ON ACHIEVING RESULTS IN SPORTS ACTIVITY OF STUDENTS OF ELEMENTARY SCHOOL.....

Супатаева Э.А. «ДҮЙНӨЛҮК КӨЧМӨНДӨР ОЮНДАРЫ» ОРУС ТИЛИ САБАКТАРЫНДА ОКУТУУ / «ВСЕМИРНЫЕ ИГРЫ КОЧЕВНИКОВ» НА УРОКАХ РУССКОГО ЯЗЫКА / «WORLD NOMAD GAMES» AT THE LESSONS RUSSIAN LANGUAGE.....

Токтобаев Д.Б. ДЕНЕ ТАРБИЯ ЖАНА СПОРТТУН УЛУТТУК ТҮРЛӨРҮНҮН ПЕДАГОГИКАЛЫК БААЛУУЛУГУ / ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ НАЦИОНАЛЬНЫХ ВИДОВ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА / PEDAGOGIC VALUE OF NATIONAL KINDS OF PHYSICAL CULTURE AND SPORT.....

Чыныбеков К.Т. ДҮЙНӨЛҮК КӨЧМӨНДӨР ОЮНДАРЫНЫН ЖАШТАРДЫН АДЕП-АХЛАКТЫК САПАТТАРЫН КАЛЫПТАНДЫРУУСУНА БОЛГОН ТААСИРИ / ВЛИЯНИЕ ВСЕМИРНЫХ ИГР КОЧЕВНИКОВ НА ФОРМИРОВАНИЕ МОРАЛЬНО-НРАВСТВЕННЫХ КАЧЕСТВ У МОЛОДЕЖИ / THE INFLUENCE OF WORLD NOMAD GAMES ON BUILDING MORAL QUALITIES IN YOUNG PEOPLE.....

IV. САЛТТУУ ДЕНЕ ТАРБИЯНЫН ЖАНА СПОРТТУН УЛУТТУК ТҮРЛӨРҮНҮН МЕДИЦИНАЛЫК-БИОЛОГИЯЛЫК ЖАНА ТАБИГЫЙ-ИЛИМИЙ ӨҢҮТТӨРҮ / МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ И ЕСТЕСТВЕННО-НАУЧНЫЕ АСПЕКТЫ ТРАДИЦИОННОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И НАЦИОНАЛЬНЫХ ВИДОВ СПОРТА / MEDICAL-BIOLOGICAL AND NATURAL SCIENTIFIC ASPECTS OF TRADITIONAL PHYSICAL CULTURE AND NATIONAL SPORTS

Атанаев Т.Б., Андакулова Ж.А. ПЕДАГОГИКАЛЫК ЖОГОРКУ ОКУУ ЖАЙЛАРДА БИОМЕХАНИКАНЫ ӨТҮҮНҮН КӨЙГӨЙЛӨРҮ / НЕКОТОРЫЕ ПРОБЛЕМЫ ПРЕПОДАВАНИЯ БИОМЕХАНИКИ В ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ВУЗАХ / SOME PROBLEMS OF TEACHING BIOMECHANICS IN PEDAGOGICAL HIGH SCHOOLS.....

Даниярова Н. Н., Алымкулова А. О. ДЕН-СООЛУКТУ ӨЗ АЛДЫНЧА БАШКАРУУ / САМОСТОЯТЕЛЬНЫЙ КОНТРОЛЬ ЗДОРОВЬЯ / SELF-CONTROL HEALTH.....

Капсаламова Э.Д. КӨК-БӨРҮ ЖАНА КӨКПАР ОЮНДАРЫНДАГЫ СПОРТЧУЛАРДЫН ИНСАН АРАЛЫК МАМИЛЕСИНИН ТИЙГИЗГЕН ТЕРС ТААСИРИ / НЕГАТИВНОЕ ВЛИЯНИЕ МЕЖЛИЧНОСТНЫХ ОТНОШЕНИЙ СПОРТСМЕНОВ В ИГРАХ КОК-БОРУ И КОКПАР / NEGATIVE INFLUENCE OF INTERPERSONAL RELATIONS OF SPORTSMEN IN THE GAMES OF KOK-BORU AND KOKPAR.....

Лозбина А.В., Рахимов А.А. ВОЛЕЙБОЛЧУ КЫЗДАРДЫН ЖӨНДӨМДҮҮЛҮГҮНӨ БИОЭНЕРГЕТИКАНЫН ТИЙГИЗГЕН ТААСИРИ / ВЛИЯНИЕ БИОЭНЕРГЕТИКИ НА РАБОТОСПОСОБНОСТЬ СПОРТСМЕНОК ВОЛЕЙБОЛИСТОК / INFLUENCE OF BIOENERGETICS ON WORKING EFFICIENCY OF VOLLEYBALL FEMALE ATHLETES....

Иманалиев Т.Т., Орозбекова Б.Т., Тулекеев Т.М. СТУДЕНТТЕРДИН КЫЙМЫЛДЫК АППАРАТЫНЫН ТҮЗҮЛҮШҮНӨ ЖАНА БУЗУЛУШУНА ДЕНЕ КЫЙМЫЛДЫК ЖҮКТӨӨНҮН ТИЙГИЗГЕН ТААСИРИ / ВЛИЯНИЕ ФИЗИЧЕСКИХ НАГРУЗОК НА ФОРМИРОВАНИЕ И НАРУШЕНИЕ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА У СТУДЕНТОВ / INFLUENCE OF PHYSICAL LOADS ON FORMATION AND BREACH OF SUPPORT-MOVING APPARATUS IN STUDENTS.....

«Кыргыз мамлекеттик дене тарбия жана спорт академиясынын жарчысы» илимий- практикалык журналга макалаларын берген авторлор үчүн эрежелер .....

Правила для авторов, представляющих статьи в научно-практический журнал "Вестник Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта" .....

Governed for authors, presentingthe articles in a researchand practice magazine «Announcer Kyrgyz to the stateacademy of physical culture and sport»……

1. САЛТТУУ ДЕНЕ ТАРБИЯНЫН ЖАНА ЭТНОСПОРТТУН СОЦИАЛДЫК, КООМДУК, ТАРЫХЫЙ-МАДАНИЙ КӨЙГӨЛӨРҮ / СОЦИАЛЬНЫЕ, ОБЩЕСТВЕННЫЕ, ИСТОРИКО-КУЛЬТУРНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ТРАДИЦИОННОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И ЭТНОСПОРТА / SOCIALS, PUBLICS, HISTORICAL AND CULTURAL PROBLEMS OF TRADITIONAL PHYSICAL CULTURE AND ETHNOSPORT

УДК 796.51

ЭТНОСПОРТ НАРОДОВ ЦЕНТРАЛЬНОЙ АЗИИ В ИННОВАЦИОННОМ ПЛАНИРОВАНИИ И ОРГАНИЗАЦИИ СЕМЕЙНОГО ТУРИЗМА

Бегалиева А.С. д.и.н., доцент
Международный университет Кыргызстана, г.Бишкек

Аннотация. *В данной статье говорится об этноспорте народов Центральной Азии, с акцентом на Кыргызстан, сформированный и уже успешно продвинутый на мировой арене туризма, рассмотрев его в несколько новом ракурсе действия – семейном туризме.*

Ключевые слова: *история, институт семьи, народы Центральной Азии, этноспорт, семейный туризм.*

ҮЙ-БҮЛӨЛҮК ТУРИЗМДИ ИННОВАЦИЯЛЫК ПЛАНДАШТЫРУУДА ЖАНА УЮШТУРУУДА ОРТО АЗИЯНЫН ЭЛДЕРИНИН ЭТНОСПОРТУ

Бегалиева А.С. т.и.д., доцент
Кыргызстандын эл аралык университети, Бишкек ш.

Аннотация. *Бул макалада Орто Азиянын элдеринин этноспорту, Кыргызстандын үй-бүлөлүк туризми – дүйнөлүк деңгээлдеги туризм катары каралат.*

Негизги сөздөр: *тарых, үй-бүлөлүк институту, Орто Азиянын элдери, этноспорт, үй-бүлөлүк туризм.*

ETHNOSPORT OF THE PEOPLE OF CENTRAL ASIA IN INNOVATIVE PLANNING AND THE ORGANIZATION OF FAMILY TOURISM

Begalieva A. S. d.h.s., associate professor
International university of Kyrgyzstan, Bishkek c.

Abstract. *This article refers to the ethnosport of the peoples of Central Asia, with an emphasis on Kyrgyzstan, formed and already successfully advanced in the world of tourism, considering it in a somewhat new perspective of action - family tourism.*

Keywords: *history, institution of the family, people of Central Asia, ethno sport, family tourism.*

Введение. Каждые 800 лет маятник истории качался с востока на запад и с запада на восток. Так, завоевания индоевропейцами евразийского пространства и морскими народами – Египетского царства – в XII в. до н.э. дали импульс пассионарному движению с востока на запад. В IV в. до н.э. с А.Македонским движение обратилось с запада на восток, а в IV в. уже нашей эры Великое переселение народов – гунны пошли с востока на запад. Мир усложнялся: Арабский халифат, крестоносцы, завоевания Чингисхана и т.д. Очевидно одно, все эти циклы носили исходно евразийский характер и импульс им задавали кочевники Центральной Азии (ЦА).

Мы живём в эквивалентно-сравнимое время. Начинается эпоха, которая внешне выглядит как возвращение в далёкое прошлое, но на современной технической основе – эпоха футуроархаики с неоимпериями, неоорденами и многим другим. Как и в далеком прошлом, ЦА продолжает играть роль связующего звена между Азией и Европой. Сегодня она по-прежнему достаточно однородна в пространственно-географическом и климатическом отношениях, самодостаточна и целостна, и представляет собой регион с четко выраженной спецификой общих культурно-исторических процессов [1].

На обширном пространстве ЦА сложилась уникальная система взаимодополняющих друг друга цивилизаций – оседло-земледельческой с развитыми городами, ремеслами, религией, письменностью, литературой, торговлей и ирригацией, с одной стороны, и номадной – с дисперсной системой расселения – с другой [2]. Историческое отсутствие внутренних границ обуславливало постоянные и широкомасштабные контакты внутри региона, что вкупе со всем вышеперечисленным и обусловило общность судеб народов ЦА на протяжении тысячелетий.

Цель исследования – представить этноспорт народов Центральной Азии в семейном туризме.

Результаты исследования. Государства ЦА – это 70 миллионов человек, для которых важно объединение потенциала своих стран, увеличение внутрирегиональной торговли, обеспечение региональной безопасности, создание условий для лучшей жизни в захватывающем по своей быстроте процессе интеграции в ЦА. В ближайшей перспективе жители четырех стран ЦА, за исключением Туркменистана, будут беспрепятственно пересекать границы своих государств. Обо всем этом в столице Казахстана 15 марта 2018 года, на консультативной встрече говорили лидеры пяти стран Центральной Азии — бывших советских республик. По приглашению президента Казахстана Н. Назарбаева в Астану приехали президенты Кыргызстана, Таджикистана и Узбекистана; президент Туркменистана вместо себя направил спикера парламента.

В таком формате лидеры центральноазиатских государств встретились впервые за 13 лет, хотя на саммитах международных объединений большинство из них встречаются регулярно. Две из пяти (Казахстан и Кыргызстан) входят в Евразийский экономический союз и Организацию договора о коллективной безопасности, а вместе с Узбекистаном являются членами Шанхайской организации сотрудничества [3].

Необходимо подчеркнуть, что Центральная Азия достаточно известна на мировом рынке туризма турами по Великому шелковому пути. Вхождение общих, транснациональных номинаций в Список культурного наследия ЮНЕСКО способствовало интегрированному подходу к развитию культурного туризма в этих странах. Большая часть населения в государствах ЦА сосредоточена в небольших сельских населенных пунктах, и развитие туризма позволяет создать рабочие места для людей в их родных местностях, не причиняя вреда экологии, сохраняя свое историко-культурное наследие. Что особенно актуально в XXI веке, в котором вслед за XX веком – веком расцвета массового туризма, особое внимание уделяется формированию и маркетингу стратегических продуктов, которые покрывают целый диапазон служб, соединенных с поездкой и остановкой путешествующих и отдыхающих туристов. Общие тенденции развития не только культурного туризма, но и у столь модного семейного туризма, в котором страны Центральной Азии могут позиционировать себя как вместе, так и в отдельности.

Семейный отдых исторически считается одним из самых затратных у туристов в любой стране мира и, следовательно, наиболее выгодным для представителей индустрии туризма. Многочисленные компании активно борются за право быть лидерами в индустрии отдыха и развлечений. На сегодня Топ-10 стран для поездок с детьми на школьные каникулы выглядит следующим образом: Испания, Италия, Франция, Великобритания, Греция, Португалия, Германия, Турция, Черногория и

США. Все потому, что в этих странах богатая детская инфраструктура и разнообразные мероприятия для детей.

Страны ЦА вполне способны сделать ставку на семейном оздоровительном туризме, с упором на его духовную составляющую. Но наблюдаемый нами закономерный процесс эволюции от традиционной к постмодернистской модели семьи имеет такую обратную сторону как кризис семьи, связанный с переходом к системе рыночных отношений, глобализацией и демократизацией общества.

Как же планировать семейный отдых, когда общение в кругу семьи ограничивается в лучшем случае, совместными завтраками и ужинами, в худшем, родители подолгу вообще не имеют возможности элементарного общения с собственными детьми.

В результате недостаточного внимания друг к другу в кругу семьи, начинаются проблемы семейного воспитания, возросший процент разводов, нежелание молодых людей проводить совместное время в кругу семьи, потерю нравственных ориентиров, это общемировая тенденция. Что касается стран ЦА, то среди них по неофициальной статистике, Туркменистан имеет один из самых низких показателей по числу разводов: 1,3-1,1 на 1000 семей [4]. В Узбекистане и Таджикистане хоть и сильны традиции института семьи, но по данным Государственных комитетов Узбекистана и Таджикистана по статистике, с каждым годом в этих республиках растет число разводов [5,6]. По итогам 2016 года в Кыргызстане снизилась рождаемость, и выросло число разводов. Распадается каждый пятый брак [7]. Лидером по числу разводов из стран ЦА стал Казахстан, в котором распадается каждый третий брак [8].

Выход из глобального кризиса института семьи в современном обществе возможен только в результате комплексного подхода к проблеме. Автор статьи как теоретик – представитель науки и образования, а также как практик – гид культурного туризма – видит один из пунктов этого комплексного подхода в планировании и организации семейного отдыха, в программе которого важная роль принадлежит развлекательным мероприятиям, берущим начало в этнических особенностях и традициях народов мира, в этноспорте.

Студентам, обучающимся не только в педагогических вузах и Академии физической культуры и спорта необходимо вводить отдельную дисциплину «Традиционная физическая культура и этноспорт», но также и студентам, обучающимся в вузах по специальности «Туризм». Культура является наиболее консервативной и устойчивой частью жизни любого этноса, поэтому в народной памяти с давних времен сохранилась информация о том, что в досуге кыргызов, как и других народов Центральной Азии, большое место отводилось народным играм и развлечениям. В истории древнего общества игры и развлечения постепенно выделились в самостоятельный вид практики из области производства, оборонной необходимости, веры в сверхъестественные силы. При этом характер многих игр, у центральноазиатских народов, был связан с условиями кочевой жизни, требовавшей постоянной готовности к действиям, храбрости, силы и ловкости. Возникнув в глубокой древности, игры прошли эволюцию, самые интересные и полезные, а их более 500 разновидностей, дошли до наших дней.

Народная память сохранила сведения об играх как для детей младшего возраста (от 1 года до 3 лет, от 3-х до 6 лет и т.д.), так и для представителей преклонного возраста – свидетельство того, что с момента рождения до глубокой старости люди имели возможность для игр и развлечений в кругу семьи, рода, племени. Этноспорт, народные игры и развлечения уже рассматривался нами как ресурс развития культурного туризма в Кыргызстане [9], причем один и тот же ресурс может быть задействован в нескольких видах туризма, что и составляет, на наш взгляд основную особенность туризма в Кыргызской Республике. Так, этноспорт является мощным ресурсом десятка видов туризма: этнического, событийного, медицинского, литературного, ностальгического, научного, спортивного, приключенческого,

познавательного, экотуризма, джайлоо-туризма и др.

Кульминацией мультипликативного эффекта этноспорта на развитие культурного, событийного туризма в нашей стране, несомненно, явились I и II Всемирные игры кочевников. Почти на 10 миллионов долларов пополнился бюджет Кыргызстана после проведения I-х ВИК, из них доход в 1,8 миллионов принесли иностранные туристы и 8,1 миллион внутренние. Всего эти игры посетили 45 тысяч человек, из них каждый десятый – иностранец [10]. Вторые игры доказали жизнеспособность проекта в том плане, что миру нужен новый формат – не только спорт, но также и микс культур. Как доказательство растущей популярности Всемирных игр кочевников и потребности в мире узнать о своем наследии – мы наблюдали увеличение стран-участниц с 19 на первых до 62 на вторых играх. Но самое главное достижение этих игр было в том, что Кыргызстан перестали воспринимать как опасную страну, стереотипы, сформировавшиеся после революций 2005 и 2010 гг., были сломлены. Инвесторы заинтересовались вложением средств в развитие туризма в Кыргызстане. Но необходимо двигаться дальше и находить новые, максимально эффективные пути развития туризма в стране. Как это ни странно, но имея все на то возможности, Кыргызская Республика никогда не позиционировала себя как направление для семейного отдыха. В эпоху СССР Кыргызстан был Всесоюзной здравницей. Детей и взрослых со всех уголков Союза посылали сюда для восстановления здоровья, для профилактики хронических заболеваний, причем исцеляющим считался воздух, климат, а это довольно существенная заявка на мировом рынке туризма. Семьями, конечно, отдыхали и продолжают отдыхать в Кыргызстане, но в государственных стратегиях устойчивого развития страны, упоминающих чаще всего эко и приключенческий виды туризма, и даже обративших внимание в последние четыре года на культурный туризм, конкретно о семейном отдыхе и необходимых мероприятиях, условиях, инфраструктуре для семейного туризма мы не находим.

С 2010 по 2015 годы Кыргызстан был «Лучшим направлением» в различных опросах, рейтингах и международных исследованиях рынков туризма [11]. Так, например, лучшим направлением для экотуризма, конного туризма, медицинского туризма, лучшим направлением для фототура, для горнолыжного туризма и много где еще был лучшим, но вот лучшим направлением для семейного туризма пока не был. Мы даже не задумывались об этом ни на уровне простых обывателей, ни на уровне руководителей страны. Хотя Указом Президента КР 2012 год и объявлялся Годом семьи, мира и согласия, но представители органов власти в туризме не воспользовались этим шансом для того, чтобы обратить внимание мировой общественности на семейный отдых в Кыргызстане, стране, где туризм был признан одним из приоритетов развития экономики еще на заре обретения суверенитета. Что касается эволюции семейных отношений самих кыргызов, то она тесно связана со структурными изменениями внутри самой семьи. Традиционно для кыргызского общества была характерна большая семья, состоявшая не менее чем из трех поколений, которые проживали вместе. Описывая кыргызскую семью, народная пословица гласила: «Тех, кого дома много (у кого много родных) в поле не бьют» [12]. В связи с кардинальными преобразованиями в обществе и государстве, семья претерпевала определенные модификации, что в последующем привело к распаду большой семьи и развитием малой. На сегодняшний день у кыргызов преобладает малая индивидуальная семья, которая характеризуется равноправием между супругами и состоящая из супружеской пары, их детей, и иногда родителей мужа [13].

Бесценный опыт, накопленный предшествующими поколениями в плане организации семейного досуга, игр и развлечений, имеет не только научно-познавательное, но и практическое значение. Научный анализ и осмысление этноспорта поможет разработке конкретных шагов в практическом применении их в современных условиях жизни.

Этноспорт способствует сохранению мира и стабильности не только в масштабах

страны и всего Центрально азиатского региона, но и в отдельной ячейке общества, то есть в семье. Игры и развлечения, их традиции, каноны, нравственные постулаты помогут в воспитании молодёжи и подрастающего поколения, воспитывая в них благородный характер, мужество и честность. А также укрепят не только здоровье, но и доверие друг к другу, взаимную гордость, любовь, заботу и сопереживание всех членов семьи. Исторически общее и трепетное отношение у народов ЦА к коню, которого кыргызы и казахи называли «крыльями джигита», а туркмены – равноправным членом туркменской семьи. Мудрость кочевых народов утверждает, что удачливый конь выручает из беды неудачливого джигита. Кыргызская порода лошадей считается самой выносливой в горных условиях, а «быстрые как ветер» туркменские ахалтекинцы, выведенные туркменами 5000 лет назад прославили Туркменистан на весь мир как страну самых красивых коней, и даже на гербе государства изображен ахалтекинский скакун. Миллионы туристов со всего мира устремляются в Туркменистан благодаря Дню ахалтекинца. С момента учреждения в 1992 году этого праздника, он широко отмечается по всей стране в последнее воскресенье апреля. Особенный размах День ахалтекинца принимает в столичном Ашхабаде, где проводятся десятки различных мероприятий, спортивные соревнования, показательные выступления и конкурсы красоты с участием благородных скакунов. Проблемам их разведения посвящаются крупная выставка и конференция, которые проводит Международная ассоциация ахалтекинского коневодства [14]. Катаясь на лошадях, наши предки кочевники буквально «настраивали» свои энергетические вибрации с эталонными (естественными) вибрациями природы через посредника – лошадь, которая была своего рода камертоном для всадника, своеобразным продолжением человека в окружающем мире. Лечение детского непослушания, аутичных, асоциальных, беспокойных, нервозных или зависимых от компьютерных игр детей посредством общения с лошадью сегодня актуально как никогда. Проживание же во время отдыха в традиционном жилище кочевника (юрта), питание натуральными продуктами и знакомство с достопримечательностями региона и народным творчеством не только способствуют оздоровлению организма и духовному обогащению человека, но и улучшают взаимоотношения в семье, объединяют ее. Так, например, детские подвижные игры кыргызского народа, как и других народов Центральной Азии, направлены на физическое и умственное совершенствование ребенка. Им посвящен целый ряд научных трудов отечественных и зарубежных авторов [15]. Насыщенные эмоциями, зрелищные спортивные турниры по национальным видам спорта можно предложить в качестве альтернативного отдыха для семей, где есть дети подросткового возраста. Так, например, наблюдая за конной игрой кыргызов «Кыз куумай» (догони девушку), у казахов «Кыз куу», молодежь увидит наглядно постулат древних: «Дай мужчине женщину, сильнее его, в жены, и случится трагедия». Только для молодых людей это будет воспринято весело, в форме игры: догнал девушку – поцеловал, не догнал – получил от нее плетью по спине.

Целую философию гендерного равенства, отношение к женщинам, детям, пожилым людям, дух свободы и терпимость, великодушие и многие другие, присущие кочевым народам ЦА черты характера, можно увидеть и понять в считанные минуты, наблюдая за традиционными играми и развлечениями, или приняв в них личное участие. Поэтому следует обратить внимание на то, что тема планирования и организации семейного отдыха актуальна не только для работников учреждений культуры и туризма, но также и для психологов, конфликтологов, медиков, социологов.

Заключение. Виды туризма, где активно можно задействовать элементы культурного наследия народов Центральной Азии, объединяет одно непременное условие – человек во время отдыха желает укрепить свое физическое, душевное и психологическое здоровье, а также «зарядиться» необходимым запасом положительной энергии для работы и повседневной реальности. Это условие становится особенно актуальным в

современном мире, наполненном стремительными изменениями, где выживание человечества тесно связано с изменением его сознания и образа жизни, которое определяет его отношение к окружающей среде и самому себе. Деградация народа, нации начинается с кризиса семьи. Поэтому развитие семейного туризма имеет значение не только в экономическом аспекте, но и максимально способствует выполнению базовой цели человека – духовной эволюции и гармоничной жизнедеятельности.

Литература

1. Фурсов А. Куда качнется маятник истории. – Золотой фонд. День ТВ. – 6 января 2018.
2. Абусеитова М.Х., Абылхожин Ж.Б., Кляшторный С.Г. и др. История Казахстана и Центральной Азии. Учебное пособие. – Алматы, 2001. – 620 с.
3. Опора на свои силы: зачем лидеры Центральной Азии встречались в Астане. – https://www.rbc.ru/politics/15/03/2018/
4. Туркменистан: калым до сих пор популярен. – https://iwpr.net/ru/global-voices/
5. В Узбекистане количество браков уменьшается, разводов – растет. – https://rus.ozodlik.org/a/27876540.html
6. Свадьбы и разводы в Таджикистане. – https://ru.sputniktj.com/infographics/20171130/1024029104/statistika-brakov-razvodov-v adzhikistane.html
7. Иконографика: В Кыргызстане распадается каждый пятый брак. Kaktus media. 8 января 2017. – http://kaktus.media/349947
8. Каждый третий брак в Казахстане заканчивается разводом. Тенденции и исследования.https://kursiv.kz/news/tendencii-weekly/tendencii-lubvi/
9. Бегалиева А.С. Историко-культурное наследие в туризме Кыргызской Республики. – Бишкек, 2011.
10. https://zonakz.net/2014/09/09
11. http://www.facebook.com/brandchakiev
12. Тысяча кыргызских пословиц и поговорок из сборника академика К.К. Юдахина/ Сост. Д.Т. Давлетбакова. – Бишкек, 2000. – 232 с.
13. Тегизбекова Ж.Ч. Обычное право кыргызов: Брак и семья. – Бишкек, 2016. – 218 с.
14. День ахалтекинского скакуна в Туркменистане.http://travelcalendar.ru/den-ahaltekinskogo-skakuna-v-turkmenistane
15. Бернштам, А.Н. Избранные труды по археологии и истории кыргызов и Кыргызстана. – Бишкек, 1997.-С.56.

УДК 796/799

О НЕОБХОДИМОСТИ ВНЕДРЕНИЯ В ПРАКТИКУ НОВОЙ КОНЦЕПЦИИ «НОРМАТИВНЫХ ОСНОВ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В КЫРГЫЗСКОЙ РЕСПУБЛИКЕ»

Мотукеев Б.Дж., д.с.н., Токтобаев Д.Б. доцент, Кенжеев А.М. почетный профессор
Кыргызский Национальный университет им. Ж.Баласагына, г.Бишкек

Аннотация. *В статье отмечается, что разработка и внедрение в практику нормативных требований физического воспитания на основе копирования Физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне СССР» неэффективно и не отвечает вызовам современной практики. Поэтому необходимо ввести ряд новшеств инновационного порядка, которые предложены авторами для решения проблем развития массовой физической культуры и спорта с учетом требований рыночной экономики.*

Ключевые слова: *нормативные основы, концепция, физкультурно-спортивная деятельность, мотивы поведения человека, физкультурные и спортивные показатели.*

"КЫРГЫЗ РЕСПУБЛИКАСЫНДА ДЕНЕ ТАРБИЯНЫН НОРМАТИВДИК НЕГИЗДЕРИ" ЖАЦЫ КОНЦЕПЦИЯСЫН ЖАЙЫЛТУУНУН ЗАРЫЛДЫГЫ

Мотукеев Б.Дж., с.и.д.; Токтобаев Д.Б. доцент; Кенжеев А.М., ардактуу профессор,
Ж.Баласагын ат. Кыргыз улуттук университети, Бишкек ш.

Аннотация. *Бул макала дене тарбия жаатындагы нормативдик ченемдерди түзүүдө, совет доорундагы «Эмгекке жана СССРди коргоого даярмын» аттуу дене тарбия-спорт комплексин үстүртөн кайталап коюш азыркы убакыт талабына туура келбей жатканын чагылдырат. Ошондуктан, рынок экономикасынын талабы боюнча, массалык дене тарбия жана спорттун өнүгүшү үчүн авторлор тарабынан жаңы сунуштар берилет.*

Негизги сөздөр: *норматив негиздери, концепция, дене тарбия-спорт турмуш ишчарасы, адамдын жүрүш-туруш максаты, дене тарбия жана спорт көрсөткүчтөру.*

ABOUT NECESSITY OF IMPLEMENTATION IN PRACTICE OF NEW CONCEPTS OF «NORMATIVE BASES OF PHYSICAL EDUCATION IN THE KYRGYZ REPUBLIC »

Motukeev B.J., d.t.s.; Toktobaev D.B. assistant professor; Kenzheev A.M., honorary professor,
Kyrgyz National University. Zh. Balasagyn, Bishkek c.

Abstract. *The articles argues that development and implementation of normative requirements of physical education on the basis of copying of Physical Fitness and Sports Complex "Ready for Labor and Defense of the USSR" is ineffective and does not meet challenges of modern practice. Therefore, it is necessary to introduce a number of innovative solutions, proposed by the author for the purpose of solving the problems of mass physical culture and sports development, taking into account the requirements of a market economy.*

Key words: *normative bases, concept, physical culture and sports activity, motives of human behavior, physical and sports indicators.*

Актуальность. Статистические данные по Кыргызской Республике показывают, если ежегодно количество населения увеличивается на 2%, то людей, впервые обращающихся за врачебной помощью на 4,2%, а инвалидность - на 6%[1]. Значит, если количество людей увеличивается в арифметической прогрессии, то количество больных людей – в геометрической прогрессии! Это очень

опасная тенденция, влияющая отрицательным образом на генофонд народа.

Для преодоления этой проблемы, как известно, необходимо значительно повысить двигательную активность населения, в рамках которой во многих странах разрабатываются национальные варианты нормативных требований физического воспитания, - аналога Физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и защите СССР» [2]. Однако, как показывает реальная жизнь, копирование ФСК «ГТО СССР» и организация физкультурно-массовой и спортивной работы по опыту советского периода в настоящее время не приносят желаемых результатов. Так, с внедрением Российского ФСК «ГТО" за 2015-2016 г.г. было охвачено всего лишь, примерно, 780000 человек, т.е. – 0,6% населения этой страны. Поэтому, свое «разочарование» по данному поводу не стал скрывать президент этой страны Путин В.В. во время посещения Владимирской области в 2016 году.

Не исключением является и опыт работы в нашей стране, где были разработаны два варианта: 1) Положение «О типовых нормативных требованиях по физической подготовке учащихся общеобразовательных учебных заведений Государственного агентства по делам молодежи, физической культуры и спорта (далее, «Положение «Госагентства»), полностью копирующее «ГТО СССР» и Российский ФСК «ГТО» и 2) Нормативные основы физического воспитания Национальной Олимпийской академии (далее, «Нормативы НОА»), которые разработаны с учетом требований рыночной экономики и менталитета нашего народа.

В этой связи возникают вопросы; какие проблемные аспекты «советского ФСК «ГТО» можно отметить, которые унаследованы Российским ФСК «ГТО» и «Положением «Госагентства» у нас, препятствующие развитию массовой физкультурно-спортивной работы (?) – это, с одной стороны. А с другой, - чем выгодно отличается предложенная нами концепция «Нормативов НОА» от «Положения «Госагентства»?

Отвечая на вышеотмеченные вопросы, во-первых, следует отметить, что наше представление об эффективности советского ФСК «ГТО» в развитии массовой физической культуры и спорта – это миф! Если это было бы не так, тогда, почему в постановлениях ВКП (б), а следом, КПСС и советского правительства от 1925, 1929, 1936, 1948, 1959, 1966, 1981 годов и в других документах неизменно отмечалась проблема о необходимости развития массовой физической культуры и спорта?!

Во-вторых, прием/сдача нормативных требований осуществлялось один-два раза в году на основе «добровольно-принудительного» привлечения людей к данному мероприятию, то есть – не было физкультурно-спортивных занятий на систематической основе.

В-третьих, в нем имелись лишь «физкультурные» нормативные показатели. А, как известно, организовать в массовом порядке ежедневные занятия по физкультуре в свободное время людей намного сложнее, чем по спорту. Были и другие недостатки советского ФСК «ГТО». Например, приписки количества людей «успешно» сдавших эти нормативные требования и т.д. Какие недостатки, кроме вышеотмеченных, следует отметить в «Положении Госагентства».

- На основе приказа по «Госагентству» от 15.07.2017 года организовывать всю работу по «Положению «Госагентства», оказывается, должны учителя физической культуры в учебных заведениях на бесплатной основе. Естественно, данная работа не будет реализована вообще, т.к. современному педагогу с рыночным мировоззрением «чуждо» энтузиазм советского периода.
- В нем значительно занижены нормативные показатели по физической подготовке учащихся, как в Российском ФСК «ГТО», которые смогут сдать без особых усилий, т.е. - без систематических физкультурно-спортивных занятий, каждый третий учащийся (например, если учащийся 11 лет подтянется на перекладине 4 раза, то награждается серебряным значком, если 5 раза – золотым). Это ведет к полной дискредитации самой идеи возрождения

ФСК «ГТО». Имеются много других упущений.

В результате, мы видим «провальное» состояние «Положения «Госагентства», о котором уже говорит широкая физкультурно-спортивная общественность в нашей стране [3]. Госагентство, наоборот, утверждает, что в 2017 году были значительные сдвиги в положительном отношении, отмечая через Интернет-ресурсы, что систематически занимающихся физкультурой и спортом людей у нас составляет 14% от общего количества населения страны (по нашим данным 2,5-3%). Тогда, по логике, должно больше реализоваться спортивной формы и оборудования, меньше продаваться табачных, вино-водочных изделий, медицинских препаратов, уменьшиться количество койко-мест в больницах, а, следовательно, больных людей и т.д. У нас же, наоборот, все эти показатели увеличились в разы по сравнению с 2010-2016 гг. [1]. Такая ситуация, по нашему мнению, во многом возникла в связи с тем, что свои усилия в основном мы направляем лишь на призывы о важности физкультурно-спортивной деятельности в жизни человека, не осознавая важность процесса формирования мотива поведения человека в этой деятельности.

Цель исследования – раскрыть «механизмы» мотива поведения человека в сфере физкультурно-спортивной деятельности и на этой основе обосновать новые концептуальные подходы в решении проблем массовой физической культуры и спорта.

Методы исследования: 1) анализ первичных документов; 2) социологический опрос, соблюдая рекомендаций методологического порядка Столярова В.И. [4]; 3) социальный эксперимент для обоснования эффективности предлагаемой концепции «Нормативов НОА».

Результаты исследования. Социологические исследования методом анкетного опроса, проведенные нами в 2008-2010 годах в 16 общеобразовательных и высших учебных заведениях, позволили выяснить, что из 4000 учащихся для 83,7% респондентов физкультурно-спортивная деятельность не является «приоритетной» в их жизнедеятельности, 12,9% респондентов отметили, что данная деятельность вызывает «определенный интерес» у них и лишь для 3,4% респондентов является непременным условием образа жизни.

По результатам исследования была сформулирована концептуальная теория о том, что массовую физкультурно-спортивную работу можно организовать более эффективно, если: а) физическую культуру и спорт рассматривать, преимущественно, не как метод физического воспитания, а как средство для социального продвижения человека, повышения его социального статуса, то есть - в качестве социального «лифта» для решения личных и профессиональных проблем человека (например, добавив дополнительные баллы после окончания школы учащемуся в целях поступления в высшее учебное заведение; сократив сумму контрактной формы обучения студентам или облегчив им условий проживания в общежитии; повысив заработную плату госчиновнику и т.д.); б) в нормативных требованиях по определению его уровня физической подготовки предусмотреть не только «физкультурные» показатели, но и «спортивные», так как 94% респондентов желают заниматься спортом. К такому же выводу начинают приходить некоторые ученые в России [5].

Такой концептуальный подход на практике позволит ценности физической культуры и спорта превратить в высоко востребованную потребность для человека, так как он начинает понимать, что его уровень личной жизни в будущем зависит только от него самого, то есть – от его здоровья; а физкультурно-спортивные услуги, тогда, становятся «ходовым» экономическим товаром в обществе, ибо широкие слои населения нашего общества коренным образом изменят свое отношение к физкультурно-спортивной деятельности. Также, будут успешно решены многие другие проблемы физкультурно-спортивной отрасли (материально-технические, кадровые, финансовые, инвестиционные (так как строительство физкультурно-спортивных объектов станет прибыльным делом), организационно-управленческие [6]. Системное рассмотрение всех вышеотмеченных факторов в совокупности

дало нам возможность разработать Концепцию формирования мотива поведения человека в сфере физкультурно-спортивной деятельности.

Данная Концепция утверждена Свидетельством об авторском праве Госагентства по защите интеллектуальной собственности при Правительстве Кыргызской Республики от 10.02.2010 года, которая составляет «жизнеобеспечивающую» стержень «Нормативных основ физического воспитания населения в Кыргызской Республике». Для проверки эффективности предлагаемой Концепции на практике был проведен социальный эксперимент в 22 общеобразовательных и высших учебных заведениях в 20014-15 учебном году на основе распоряжения Правительства Кыргызской Республики от 08.09.2014 года №384-р. Сравнительный анализ основных показателей массовой физической культуры и спорта до и после внедрения в практику предлагаемой Концепции «Нормативов» показан на рис.1.

Возраст	до эксперимента		после эксперимента	
	мальчики	девочки	мальчики	девочки
7 класс	21%	17%	23%	18%
8 класс	18%	14%	21%	16%
9 класс	16%	12%	21%	13%
10 класс	13%	10%	17%	12%
11 класс	9%	7%	31%	22%
Студенты	10%	8%	19%	20%

Рис. 1. Количество учащихся, занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью на систематической основе (в %)

Как видно из полученных данных, во всех возрастных категориях наблюдается рост массовой физической культуры и спорта. Значит, предлагаемая Концепция «Нормативов» состоятельна и показала свою эффективность на практике. Но, показатели по 11 классу самые высокие, так как учащиеся этого класса выступают самой мотивированной частью молодежи по отношению к систематическим физкультурно-спортивным занятиям, если акцентируется внимание на социально-экономические и моральные поощрения в рамках предлагаемой нами Концепции, так как им необходимо поступать в вуз. Такие же высокие показатели имеются у студентов, потому что на достаточном уровне представлен мотив поведения – получение общежития на период обучения в вузе.

Конечно, мотив поведения в сфере физкультурно-спортивной деятельности учащихся 7-10 классов можно существенно усилить, если школьникам начислять дополнительные социально-экономические поощрения (например, добавляя дополнительные баллы, если нормативные требования успешно будут сданы до 11 класса).

Также, были достигнуты положительные результаты в физической подготовке учащихся детей и молодежи.

Заключение. Социально-экономические и морально-нравственные поощрения могут быть эффективным механизмом, формирующим положительное отношение людей к физкультурно-спортивной деятельности. А «спортивная» направленность «Нормативов» не только дает возможность развить массовый спорт, тем самым, решая проблему эффективного отбора детей и молодежь в спорт высоких достижений, но и переводит физкультурно-спортивную отрасль в рыночную экономику.

Литература

1.Кыргызстан: в цифрах и фактах. – Бишкек, 2010-2017.- С.76-101.

2. Кабачков В.А., Зорин Э.А., Осминин М.Д. Сравнительный анализ советского комплекса

ГТО, ВФСК ГТО и физкультурно-спортивных комплексов зарубежных стран /Теория и практика физической культуры, 2017. - №2, -С.52.
3. Газета «Вечерний Бишкек» от 20.10.2017.
4.Столяров В.И. Социология физической культуры и спорта. – М.; 2004.- 362 с.
5. Лубышева Л.И., Моченов В.П. Новый концептуальный подход к современному пониманию социальной природы спорта /Теория и практика физической кульутры, 2015. -№4, -С.94;
6. Передельский А.А., Цегельский Ю.А. Системное управление сферой физической культуры и спорта /Теория и практика физической культуры, 2015. -№4.-С.39.

УДК 796.032

МЕЖДУНАРОДНОЕ ОЛИМПИЙСКОЕ ДВИЖЕНИЕ И ДОПИНГ

Шегебаев Т.К.
Кыргызская государственная академия физической культуры и спорта, г. Бишкек

Аннотация. *В статье освещается проблема допинга в Международном олимпийском движении. В настоящее время допинг является проблемой номер один во всем мире, которая преследует все самые значимые международные спортивные события.*

Ключевые слова: *Международное олимпийское движение, допинг, олимпизм, олимпийские игры, олимпийское движение, олимпийская хартия.*

ЭЛ АРАЛЫК ОЛИМПИАДАЛЫК КЫЙМЫЛЫ ЖАНА ДОПИНГ

Шегебаев Т.К.
Кыргыз мамлекеттик дене-тарбия спорт академиясы, Бишкек ш.

Аннотация.*Эл аралык Олимпиада кыймылынын допинг маселесин баса белгилейт. Учурда, допинг абдан маанилүү эл аралык спорттук иш-чараларды, бардык жапа чегип келет дүйнөдө саны бири болуп саналат.*

Негизги сөздөр: *Эл аралык олимпиада кыймылы, допинг, олимпизм, олимпиада оюндары, олимпиадалык кыймыл, олимпиадалык хартия.*

INTERNATIONAL OLYMPIC MOVEMENT AND DOPING

Shegebaev T.K.
Kyrgyz state academy of physical culture and sport, Bishkek c

Abstrakt. *The article highlights the problem of doping in the International Olympic movement. Currently, doping is the number one problem worldwide, which pursues all the most significant international sporting events.*

Keywords: *International Olympic Movement, doping, Olympism, Olympic Games, Olympic Movement, Olympic Charter.*

Актуальность работы обусловлена тем, что современное международное олимпийское движение (МОД) испытывает кризис, несмотря на последние олимпийские игры в Рио-де-Жанейро собравшие рекордное количество команд (206 стран мира).

Анализ современной ситуации показывает, что олимпийские игры стали

формироваться больше на спортивных принципах, нежели на принципах олимпизма. Пьер де Кубертен сформулировал олимпийца в первую очередь как личность, для которой характерны: гармоничное развитие физических, психических и духовных качеств, а также демократизм, интернационализм, взаимоуважение наций, не смотря на расовые, религиозные, политические и другие различия [1; с. 9].

Цель исследования заключается в определении причинно-следственного механизма допингового кризиса в олимпийском движении и выработке возможных вариантов последствий для развития международного олимпийского движения.

Задачи исследования:

1. Уточнить отношение философии и идеалов международного олимпийского движения, и допинга как средства подготовки спортсмена.
2. Установить предпосылки, причины и характер современного допингового кризиса.

Объект исследования: международное олимпийское движение на фоне допингового кризиса.

Методы исследования. Методологическую основу исследования составят такие общенаучные подходы, как системный анализ и историко-логический подход. А также методы теорико-эмпирического научно-познавательного уровня: наблюдение, метод исторического-сравнения, описание и методы теоретического научно-познавательного уровня: идеализация, анализ и синтез, формализация, индукция и дедукция.

Результаты исследования. Международное олимпийское движение на сегодняшний день столкнулось с целым рядом проблем касающихся: использования допинга, необъективности судейства, расширения олимпийской программы, коммерциализации спорта, расовой дискриминации, политизации и идеологизации. Среди множества проблем, стоящих перед МОД, ключевой является проблема допинга. Слово допинг всегда вызывало волнения и спорные вопросы, как у спортсменов, так и у простых обывателей. Допинг скандалы, допинг тесты, дисквалификации – все это непременные атрибуты современного олимпизма. Проблема допинга в спорте уже давно является масштабной и затронуло практически все виды спорта.

Допинг — вещества, которые временно усиливают физическую или психологическую деятельность организма [2]. В настоящее время допинг является проблемой номер один во всем мире, которая преследует все самые значимые международные спортивные события. Международный олимпийский комитет, в течение последних десятилетий пытается остановить распространение этой проблемы, но все попытки на данный момент тщетны.

В связи с повсеместным употреблением допинга были разработаны антидопинговые образовательные программы, направленные на формирование нетерпимости к допингу, ожидалось, что благодаря образовательным программам, тестированием и поддерживающей медицинской помощи употребление допинга будет уменьшаться. К сожалению, этого не происходит. Фактически, с каждым новым международным стартом открываются все более сильные и трудно обнаруживаемые виды допинга, которыми пользуются спортсмены.

Список запрещенных препаратов, обеспечивающих высокие спортивные достижения, ежегодно увеличивается. Николай Дурманов - специалист по допингу, экс-глава Антидопинговой инспекции Олимпийского комитета России, говорит, что в большом спорте существует проблема фармакологической экспансии. Сейчас допинг разрабатывается специально для спорта. На каждый новый метод контроля возникает 15-20 новых препаратов. Уследить за появлением вовремя физически невозможно [3]. Одна из самых трудных проблем человеческого существования заключается в преодолении существенного расхождения между философской теорией и практикой. Ведь нередко практика превращается в действие такой важности, что, кажется, не нуждается в поддержке философской теории, которая ее породила. Примером этому могут служить

олимпийский идеал и Олимпийские игры. Олимпийские игры превратились в столь масштабные спортивные соревнования, что олимпийский идеал, породивший Игры, во многом предан забвению [4].

Профессор В. Столяров в журнале «Наука в олимпийском спорте» пишет о проблеме, с которой столкнулся Кубертен, когда предлагал возродить олимпийские игры, что дело не только в непонимании деятелями того времени гуманистического замысла Кубертена, но и в противоречиях между ним и реалиями современного олимпийского движения. Ведь кубертеновское понимание предусматривало организацию олимпийских игр на основе таких принципов, которые воспитывают: мужественное, сильное во всех отношениях, добросовестное и великодушное общество, тогда как в современном олимпийском движении наблюдается ослабление внимания к духовно-нравственной и эстетической стороне поведения спортсменов. На первый план выходят не гармоничное развитие участников олимпийских соревнований и их поведение, а успех, победа [5]. В конце 70-х и начале 80-х гг. XX столетия общество выразило серьезное беспокойство по поводу насилия над организмом и наглым обманом в спорте. В свет вышли сотни научных публикаций, посвященных медицинским вопросам, то есть воздействия допинга на организм и последствия его применения. Даже первый анализ работ по борьбе с допингом, позволяет выделить достаточное количество авторов, изучавших данную проблему. Профессиональный спорт, облагороженный идеями олимпийского спорта, вначале следовал за ним, ориентируясь на его нормы и традиции. Однако, на исходе XX века роли изменились. Олимпийский спорт не выдержал финансовых искушений и безропотно последовал за профессиональным, вбирая в себя, его наиболее негативные особенности, забыв о правилах и принципах спортивной этики, честной спортивной борьбе и идеалах олимпизма, стал применять допинг [3].

Заключение. Анализ ситуации показывает, что суть проблемы заключается в противоречиях между признанием, востребованностью и необходимостью развития в современных условиях, такого феномена культурно-исторического процесса как МОД с одной стороны и, с другой стороны допингового кризиса (ДК), масштабы которого угрожают целостности олимпийского движения. Так как прямым образом противоречат философии, идеалам и миссии олимпийских игр, которые были определены великим гуманистом, общественным деятелем Пьером де Кубертеном. Проблема состоит из ряда взаимосвязанных положений: предполагается что причины и предпосылки ДК заключаются в формальной реализации философии и идеалов олимпийского движения органами управления олимпийского движения на международном и страновом уровнях, что находит конкретные формы, отраженные в современных чертах МОД, таких как: коммерциализация и политизация олимпийских игр. Следовательно, познание причинно-следственого механизма допингового кризиса, позволит определить основные направления и тенденции,преодоления ДК в олимпийском движении. Вместе с этим, не исключается возможность внешне-формального разрешения кризиса. В этих услових ДК в действительности примет латентную форму, в результате чего высока вероятность не только углубления кризиса, но и крах современного олимпийского движения.

Литература

1. Введение в социологию спорта, физической культуры и физкультурной двигательной деятельности. - Б.: 2013.- С.9.
2. https://ru.wikipedia.org/wiki
3. Григорьянц И.А. Допинг – а стоит ли рисковать? Спортивный психолог. 2010, том-2, №20, -96 с.
4. Жан М. Ляйпер; Олимпийский идеал - является ли он по прежнему философской основой Олимпийских игр? Спорт, духовные ценности, культура. 1998, №2. - 315 с.
5. Столяров В. Ценности современного олимпийского движения: идеалы и реалии; Наука в олимпийском спорте. 2014г.№3: -87 с.

УДК 796.41

СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ДВИГАТЕЛЬНОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ И РАБОТОСПОСОБНОСТИ ЮНОШЕЙ 16-17 ЛЕТ НА ЗАНЯТИЯХ ПО ГИМНАСТИКЕ

Акбар уулу Д. магистрант, Масамиров Б.С.
Кыргызская государственная академия физической культуры и спорта, г. Бишкек

Аннотация. *В статье рассматривается уровень двигательной подготовленности и работоспособности юношей на занятиях по гимнастике.*

Ключевые слова: *физическая подготовленность, совершенствование, физическая нагрузка, гимнастика, работоспособность.*

ГИМНАСТИКА САБАГЫНДА 16-17 ЖАШТАГЫ УЛАНДАРДЫН ДЕНЕ КЫЙМЫЛДЫК ДАЯРДЫГЫН ЖАНА ИШ ЖӨНДӨМДҮҮЛҮГҮН МЫКТЫЛОО

Акбар уулу Д. магистрант, Масамиров Б.С.
Кыргыз мамлекеттик дене тарбия жана спорт академиясы, Бишкек ш.

Аннотация. *Макалада гимнастика сабагында уландардын кыймылдык даярдыгынын жана иш жөндөмдүүлүгүнүн деңгээли каралат.*

Негизги сөздөр: *дене кыймыл даярдыгы, мыктылоо, дене кыймылдык жүктөө, гимнастика, иш жөндөмдүүлүк.*

PERFECTION OF MOTOR READINESS AND WORKING CAPACITY OF YOUNG MEN AGED 16-17 IN GYMNASTICS CLASSES

Magistrant Akbar uulu D., Masamirov B.S.
Kyrgyz state academy of physical culture and sports, Bishkek c.

Abstract. *The article deals with the level of motor preparedness and working ability of young men in gymnastics classes.*

Key words: *physical readiness, improvement, exercise, gymnastics, working capacity.*

Введение. Обучение в вузе предъявляет повышенные требования к здоровью студентов: резко возросшая учебная нагрузка, стремительное изменение привычного ритма жизни и круга общения, часто смена места проживания и качества питания вызывают сильный стресс и оказывают выраженное негативное влияние на физическое и психическое здоровье учащихся. Во время обучения в вузе повышается психоэмоциональная напряженность студентов, истощаются адаптационные резервы нервной, эндокринной и иммунной систем, возрастает вероятность заболеваний [2].

На всем протяжении обучения в вузе увеличивается количество студентов, имеющих недостаточный уровень физического развития; снижается физическая активность значительной части студентов от курса к курсу, в итоге к окончанию учебного заведения параметры физической подготовленности у большинства студентов

оказываются ниже, чем до поступления в вуз [3;4;5].

Атлетическая гимнастика - система разносторонних силовых упражнений, направленных на развитие силы, формирование пропорциональной фигуры и укрепление здоровья [1]. Уровень физической культуры личности определяется характером, структурой и направленностью мотиваций физической активности человека. В этом виде физкультурных ценностей отражается степень социальной зрелости и ответственности отношения человека к своему здоровью и физической подготовленности. В физической активности человека реализуется потенциал его физической культуры, отражается его способность к совершенствованию своей физической природы на основе использования и освоения накопленных всем обществом знаний, опыта, технологических и материальных возможностей и соответствующих условиям жизни установок.

Упражнения с отягощениями – эффективное средство в борьбе за гармоническое физическое развитие, выдержавшее испытание временем. Нет ни одного вида спорта, в котором спортсмены не прибегали бы к упражнениям с отягощениями для достижения высоких результатов. Занятия с отягощениями помогают устранить дефекты физического развития – сутулость, неправильную осанку, укрепить костно-связочный аппарат, слабо развитые мышцы и т.п. [4]. Физические упражнения воздействуют на все группы мышц, суставы, связки; связки делаются крепкими, увеличиваются объем мышц их растяжимость, сила и скорость сокращения. Усиленная мышечная деятельность вынуждает работать с дополнительной нагрузкой сердце, легкие и другие органы и системы нашего тела, тем самым, повышая функциональные возможности организма, его сопротивляемость воздействиям внешней среды. Систематические занятия физкультурой способствуют воспитанию высоких моральных и волевых качеств [3].

Актуальность обусловлена снижением уровня физической подготовленности учащихся вузов, необходимостью улучшения физического состояния, а также недостаточностью методического сопровождения проведения занятий с использованием средств атлетической гимнастики.

Исследование проводилось на кафедре гимнастики Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта в 2017 г. в рамках академических занятий по гимнастике.

Цель исследования: разработка и экспериментальное обоснование методики повышения физической подготовленности и работоспособности у студентов на занятиях по гимнастике с акцентированным развитием силовых способностей.

Задача исследования - повысить показатели физической подготовленности и работоспособности юношей 16-17 лет.

Объект и методы исследования: учебно-воспитательный процесс в учреждении высшего образования;

- анкетирование;
- педагогическое наблюдение;
- контрольные испытания;
- педагогический эксперимент;
- методы статистики.

Результаты исследования. На первом этапе (2016-2017 гг.) был проведен анализ и сделано обобщение научно-методической литературы по исследуемой проблеме. Исследовано состояние здоровья, уровня физической подготовленности и двигательной активности молодежи на современном этапе. Определены основные критерии физической подготовленности. Разработана методика повышения физической подготовленности и работоспособности у студентов на занятиях по гимнастике с использованием средств и методов атлетизма.

На втором этапе (2017) в ходе дальнейшего научного поиска уточнялась методика проведения занятий по гимнастике с использованием средств и методов атлетизма с акцентированным развитием силовых способностей. Проводился формирующий эксперимент с использованием разработанной нами методики. В эксперименте участвовали студенты очного обучения Кыргызской

государственной академии физической культуры и спорта, 68 юношей.

Учебный процесс по дисциплине «Гимнастика» в контрольной и экспериментальной группе осуществлялся на основе рабочей программы дисциплины «Гимнастика», согласно содержанию учебного материала в 1 семестре. Основным отличием в содержании в контрольной и экспериментальной группе было в подходах и методах в развитии силовых способностей студентов. Методика повышения физической подготовленности и работоспособности у студентов на занятиях по гимнастике в экспериментальной группе включала в себя основные средства и методы атлетической гимнастики с акцентированным развитием силовых способностей. Упражнения силовой подготовки планировались во второй части академического занятия, в течение 35-45 минут, после решения основных образовательных задач по дисциплине «Гимнастика». Так как одного занятия по гимнастике (2 часа) в неделю недостаточно для получения кумулятивного (суммарного) эффекта для повышения показателей общей физической подготовленности (ОФП) студентов, нами были запланированы самостоятельные занятия по силовой подготовке.

Упражнения из пауэрлифтинга и тяжелой атлетики планировались в процессе прохождения дисциплины «Гимнастика», так как необходим постоянный контроль за техникой безопасности и дозированием нагрузки преподавателем. А упражнения ОФП, направленные на развитие скоростно-силовые, силовую выносливость плечевого пояса и мышц пресса мы планировали для выполнения самостоятельно в течение недели. В качестве рекомендаций было предложено выполнять упражнения ОФП не менее 2-х раз в неделю.

Анализ литературных источников свидетельствует об ухудшении здоровья, росте заболеваемости, различных отклонениях в состоянии здоровья современной молодежи. Наряду с ростом заболеваемости у студентов отмечается ухудшение показателей физического здоровья, их несоответствие общепринятым нормам. Анализ научной и методической литературы позволил выявить необходимость разработки содержания процесса физического воспитания в учреждениях высшего профессионального образования, включающего занятия по атлетической гимнастике, направленного на повышение показателей физической подготовленности и работоспособности студентов.

Заключение.

- Выявлено отсутствие достоверных различий в показателях физической подготовленности студентов контрольной и экспериментальной групп в соревновательных упражнениях силового троеборья, а также силовой выносливости и скоростно-силовых способностях. Анализ показателей индекса Гарвардского степ-теста позволил заключить, что показатели физической работоспособности студентов 16-17 лет соответствуют ниже среднему уровню.
- В конце исследования между контрольной и экспериментальной группами обнаружены достоверные различия в исследуемых показателях физической подготовленности в соревновательных упражнениях пауэрлифтинга. Также достоверные различия обнаружены в тестах, определяющих показатели силовой выносливости, скоростно-силовых способностей.
- Предлагаемые средства оказали положительное влияние на показатели физической работоспособности студентов, что свидетельствует об эффективности использования средств атлетизма на академических занятиях по гимнастике.

Литература

1. Похоруков О.Ю. Технология формирования физической культуры студентов технического вуза: дисс. ... канд. пед. наук. Сургут. 2005.- С. – 25-27.
2. Романченко С.А. Коррекция состояния здоровья студентов в процессе занятий физической культурой: Автореф.дисс.канд.пед.наук. – Санкт-Петербург, 2006. -24 с.

3. Гусев А.Н., Стафеева А.В. Прикладная физическая подготовка студентов в вузе как основа концепции разработки содержания дисциплины «Физическая культура» в рамках ФГОС 3+// Балтийский гуманитарный журнал. Т.5. №2 (15).2016.- С.146-149.
4. Мокиенко Г.С. Роль двигательного режима в формировании исходного уровня физической подготовленности и состояния здоровья первокурсников / Г.С.Мокиенко, Н.М. Полковникова // Физкультура и здоровье студентов: сб. науч. тр. – М.: Изд-во МГУ,1988. -С. 63-68.
5. Оплетин А.А. Саморазвитие личности студентов вуза с помощью универсальной системы разминки на занятиях физической культурой: монография / А.А. Оплетин. Пермь, 2012. -190 с.

УДК 796.015.132:796.81

ОСОБЕННОСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ДЕВУШЕК 14-15 ЛЕТ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ВОЛЬНОЙ БОРЬБОЙ

Каныбек кызы Б. магистр, Ишмухамедов А.А. к.п.н., доцент
Кыргызская государственная академия физической культуры и спорта, г.Бишкек

Аннотация. *В статье рассматриваются особенности физической подготовленности девушек 14-15 лет, занимающихся вольной борьбой.*

Ключевые слова: *физическая подготовка, вольная борьба, девушки 14-15 лет, особенности женского организма.*

ЭРКИН КҮРӨШ МЕНЕН МАШЫККАН 14-15 ЖАШТАГЫ КЫЗДАРДЫН ДЕНЕ ДАЯРДЫГЫНЫН ӨЗГӨЧӨЛҮКТӨРҮ

Каныбек кызы Б. магистр, Ишмухамедов А.А. п.и.к., доцент
Кыргыз мамлекеттик дене тарбия жана спорт академиясы, Бишкек ш.

Аннотация. *Бул макалада эркин күрөш менен машыккан 14-15 жаштагы кыздардын дене даярдыгынын өзгөчөлүктөрү каралган.*

Негизги сөздөр: *дене даярдыгы, эркин күрөш, 14-15 жаштагы кыздар, кыздардын организминин өзгөчөлүктөрү.*

PECULIARITIES OF PHYSICAL PREPAREDNESS OF GIRLS OF 14-15 YEARS ENGAGED BY FREQUENCY STRUGGLE

Kanybek gizi B. master, Ishmukhamedov A.A. Ph.D., Associate Professor
Kyrgyz state academy of physical culture and sports, Bishkek c.

Abstract. *The article deals with the peculiarities of the physical preparedness of 14-15 year old girls engaged in free-style wrestling.*

Key words: *physical training, free-style wrestling, girls 14-15 years old, features of the female body.*

Введение. В последнее время по стране отмечается снижение уровня здоровья и физической подготовленности детей разного возраста. Современные требования, предъявляемые обществом к сохранению уровня здоровья и повышению физической подготовленности детей, обуславливают необходимость качественного улучшения процесса физического воспитания на уроках и тренировочных занятиях [3, 6].

Целью исследования является разработка методики повышения физической подготовленности девушек, занимающихся вольной борьбой и, в первую очередь, повышения специальной выносливости как основного качества необходимого борцам вольникам [2,4]. **Задачи исследования:**

- Изучить литературные источники по физическим качествам и методикам воспитания специальной выносливости у девушек, занимающихся вольной борьбой.
- Разработать методику повышения специальной выносливости девушек, занимающихся вольной борьбой.
- Экспериментально проверить методику повышения специальной выносливости девушек, занимающихся вольной борьбой в педагогическом эксперименте.

Объект исследования - учебно-тренировочный процесс девушек, занимающихся вольной борьбой [8,9].

Методы исследования:

- анализ литературных источников;
- метод педагогического наблюдения;
- педагогический эксперимент;
- метод контрольных упражнений;
- метод статистической обработки данных.

Результаты исследования. Физическая подготовленность - результат физической подготовки, достигнутый в овладении двигательными умениями и навыками и в повышении уровня работоспособности.

Самосовершенствование борца выражается в его способности самому принимать решения и выполнять их, в стремлении к новому. Это очень важное качество, помогающее ему выдвинуться в число ведущих и стать победителем в соревнованиях, в которых тренер не имеет возможности подсказать правильное решение. Самосовершенствование должно развиваться постепенно, по мере накопления у занимающихся достаточного опыта, основанного на знаниях [7]. В практике существует много методов развития выносливости, но каждый из них направлен на развитие какого-либо одного, либо двух ее видов. В борьбе, для достижения высоких результатов, борцу требуется более широкое развитие данного физического качества [1,5]. Поэтому выносливость следует развивать в сочетании с другими физическими качествами, а именно силовую выносливость, скоростную выносливость, скоростно-силовую выносливость, и выносливость статических усилий [10]. При этом целесообразно применять средства, которые по своему характеру и структуре будут сходны с движениями, выполняемыми в борьбе. Использование разработанной методики повышения специальной выносливости у девушек 14-15 лет, занимающихся вольной борьбой будет положительно влиять на результат учебно-тренировочного процесса.

Заключение.

1. Анализ методик формирования специальной выносливости показал, что в практике подготовки девушек, занимающихся вольной борьбой содержания существующих методик, которые оказывали бы воздействие на развитие всех видов выносливости, недостаточно, что отражается на результативности.
2. В ходе работы была усовершенствована методика развития специальной выносливости девушек, занимающихся вольной борьбой с помощью разработанного комплекса специально-подготовительных и соревновательных упражнений для развития скоростной, скоростно-силовой, силовой, статической и специальной видов выносливости и применения метода развития данного физического качества.
3. В результате исследования выявлено, что применение специально разработанного комплекса физических упражнений, повышает уровень развития специальной выносливости девушек, занимающихся вольной борьбой.

Литература

1. Абдулхаков М.Р., Трапезников А.А. Бороться, чтобы побеждать. - М.: Физкультура и спорт, 1990. - 254 с.
2. Агафонов Э.В. Борьба дзюдо: учебно-методическое пособие. - Красноярск: Красноярская высшая школа МВД России, 1997. - 308 с.
3. Агафонов Э.В. Один на один: справочное пособие. - Красноярск: Краевая федерация борьбы самбо, 1999. - 164 с.
4. Железняк Ю.Д., Петров П.К. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте: учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. - М.: Издательский центр "Академия", 2001. - 264 с.
5. Захаров Е.Н., Корасев А.В., Сафонов А.А. Энциклопедия физической подготовки (методические основы развития физических качеств) / Под ред. А.В. Корасева. - М.: Лептос, 1994. - 368 с.
6. Калинина В.Н., Панкин В.Ф. Математическая статистика: Учеб. для техникумов. - 2-е изд., стер. - М.: Высшая школа, 1998. - 116 с.
7. Лях В.И. Тесты в физическом воспитании школьников: Пособие для учителя. - М.: ООО "Фирма "издательство АСТ", 1998. - 272с.
8. Миндиашвилли Д.Г., Завьялов А.И. Учебник тренера по борьбе. - Красноярск: Изд-во КГПУ, 1995. - 150 с.
9. Рыбаков В.В., Уфимцев А.В., Федоров А.И., Перевозников А.С. Метатеоретическое исследование проблемы управления спортивной подготовкой. // Теория и практика физической культуры. – 2003. – №2. – С. 2 – 5.
10. Пономарев В.Н., Богащенко Ю.А. Атлетизм. - Красноярск: Красноярское книжное издательство, 1991. - 105 с.

УДК 796.89

ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА БОРЦОВ ГРЕКО-РИМСКОГО СТИЛЯ 17-18 ЛЕТ

Молдошев М.А. магистрант, Ишмухамедов А.А. к.п.н., доцент
Кыргызская государственная академия физической культуры и спорта, г.Бишкек

Аннотация. *В статье рассматривается физическая подготовка борцов геко-римского стиля, направленная на воспитание физических качеств и развитие функциональных возможностей.*

Ключевые слова: *греко-римская борьба, физическая подготовка, методы, развитие, физические качества, упражнения.*

17-18 ЖАШТАГЫ ГРЕК-РИМДИК КҮРӨШЧҮЛӨРҮНҮН ДЕНЕ ТАРБИЯ ДАЯРДЫГЫ

Молдошев М.А. магистрант, Ишмухамедов А.А. п.и.к., доцент
Кыргыз мамлекеттик дене тарбия жана спорт академясы, Бишкек ш.

Аннотация. *Функционалдык мүмкүнчүлүктөрүн өнүктүрүү жана дене тарбия сапаттарын тарбиялоого багытталган грек-римдик күрөшчүлөрүнүн дене тарбия даярдыгы каралган.*

Негизги сөздөр: *грек-римдик күрөшү, дене тарбия даярдыгы, усулдары, дене тарбия сапаттары, көнүгүүлөр.*

PHYSICAL TRAINING OF THE PERSONS OF GRECO-ROMAN STYLE 17-18 YEARS

Moldoshev M.A., Ishmukhamedov A.A. Ph.D.
Kyrgyz state academy of physical culture and sports, Bishkek c.

Abstract. *The article deals with the physical training of the wrestlers of the Geco-Roman style, aimed at nurturing physical qualities and developing functional capabilities.*

Key words: *Greco-Roman wrestling, physical training, methods, development, physical qualities, exercises.*

Введение. В последние десятилетия в научно-методической литературе при рассмотрении вопросов физического развития человека используется понятие «физические качества». К ним относятся сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость. В наше время ряд специалистов предлагают исключить, по крайней мере, из научного употребления, такое словосочетание как «физические качества» и применить вместо него понятие «физические способности».

Физическая подготовка – процесс, направленный на воспитание физических качеств и развитие функциональных возможностей, создающих благоприятные условия для совершенствования всех сторон подготовки.

Физическое развитие – процесс становления и изменения биологических форм и функций организма человека, совершающийся под влиянием условий жизни и особенности восприятия [2,3].

В условиях спортивной деятельности человек, борясь с силами гравитации и инерции, преодолевая комплекс внешних и внутренних сопротивлений, стремится в подавляющем большинстве случаев как можно быстрее решить двигательную задачу. Скорость выполнения движений,

оцениваемая временем, затрачиваемым на изменение положения тела или его звеньев в пространстве, основной показатель эффективности мастерства спортсмена и вместе с ***т***ем один из главных критериев эффективности тренировочного процесса в целом [11].

Цель исследования – определить рациональные средства и методы тренировки физической подготовки путем анализа литературных источников.

Задачи исследования:

- Анализ литературных источников.
- Определить рациональные методы и средства и методы тренировки, повышающие, физическую подготовку борцов 17-18 лет.

Предмет исследования - управление тренировочным процессом, нацеленного на совершенствование физической подготовленности борцов (СФП).

Методы исследования: наблюдение, сравнительный эксперимент, анализ.

Объект исследования - учебно-тренировочный процесс борцов греко-римского стиля.

Результаты исследования. Физические качества по своей сути отражают достигнутый уровень отдельных физических способностей. К примеру, собственно силовые способности проявляются в силовых упражнениях с большим напряжением мышц на фоне невысокой скорости их сокращения. Для собственно силовых способностей характерны такие силовые качества, как «медленная сила», «жимовая сила», «статическая сила». Другой пример, скоростно-силовые способности проявляются в упражнениях со значительным напряжением мышц и высокой скоростью их сокращения. А качественным отражением развития скоростно – силовых способностей является так называемая взрывная сила. Физические качества и физические способности многообразно взаимосвязаны [4,5]. Так, разные физические качества могут быть проявлены в одной, определенной двигательной способности и в то же время ряд способностей могут характеризовать только одно физическое качество. Наиболее простой иллюстрацией последнего является то, что в основе физического качества «ловкость» лежит проявление целого ряда способностей, таких как скоростные, силовые, координационные, скоростно-силовые и другие.

Физические качества человека органически связаны с его физическими способностями и определяются особенностями их проявления в разнообразных двигательных действиях [8,9].

В современной теории и методике физической культуры принято различать пять основных физических способностей: силовые способности (мышечная сила), скоростные способности (быстрота), координационные способности (координация), выносливость, гибкость.

Ряд авторов выделяют три группы средств СФП:

- специфические – различные формы выполнения основного упражнения в условиях соревнований;
- специализированные – адекватные соревновательным условиям по наиболее существенным двигательным и функциональным параметрам режима работы организма, играющие основную роль в развитии процесса его МФС;
- специфические – формально не соответствующие соревновательному упражнению по двигательной организации, но способствующие развитию функциональных возможностей организма в требуемом направлении [6,7,9].

С помощью физических упражнений можно целенаправленно воздействовать на воспитание физических качеств человека, что, естественно, может улучшить его физическое развитие и физическую подготовленность, а это, в свою очередь, отразится на показателях здоровья [1].

Физическая подготовка борца в вольной борьбе складывается из нескольких комплексов тренировочной подготовки:

- разминкой перед основным тренировочным планом;
- отработка приёмов, комбинаций (основная часть тренировки);
- общей физической подготовки.

Перспективный план индивидуален для каждого спортсмена и, это должен учитывать тренер при проведении

тренировочного занятия, так как каждый спортсмен обладает разной физической подготовкой и, это главное при отработке приёмов и комбинаций. Каждому спортсмену свойственны определённые приёмы, которые соответствуют его физическому развитию, отработка которых увеличивает рост спортивного мастерства. Каждый спортсмен прибегает, используя свои тактические и технические действия для проведения приёмов, соответствующих его физическому развитию [10]. Например, если физически несильный спортсмен будет стремиться вести нападения приёмами, требующие большую физическую силу, то его атака не будет опасной для противника. Когда у спортсмена развитие одного какого-либо качества преобладает над другим то при подборе и совершенствованию приёмов и комбинаций индивидуально ему нужно выбирать такие приёмы, которые бы соответствовали его физическому развитию. Из вышеизложенного можно выделить, что техническая подготовка борца строится, в основном, на его индивидуальных и моральных, волевых данных [2,3].

Анализ мнения экспертов и соревновательной деятельности ведущих борцов классического стиля позволил наметить основные пути совершенствования методики обучения юных борцов. Так, в частности, были определены основные подходы к построению процесса многолетней тренировки, выявлены наиболее эффективные приемы, обучать которым следует начинать уже в возрасте 12-14 лет. Также разработаны технические средства (тренажеры), проанализирована методика их использования в тренировочном процессе, позволяющая параллельно вести процесс обучения и осуществлять контроль за специальной физической подготовленностью и освоением изучаемых технических действий [6,7,11].

Заключение.

- В последние годы требования к физической подготовке борцов сильно выросли в связи с изменением правил соревнований в сторону их интенсификаций.
- Упражнения по ОФП (12-минутный бег, бег 3х400м, акробатические упражнения, игра регби, футбол). В качестве отягощений применяется штанга, гири, гантели, резиновые амортизаторы, тренажеры.

Для развития силы применяют: метод повторных усилий, метод максимальных усилий, метод динамических усилий, статистических усилий, скоростно-силовых напряжений, метод до отказа.

Наиболее распространенными методами развития физических качеств являются: повторный, переменный, круговой.

Рассмотрение проблем физической подготовки позволило уточнить представления о физических механизмах, определяющих рабочий эффект движений спортсмена в зависимости от внешних условий и режима работы организма, и проследить процесс совершенствования этих механизмов в ходе систематической тренировки.

Литература

1. Сулейманов И.И. Основные понятия теории Физической Культуры: их сущность и соотношение // Теория и практика Физической Культуры. - 2001.- №3.- С.12-17.
2. Селуянов В. Н., Сарсания С.К. Классификация физических нагрузок в теории физической подготовки // Теория и практика физической культуры. - 1991.- №12.- С.2-3.
3. Исаев А.А. Олимпийцы среди нас: Физоргу класса, активисту клуба юных олимпийцев. 2-е изд. и перераб. – М.: Физкультура и спорт, 1998. – 240 с.
4. Холодов. Ж.К., Кузнецов. В.С. Физическая подготовка. / / Теория методика физического воспитания и спорта: Ежегодник. - М.: 2001.- 390 с.
5. Шестаков М.П. Управление технической подготовкой спортсменов с использованием моделирования // Теория и практика ФК. - 1997.-№8.- С.51-54.
6. Мищенко В.С. Функциональные возможности спортсменов. - Киев: Здоровье,1990. - 200 с.

7. Дибнер Р.Д., Бородянский М.М. Новый подход к оценке функциональной готовности спортсменов (сочетанное исследование морфологии, функции сердца и активности симпатико-адреналовой системы) // Теория и практика физической культуры. – 1991.-№ 2.- С. 2-4.
8. Сологуб Е.Б., Алфимов Н.Н., Давиденко Д.Н. Комплексная вероятностная оценка функциональной подготовленности спортсмена // Теория и практика физической культуры. – 1993. -№ 8.- С. 53-54.
9. Корягина Ю.В. Исследование хронологических особенностей восприятия времени и пространства у спортсменов // Теория и практика физической культуры – М.: 2003. – №11. – С. 25 – 27.
10. Ткачева Т.В. Развитие выносливости у студентов 1, 2 курса всех специальностей // Физкультура и спорт в системе образования. Сборник материалов IV всероссийской с международным научно-практической конференции. Красноярск, 2003. – С. 387–388.
11. Верхошанский Ю.В. основы специальной физической подготовки спортсменов. - М.: Физкультура и спорт, 1988. – С.23.

УДК 378. 115

УРОВЕНЬ ПОДГОТОВКИ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ СПЕЦИАЛЬНОСТЕЙ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ

Син Е.Е. д.п.н., профессор[1], Макарычева И.А.[2]
Кыргызская академия образования, г. Бишкек[1],
kao_12@mail.ru
Кыргызский филиал Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования Казанский национальный исследовательский технологический университет, г. Кант,[2]
makar-irina@mail.ru

Аннотация. *В данной статье поднимается вопрос о роли современных источников информации в вузе. Об изменений условий работы в образовательных организациях и о целесообразности внесений изменений в подготовке учителей. Автором высказывается сомнение о целесообразности перехода педагогических специальностей (направлений) на двухуровневую подготовку специалистов.*

Ключевые слова: *качество вузовского образования, источники информации, Болонский процесс.*

БИЛИМ БЕРҮҮ МЕКЕМЕЛЕРИНДЕ ПЕДАГОГИКАЛЫК АДИСТЕРДИ ДАЯРДОО ДЕНГЭЭЛИ

Син Е. Е. п.и.д., профессор[1], Макарычева И.А.[2]
Кыргыз билим берүү академиясы[1], Бишкек ш.
Жогорку билим берүү федералдык мамлекеттик бюджеттик мекемесинин Кыргыз бутагы Казан улуттук изилдөөчү технологиялык университети[2], Кант ш.

Аннотация. *Бул макалада жогорку окуу жайларындагы учурдагы маалымат булактарынын ролу, мектепте иштөө шарттарынын өзгөрүүсү жана шартка ылайыктуу болочок мугалимдерди даярдоодо өзгөрүүлөрдү киргизуу каралат. Автор педагогика багытындагы кесип ээлерин эки баскычтуу билим берүү жолу менен даярдоо максатка ылайыксыз болуп жаткандыгы боюнча өзүнүн шектенүүсүн билдирет.*

Негизги сөздөр: *жогорку окуу жайларындагы билим берүүнүн сапаты, маалымат булактары, Болон процесси.*

LEVEL OF PREPARATION OF PEDAGOGICAL SPECIALTIES IN EDUCATIONAL INSTITUTIONS

Sin E.E. d.p.e.[1], profeccor, Makarycheva I.A.[2],
Kyrgyz Academy of Education[1], Bishkek c.
Kyrgyz Branch of the Federal State Budget Educational Institution of Higher Education Kazan National Research University of Technology, Kant c.[2]

Abstract. *In this article raises a question about the role of the modern sources and the information in the universities. About the changes of work conditions in the educational organizations and the advisability of changing in preparation of teachers. The author expresses doubt about advisability of transition of pedagogical specialties (areas) into two-leveled preparation of the specialists.*

Key words: *the quality of university education, the sources of information, Bologna Process.*

Актуальность исследования. Не имея специального или профессионального образования, научного или экспертного анализа, наши вузы не справляются со своими функциями. Стены высших учебных заведений покидают мало к чему подготовленные специалисты. В тоже время, совсем скоро, во время приёмных компаний каждый вуз даст такие рекламы о том, что их выпускники по окончании вуза будут не хуже Оксфордского или Гарвардского университетов**.** Студенты, прослушав первую же лекцию понимают, что это была большая описка. Ситуация усугубляется еще тем, что очень часто читать лекции на первых курсах поручают не самым опытным педагогам, а преподавателям-новичкам.

Цель исследования – улучшение качества педегогической деятельности в ВУЗах.

Задачи исследования:

- ориентация педагогической деятельности на личность студента с её притязаниями на свое место в обществе, на нравственное и интеллектуальное развитие;
- гуманитарность и поликультурность образования, обеспечивающее студентам мобильность и толерантность в среде проживания;
- формирование ключевых, дисцплинарных и профессиональных компетентностей и способность студента к функциональному использованию полученных знаний, а также к оперативному обновлению своих знаний – как новый критерий образованности личности;
- профильность и специализация обучения, в основе которых лежит ранее выявленные способности и развитие интереса к той или иной сфере науки или профессиональной деятельности;
- организация и проведение педагогами учебных занятий с использованием разнообразного массива информаций, информационных средств и информационных технологии обучения и др. [8] .

Методы исследования: экспериментальное наблюдение, сравнение, опрос.

Результаты исследования. Необходимость обязательного предоставления магистрского образования будущим педагогам и тщательной переработке учебных планов, программ с учётом специфики педагогического труда. Сегодняшним выпускникам педагогических вузов предстоит войти в мир школы, который сильно отличается от той, в которой проходили их собственные школьные годы. И отличается не только стандартом, технологиями, программами, методами обучения и воспитания, но абсолютно другими детьми. И это естественно, ибо с развитием цивилизации, общества изменяются содержание многих профессий, и педагогическая профессия не является исключением. Школами принимается компетентностная модель обучения, которая отличается от действующих подходов. На смену профильных школ с множеством образовательных маршрутов (часто неизвестных куда приведёт), приходит единая для всех учащихся учебная среда. А на смену хорошо знакомым учителям, ученикам и родителям «культу успеваемости» - ориентация учащихся и выпускников школы на собственное достижение, на своё место и успех в новом мире проживания. Становится правилом социальной жизни и образования поликультурность, вариативность, информационная насыщенность образовательного процесса. По мнению ряда, ученых «Новый профессионализм» лежит сегодня в основе усилий вузов по созданию мирового уровня подготовки специалистов [1, с. 67].

При сравнении преподавателей вуза с учителями школ, последние систематически проходят повышение квалификации, работают в методических объединениях, участвуют в августовской учебе, подвергаются не шуточной профессиональной аттестации, участвуют в профессиональных конкурсах «Учитель года» (причём разного уровня: школьный, районный, областной и республиканский и т.п.), подвергаются многочисленным проверкам и т.д. В вузах же всего этого нет, и в должности преподавателя могут работать кто угодно. Лишь бы был диплом, а еще лучше ученая степень или звание. А проводимые в последнее время конкурсные выборы, это узаконенный формализм. Одним

из причин такого положения в вузе мы считаем отсутствие у преподавателей вуза мотивации и как результат – отсутствие высококвалифицированных педагогических кадров. Для большинства вузовских преподавателей, по-прежнему, книги, лекционный конспект, задачники, различные энциклопедии являются традиционным и основным источником информации. При этом отдельные преподаватели «читать лекцию» понимают в буквальном смысле дословно. Это заметно и по тому, как студенты не просиживаются допоздна в библиотеках и не очень охотно посещают занятия. Преимущество нового времени в том, что сегодня студент может получить необходимую информацию через различные мобильные и сетевые источники. А вуз и преподаватели не являются единственными источниками информации. Лекции и вузовские учебники в своём традиционном виде потеряли первоначальное назначение как основных носителей учебной информации. А содержащиеся в них информации быстро устаревают, и становится не пригодной. В этой ситуации вузы стали тратить свои усилия не на повышение качества профессионального обучения (ибо это делать очень сложно, а для большинства вузов мало осуществимая задача), а на рекламу и брендовые мероприятия, используя свою историю, прошлые успехи и достижения, выпячивая материально-техническую базу, авторитет отдельных ученых и т.д. В настоящее время во всем мире высшее образование как важный социальный институт переживает существенную трансформацию [2, с. 28].

Если раньше число университетов и академий было ограниченно, и они считались элитными, то сегодня даже университеты стали чуть ли не массовым. Наборы в университеты и в другие вузы увеличились в десятки и более раз. Было время, когда родители выбирали вузы по склонностям и желанию детей, то теперь всё чаще при выборе вузов делают ставку не на качество даваемых знаний, а на авторитет диплома.

Конечно, в вузах тоже пытаются решить эту проблему своими силами, открываются новые подразделения, создаются целые курсы, к учебному плану добавляются новые и новые дисциплины, число которых растет в геометрической прогрессии, привлекаются все новые преподаватели. От этого вуза растут в количественном отношении, ухудшается качественный состав преподавателей и студентов, снижается контроль за проведением учебного процесса. Особенно сильно это заметно в подготовке педагогические специальности, результат которого напрямую сказывается на школьном образовании.

Такое обстоятельство делают очень актуальным подготовку педагогических кадров и поиск концептуальных путей его обновления. Для этого необходимо определить, что нового происходит и что требуется в сфере педагогического образования в республике, в регионах и в школах. Уточнить сущность и специфику современного педагогического труда и связанную с ней новые требования к учителю школы. Для этого необходимо определить, что нового происходит и что требуется в сфере педагогического образования в республике, в регионах и в школах. Другими словами, необходима серьезная поддержка многоуровневой системы высшего профессионального образования в республике [7, с. 68].

По своей сути педагогическая профессия всегда была творческой деятельностью. Вузовский педагог не может провести занятия по чужим даже образцово написанным конспектам. В действительности для хорошего педагога каждый раз учебный процесс проектируется заново и никогда не повторяется (даже в параллельных потоках).

Большие изменения произошли и в самих вузах. Современный вузовский образовательный мир сильно отличается от вчерашнего, изменились студенты, образовательная среда, источники знания требования и модель выпускника, сама педагогическая профессия и, тем не менее, наши вузы упорно продолжают функционировать в старом режиме - передачи информации. Если спросить любого студента, то он ответит, что в получении информации вузы не являются прерогативой и, что основную долю информации они получают не по вузовским каналам. Поэтому

на сегодня, очень важной проблемой представляется «неудовлетворенность многих студентов различными сторонами учебного процесса» [4, с. 7]. Во многих, даже развитых странах менее половины выпускников, обучавшихся даже в элитных школах, поступают в университеты и в другие вузы (Например, в Финляндии – 43%), то у нас же эта цифра зашкаливает к 100 процентам. Иметь диплом высшего, а лучше университетского образования (для многих знания, профессия не имеют большого значения) стала для молодежи подобие хобби. Учитывая эту слабость, многие вузы только имитируют освоение профессии. В связи с этим необходима серьёзная оптимизация всех уровней высшего образования [5, с. 97]. Как известно университеты не дают специализированных знаний, их выпускники получают общие знания, которые сегодня трудно назвать универсальными. А перевод ведущих педагогических вузов в университеты на много усугубило подготовку педагогические кадров. Была потеряна годами накопленная педагогическая жилка вузов по подготовке качественных учителей.

Схема подготовки педагогических кадров за рубежом очень проста: 50 процентов профессиональных теоретических и фундаментальных знаний даёт вуз, а 50 процентов профессиональных навыков формирует школа. Практические навыки профессиональной деятельности будущим учителям дают не в вузе (как это формально делают наши преподаватели, причём некоторые из них даже не работали в школе), а непосредственно на производстве – учителями профессионалами. И в этой ситуации, по мнению исследователя Н.А. Иванищева «одним из перспективных направлений совершенствования учебного процесса в высшей школе является построение индивидуальной траектории развития личности студента» и правильный выбор технологии сопровождения образовательного деятельности [3, с. 38 - 39]. Есть и другие причины, например, если раньше вузы самостоятельно искали оптимальные решения в своей деятельности, то сегодня даже стратегически важные инновации осуществляются под эгидой зарубежных проектов. Это практически стала нашей национальной, кыргызской особенностью. В этих проектах очередной раз закладываются моделирование учебного содержания и ожидаемые знания стедентов только минимального требования. Причем этот минимум с каждым новым проектом снижается. Другой более серьёзной причиной нынешней ситуации в педагогических вузах и, в целом, в высшем профессиональном образовании Кыргызской Республики кроется в неуверенности современного профессионального образования в злосчастном переходе на двухуровневую систему образования, в соответствии с Болонским процессом [6, с. 14]. .

Педагогические вузы, до сих пор не понимают преимущества этой системы, от ранее существовавшей – подготовки специалистов с квалификацией «учитель средней школы» и как следствие, не могут эффективно реализовать эту заморскую модель на практике. Интересен такой факт, что в самой Италии, где как говорится «родной» Болонский процесс должен бы работать и процветать во всех без исключений вузах. На самом же деле уже более 5 лет как итальянцы отказались участвовать в этом процессе. Ведущие вузы Италии как Bologna Law School, Pavia Law School и другие полностью отказались принимать его принципы и саму схему подготовки специалистов: 4+2 (4 года бакалавриата и 2 года магистратуры), а возвратились к ранее существовавшей пятилетней модели подготовки специалистов. В Швейцарии специалисты, имеющие старые дипломы считаются более квалифицированными, чем специалисты окончившие вузы по новым болонским стандартам.

Введение Болонского процесса натолкнулось на неприятие, прежде всего со стороны вузовских преподавателей. Например, профессор М. Райзер в знак протеста отказался от своего звания и должности в университете города Майнца (Германия). По его мнению, вузовским преподавателям не хватило смелости выступить против нововведений, которые уничтожают систему высшего образования Германии и всей Европы.

Педагогическим вузам Кыргызстана также следует серьезно подумать, ибо за 4 года невозможно подготовить квалифицированных учителей, а учеба в магистратуре на платной основе для большинства учителей не по карману. А те, кто все-таки сегодня учится в магистратуре, однозначно не мотивированы в будущем, работать в школах. Многие европейские вузы также отказались от Болонского процесса и вернулись к прежней пятилетней подготовке педагогических кадров. По информации из этих вузов довольны и студенты, и преподаватели. Только наши педагогические вузы продолжают попытку реализовать его принципы, хотя прекрасно видят, к каким издержкам он привёл. В странах, где Болонский процесс все-таки работает в школах учителями работают только с академической степенью магистра или Ph. В европейских вузах обучение в магистратуре бесплатное, в том числе и для иностранцев.

Двухуровневая система обучения в вузах позволяет молодёжи получить минимальное базовое высшее образование в форме бакалавриата на национальном уровне, а на мировом уровне – это баласт. Учитывая, что магистратура в Кыргызстане повсеместно платная, следовательно, она не доступна для большинства обучающихся будущих учителей. Таким образом, получается, что двухуровневая система и теоретически, и практически не имеет отношения к улучшению качества высшего педагогического профессионального образования. Мы считаем, что Болонский процесс — это сугубо геополитический процесс, где в международной конкуренции нашим выпускникам предназначены только последние места.

Заключение. Введение Болонского процесса (кредитной системы) оцень выгодно развитым странам для отбора и переманивания талантливой молодежи в свою экономику. Процесс «болонизации» в вузах идет с 2002 года. Срок солидный. Будучи продолжительное время, работая в учебно-инспекционном управлении Ошского государственного университета и проректором по учебной работе в Ошском государственном юридическом институте мы плотно занимались этой проблемой. Однако, до сих пор в вузах нет качественных учебных планов (не говоря об индивидуальной траекторией обучения), программ, учебников, учитывающие особенности кредитной технологии, недостаточна информационная база и т.д. В результате мы потеряли все лучшее и годами накопленный национальный опыт высшего профессионального педагогического образования. В педагогических вузах необхоимо обеспечить бесплатное магистерское образование, то есть дать выпускникам доступное, равное полноценное высшее образование; вернуться к прежней схеме подготовки учителей школ, но уже на новой современной платформе.

Литература

1. Аксёнова Э.А. Стратегия повышения профессионализма в школах мирового уровня Великобритании // Школьные технологии. 2013. -№2. – С.67 – 70.
2. Гапонюк П.Н. Функционирование и развитие образования как социально-экономической системы в условиях модернизации // Педагогика. -2011. - №7. – С. 27 – 33.
3. Иванищева Н.А. Социально-андрагогический подход в высшем многоуровневом образовании // Высшее образование сегодня. – 2011. - №9. – С. 38 – 42.
4. Манушин Э.А. Проблемы и перспективы инновационного развития российского высшего образования // Педагогика. – 2013. - №4. – С. 3 – 17.
5. Син Е.Е. Вопросы оптимизации процесса обучения в педагогическом вузе Кыргызстана. / Материалы XXX1 международной научно-практической конференциию. Наука вчера, сегодня, завтра. –С. 91 – 100.
6. Син Е.Е. Использование кредит-часов в вузе // Известия Кыргызской академии образования. – 2014. - № 3. –С. 13 – 17.
7. Син Е.Е. Проблемы поддержки многоуровневой системы высшего образования. // Вестник Кыргызского национального университета им. Ж. Баласагына. – 2013. – № 1. – С. 68 – 72.
8. www: caldwele @ edfac.unimeilb.edu.au

УДК 371

РОЛЬ НАРОДНОЙ ПЕДАГОГИКИ В ПРОЦЕССЕ ПОДГОТОВКИ БУДУЩЕГО ПЕДАГОГА

Ткачева С.А. к.п.н., доцент, Боталиева У.А. ст. преп.
Иссык-Кульский государственный университет им. К.Тыныстанова
г. Каракол tkacheva@iksu.kg, botalieva@iksu.kg

Аннотация. *В статье раскрывается роль народной педагогики в новых социокультурных условиях, в формирование готовности личности будущего педагога к целостному педагогическому процессу в процессе преподавании психолого-педагогических дисциплин. Авторами раскрыты основные средства народной педагогики: эпос, легенда, идеалы, игра и др.*

Ключевые слова: *народная педагогика, народная культура, устное творчество, мастера сказители, акын-импровизатор.*

БОЛОЧОК ПЕДАГОГДОРДУ ДАЯРДОО ПРОЦЕССИНДЕГИ ЭЛДИК ПЕДАГОГИКАНЫН РОЛУ

Ткачева С.А. п.и.к., доцент, Боталиева У.А.
К.Тыныстанов атындагы ЫсыкКөл мамлекеттик университети, Каракол ш.

Аннотация. *Макалада психологиялык-педагогикалык дисциплиналарды окутуу процессинде жаъы социомаданияттын шарттарында, болочок мугалимдерди бирдиктщц педагогикалык процесске даярдыгын калыптандырууда элдик педагогиканын ролу каралган. Элдик педагогиканын негизги каражаттары болгон эпос, легенда, идеал, оюндар авторлор тарабынан ачылган.*

Негизги сөздөр: *элдик педагогика, элдик маданият, оозеки чыгармачылык, сөз чеберлери, төкмө акындар.*

THE ROLE OF FOLK PEDAGOGY IN THE PREPARATION OF THE FUTURE TEACHER

Tkacheva S.A. c.p.s., assistant professor, Botalieva U.A. senior lecturer
Issyk-Kul state university K.Tynystanova, city of Karakol

Annotation. *The article deals with the role of folk pedagogy in new sociocultural conditions, in the formation of the future teacher's personality readiness for the pedagogical process in the work of teaching psychological and pedagogical disciplines. The authors reveal the main means of folk pedagogy epic, legend, ideals game.*

Keywords: *folk pedagogy, folk culture, oral creativity, master storytellers, akyn-improvisator.*

Введение. Каждая переходная эпоха сопровождается переосмыслением общественных и, государственных ценностей и, как следствие, появляются новые требования к подготовке учителей. В то же время переход общества от одной общественно-экономической формации к другой всегда сопровождается определенными социокультурными издержками. В частности, в нашей стране это привело к снижению уровня жизни большинства населения страны и к социальному расслоению общества. Отмечается разрушение сложившихся нравственно-этических норм, традиций семейного уклада, снижение воспитательного потенциала семьи, что приводит к росту отчужденности между членами семьи,

появлению социального сиротства, снижению здоровья детей и образования молодежи. На этом фоне растет детская преступность и беспризорность. Большая часть молодежи, не получая возможности самореализоваться, не достигая социально значимого успеха, пополняет ряды социальных неудачников. Все это диктует необходимость по-новому взглянуть на цель и задачи воспитания, определить новые ориентиры социального формирования молодежи и пересмотреть содержание, формы и методы подготовки будущих учителей к процессу обучения и воспитания в школе.

С учетом этих обстоятельств созданы правительственные программы «Кадры XXI века», «Новое поколение», «Манас жаштары», «Концепция воспитания школьников КР», внедряется «Адеп сабагы» и осуществляются другие мероприятия по совершенствованию образования и воспитания молодежи. В определении идеологических ориентиров воспитания большое значение имеет обращение к энциклопедии кыргызского народа эпосу «Манас».

Цель исследования - актуализировать значение профессиональной подготовки будущих педагогов, используя опыт народной педагогики. Изменений и модернизации требует, прежде всего, воспитательный аспект учительской профессии, который в большей степени, чем процесс обучения, определяется общими идеологическими ориентирами и социокультурными условиями общества. Высоко ценили значение народной педагогики и продуктивные народные идеи в воспитании Н.А.Бердяев, В.И.Водовозов, Н.И.Пирогов, Д.И.Писарев, Н.Г.Чернышевский, К.Д.Ушинский, В.А.Сухомлинский, А.С.Хомяков и др.

Весомый вклад в развитие кыргызской этнопедагогики, академик, доктор педагогических наук, профессор А.Э. Измайлов. Он рассматривает воспитательные особенности народов Востока и пути применения средств и методов народной педагогики. Измайлов А.Э. определяет народную педагогику как совокупность накопленных и проверенных практикой эмпирических знаний, сведений, умений и навыков, передаваемых из поколения в поколение преимущественно в устной форме, как продукт исторического и социального опыта народных масс. Памятники народной педагогики хранятся народом в создаваемых им сказках, легендах, эпосах, поговорках и пословицах, преломляются через призму национальных обычаев и традиций разных народов и, в конечном счете, имеют цель целенаправленно воспитывать и обучать молодое поколение на лучших идеалах народных масс [4]. Исследования отечественных ученых посвящены источникам и особенностям кыргызской народной педагогики. Работы Х.Ф.Анаркулова, Т.Э.Уметова, раскрывают специфику и возможности кыргызских народных игр [9]. Народная педагогика – составная часть коллективного народного творчества, олицетворяет собой думы и чаяния народа, отражает его идеалы, мировоззрение, представление о человеке, семье, воспитании подрастающего поколения. Общество может развиваться лишь в том случае, если старшие будут передавать младшим весь накопленный ими опыт. Овладев этим опытом, каждое новое поколение углубляет, развивает и совершенствует его, дополняя новыми знаниями, открытиями, изобретениями [5].

Материалы и объекты исследования - средства народной педагогики: пословицы, загадки, сказки, легенды, былины, эпосы, песни [4].

Современные исследователи выделяют в качестве средств народного воспитания слово, дело, общение, праздники, обряды, традиции. Подробную классификацию средств дает А.П.Орлова, включая все виды народного творчества, различные виды трудовой деятельности, родное слово, игры, обычаи, праздники. Больший интерес представляет классификация средств народной педагогики, предложенная В.А.Николаевым. Он выделяет три группы средств народной педагогики:

- материальные средства – природа, деятельность, предметы быта, предметы труда, предметы прикладного искусства;

- духовные средства – слово, родной язык, фольклор, религия, искусство, игра;
- соционормативные средства – традиция, обряды, этикет, общественное мнение. «… граница между средствами и их содержанием условна, так как сами средства выступают в роли и инструмента, и содержания воспитательного процесса» [4].

Следует отметить, что общего мнения относительно того, что вкладывать в понимание «средства народного воспитания» не выработано. Большинство исследователей к средствам народной педагогики относят произведения устного народного творчества, труд, игру, слово, общение, искусство, народные праздники и обряды, и т.д. Рассмотрим каждое из них подробнее.

В устном творчестве кыргызов эпическая поэзия играла доминирующую роль, и многие жанры словесного искусства испытывали мощное влияние эпической традиции [1].

В устном народном творчестве кыргызов «малым эпосом» обозначают различные по тематике эпические песни, не входящие в состав монументальной эпической трилогии «Манас».

В кыргызской фольклористике сложилась традиция подразделять «малые эпосы» на следующие жанровые группы: 1) эпосы сказочно-мифологического содержания, повествующие о борьбе героя с представителями мира природы и чудовищами иных миров («Кожожаш», «Эр Тоштук», «Жоодарбешим» и др); 2) эпосы героические, повествующие о борьбе героя с иноземными захватчиками и внутренними врагами, угрожающими независимости кыргызов и их отдельных родов («Курманбек», «Жаныш-Байыш», «Эр Табылды», «Шырдакбек», «Эр Солтоной», «Жаныл Мырза» и др.); 3) эпосы социально-бытового содержания, отражающие сложные коллизии общественных отношений и вековые мечты народа о справедливом социальном устройстве («Кедейкан», «Мендирман» и др.); 4) эпосы лирико-романтического содержания, главной темой которых является трагическая любовь героев («Олжобай и Кишимжан», «Саринжи-Бёкёй», «Кулмырза и Аксаткын», «Акмёёр» и др.).

В народной педагогике ярко представлен идеал женщины, способной на жертвы во имя родной земли. Это и мать, благословляющая богатыря на служение Отечеству, на добрые дела, жена, хранящая дом в его отсутствие, или это волевая, непреклонная в достижении цели женщина, как Каныкей, Айчурек, Кыз Сайкал, Жаныл Мырза, Курманжан датка освободившая своих соотечественников [5]. Они оказывается олицетворением народной мудрости, и благодаря уму они выходят победителями демонстрируя превосходство разума над физической силой, властью и общественным положением.

Большое воспитательное значение в раннем детстве имели сказки о животных и волшебные, формирующие важнейшие нравственные нормы будущего патриота: защита слабых, уважение к старшим, победа добра и т.д. Сказки выражали характер народа, его психологию и жизненные позиции, они всегда поучительны, назидательны и утверждают моральные истины. В сказках нередко показано, как простой мужик покоряет хана своей рассудительностью, смекалкой, ловкостью. Хан ценит умных и по-народному хитрых персонажей, их способность к остроумной, лукавой шутке, сообразительность: «Акылдуу бала», «Акыл Карачач», «Алдар Косо», проделки Куйручука и Апенди и т.д. Сказки пробуждают у слушателей целую гамму ощущений: веселье, юмор, радость, смех, нежность – и тут же ужас, жалость, горе. Синонимом истины всегда выступает добро. Герои сказок, былин, легенд всегда готовы прийти на помощь людям. Они любят свой край, свой народ, свою землю, защищают Родину от врагов, заботятся о ее процветании.

Для развития умственных способностей детей, сообразительности и смекалки широко использовались **загадки.** Народ издревле высоко ценил их, видя в них не только «проявление человеческой наблюдательности, но и неисчерпаемый источник мудрости, богатства идей» [7]. Загадки лаконичны по форме и занимательны по содержанию, что стимулирует познавательную активность детей, обладают большим развивающим потенциалом.

Развивая мышление, загадка знакомит человека с окружающим миром, привлекая внимание к незаметным сторонам предметов и явлений «Набита пухом, лежит под ухом» (подушка); «Никого не родила, а все матушкой зовут» (земля), «Летом серый, а зимой белый» (заяц) [6].

Особое место в народной педагогике занимали пословицы. В процессе воспитания пословицы и поговорки формировали нравственные качества: «В достатке не хвастайся, в нужде не теряйся», «В молодости – труд, в старости – достаток»; любовь к родной природе; любовь к родному краю: «Лучше быть рабом в своей родине, чем быть ханом в чужой земле» [7]; уважение к людям и добрососедство: «Мир и любовь – всему голова»; уважение к властям: «Бога бойся, а царя почитай»; готовность к защите Родины: «Родина – мать, умей за неё постоять» [6]. Конкретность, образность, ритмичность и краткость пословиц способствовали быстрому запоминанию их детьми и хранению в памяти народа.

По данным этнографических исследований были мастера-рассказчики, акыны-импровизаторы вокруг которых собирались и дети, и взрослое население. Они рассказывали о важнейших событиях, знаменитых земляках, национальных героях, богатырях и их подвигах. Слушая множество рассказов, историй, песен, дети наравне со взрослыми участвовали в творческом исполнительстве, испытывая яркие эмоциональные переживания. Разновозрастное общение способствовало обмену информацией между членами сообщества, стимулировало их самовоспитанию.

Сильное влияние на эмоциональную сферу человека оказывали произведения народного творчества, особенно народные песни, о которых Н.В.Гоголь писал: «Это народная история. Живая, яркая, исполненная красок, истины, обнажающая всю жизнь народа. Камень с красноречивым рельефом, с исторической надписью – ничто против этой живой, говорящей, звучащей о прошедшем летописи» [4]. В педагогике отроческий возраст характеризуется развитием межличностных отношений, взаимным обогащением знаниями, нравственными нормами. Самоутверждение подростков проходило в процессе подвижных игр, носивших коллективный характер. Являясь комплексным источником народного воспитания, особую значимость они представляли для физического развития личности. Эмоциональная окраска, дух соперничества, коллективное взаимодействие, физические усилия способствовали формированию качеств, необходимых для будущих защитников Отечества: выносливость, ловкость, взаимопомощь, ответственность за команду и др.

Наибольшей популярностью пользовались у детей доступные легкие игры: прятки, беш таш (пять камушек), ак чолмок (белый челнок), жоолук таштамай (подбросить платок), аркан тартмай (перетягивание каната), токту сурамай (просить барашка), ордо, тогуз коргол и др. Любая игра имела четкие правила для всех и соблюдение правил закрепляло важные нравственные качества: честность, справедливость, дисциплинированность, уважение к общественному мнению. Юноши принимали участие в военных играх, таких как борьба, улак тартыш, скачки, жамбы атмай, тыйын энмей, и др. Победа в состязаниях была почетной для всего рода, села, деревни. Стремление прославить их, не уронить чести, продолжить славные традиции выдающихся земляков рождало патриотические чувства.

В своих работах ученые доказали, что воспитательное значение игр имеет комплексный характер. Они обеспечивают: а) умственное развитие (наблюдательность, сообразительность, память, находчивость, остроумие, логичность речи]; б) физическое развитие (ловкость, сила, выносливость, глазомер]; в) овладение практическими навыками; г) развитие творчества (ролевые игры, имитация реальных объектов) и т.д.

Результаты исследования и их обсуждения.

Анализ организации и содержания процесса воспитания в народной педагогике позволил нам сделать вывод, что большое внимание уделялось интеллектуально-эмоциональному, потребностно-мотивационному и деятельностному

развитию личности, а также выделить его основные принципы.

По данным этнопедагогических исследований, основой существования людей была общинная жизнедеятельность, а одним из принципов воспитания – коллективность. Совместный труд и защита от неприятеля, единые обычаи и традиции, общие праздничные мероприятия определяли и коллективное воспитание подрастающего поколения.

Малые дети и подростки были постоянно на виду у взрослых и сверстников, им всегда находилось посильное, но настоящее дело. Большое воспитательное значение имело общественное мнение, коллективное отношение к чему-либо: похвала, одобрение, осуждение, нарекание и т.д.

В ходе совместной деятельности, игр подростки учились вести себя в обществе, соотносить свои потребности с интересами окружающих, соблюдать установленные правила.

Среди принципов народной педагогики основным считается принцип природосообразности, выдвинутый еще Я.А.Коменским, определяющий использование всего многообразия методов народного воспитания с целью максимального учета пола, возраста, наклонностей, интересов ребенка.

Традиционно в народной педагогике существовало деление семейного воспитания на специфический мужской и женский тип личности, стиль мышления, восприятия, поведения. Обязанности в семье, в труде и других видах деятельности распределялись с учетом возраста, физических возможностей и способностей ребят.

Следующим принципом народной педагогики ряд исследователей называет народность. Воспитание детей происходило в соответствии с общественно-историческим опытом, накопленным предыдущими поколениями и основанным на народных традициях.

Этому помогало «сохранение произведений народного творчества, обычаев, праздников, исполнение обрядов, ритуалов, которые определяли педагогические воззрения и формировали социально значимые качества и нормы поведения» [2].

В процессе подготовки будущего педагога в вузе к целостному педагогическому процессу школы, на занятиях психолого-педагогического цикла мы активно используем средства народной педагогики.

Например, в процессе изучения дисциплины «Психология», изучая такие темы как: «Темперамент», «Характер», «Общение», «Виды деятельности» мы охотно используем потенциал национальных эпосов, сказок, например, тема: «Индивидуально типологические особенности личности». •Задание: 1) Внимательно рассмотрите известные исторические полотна портреты «Петра I», «Курманжан датки», «К.Тыныстанова», «Манаса», «Чарльз Дарвина».

Если верно, что внешность человека, выражение его лица отражают характер, о каких общих чертах характера Петра I, Курманжан датки, Манаса, К. Тыныстанова, Ч. Дарвина дают представление эти полотна? 2) Как вы думаете, можно ли считать вышеуказанные личности незаурядной натурой? Почему? Как это связано с темпераментом личности. Обоснуйте цитатой из народного произведения. 3) Дома выполняем самостоятельную работу по теме: «Личность Ошпура» Пастух Ошпур – этноучитель в оценках современных педагогов.

Предварительное задание: найти в Интернете, отобрать и систематизировать произведения современных учёных, иллюстрирующих личность этно-учителей, воспитателей (можно зайти на сайты лучшие педагоги страны).

Задание 1. Составить библиографический список литературы отражающий жизнь и творчества эпических педагогов Кыргызстана.

Задание 2. Составьте презентацию и защитите.

Огромное значение народной педагогики раскрывается в процессе изучения дисциплины «Педагогика», а именно ее раздела «Воспитание». Например, изучая тему «Патриотическое воспитание и его особенности» будущим педагогам

предлагается обосновать определение дефиниций: воспитание, патриот,

Родина, опираясь на различные энциклопедические источники, следующий шаг – групповая работа. Каждой группе предлагается взять Кыргызское национальное произведение (былину, эпос, сказку и т.д) раскрыть процесс и структуру, патриотического воспитания, доказать его актуальность в 21 веке. Описать центральные принципы народной педагогики. Составить презентацию и защитить.

Заключение. Народная педагогика как вид духовной культуры общества выполняет существенные функции общественной жизни: гуманизации, социализации, индивидуализации подрастающего поколения. Они осуществляются конкретно – исторически, их направления обусловлена классовой природой общества; зависят они и от национальных условий жизни.

В своем чистом виде народная педагогика уже, наверное, не возродится – это будет сплав профессиональных знаний и опыта старших поколений.

Педагогика миллионов – не вечно живой источник идей и мудрости, а потому только не отрываясь от живого дела и практики, может развиваться современная теория воспитания.

Литература

1. Антология педагогической мысли Киргизской ССР. М, Педагогика, 1988. - С.45.
2. Антология педагогической мысли Древней Руси и Русского государства Х1У-ХУ11 вв. / сост. С. Д. Бабишин, Б. Н. Митюров. - М.: Педагогика, 1985. -С.89.
3. Волков Г. Н. Этнопедагогика: учеб. для студ. сред. и высш. пед. учеб. заведений. - М.: Академия, 1999.-С.36.
4. Измайлов А.Э. Народная педагогика: педагогические воззрения народов Средней Азии и Казахстана. [Текст] А.Э. Измайлов / М.: Педагогика, 1991. -С.21.
5. Рахимова М.Р., ПанковаТ.В. Кыргызская народная педагогика. - Бишкек, 1993. -С.35.
6. Русские народные загадки, пословицы, поговорки /сост. Ю.Г.Круглов. - М.: Просв. 1990
7. Сарбагышова Н.М. Кыргызские пословицы и поговорки. – Бишкек, 2011. - С.75.
8. Гасанов З.Т. Социально-педагогические основы интернационального и патриотического воспитания учащихся. Махачкала: Дагучпедгиз, 1973. -С. 145 .
9. Уметов Т.Э., Тельтаева А.К. Педагогические возможности кыргызской народной педагогики в преподавании физики // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2016. – Т. 43. – С. 151–158. – URL: http://e-koncept.ru/2016/76441.htm.

УДК: 370.1/35.17

ЖАЛАЛ-АБАД ШААРЫНДАГЫ КЫЗ – КЕЛИНДЕР АРАСЫНДА ВОЛЕЙБОЛ ОЮНУНУН ТАРАЛЫШЫ

Умуркулова Ч.Ж.[1], Элеманов М.И.[2], Исаев Т.А.[1]
Жалал-Абад шаарындагы К.Ш. Токтомаматов атындагы Эл аралык университети[1],
Сузак Райондук билим берүү бөлүмү[2]

Аннотация. *Волейбол оюнунун жалпы эле инсандын ден соолугу үчүн мааниси, ошондой эле Жалал-Абад шаарындагы кыз – келиндер арасында бүгүнкү күндө ойнолушу жана таралышы тууралуу баяндалат.*

Негизги сөздөр: *спорт, волейбол, Жалал-Абад шаары, лига, кыз-келиндер, ден соолук, шамдагайлык.*

РАСПРОСТРАНЕНИЕ ИГРЫ ВОЛЕЙБОЛ СРЕДИ ЖЕНСКИХ КОМАНД ГОРОДА ЖАЛАЛ-АБАД

Умуркулова Ч.Ж.[1], Элеманов М.И.[2], Исаев Т.А.[1]
Международный университет им. К.Ш. Токтомаматова, г.Жалал-Абад[1],
Сузакский районный отдел образования[2]

Аннотация. *В работе подчеркивается важность игры в волейбол для здоровья личности, о сегодняшних играх среди женских команд города Жалал-Абад, их влиянии и распространении.*

Ключевые слова: *спорт, волейбол, город Жалал-Абад, лига, женское здоровье, ловкость.*

THE DISTRIBUTION OF THE VALLEYBALL GAME AMONG WOMEN OF THE CITY OF JALAL-ABAD

Umurkulova Ch.Zh.[1], Elemanov M.I[2]., Isaev T.A.[1]
International University named after K.Sh. Toktomamatov of Zhalal-Abad[1]c.
Suzak rayon education department[2]

Abstract. *It describes the role of volleyball game for the health and today its distribution among women of the city of Jalal-Abad.*

Key words: *sport, volleyball, the city of Jalal-Abad, league, women, adroitness.*

Киришүү. Кыргызстандын Түштүк регионунда жайгашкан Жалал-Абад областынын борбору Жалал-Абад шаарында кыз-келиндер арасында бүгүнкү күндө волейбол оюнун ойноо колго алынган. Анкени, замандын талабына ылайык коомдун бирден - бир маанилүү өзгөчөлүктөрүнүн бири болуп андагы баардык тармактардын, айрыкча өндүрүштүн, илимий чөйрөдө - изилдөөлөрдүн, билим берүүнүн, медициналын, техниканын, спорттун эң жогорку темпте өсүп өнүгүүсү жана илимий-техникалык прогресстин коштоосунда ар дайым жаңыланып, улам бир жаңы деңгээлге көтөрүлүп, өзгөрүп туруусу саналат. Маселени ушул өңүттөн алып караганда, жергиликтүү жашоочулар замандын агымына карай волейбол оюнун ойноодо өз активдүүлүгүн көрсөтүп келишет.

Алгач волейбол оюнунун келип чыгуу тарыхына токтолсок, “волейбол” англис тилинен “volleyball”, “volley”- “топту жогортон уруу”, “учуп келип уруу”,” учкан топту уруу”, ал эми “ball” “топ” деген мааниде. Демек, учуп келе жаткан топту жогортон учуп уруу деген мааниде айтылат[2]. Кээ бир серепчилер спорттун тарыхы адам баласынын жаралганынан баштап эле пайда болгондугун айтышат. Мисалы, байыркы дооорлордо Кытайда

биздин заманга чейин 4000 мин жыл мурун гимнастикага окшош спорт түрү бар экени далилденген. Бирок, азыркы биз билген спорт жана спорттун түрлөрү кийин эле пайда болуп, ар кандай мелдештер уюштурулуп келе жатат. Спорт мелдеш, атаандаштык катары гана эмес адам баласынын ден соолугун чындоодо эн башкы ролду ойноорун билишибиз керек. Анткени, спорт аркылуу адам баласы ден соолугун чыңдап, карылыка чейин оорубай, узун өмүр сүрүүнүн жолдорунун бири. Ошондуктан, дээрлик баардык өлкөлөрдө спорт менен машыгуу улуттук денгээлде көтөрүлгөн. Кыргыз элинде өткөн замандардан баштап эле спортко өзгөчө көңүл бурушчу. Анткени, көчмөн калк болгондуктан жана ар кандай согушка даяр болуш үчүн кыргыздын эр азаматтары спорттун ар кандай түрлөрү менен машыккан. Мисалы, улуттук каада-салттагы спорттук оюндар: балбан күрөш, эр сайыш, жамбы атмай, эр оодарыш, ат чабыш, улак тартыш жана стратегиялык маанидеги оюндар: ордо, тогуз коргоол, чатыраш. Азыркы спорттун түрлөрү Кыргызстанда Совет бийлиги орногондон кийин өнүгүп баштаган. Эгемендүүлүктү алгандан кийин өзүбүздүн спортчуларыбыз Кыргызстандын желегин желбиретишип, ар кандай мелдештерде жакшы жыйынтыктарга жетишүүдө [1, 212].

Дене тарбия жана спорт системасынын адистери коомдун талабына жараша педагогика, социология ж.б. илимий тармактардан жетиштүү денгээлде билимдүү жана илимий- методикалык даярдыкта болсо үзүрлүү эмгектене албайт жана алардын кызматынын пайдалуулугу төмөн болот. Ошондуктан дене тарбия адистерин даярдоодо илимий изилдөө иштеринин негиздерин, мыйзам ченемдүүлүктөрүн, анын методикалык өзгөчөлүктөрүн окутуу, заманбап изилдөө методдору жана каражаттары менен таныштыруу жана илимий жыйынтыктарды туура пайдалануу, күнүмдүк практикада илимий ачылыштарды туура колдоно билүүнү уйрөтүү окутуунун эц негизги максаты болуп эсептелерине басым жасалууда.

Дене тарбиянын теориясынын жана методикасынын илим катары пайда болуу тарыхын талдоо, алардын өнүгүшүн бир нече этаптарга бөлүп кароонун негизинде жүргузүүнү талап кылат. Биринчи этап – адамдын күнүмдүк ишмердүүгүнүн жыйынтыгында алынган кыймыл аракеттеринин организимге болгон таасири тууралуу эмпирикалык билимдер. Мындай билимдердин жыйналышы “көнүгүү жасоонун натыйжалуулугун “түшүнө билүүгө жана тажрыйба алмаштырууну таанууга алып келди. Экинчи этап – дене тарбия боюнча биринчи усулдардын иштеп чыгарылышы орто кылымды жана Байыркы Греция мамлекеттеринин кул ээлөчүлүк мезгилин камтыйт. Ошол усулдардын түзүлүшү адамдын организмине физикалык көнүгүүлөрдүн физиологиялык жактан таасирин эске албастан, педагогдордун, врачтардын топтогон “көнүгүүлөрүнүн натыйжалуулугу” боюнча, алардын тажрыйбаларынын негизинде жүргөн. Мисал катары Египет, байыркы Персия, байыркы грек шаарлары Спарта менен Афинадагы жаштарды тарбиялоо системаларын келтирсе болот. Алгач жеке усулдар - конкреттүү кыймылдарды, эмгек, мергенчилик, согуш куралдарын колдоно билүүгө, өзүнчө бир көнүгүүлөр-сууда сүзүү, найза ыргытуу, кылыч менен согушуу, күрөшүүнү үйрөтүүнүн натыйжалуу ыкмалары өнүккөн. Кийин, көптөгөн тажрыйба топтоолордун негизинде гимнастика, ат минүү, кылыч менен согушуу ж.б. боюнча алгачкы окуу куралы пайда болгон. Тажрыйбанын топтолушуна жана дене тарбияны маселелери менен алектенген педагогика илими пайда болду. Дене тарбия билиминин өнүгүүсү жана процессинин өзгөчөлүгүн белгилөө – анын максаты, принциптери, каражаттары, усулдарынын акыл тарбиялоодон олуттуу түрдө айырмаланып тургандыгын аныктады, ал анын билимдин өз алдынча-дене тарбия илими болуп бөлүнүп чыгышына түрткү берди.

Ошентип, гимнастика, жецил атлетика жана башка көнүгүүлөргө үйрөтүү өздөрүнүн негизинде кыймыл көндүмдөрүн калыптандыруу, кыймыл сапаттарын өнүктүрүү жана бул процесстерди башкаруунун жалпы мыйзам ченемдүүлүктөрүнө ээ. Ошону менен бирге, илимий билимдердин дене тарбиянын бирдиктүү теория жана методикасына

интеграцияланышы ишке ашкан, ошентип Кайра жаралуу доорунан XIX кылымдын аягына чейин камтыган мезгилди, өнүгүүнүн үчүнчү этабы катары белгилесе болот [3, 62].

Дене тарбиянын теориясы жана методикасы, адамзат тарабынан бул жаатта жеткиликтүү тажрыйба топтолгондо гана пайда болушу мүмкүн. Врачтар, педагогдор, философтор дене тарбия усулдары жана каражаттары тууралуу жалпылоочу корутундуларды чыгарганда, алгачкы маалыматтар Байыркы Грецияда жана башка мамлекеттерде пайда болгон. XVI-XVII кылымдарда алардын адам жаратылышын, коомдогу анын ролун, инсанды тарбиялоо көйгөйлөрүн таануу дене тарбиянын маанилүүлүгүн түшүнүүгө алып келет. Дене тарбиянын педагогикалык жана социологиялык аспектилерине тиешелүү болгон көз караштардын ар кандай системалары түзүлдү. Ян Амос Коменскийдин теориясы физикалык көнүгүүлөр менен машыгууну баланын эмгек билгичтигинин негизинде жүргүзүү жана аны турмушка даяр болушуна көмөк көрсөтүү менен, аны физикалык, мүнөздүк тарбия менен камсыз кылуу керек деген ишенимге негизделген. Джон Локктун “Балдарды тарбиялоо боюнча ойлор” деген китебинде берилген коз караштары жеке саламаттыгына жетүүгө, эсендикте болууга шыктуу, дени сак жигиттерди тарбиялоого багытталган. Жан Жак Руссонун дене тарбия системасы эркек балдар жана кыздарды дифференцирленген тарбиялоодон айырмаланып турат. Ал, эркек балдарды кичинесинен баштап чыйралтуу керек, муздак сууда жуунтуу, күчтү өнүктүрүү жана эркти тарбиялоо үчүн физикалык конүгүүлөргө үйрөтүү керек деп эсептелген. Кыздарды физикалык жактан тарбиялоо келбеттүүлүктү, кыймылдын жецил болушун өнүктүрүү менен чектелиши керек деп белгилеген [2].

Волейбол – топ менен ойнолуучу командалык спорт оюну. Волейбол менен машыгуу тез жана так реакция жасоону, шамдагайлыкты, көз менен болжолдоону өөрчүтөт, кыймыл координацияларын жакшыртат. Оюнда дененин жалпы өөрчүшүнө, келбетти жакшыртууга түрткү берүүчү ар кандай кыймылдар (топту ар кандай абалда берүү жана уруу, секирүү, эцкейүү, чалкалоо, денени алга, артка буруу) көп жасалат. Спорттун волейбол менен машыгууну балдар 9 жашынан баштаса болот. Мелдештерге катышууга 11-12 жаштан уруксат берилет. Волейбол менен машыгууда колдун манжаларынын травмасы, урунуу, байламталардын чоюлушу жана башка болушу мүмкүн. Травмалардын алдын алууда туура ойноо техникасына ээ болуу, оюн аянты текши жана спорттук бут кийимдин ынгайлуу болушу чон мааниге ээ. Волейбол ойноо анча татаал эмес, аны залда жана ачык абада ойноого болот. Ошондуктан ал активдуу эс алуунун жана ден соолукту чындоонун мыкты каражаты болуп эсептелет. Аны ден соолугунда олуттуу өзгөрүүлөр болбогон ар кандай куралтагы адамдар ойной алышат. Улгайган адамдар волейбол менен такай машыгуудан мурда врач менен кецешүүсү зарыл.

Спорттун аябагандай тездик менен көпчүлүк адамдардын турмушуна активдүү кириши, ар бир үй- бүлөнүн күнүмдүк жашоосунун ажырагыс бир бөлүгү болуп калышы жана жогорку квалификациядагы спортчуларды даярдоо системасын үзгүлтүксүз өнүктүрүү аракети бул тармакка теориялык, практикалык жана илимий - методикалык даярдыгы бар адистерди тартууну талап кылат. Спорттун өнүгүүсү - илимдердин өнүгүүсүнүн практикалык жыйынтыгы. Тактап айтканда спорт - бул бир канча илимий ачылыштардын жайынтыгынан өсүп - өнүгүүчү, жөндөмдүү адамдардын практикалык ишмердүүлүгүнүн бир чөйрөсү. Ошондуктан дене тарбия жана спорт адистерин даярдоо окуу пландарына “илим-изилдоонун негиздери жана ыкмалары” деген атайын милдеттүү сабак киргизилген .

1920-жылдын экинчи жарым жылдыгынан баштап оюндун негизги элементтери пайда болуп (берүү пас чабуулчу уруу жана блок) командандын кыймылы өнүгөт. Түшүнүүнү талап кылат, өнөктөш менен бирге ойноо (мисалы, “өчүрүү” топту атаандаштын аянтчасына анык эмес жана өз убагында уруу мүмкүн эмес). 1930-жылы группалар пайда болот (2 же 3 оюнчунун катышуусу менен коргоо командасы) блок жана камсыздандыруу, жацы чабуулчу-ошону менен алдамчы-уруу. Экинчи дүйнөлүк согуштан кийин аз эмес

техникалык мисалдар пайда болду. 1960-жж волейболисттер башка нерселерге, топту алууну жыгылуу жана тоголонуу жана блок менен колду жылдыруу менен атаандаштын жагына, ал эми 1980-жж топту секирүү менен берүү ыкмалары пайда болгон. Кыргыз Республикасында волейбол оюну боюнча алгач кыз-келиндер арасында биринчи жолу Түрк «СЕБАТ» лицейдин (азыркы САПАТ) ата-энелери тарабынан 2014-жылдары уюштурулган. Мында жаш чектелген эмес.

Изилдөөнүн жыйынтыгы. 2016-жылы 40 жаштан жогорку айымдар арасында Ысык-Көлдө волейбол боюнча биринчи турнир өткөрүлгөн. Мында 12 команда катышкан. 2017-жылдын ноябрь айында Кыргыз Республикасынын волейбол федерациясы тарабынан бул иш-чара колго алынып, волейбол федерациясы 40 жаштан жогорку айымдардын арасында биринчи жолу Республикалык денгээлде оюн уюштурушкан. Бул оюнду Эгембердиева Рахат, Аманова Барчынай жана Тентимишова Замира айымдар уюштурушту. Мында Кыргыз Республикасы боюнча 20 команда катышты. Командалардын көптүгүнө байланыштуу А жана В лига болуп бөлүнүшүп ойношту. Жыйынтыгында А лигасынан 1 - орунду - Ак-Ниет командасы. Ал эми В лигасынан 1- орун Көк-Арт ; 2 - орун - Ош; 3-орун - Ош- Датка командалары ээлешти.

Жыл сайын Республиканын түштүк региондорунда Ош, Жалал-Абад жана Баткен областарынын спортту сүйүүчү 40 жаштан жогорку айымдарынын ортосунда бүткүл дүйнөлүк “Энелердин күнүнө” карата көчмө волейбол турнири өткөрүлүп келет. 2018 - жылдын 24-25-февралында Ош шаарында энелер лигасынын биринчи туру өткөрүлдү. Мында жалпы 13 команда катышты. Бул оюндун уюштуруучулары Жаанбаева Махабат жана Турдуева Тамара эжекелер болду. Жыйынтыгында: 1-орун – Ош, 2-орун – Ноокат, 3-орун – Ош-Датка командалары байгелүү орундарды багындырышты. Бул лиганын максаты ар кесиптин ээлери болгон айымдардын ортосунда биримдикти, ынтымакты, достукту бекемдөө жана энелердин ден соолугун чындоо. Мындай оюндар жер-жерлерде өткөрүлүп келүүдө. Бул иш-чара Кыргыз Республикасынын Волейбол Федерациясынын президенти Сатыбалдиев Эльмурза Ракиевич тарабынан колго алынды.

Жалал-Абад шаарында акыркы эки жылдан бери волейбол оюнун өнүктүрүү бонча аялдар арасында салтка айланган ай сайын турнир өткөрүлөт. Турнирге 40 жаштан жогорку волейбол оюнун сүйүүчү айымдар катышат. Бул айымдардын арасында көп балалуу энелер, мугалимдер, врачтар жана башка кесиптин ээлери бар. Турнирдин максаты “эне аман, бала аман, эл аман” демекчи энелердин ден соолугун чындоо, волейбол оюнун даназалоо жана бирдиктүү болуу. Турнирде жалпы 6 команда ай сайын оюн уюштурушат. Алар: Жалал-Абад шаарындагы Эл аралык университети, Жалал-Абад мамлекеттик университети, Көк-Арт кичи шаарчасынын Көк-Арт командасы, Жал Кыз, Медайым 1 жана 2 командалары катышты. Чындыгында келгенде бул турнирге эч ким демөөрчүлүк кылбайт. Оюнга ар бир команда 1200 сомдон акы төлөп кирет. Себеби 1, 2, 3-орундарды ээлеген командаларга дем-күч берүү максатында акчалай сыйлык тапшырылат. Оюндан сон командалар биригип жетишкен ийгилик, кетирген кемчиликтерди айтып берүү, бири-бири менен пикир алмашуу менен бирге алга карай умтулуу, бирдиктүү болуу жана ынтымакты сактоо алардын негизги максаттары жана бул турнирди салтка айлантуу.

Корутунду. Улуттун ден соолугун чыцдоодо энелердин салымы өтө чоц. Шаардын ичинде ойнолуп келе жаткан кыз-келиндер арасындагы волейбол оюну башка аймактардагы жергиликтүү жашоочулар арасында да өткөрүлсө, региондун спорттук жактан өнүгүшүнө салым кошкон болоор элек.

Адабияттар

1. Бердибаева Н.М. Волейболдун келип чыгыш тарыхы жана учрдагы абалы. // Наука новые технологии и инновации Кыргызыстана. - №8, 2016. -56 б.
2. Волейбол. Под.общ. ред. М.Фидлер. Физкультура и спорт. – Москва, 1979.- С.46.
3. Джанузаков К.Ч. Илимий изилдөөнүн негиздери жана спортто колдонулуучу методдору. – Бишкек, 2014. –С.69.

УДК 796.054.22+81:796.015.134

МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ СЛОЖНЫМ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКИМ ДЕЙСТВИЯМ ВОЛЬНОЙ БОРЬБЫ В УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОЙ ГРУППЕ

Чалов Б.И. доцент, Кадырбек уулу Б. магистрант
Кыргызская государственная академия физической культуры и спорта, г.Бишкек

Аннотация. *В данной статье авторы рассматривают методику обучения сложным технико-тактическим действиям в вольной борьбе в учебно-тренировочной группе.*

Ключевые слова: *технико-тактическая подготовка, весовая категория, спортивная борьба, специальные упражнения, учебно-тренировочная группа, вольная борьба.*

ОКУУ-МАШЫГУУ ТАЙПАСЫНДАГЫ ЭРКИН КҮРӨШТҮН ТАТААЛ ТЕХНИКАЛЫК-ТАКТИКАЛЫК КЫЙМЫЛДАРГА ОКУТУУНУН МЕТОДИКАСЫ

Чалов Б.И. доцент, Кадырбек уулу Б. магистрант
Кыргыз мамлекеттик дене тарбия жана спорт академиясы, Бишкек ш.

Аннотация. *Бул макалада авторлор эркин күрөштөгү окуу-машыгуу тайпасынданы татаал техникалык-тактикалык кыймылдардын окутуу методикасын карашат.*

Негизги сөздөр: *техникалык-тактикалык даярдоо, салмактык категория, спорттук күрөш, атайын көнүгүүлөр, окуу-машыгуучу топ, эркин күрөш.*

METHODS OF TEACHING COMPLEX TECHNICAL AND TACTICAL ACTIONS IN WRESTLING IN THE TRAINING GROUP

B. I. Chalov, Kadyrbek uulu Berdibek master student
Kyrgyz state academy of physical culture and sport, Bishkek c.

Abstract. *In this article authors consider a technique of training complex technical and tactical actions in free-style wrestling in educational and training group.*

Key words: *technical-tactical training, the weight category, wrestling, special exercises, training group, wrestling.*

Актуальность исследования. Современная вольная борьба требует от спортсмена хорошей физической, функциональной и технико-тактической подготовки. Сокращение времени схватки привело к тому, что увеличилась интенсивность борцовского поединка. Время на подготовку любой атаки, особенно в партере, сократилось. Наметилась тенденция к увеличению общего арсенала технических действий и разнообразия их структуры. Для дальнейшего роста спортивного мастерства все большее значение приобретает четкое определение общей тенденции развития технико-тактического мастерства, изучение атакующих действий, наиболее успешно применяемых борцами на соревнованиях. В связи с этим возникает вопрос, как эффективнее атаковать противника и какие использовать технико-тактические действия для одержания победы. Изучение и совершенствование эффективных технико-тактических действий в вольной борьбе посвящены исследования многих авторов [4,5,6].

Цель исследования - повышение эффективности соревновательной деятельности борцов на основе обучения сложным технико-тактическим действиям.

Задачи исследования:

1. Определить основные теоретико-методические основы обучения сложным технико-тактическим действиям вольной борьбы.
2. Разработать ситуационные задания для начального обучения и сложные технико-

тактические действия вольной борьбы при переходе из стойки в партер.

3. Экспериментальное определение эффективности методики обучения сложным технико-тактическим действиям вольной борьбы.

Объект исследования - технико-тактическая подготовка борцов вольного стиля 1и 2 курсов.

Предмет исследования - сложные технико-тактические действия в вольной борьбе.

Методы исследования:

- анализ и обобщение данных научно-методической литературы;
- педагогические наблюдения;
- опрос (беседа, анкетирование);
- анализ соревновательной деятельности борцов;
- педагогический эксперимент;
- математико-статистическая обработка.

База исследования: Спортивно-детская юношеская школа олимпийского резерва (СДЮШОР) №5 Ленинского района, г.Бишкек. Группа начальной подготовки (ГНП), Учебно-тренировочная группа (УТГ), кафедра борьбы.

Результаты исследования. Дальнейшее повышение эффективности тренировочного процесса в вольной борьбе в значительной мере связано с совершенствованием методики обучения технико-тактическим действиям. Однако, отсутствие единого мнения по многим вопросам выбора и эффективности различных применяемых методов и методик обучения свидетельствует о том, что этот вопрос изучен еще недостаточно. Организация работ по данной проблеме является актуальной и обосновывается практической значимостью.

Практическая значимость и пути внедрения результатов исследования в практику заключаются в возможности их использования:

- для контроля за эффективностью выполнения сложных технико-тактических действий спортсменами различной квалификации;
- для практического проведения занятий по вольной борьбе и внесения дополнения в учебные программы, используемые в различных возрастных группах.

Анализ состояния вопроса в теории и практике спортивной борьбы показывает, что сложные атакующие действия занимают ведущее место в арсенале средств достижения победы. На основе анализа большого количества соревновательных поединков борцов высокого класса, данных анкетного опроса, ритмовой структуры атакующих действий, математических расчётов, а также анализа физических и психических состояний будет обоснована целесообразность обучения технико-тактическим действиям [1,2,3].

Заключение. При изучении последовательности обучения приемам спортивной борьбы, на первых этапах обучения необходимо вооружать занимающихся умением ведения схватки в комбинационном стиле. Объясняется с физиологической точки зрения, как доминирующее воздействие первого раздражителя в начальном периоде обучения. Первый раздражитель, наиболее впечатлительный, способствует формированию соответствующих связей в коре головного мозга, отличающихся большой устойчивостью [7].

С педагогической точки зрения полнота и точность опережающего отражения действительности "акцентом результата действия" зависит от того, насколько грамотно был построен процесс обучения и тренировки конкретного спортсмена. Дальнейшее повышение эффективности тренировочного процесса в вольной борьбе в значительной мере связано с совершенствованием методики обучения технико-тактическим действиям. Однако, отсутствие единого мнения по многим вопросам выбора и эффективности различных применяемых методов и методик обучения свидетельствует о том, что этот вопрос изучен еще недостаточно.

Литература

1. Алиханов И.И. Проблема технико-тактической подготовки борцов вольного стиля // Совершенствование системы подготовки борцов высокого класса.

Материалы Всесоюз. науч. конф. – М.: 1976, - С. 35-26.
2. Ашмарин Б.А. Теория и методика педагогических исследований в физическом воспитании. - М.: Физкультура и спорт, 1978. - 223 с.
3. Боголепов В.А. Основы тактической подготовки проведения некоторых приемов классической борьбы: Автореф. дисс. ... канд. пед. наук. - М.: 1958. - 16 с.
4. Галковский Н.М., Катулин А.З., Чионов Н.Г. Борьба классическая и вольная: Учеб. пособие для ин-тов физ. культ. - М.: Физкультура и спорт, 1952. – С.45.
5. Калмыков С.В. Система соревнований юных борцов особенности подготовки к ним мальчиков младшего школьного возраста: Автореф. дисс. ... канд. пед. наук. -М.: 1976. -19 с.
6. Карпинский А.А. Тактика в спортивной борьбе // Спортивная борьба: Ежегодник. - М.: Физкультура и спорт, 1972. - С. 22-26.
7. Юшков О.П. Совершенствование технического мастерства борцов // Теория и практика физической культуры. – М.: 1975, № 3, -С. 13-15.

УДК 796.015.1

ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА БОРЦОВ 11-12 ЛЕТ С УЧЁТОМ ВЕСОВЫХ КАТЕГОРИЙ

Чалов Б.И. доцент, Эсенбек уулу А. магистрант
Кыргызская государственная академия физической культуры и спорта, г.Бишкек

Аннотация. *В данной статье авторы рассматривают технико-тактическую подготовку борцов 11-12 лет с учётом их весовых категорий.*

Ключевые слова: *борцы 11-12 лет, технико-тактическая подготовка, весовая категория, спортивная борьба, специальные упражнения.*

11-12 ЖАШТАГЫ БАЛБАНДАРДЫН САЛМАКТЫК КАТЕГОРИЯЛАРЫН ЭСКЕ АЛУУ МЕНЕН ТЕХНИКАЛЫК-ТАКТИКАЛЫК ДАЯРДЫГЫ

Чалов Б. И. доцент, Эсенбек уулу А. магистрант
Кыргыз мамлекеттик дене тарбия жана спорт академиясы, Бишкек ш.

Аннотация. *Бул макалада авторлор 11-12 жаштагы балбандардын техникалык-тактикалык даярдыгын эске алуу менен алардын салмактык категорияларын карайт.*

Негизги сөздөр: *техникалык-тактикалык даярдоо, 11-12 жаштагы балбандар, салмактык даража, спорттук күрөш, атайын көнүгүүлөр.*

TECHNICAL-TACTICAL TRAINING OF WRESTLERS 11-12 YEARS TAKING INTO ACCOUNT WEIGHT CATEGORIES

Chalov B. I., Esenbek uulu Azim master student
Kyrgyz state Academy of physical culture and sport, Bishkek c.

Annotation. *In this article authors consider technical and tactical preparation of wrestlers of 11-12 years taking into account their weight categories.*

Key words: *technical-tactical training of wrestlers 11-12 years, weight category, wrestling, special exercises.*

Актуальность исследования. Развитие современного спорта, а также динамика высших достижений находятся на том уровне, когда очередное превышение существующих результатов даётся с возрастающим трудом, требует прогрессирующих затрат сил, времени и других ресурсов. В связи с этим, оптимизация многолетнего процесса подготовки должна осуществляться уже на ранних этапах спортивной специализации.

По мнению многих специалистов по спортивной борьбе технико-тактическая подготовка является системообразующей в формировании и совершенствовании арсенала эффективного ведения противоборства. Авторы отмечают особую важность технико-тактической подготовки на начальных этапах занятий борьбой, т.к. в этот период происходит формирование основ будущего спортивного мастерства.

Взгляды многих специалистов совпадают в том, что координационные способности являются предпосылкой успешного освоения техники вида спорта. Это позволяет говорить о том, что основой для успешной соревновательной деятельности в борьбе является технико-тактическая подготовленность, а предпосылкой к успешному освоению основ противоборства будет высокий уровень развития способностей. Следовательно, целенаправленное совершенствование специальных способностей (важнейших для данного вида спорта) в благоприятные для этого периоды, даст возможность более успешного освоения технико-тактического арсенала борьбы и его применения в соревновательном поединке.

Несмотря на признание многими учёными значимости способностей в процессе технико-тактической подготовки единоборцев и спортсменов других специализаций, материалов по совершенствованию способностей юных борцов, как перспективного направления освоении технико-тактического арсенала явно недостаточно. В частности, вопрос технико-тактической подготовки юных борцов средствами специальных упражнений с учетом весовых категорий практически не освещен. Вместе с тем, в литературе имеются данные об особенностях отдельных аспектов подготовленности спортсменов в зависимости от весовых категорий.

Цель исследования – теоретическое и экспериментальное обоснование методики технико-тактической подготовленности борцов 11-12 лет средствами специальных упражнений с учётом особенностей, связанных с весовыми категориями.

Задачи исследования:

1. Определить наиболее вероятные способы воздействия на противника и стили ведения схватки в вольной борьбе.
2. Разработать методику индивидуальной технико-тактической подготовки по вольной борьбе для этапа спортивного совершенствования, а также экспериментально проверить эффективность разработанной методики.

Методы исследования:

- теоретический анализ и обобщение данных научно-методической литературы;
- метод опроса;
- метод контрольных упражнений;
- педагогическое наблюдение;
- анализ видеоматериалов;
- стенографирование и хронометраж учебно-тренировочных и соревновательных поединков;
- педагогический эксперимент;
- методы математической статистики.

Объект исследования – технико-тактическая подготовка начинающих борцов 11-12 лет. База исследования: Спортивно-детская юношеская школа олимпийского резерва (СДЮШОР) №5 Ленинского района, г.Бишкек. Группа начальной подготовки (ГНП), Учебно-тренировочная группа (УТГ), кафедра борьбы.

Предмет исследования – технико-тактическая подготовка борцов 11-12 лет средствами специальных упражнений с учётом весовых категорий.

Полученный материал дополняет раздел теории и методики спорта, касающийся многолетней подготовки борцов, обоснованием методики технико-тактической подготовки борцов 11-12 лет средствами специальных упражнений,

основанной на совершенствовании «ведущих» компонентов технико-тактической подготовленности и наиболее значимых видов способностей, характерных для представителей определённой весовой категории.

Результаты исследований. Необходимо внедрить в практику учебно-тренировочного процесса методику тестирования уровня развития способностей начинающих борцов и шкалы дифференцированной оценки; программу оценки параметров технико-тактической подготовленности; методику технико-тактической подготовки борцов 11-12 лет средствами специальных упражнений с учётом весовых категорий.

По мнению многих специалистов по спортивной борьбе технико-тактическая подготовка является системообразующей в формировании и совершенствовании арсенала эффективного ведения противоборства. Авторы отмечают особую важность технико-тактической подготовки на начальных этапах занятий борьбой, т.к. в этот период происходит формирование основ будущего спортивного мастерства [1,2,5].

Взгляды многих специалистов совпадают в том, что координационные способности являются предпосылкой успешного освоения техники вида спорта [3,4,7]. Последнее позволяет говорить о том, что основой для успешной соревновательной деятельности в борьбе является технико-тактическая подготовленность, а предпосылкой к успешному освоению основ противоборства будет высокий уровень развития координационных способностей. Следовательно, целенаправленное совершенствование специальных координационных способностей (важнейших для данного вида спорта) в благоприятные для этого периоды, даст возможность более успешного освоения технико-тактического арсенала борьбы самбо и его применения в соревновательном поединке.

Несмотря на признание многими учёными значимости координационных способностей в процессе технико-тактической подготовки единоборцев и спортсменов других специализаций, материалов по совершенствованию координационных способностей юных самбистов, как перспективного направления освоении технико-тактического арсенала явно недостаточно. В частности, вопрос технико-тактической подготовки юных самбистов средствами специальных координационных упражнений с учетом весовых категорий практически не освещен. Вместе с тем, в литературе имеются данные об особенностях отдельных аспектов подготовленности спортсменов в зависимости от весовых категорий [6, 8, 9].

Заключение:

- Выявили особенности (количественные и качественные) технико-тактического арсенала борцов в условиях соревновательной деятельности, которые выражаются в разном количестве, объёме и характере выполненных действий в стойке и партере по шести группам и двадцати шести видам приёмов у борцов различных весовых категорий;
- Установили особенности освоения технико-тактических действий начинающими борцами 11-12 лет, выраженные в различиях по скорости, эффективности овладения, объёму изучаемого материала в различных группах приёмов, применяемых в учебно-тренировочных и соревновательных поединках представителями разных весовых категорий;
- Определили уровни развития способностей начинающих борцов различных весовых категорий. Разрабатываются шкалы дифференцированной оценки способностей к реагированию, кинестетических способностей, способностей к согласованию разнонаправленных движений, к ориентации в пространстве и способностей к сохранению равновесия с учётом возраста, уровня квалификации и весовых категорий.

Литература

1. Келлер В.С. О технике в спортивных единоборствах. Теория и практика физической культуры. М.: 1967, - №8. – С. 12-14.

2. Климин В.П. Индивидуализация процесса специальной выносливости у борцов разных весовых категорий / В.П. Климин, А.А. Шепилов // Теория и практика физической культуры. – М.: 1977, - №7. - С. 22-27.

3. Ключникова А.Н. Развитие «чувства времени» и «чувства пространства» у детей 12-13 лет. / А.Н. Ключникова // Физическая культура и здоровье населения востока России. - Южно-сахалинск, 1995. - С. 41-42.

4. Коджаспиров Ю.Г. Новое в методике обучения юных борцов. Спортивная борьба: ежегодник. - М.: Физкультура и спорт, 1982. - С. 16.

5. Кондрацкий, И.А. Основы методики становления и совершенствования технико-тактического мастерства в классической борьбе: учеб. пособие / И.А. Кондрацкий; Г.М. Грузных; В.М. Игуменов. - Омск, 1984. - 84 с.

6. Кочурко, Е.И. Подготовка квалифицированных борцов: метод, пособие / Е.И. Кочурко. - Минск: Высшая школа, 1984. - 96 с.

7. Левицкий, А.Г. Комбинации приемов как средство реализации тактики схватки / А. Г Левицкий // Становление и совершенствование тактико-технического мастерства в спортивной борьбе: сб. науч. тр. - Омск, 1989. -С. 104-106.

8. Ленц, А.Н. Показатели технико-тактического мастерства борцов / А. Н.Ленц // Спортивная борьба: ежегодник. - М.: ФиС, 1975. - С. 33-34.

9. Лях, В.И. Сенситивные периоды развития способностей детей в школьном возрасте / В.И.Лях // Теория и практика физической культуры. – М.: 1990. - №3. - С.15-18.

УДК 796.015.13

ВОСПИТАНИЕ СТУДЕНТОВ ПОСРЕДСТВОМ ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ И ТРЕНИРОВОК ДЛЯ ФОРМИРОВАНИЯ УМЕНИЙ И НАВЫКОВ

Чыныбеков К.Т. аспирант

Кыргызская государственная академия физической культуры и спорта, г.Бишкек

Аннотация. *В данной статье описывается опыт проведения учебно-тренировочных сборов со студентами академии на берегу озера Исык-Куль. Дается характеристика основных средств физических упражнений, влияющих на воспитание студентов к самообразованию, проявление коллективизма, воспитание волевых и физических качеств.*

Ключевые слова: *физические упражнения, физическая тренировка, плавание, кросс, закаливание организма, отдых на свежем воздухе.*

МАШЫГУУ ПРОЦЕССИНДЕ СТУДЕНТТЕРДИ ТАРБИЯЛООДО КОЛДОНУУЧУ ДЕНЕ ТАРБИЯ КӨНҮГҮҮЛӨР АРКЫЛУУ МАШЫГУУСУН ҮЙРӨТҮҮ ЖАНА ТАЖРЫЙБАЛОО

Чыныбеков К.Т. аспирант

Кыргыз мамлекеттик дене тарбия жана спорт академиясы, Бишкек ш.

Аннотация. *Бул макала студенттердин Ысык-Көлдө өтүлүүчү окуу-машыгуу процессине байланыштуу. Студентер окуу-машыгуу учурунда, тарбиялоодо, күч сапаттарын өркүндөтүү, моралдык жана психологиялык жактан даярдоо каралган.*

Негизги сөздөр: *дене-бойду чыңдоо көнүгүүлөрү, машыгуу процесси, сууда сүзүү, чуркоо, таза абада эс алуу.*

BUILDING SKILLS BY MEANS OF PHYSICAL EXERCISES AND TRAINING DURING TRAINING CAMPS

Chynybekov K.T. graduate student
Kyrgyz state academy of physical culture and sports, Bishkek c.

Abstract. *This article is written from the experience of conducted training camps with students of the Academy on the shore of Lake Ysyk-Kul. The article describes and classifies the basic means of physical exercises that affect the training of students for self-education, the training of morals, will and physical qualities.*

Key words: *physical exercises, physical training, swimming, cross, strengthening of the organism, recreation.*

Актуальность. Студенты, находясь на учебно-тренировочных сборах, кроме обучения занимаются самообразованием, подбором средств физических упражнений с дальнейшим применением их на практике и в тренировочном процессе.

Нахождение на учебно-лагерных сборах требует от студентов строгого соблюдения правил, где студенты получают определенные знания и навыки, обучаются методике преподавания по видам спорта, составляют планы и конспекты урока, с подбором средств физических упражнений на основании требований программы сборов.

Цель - изучить особенности проведения учебно-тренировочных сборов.

Задачи исследования:

1. Укрепление знаний по теории и методике физической культуры и спорта по видам спорта.
2. Развитие и совершенствование физических качеств (быстроты, ловкости, гиб кости, силы и выносливости) посредством физических упражнений тренировок, укрепление здоровья и воспитания морально-волевых качеств.
3. Воспитание привычки к систематическим занятиям спорту и физическим упражнениям.

Особое место в формировании необходимых знаний, навыков и умений отводятся физической тренировке, это правильное и последовательное применение физических упражнений. Этому особое внимание уделяют и преподаватели академии в преподавании и воспитании студентов во время учебно-тренировочных сборов [1].

Учебно-тренировочные сборы дают студентам и молодым преподавателям возможность проявить себя, они занимаются научно-исследова-тельскими работами магистратуры и аспирантуры, а также написанием учебных программ, лекции и методических пособий по видам спорта.

Результаты исследования. Изучая условия пребывания студентов-спортсменов в учебно-лагерных сборах, мы выделили несколько основных направлений для реализации учебной программы по развитию спорта, воспитании и организации досуга для молодежи и студентов академии.

Во время тренировок у студентов-спортсменов совершенствуются физические механизмы, повышается устойчивость к перегреванию, переохлаждению, действию токсических веществ, недостатку кислорода. У студентов-спортсменов, которые систематически занимаются спортом, повышаются умственная, нравственная, психологическая, эмоциональная устойчивость, совершенствуются функции нервно-мышечной, сердечно-сосудистой и дыхательной системы [4].

С тренированностью студентов повышается работоспособность всех физических функций организма, уменьшается утомляемость, мобилизуются резервные возможности организма, повышается устойчивость. Стимулируется развитие сердечно-сосудистой, дыхательной систем, способствующих повышению уровня потребности кислорода [5].

Озеро Ысык-Куль находится на высоте 1609 метров над уровнем моря, то

тренировочный процесс, проведенный в среднегорье, очень полезен, и это доказано многими учеными, занимающимися созданием программы подготовки спортсменов высокой квалификации и сборников нашей страны [3]. Проходя месячный курс в учебно-лагерном сборе, студенты лучше выполняют нормативные требования по легкой атлетике, сдают нормативы ГТО, справляются с учебными заданиями по требованиям видам спорта. Самостоятельно и достаточно умело выполняют учебную программу при составлении плана и конспектов занятий по видам спорта. В результате многодневных наблюдений и исследований мы имеем возможность увидеть полную картину из жизни студентов, проходивших учебно-лагерные сборы в условиях среднегорья, на берегу озера Ысык-Куль. Она дает толчок в подготовке студентов к жизнедеятельности, умение готовить себя к предстоящему периоду и выдерживать плотный график дня, уметь укреплять здоровье посредством физических упражнений и проявления коллективизма [1]. В первые дни сборов у студентов проявляется нервозность, недовольство и психологический стресс, потеря аппетита, недоедание и слабость организма, ленивость, вялость и другие физиологические факторы и симптомы. Это продолжается у студентов от одного до двух недель [3].

В процентном соотношении около 40% студентов быстро акклиматизируются к местности, это студенты, прибывшие и проживающие в отдаленных горных районах (национальные и игровые виды спорта), около 30% это студенты-спортсмены (единоборство, борьба, бокс), которые привыкли выдерживать нагрузку и часто гоняющие вес перед участием на малых или больших соревнованиях. Студенты, слабо подготовленные физически и психологически неустойчивые, долго не могут привыкнуть к окружающей среде и не находят общий язык с сокурсниками. Не у всех студентов этот процесс проходит быстро, некоторые студенты не могут адаптироваться в течение всего периода сборов [1]. Наряду с отрицательными сторонами учебно-тренировочных сборов на берегу озера Ысык-Куль, есть много положительных факторов. Это чистый воздух, теплая вода, прекрасная природа, атмосфера, созданная руководством академии и спортивные мероприятия, проводимые преподавателями во время учебно-тренировочных сборов. Материально-техническая база, спортивные инвентари, условия проведения занятия – все это способствует студентам заниматься самообразованием, самовоспитанием и совершенствованию физических качеств. Каждый спортсмен из разных практических кафедр занимаются самостоятельно, проводя тренировку по индивидуальному плану.

Рекомендация для руководителей, проводившим учебно-лагерные сборы: всемерно поощрять участие молодежи в учебе, спорте и различных культурных мероприятиях; создать условия студентам для занятий спортом по избранному виду спорта (обеспечить необходимым инвентарем для массовой и индивидуальной подготовки); пересмотреть программы учебно-лагерных сборов, наряду с участием студентов в различных учебах и соревнованиях, организовать обязательные однодневные туристические походы для реализации досуга студентов.

Заключение.

- Во время учебно-лагерных сборов студенты хорошо осваивают теорию и методику по избранным видам спорта, практические навыки и теоретические знание.
- Обучаясь и выполняя практические задания, студенты набирают опыт в укреплении здоровья, проявляют интерес к занятиям, приобретают хорошее спортивное телосложение, становятся веселыми, бодрыми, воспитанными и активно проявляют морально-волевые качества.
- Воспитывается стремление к систематическим занятиям спорту и физическим упражнениям, расширяется кругозор, что помогает в дальнейшей профессиональной деятельности в спортивной жизни.

Литература

1. Збарский В.А., Наралиев А.М., Скопинцев А.А. - Учебные программы по видам спорта, для 3 общего курса. КГАФКиС. 2016-2017 – С. 2-6.
2. Национальная программа «Жаштык» по развитию молодежи Кыргызстана, Раздел 5. «Спорт и досуг молодежи». 2010 – С. 6-7.
3. Сапего А. В., Лаврентьев Н. А. Спортсмен при адаптации к жизненной деятельности в условиях среднегорья. Вестник
4. Кемеровского госуниверситета. 2008 – С. 184.
5. Ужбаноков Х.С. Методика подготовки спортсменов-ориентировщиков в условиях среднегорья к основным соревнования. Теория и методика физического воспитания. - М: 2008. – С. 154.
6. Цинкер В.М. Адаптация организма спортсменов к условиям среднегорья и смене часового пояса. Вестник Бурятского ГУ 2009. - С 127-128.

УДК 796.03

КАЗАХСКИЕ НАЦИОНАЛЬНЫЕ ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ КАК НЕОБХОДИМЫЙ ЭЛЕМЕНТ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ШКОЛЬНИКОВ

Анаркулов Х.Ф.д.п.н., профессор[1], Ерменова Б.О.[2]
Кыргызская государственная юридическая академия, г.Бишкек[1]
Государственный университет им. Шакарима, Казахстан, г. Семей ermenova61@mail.ru[2]

Аннотация. *В статье приводятся результаты исследования по применению народных игр на уроках физкультуры в целях повышения двигательной активности и развития физических качеств школьников.*

Ключевые слова: *спорт, народная игра, школьники, двигательная активность*

КАЗАК УЛУТТУК КЫЙМЫЛДУУ ОЮНДАРЫ МЕКТЕП ОКУУЧУЛАРДЫН ДЕНЕ ТАРБИЯСЫНДАГЫ ЗАРЫЛ ЭЛЕМЕНТ КАТАРЫ

Анаркулов Х.Ф.п.и.д., профессор[1], Ерменова Б.О.[2]
Кыргыз мамлекеттик юридикалык академиясы, Бишкек ш.[1]
Шакарима атындагы мамлекеттик университет, Казахстан, Семей шаары[2]

Аннотация. *Макалада мектеп окуучуларындагы кыймыл-аракеттерди жогорулатуу жана дене-тарбия сапаттарын өнүктүрүү максатында дене-тарбия сабактарындагы элдик оюндарды колдонуу боюнча жүргүзүлгөн изилдөөнүн жыйынтыктары көрсөтүлөт.*

Негизги сөздөр: *спорт, элдик оюн, мектеп окуучулары, кыймыл-аракет*

KAZAKH NATIONAL MOBILE GAMES AS THE NECESSARY ELEMENT OF PHYSICAL EDUCATION OF SCHOOLCHILDREN

Anarkulov H.F.[1], Ermenova B.O.[2]
Kyrgyz state law academy, Bishkek c.[1]
State University named after Shakarim Semey, Kazakhstan[2]

Abstract. *The article presents the results of a study on the use of folk games in physical education classes in order to increase the motor activity and develop the physical qualities of schoolchildren.*

Keywords: *sport, national games, schoolchildren, motor activity*

Введение. Народные подвижные игры являются для ребенка незаменимым средством формирования знаний и представлений об окружающем мире, развития мышления, смекалки, ловкости, сноровки, ценных морально-волевых качеств. Ребенок, не доигравший в детстве, не познавший радость свободной и самопроизвольной творческой деятельности, вырастает менее социально активным и адаптированным к жизни. В педагогической истории Казахстана подвижной игре

придавалось большое значение. Они рассматривались как основа физического воспитания. Большое значение использованию народных подвижных игр придавал Е.Сагындыков, М.Т.Танекеев [1,2]. Авторы отмечали, что игры служат доказательством таланта народа и поучительным примером того, что хорошая детская игра представляет собой образец высокого педагогического мастерства.

Казахские народные подвижные игры включают в себя не только основные виды движений: бег, ходьба, прыжки, метание, лазанье, но и разновидности игрового фольклора, различные трудовые и бытовые действия людей, элементы национальной культуры, танцы, песни, отражающие традиции и обычаи казахского народа.

Цель исследования - определить влияние казахских народных подвижных игр на двигательную активность учащихся. Развитие интереса у школьников среднего звена к физкультуре путем включения народных подвижных игр в воспитательно-образовательную работу**.**

Задачи исследования:

1. Разработать систему и классификацию народных подвижных игр**;**
2. Сформировать интерес у школьников среднего звена и потребность в использовании народных подвижных игр для повышения двигательной активности;
3. Создать условия в общеобразовательной школе для проведения народных подвижных игр**;**
4. Организовать взаимодействие с семьями школьников.

Материалы и методы исследования. В начале эксперимента с применением качественного метода социологии, методом «face to face», были проведены глубинные интервью с экспертами**.**

Результаты исследования и их обсуждения. Анализ результатов глубинного интервью показал, что необходимость дополнительного внедрения в учебный процесс народных подвижных игр отметили 78 % респондентов; достаточность по программе учебного плана – 22 %; не поддерживают внедрение народных подвижных игр в учебный процесс – 0 %. В результате социологических опросов были выявлены следующие противоречия между значением приобщения детей к физкультуре с помощью народных подвижных игр и недостаточностью разработанности теоретического обоснования и опытно-экспериментальной проверки педагогической технологии проведения народных подвижных игр**.**

Учителя физкультуры в средней школе знают методику проведения игр, но не проводят их, так как не придают воспитательного значения народным подвижным играм**.** В классах зачастую не создаются оптимальные условия для проведения игр. Рассмотрев карты здоровья экспериментальной группы школьников можно прийти к следующему выводу: в данной экспериментальной группе из 100 учеников 40 % детей с первой группой здоровья и 60% детей - со второй группой. здоровья. Дети имеют отклонения в физическом развитии, в большинстве заболевания нервной системы и органов дыхания.

Проведен анализ физических качеств школьников на ловкость, быстроту, силу, гибкость, выносливость. Данная диагностика показала, что у детей физические качества недостаточно развиты.

В результате анализа физических качеств школьников обнаружены факторы возникновения гипокинезии у школьников экспериментальной группы: пренебрежительное отношение учащихся к физической нагрузке - 51,7%; неправильная организация учебно-воспитательного процесса - 43,3 %; отсутствие в учебной программе упражнений из национальных видов спорта - 37,7 %; перегрузка учебными занятиями - 33,2 %.

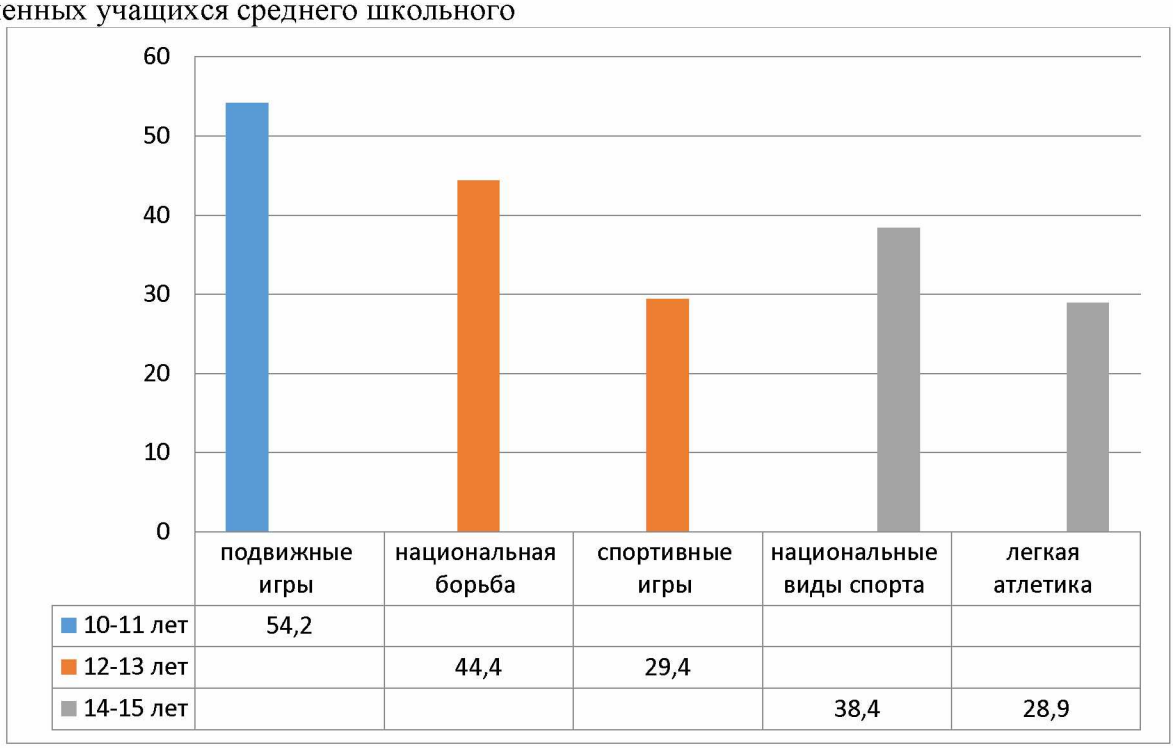
По количественному методу социологии со школьниками проводился массовый опрос, чтобы выявить наличие знаний у школьников среднего звена представлений о народных подвижных играх. В опросном листе были включены следующие вопросы:

1. Знаете ли вы национальные игры казахского народа**?**
2. Интересно ли вам играть в народные подвижные игры**?**

3. В какие игры вы любите играть больше всего?

Результаты опроса показали, что у учащихся в возрасте 10-11 лет наиболее привлекательными являлись подвижные игры (54,2 %), в 12-13 лет - казахская национальная борьба (44,4 %) и спортивные игры (29,4 %), в 14-15-лет - национальные виды спорта (38,4 %) и легкая атлетика (28,9 %) (рисунок 1).

По результатам анкетирования 89,4 % опрошенных учащихся среднего школьного возраста желают заниматься национальными видами спорта на уроках физической культуры. К сожалению, только 9,5 % респондентов правильно назвали национальные виды спорта (конные скачки на дистанции 45 км, казахская национальная борьба, стрельба из лука, метание аркана, метание копья), дали им полную характеристику, назвали основные правила соревнований и определение победителей.



	подвижные игры	национальная борьба	спортивные игры	национальные виды спорта	легкая атлетика
10-11 лет	54,2				
12-13 лет		44,4	29,4		
14-15 лет				38,4	28,9

Рисунок 1. Результаты опроса школьников о народных подвижных играх

Выявлено что школьники знают очень мало народных подвижных игр, всего 4-5. Интерес к играм не высок, школьники с трудом могли рассказать небольшой сюжет игры. Таким образом, была обоснована необходимость включения национальных подвижных игр в образовательный процесс школы.

При отборе народных подвижных игр учитывалось, чтобы:

1. в народных играх было достаточно разнообразных основных видов движений;
2. игры были не только малой подвижности, но и средней и высокой;
3. в играх были достаточно яркие и разнообразные сюжеты;
4. игры были направлены на признак национальности и традиций.

Все игры были подобраны, следуя рекомендациям врачей и уровня подготовленности школьников данной группы. В экспериментальных классах в учебную программу включалось по 3-4 игры в месяц, чтобы школьники успевали их усваивать. Помимо подвижных игр проводили игровые упражнения с несложными заданиями, простые игры спокойного характера. После обсуждения с учителями физической культуры в обязательной учебной нагрузке 3 часа в неделю, на основании утвержденного плана внедрили в учебный процесс по видам занятий: легкая атлетика, спортивные игры, лыжная подготовка и т.д., согласовано с учителями время на уроках физической культуры: 5 классе – 10 минут, 6 класс – 15

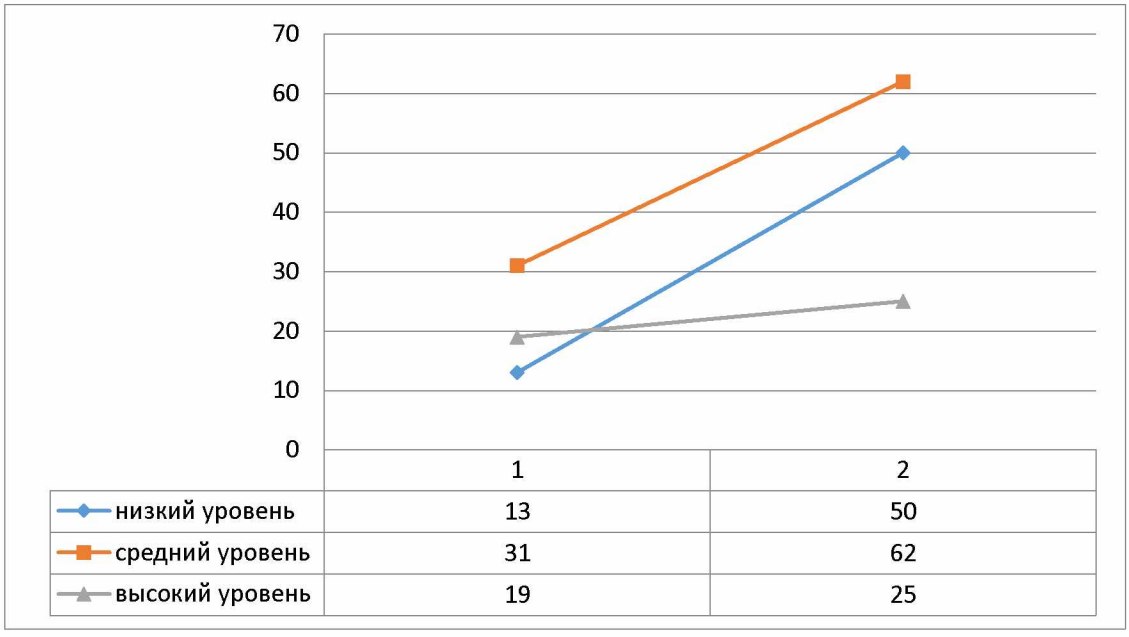
минут, 7-8 классы -20 минут. Учитель физической культуры в экспериментальных классах по своему усмотрению смог организовать использование игр в соответствии с задачами урока в вводной, основной или заключительной части урока.

Проводилась подвижные игры на прогулке, в классе проводились игры малой подвижности. Проводилась индивидуальная работа со школьниками, которые нуждаются в дополнительных занятиях. Для взаимодействия с семьей совместно с родителями в группе создавалась предметно-пространственная среда.

Родителям были даны следующие рекомендации: больше читать детям сказки разных народов мира, чаще играть с детьми дома, на свежем воздухе. Устраивались дни открытых дверей, а также тематические дни: «Народные игры».

В конце исследования был проведен контрольный эксперимент, целью которого являлась проверка эффективности предложенной системы народных подвижных игр: проведены глубинные интервью; анкетирование школьников; анализ физических качеств школьников на ловкость, быстроту, силу, гибкость, равновесие, выносливость.

Анализ результатов эксперимента показал, что школьники стали понимать смысл подвижных игр, знают их и смогут организовать игру самостоятельно; уровень физической подготовки школьников возрос по сравнению с результатами констатирующего эксперимента. Показатели значительно улучшились: низкий уровень 50% уменьшился до 13%, средний уровень физической подготовки школьников поднялся с 31% до 62%, высокий уровень физической подготовки школьников возрос с 19 до 25% (рисунок 2).



	1	2
низкий уровень	13	50
средний уровень	31	62
высокий уровень	19	25

Рисунок 2. Показатели двигательной активности школьников

Анализ результатов эксперимента показал, что:

- школьники среднего звена стали знать больше народных подвижных игр;
- возрос интерес к народным подвижным играм;
- улучшились взаимоотношения в семье, эмоциональная связь детей с родителями;
- возрос интерес у школьников к кружкам, спортивным секциям;
- школьники стали более выносливей, ловче, развились гибкость, быстрота, сила;
- подвижные игры и игровые задания способствуют развитию познавательных способностей, сообразительности, внимания, воображения,

памяти, мышления. Данные свидетельствует о больших воспитательных и развивающих возможностях подвижных игр, используемых в физическом воспитании учащихся средних классов.

Заключение. В процессе исследования установлено, что в казахских народных подвижных играх заложен огромный воспитательный и развивающий потенциал. Казахские народные игры как основной вид двигательной деятельности и как элемент духовно-нравственной культуры оказывают многостороннее влияние на воспитание и развитие личности школьника. Являются важнейшими средствами физического и нравственного воспитания, эффективным методом обеспечения активного отдыха и частью досуга.

Казахские народные подвижные игры, используемые в сочетании с песнями, стихами, танцами, считалками и игровыми зачинами, развивают речь, творческие способности школьника, создают хорошее настроение у занимающихся. Разнообразные игровые действия и задания, включённые в содержание казахских подвижных игр и игр-эстафет, способствуют развитию двигательных и координационных способностей, воспитанию физических и нравственно-волевых качеств, повышению физической и умственной работоспособности, укреплению физического и психического здоровья детей школьного возраста.

Литература

1. Сагындыков Е.А. Қазақтыц ұлттық ойындары. - Алматы: Рауан, 2001. - 175 с.
2. Таникеев М.Т. Мир народного спорта. - Алматы: Санат, 1998. - 318 с.

УДК 159.9 373.1

ВЛИЯНИЕ МОТИВАЦИИ НА ДОСТИЖЕНИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ В СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ УЧАЩИХСЯ НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЫ

Макарычева И.А.

Кыргызский филиал Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования Казанский национальный исследовательский технологический университет, Кант, makar-irina@mail.ru

Аннотация. *В статье анализируются влияние мотивации на достижения результатов в спортивной деятельности учащихся начальной школы, спортивная деятельность, особенностью спортивной мотивации, мотивация занимает ведущее место в структуре личности, представление о самореализации, концепции А. Маслоу, спортивная деятельность, психологическом обеспечении спортивной деятельности.*

Ключевые слова: *мотивация, влияние мотивации, достижения результатов, спортивная деятельность.*

БАШТАПКЫ МЕКТЕП ОКУУЧУЛАРЫНЫН СПОРТТУК ИШКЕРДИГИНДЕ ЖЫЙЫНТЫКТАРГА ЖЕТҮҮГӨ УМТУЛУУСУНА ТИЙГИЗГЕН ТААСИРИ

Макарычева И.А.

Жогорку билим берүүнүн федералдык мамлекеттик бюджеттик билим берүү мекемесинин кыргыз бутагы Казан улуттук изилдөө технологиялык университети, Кант

Аннотация. *Макала башталгыч мектеп окуучуларынын, спорттук иш-чаралар, спорттук түрткү аспектидеги спорттук иш-жетишүү жүйөөсү боюнча таасирин талдоо, түрткү адамдын структурасында негизги орунду ээлейт, өз алдынча ишке ашыруу боюнча ой-пикир, Маслоу түшүнүгү, спорттук иш-чараларына, психологиялык колдоо, спорттук иш-чаралар.*

Негизги сөздөр: *мотивация, мотивациянын таасири, натыйжаларга жетишүү, спорттук ишкердик.*

INFLUENCE OF MOTIVATION ON ACHIEVING RESULTS IN SPORTS ACTIVITY OF STUDENTS OF ELEMENTARY SCHOOL

Makarycheva I.A.

Kyrgyz Branch of the Federal state budget educational institution of higher education Kazan National Research University of technology, Kant c.

Abstract. *The article analyzes the influence of motivation on the achievement of results in the sports activities of primary school students, sports activities, the peculiarity of sport motivation, motivation takes the leading place in the structure of the personality, the idea of self-realization, the concept of A. Maslow, sports activities, psychological support of sports activities.*

Keywords: *motivation, influence of motivation, achievement of results, sports activity.*

Введение. Проблема самореализации интересовала и интересует представителей самых различных дисциплин: философии, психологии, социологии, истории, педагогики, обществоведения [1,6].

Спортивная деятельность представляет собой одну из сфер деятельности, где человек может проявить свое совершенство, используя физические возможности для достижения определенных результатов. Благодаря высокой конкуренции, эта деятельно имеет четкие критерии оценки результатов, требует высокой активности от человека и обладает высочайшей мотивацией. В этом контексте особую значимость представляют исследования взаимосвязей самореализации и мотивации.

Цель исследования – мотивация спортивной деятельности и влияние на соревновательный результат.

Задача исследования – стимулировать активность спортсмена для достижения определенных результатов.

Методы исследования: наблюдение, эксперимент, опрос.

Объект исследования - влияние мотивации на достижения результатов в спортивной деятельности учащихся начальной школы.

Мотивация занимает ведущее место в структуре личности и является одним из основных понятий, используемых для объяснения движущих сил поведения (Ковалев А.Г., Леонтьев А.Н., Стамбулова Н.Б.). Процесс теоретического осмысления явлений мотивации далек от своего завершения, особенно в прикладном характере изучения. Мотивация влияет на характер всех процессов спортивной деятельности (реакция на нагрузку, восстановление, усвоение нового, воля и многое другое). Важной особенностью спортивной мотивации является ее прямое влияние на соревновательный результат.

Многие авторы пытались упорядочить разнообразные мотивы занятий спортом, классифицировать их на основе разных критериев (табл.1). На протяжении спортивной карьеры роль конкретных мотивов в стимулировании активности спортсмена меняется, и для каждого этапа спортивной карьеры характерны свои доминирующие мотивы [4]. Слабо уделялось внимание взаимосвязи самореализации в спорте и мотивации спортивной деятельности. Процесс саморазвития во многом определяется поведением человека, его Я - концепцией. Сумма Я - концепций человека составляет символическое Я по А. Ангьялу. Однако, не всегда поведение человека, управляемое символическим Я, то есть соответствующее образу самого себя, соответствует реальным потребностям организма, так как может искажать реальность биосферы [1,2]. Представление о самореализации складывалось, в основном, в рамках гуманистического направления с опорой на философские воззрения.

Таблица 1

Классификация мотивов спортивной деятельности по Н.Б. Стамбуловой

По направленности на процесс или результат деятельности	По степени устойчивости	По связи с целями спортивной деятельности	По месту в системе “Другие Я”	По доминирующей установке
Процессуальные мотивы (интерес, удовольствие и др.)	Ситуативные (кратковрем., проходящие)	Смыслообразующие (прямо связанные с целью)	Индивидуальные (мотивы личного самоутверждения)	Мотивация достижения успеха (преобладание мотивов на успех, победу, даже путем риска)
Результативные мотивы (ожидание награды, позитивные соц. последствия победы и т. п.)	Устойчивые (долговрем., часто многолетние)	Стимулы (побуждающие к деятельности, н.: материальные стимулы)	Групповые (патриотизм всех уровней, мотивы честной соревноват. борьбы и др.)	Мотивация избегания неудачи

. Нами уже упоминалась концепция А. Маслоу, получившая широкий резонанс среди психологов, благодаря оптимистическому подходу к человеку и его возможностям. Несомненно, она заслуживает более подробного рассмотрения. А. Маслоу отмечает, что человек обладает врожденными потребностями, способностями. Некоторые из них индивидуально уникальны. Здоровое, нормальное и желательное развитие заключается в актуализации этой природы, в реализации этих возможностей. Внутренняя природа, на его взгляд, «слаба, хрупка, тонка, легко одолевается привычкой, давлением культуры, неправильным к ней отношением. Но... она вряд ли исчезает у здорового человека — а быть может, и у больного. Даже отвергаясь, она продолжает подпольное существование, вечно стремясь к актуализации» [5,4].

Человек мотивирован на поиск личных целей, что делает его жизнь значительной и осмысленной, при удовлетворении которой одна потребность актуализируется другой.

Мотивация как система действий, отвечающих за побуждение деятельности, просит понятие, которое структурировало бы эту систему. В качестве такового понятия выделяют отдельный мотив, потребность либо желание как «единицу» мотивации. Слово мотив по своему происхождению – «приводящий в движение» [7,5,9].

Побуждение к действию определенным мотивом обозначается как мотивация. Мотивация мыслится как процесс выбора между различными возможными действиями, процесс, регулирующий, направляющий действие на достижение специфических для данного мотива целевых состояний и поддерживающий эту направленность.

Согласно концепции, А. Маслоу, потребности человека врожденные, они имеют иерархическую структуру. Иерархия потребностей в порядке их доминирования включает потребности: физиологические, безопасности и защиты, принадлежности и любви, самоуважения, самоактуализации. Однако, человек может быть одновременно

мотивирован потребностями разного уровня. Автор различает базовые потребности и метапотребности. Базовые потребности находятся на нижнем и среднем уровнях иерархии. Метапотребности, в отличие от базовых, не имеют иерархии, они могут взаимозамещаться. Когда не удовлетворяются метапотребности, человек считает свою жизнь бессмысленной, он заболевает, испытывая отчужденность и апатию, становится циником, что называется метапатологией и выделял дефицитарные мотивы и мотивы роста.

К дефицитарным мотивам относятся низкоуровневые потребности, особенно физиологические требования и требования безопасности. Дефицитарные мотивы возникают при попытке изменить существующие условия, воспринимаемые как фрустрирующие, вызывающие напряжение. Мотивы роста имеют более отдаленные цели и призваны реализовать метапотребности. Удовлетворение дефицитарных потребностей ведет к уменьшению напряжения, метапотребностей — к увеличению напряжения. Дефицитарная жизнь (Д-жизнь) характеризуется отказом относиться к чему-то серьезно, стремлением заниматься вещами несложными, но приятными, рутинностью. Бытийную жизнь, или метажизнь (Б - жизнь) определяется, как усилие, рывок в использовании своих способностей в максимальной степени.

Достижение Б - ценностей вызывает счастливые и волнующие моменты бытия — моменты высшей зрелости, индивидуальности и наполненности. Человек достигает вершинных (пиковых) переживаний. Теряется чувство времени и места. Человек полагает, что произошло что-то очень значительное и ценное.

Приводятся следующие характеристики самоактуализированных людей: более эффективное восприятие реальности, принятие себя, других и природы, непосредственность, простота и естественность, центрированность на проблеме, независимость, потребность в уединении, автономия, свежесть восприятия, вершинные переживания, общественный интерес, глубокие межличностные отношения, демократический характер, разграничение средств и целей, философское чувство юмора, креативность, сопротивление окультуриванию.

Самоактуализированные люди могут быть подвержены неконструктивным привычкам, тщеславию, раздражительности, чувству вины и т. п. Отметим, что наличие развитых характеристик самоактуализации является необходимым, но далеко не достаточным условием самореализации личности. Необходимо также принимать во внимание и иные характеристики, влияющие на процесс самореализации [11].

Исходя из проведенного анализа представлений о самореализации личности в психологических теориях, можно сказать о том, что истоки представлений о самореализации присутствовали в контексте других психологических проблем и в то же время, очевидно, что самореализация не являлась предметом специального изучения и не была выделена как самостоятельная психологическая проблема. Это позволяет не только обозначить самореализацию как психологическую проблему, требующую отдельного научного изучения, но и продвинуться в понимании собственно психологической сущности самореализации как предмета исследования.

Наряду с увеличением интереса к феномену самореализации личности, обусловленным пониманием ее определяющей роли в жизнедеятельности человека, потребность научного обоснования и изучения самореализации личности как психологической проблемы несомненна.

В настоящее время существуют терминологические расхождения и различия в толковании самореализации личности разными авторами, отсутствуют разработанные психологические теории и модели самореализации личности. Постоянное стремление человека удовлетворять свои потребности в движении, развивать физические качества способствовало тому, что физические упражнения постепенно трансформировались в современные виды спорта. Именно с этим связан соревновательный характер двигательных действий и регулирование их определёнными правилами. Таким образом, физические

упражнения обособились в отдельный вид человеческой деятельности — в спортивную деятельность, которая отличается рядом специфических особенностей:

а) стремление максимально совершенствоваться в избранном виде спорта для достижения наивысших результатов; это совершенствование касается как физической, технической и тактической подготовленности, так и развития моральных и волевых качеств;

б) большие физические и психические нагрузки во время систематической подготовки к соревнованиям и на самих соревнованиях;

в) большая сила, глубина и динамичность эмоциональных переживаний, связанных со спортивной деятельностью, которые захватывают спортсмена и оказывают огромное влияние на его деятельность; характерным для спортивной деятельности является быстрый переход от одних переживаний к другим, иногда противоположным по характеру;

г) возникновение нравственных чувств, связанных с глубоким сознанием общественного значения своей спортивной деятельности (ответственность за честь коллектива, города или страны, чувство гордости и т. п.) [3].

Спортивная деятельность, как и любая другая, характеризуется мотивацией. В «Психология спорта в терминах, понятиях, междисциплинарных связях. (Словарь-справочник)» [2] дается следующее определение мотивации: «Побудительное состояние личности спортсмена, формирующееся в результате соотнесения им своих потребностей и возможностей с предметом спортивной деятельности, служащее основой для постановки и осуществления целей, направленных на достижение максимально возможного на данный момент спортивного результата». Как отмечают авторы, мотивация базируется на потребностях спортсмена, а, следовательно, напрямую отражает его систему ценностей.

Мотив, отражающий в сознании потребность и объект ее удовлетворения (цель), имеет следствием сознательное побуждение, приводящее человека к целенаправленной активности, связанной с достижением цели. Если мотив устойчив, а цель, которую ставит перед собой человек, имеет общественную значимость, то вызываемую ими активность человека называют деятельностью.

Таким образом, деятельность можно определить, как специфически человеческую, регулируемую сознанием «внутреннюю» (психическую) и «внешнюю» (двигательную) активность, направленную на достижение сознательно поставленной и имеющей общественную значимость цели. Если цели, которые ставит перед собой человек, и мотивы, их отражающие, имеют спортивную направленность (занятия спортом составляют предмет, содержание деятельности), то вызываемая ими активность называется спортивной деятельностью [12].

Заключение. Блок мотивации образуют: потребности, мотивы и цели спортивной деятельности. Мотивы - это мощные, регулирующие деятельность психические силы или факторы. Регулирующая сила мотивов проявляется в их активирующем влиянии, поддерживающем и стимулирующем интеллектуальные, моральные, волевые и физические усилия человека, связанные с достижением цели.

- Особое место в психологическом обеспечении спортивной деятельности занимает мотивация, побуждающая человека заниматься спортом. На протяжении спортивной карьеры роль конкретных мотивов в стимулировании активности спортсмена меняется, и для каждого этапа спортивной карьеры характерны свои доминирующие мотивы.
- Для наилучшей самореализации спортсмена необходимо формировать в нем именно социально направленные мотивы. При отборе спортсменов в спорт высших достижений необходимо смотреть не только на физические возможности и уже достигнутые победы, но и диагностировать на наличие той или иной спортивной мотивации.
- Спортсмены с социальными мотивами достигают большего и удовлетворенность от результатов спортивной деятельности у них выше.

Литература

1. Абульханова-Славская К.А. Стратегия жизни. - М.: Мысль, 1991. – 302 с.
2. Адлер А. Понять природу человека. - СПб: Гуманитарное агентство «Акад. проект», 1997. - 251 с.
3. Алешков И.А. Опыт психологического анализа спортивной деятельности. - В сб.: Психология спортивной деятельности. М., изд. ВНИИФК, 1978. -С.49.
4. Ананьев Б.Г. Избр. психол. труды: В 2 т. М., 1980. Т. 1.-С.74.
5. Былеева Л., Яковлев В. Подвижные игры. - М.: Физкультура и спорт,1965. – С.5.
6. Гинзбург М.Р. Психологическое содержание личностного самоопределения // Вопросы психологии. – 1994. – № 3. – С. 43–52.
7. Гогунов Е.Н., Мартьянов Б.И. Психология физического воспитания и спорта: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб, заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2000. – 288 с.
8. Головаха Е.И. Жизненная перспектива и профессиональное самоопределение молодежи. - Киев: Наук. думка, 1988. -142 с.
9. Горбунов Г.Д. Мотивация спортсмена в тренировочном процессе // Практические занятия по психологии. Учебное пособие для институтов физической культуры. – М., 1989.-С.73.
10. Гошек В., Ванек М., Свобода Б. Успех как мотивационный фактор спортивной деятельности: Психология и современный спорт. – М., 1973. -С.75.
11. Дмитриенкова Л.П. Сравнительная характеристика мотивов достижения в различных видах спорта: Психологические аспекты подготовки спортсменов. – Смоленск, 1980. -С.12.
12. Макарычева И.А. Физическая культура в процессе духовно-нравственного воспитания подрастающего поколения. Журнал «Вестник физической культуры и спорта», № 5-(6) 2011. - С.19-21.

УДК: 378.4/1

«ВСЕМИРНЫЕ ИГРЫ КОЧЕВНИКОВ» НА УРОКАХ РУССКОГО ЯЗЫКА

Супатаева Э.А. к.п.н..
Кыргызская академия образования, г.Бишкек, Elvira-kg@yandex.ru

Аннотация. *Проект «Всемирные Игры Кочевников» символ возрождения и сохранения культуры, самобытности и укладов жизни народов мира в эпоху глобализации. Представлены методические разработки занятия по русскому языку на тему «Всемирные Игры Кочевников».*

Ключевые слова: *глобализация, межкультурный диалог, кочевник, русский язык, игры, образование.*

«ДҮЙНӨЛҮК КӨЧМӨНДӨР ОЮНДАРЫ» ОРУС ТИЛИ САБАКТАРЫНДА

Супатаева Э.А. п.и.к.
Кыргыз Билим берүү академиясы, Бишкек ш.

Аннотация. *“Дүйнөлүк көчмөндөр оюндары” долбоору ааламдашуу доорундагы дүйнө элдеринин маданияттарын, жашоо турмушунун өзүнчөлүгүн, өзүнчө бир башкача болуучулугун сактап калуунун символу. “Дүйнөлүк көчмөндөр оюндары” темасы боюнча орус тили сабагынын иштелмеси берилген.*

Негизги сөздөр: *ааламдашуу, маданияттар аралык диалог, көчмөн, орус тили, оюндар, билим берүү.*

«WORLD NOMAD GAMES» AT THE LESSONS RUSSIAN LANGUAGE

Supataeva E. A. - candidate of Pedagogic Sciences, senior researcher
The Kyrgyz Academy of Education, Bishkek c.

Abstract. *The revival and preservation of culture, identity and lifestyles of the peoples of the world in the era of globalization effectively implemented in the Kyrgyz project "World Games of Nomads". The author presented the development classes of the Russian language "World Games of Nomads".*

Key words: *globalization, intercultural dialogue, nomad, Russian language, games, education.*

Введение. Вначале явление «глобализация» не характеризовалась как проблема, но под конец 90-х годов эта тема заняла достойное себе место в социальной науке и в общественных дискуссиях. В настоящее время нет никакой идентичности во мнениях: является ли оно положительным или же отрицательным явлением. Единогласие наблюдается только в одном – глобализация – это непреодолимый процесс.

С точки зрения научного осмысления французский исследователь Б. Бади, выделяет явление глобализация на трех измерениях (аспектах): постоянно идущий исторический процесс; гомогенизация и универсализация мира; «размывание» национальных границ. Современная цивилизация вступила в принципиально новую стадию развития — информационную. Информатизацию общества принято связывать с тремя основными аспектами развития — ускоренное накопление информации, создание новых технологий и развитие средств информации и вычислительной техники, инновации на уровне общества и личности.

Глобализация проявляет себя далеко не во всех странах и регионах одинаково и не

по всем аспектам сразу. В одних странах и на одних территориях глобализация в большей мере охватывает, скажем, экономическую сферу, в других более быстрыми темпами идет внедрение новых технологий. Многие страны вообще, в силу тех или иных причин (например, политической изоляции или самоизоляции, технологических и экономических возможностей и т.п.), оказываются на периферии глобальных процессов.

Современные исследователи отмечают, что мы живём в мире состоящей из VUCA — это акроним из английских слов Volatility (нестабильность), Uncertainty (неопределённость), Complexity (сложность) и Ambiguity (неоднозначность). В общих чертах, это предупреждение о том, что наш мир становится всё сложнее прогнозировать и регулировать. Наше будущее зависит, в том числе, и от наших ценностей. Социальные ценности также обуславливают, где именно находится определённая культура в многомерном пространстве [1, с. 34]. Мировое сообщество стоит перед необходимостью выработки эффективных коллективных мер защиты национальных культур от унифицирующих тенденций. Требуется формирование глобальных условий для предотвращения сползания мира к монокультурной модели, разрушительной для сложившегося культурного многообразия. На сегодняшний день важно придать глобализации цивилизованный и управляемый характер - «гуманизировать» ее, поставив на первое место интересы человека [2]. Опасность утраты культурной идентичности, потеря живой связи с многообразием традиций заставляет по-новому оценить сам принцип диалогического взаимодействия между культурами и цивилизациями.

Для достижения данной цели и в поисках путей сохранения культурного многообразия и гуманизации спорта в 2012 году в Кыргызской Республике были проведены первые в истории Всемирные Игры Кочевников (ВИК), миссией которых является возрождение и сохранение культуры, самобытности и укладов жизни народов мира в эпоху глобализации. Анализ составляющих информатизации показывает, что эффективно развивающееся государство вкладывает средства в образование, стремится к максимальному развитию и использованию человеческого потенциала. В современном мире ключевым ресурсом экономического роста стран становится их интеллектуально-образовательный потенциал, который обязательно воспитывается посредством языковой подготовки в системе образования [3].

Рассмотрим две разработки урока при обучении русскому языку как второму посвященные теме ВИК.

Тема 1. Всемирные Игры Кочевников
Грамматическая тема: числительные

Предтекстовые задания

1. Кластер на тему «ВИК»
2. Работа с наглядностью
3. Просмотр видеосюжета.
4. Пропишите прописью цифры следующих словосочетаний:

9 сентября 2014 года - I Игры; по 14 видам спорта; из 19 стран; открытие II Игр; 3 сентября 2016 года; по 23 видам спорта; из более 60 стран; за последние 25 лет; до 3 лет; открытие III Игр состоится 2 сентября 2018 года; состязания будут проходить по 36 видам спорта; примут участие около 3000 спортсменов из 80 стран мира.

5. Напишите правильно окончания прилагательных.

Всемирн… Игры Кочевников. Это аналог *Олимпийск…, Азиатск…* и *параолимпийск…* игр. *Данн… туристическ…* проект направлен на развитие *традиционн…, национальн…* игр. Были проведены *спортивн…* состязания. Программа игр содержала *этнографическ…* фестиваль в *живописн…* ущелье Кырчын. В *больш… юрточн…* городе показывались обычаи и традиции. Проект «*Всемирн…* Игры Кочевников» стал *сам… масштабн… международн…* проектом *Кыргызск…* Республики за *последн…* 25 лет. В программу

Всемирн… игр кочевников были включены такие игры, как *конн…* скачки, *конн…* состязания; состязания лучников из *традиционн…* лука – *пеш…* стрельбы; *массов…* стрельбы из лука на дальность; *спортивн…* состязания по *национальн…* видам охоты «Салбуурун»; *разн… виды единоборств*; *национальн… игра* – ордо; *традиционн… интеллектуальн… игры*.

6. Прочитайте текст и озаглавьте.

Впервые 9 сентября 2014 года, на берегу озера Иссык-Куль, в городе Чолпон-Ата состоялись I Всемирные Игры Кочевников. Были проведены спортивные состязания по 14 видам спорта, где приняли участие спортсмены из 19 стран.

Наряду со спортивными мероприятиями, программа игр содержала этнографический фестиваль в живописном ущелье Кырчын. В большом юрточном городе показывались обычаи и традиции, начиная от рождения ребенка, первых его шагов, до захватывающего конно-спортивного шоу.

3 сентября 2016 года состоялось открытие II Всемирных Игр Кочевников, где были проведены спортивные состязания по 23 видам спорта и приняли участие спортсмены из более 60 стран.

Проект «Всемирные Игры Кочевников» стал самым масштабным международным проектом Кыргызской Республики за последние 25 лет. Всемирные игры кочевников - это аналог Олимпийских, Азиатских и параолимпийских игр.

Данный туристический проект направлен на развитие традиционных, национальных игр многих народов кочевников. В программу Всемирных игр кочевников были включены такие игры, как *конные скачки* – ат чабыш, жорго салыш, кунан чабыш, бышты жорго, гладкие скачки до 3 лет; чон ат чабыш; *конные состязания* - кок-бору, эр эниш, джирит; *состязания лучников из традиционного лука* – пешие стрельбы, стрельбы верхом на лошадях; массовые стрельбы из лука на дальность; *спортивные состязания по национальным видам охоты «Салбуурун»* - буркут салуу «Ундок», «Чырга», далба ойнотуу, тайган жарыш, жаа атуу (все виды); *разные виды единоборств* - мас-рестлинг, казахша куреш, гореш, гюлеш, аба гюреш, кыргыз куреш, алыш; *национальная игра* – ордо; *традиционные интеллектуальные игры* - тогуз коргоол, мангала.

Слоган Игр - «Едины силой! Едины духом!».

Открытие III Всемирных Игр Кочевников состоится 2 сентября 2018 года на ипподроме города Чолпон-Ата Иссык-Кульской области.

Спортивные состязания III Всемирных Игр Кочевников будут проходить по 36 национальным видам спорта, в которых, как ожидается, примет участие около 3000 спортсменов из 80 стран мира (*по материалам СМИ).*

Послетекстовые задания

1. Как вы озаглавили текст? Объясните.

2. Какие элементы включал в себя этнографический фестиваль в живописном ущелье Кырчын?

3. Вы согласны с утверждением, что проект «Всемирные Игры Кочевников» стал самым масштабным международным проектом Кыргызской Республики за последние 25 лет?

4. Почему Всемирные игры кочевников - это аналог Олимпийских, Азиатских и параолимпийских игр?

5. Какие еще примеры народов кочевников вы можете привести.

6. Раскройте смысл слогана Игр - «Едины силой! Едины духом!».

7. Подберите соответствие: 1) *конные скачки 2) разные виды единоборств 3) конные состязания 4) состязания лучников из традиционного лука 5) традиционная интеллектуальная игра 6) спортивные состязания по национальным видам охоты «Салбуурун» 7) национальная игра.*

а) тайган жарыш, жаа атуу б) ордо в) жорго салыш, бышты жорго г) мангала д) джирит; е) мас-рестлинг ж) стрельбы верхом на лошадях.

8. Самостоятельная работа. Выберите одну игру из программы Всемирных игр кочевников и напишите сообщение.

Тема 2. Новая айдентика III Всемирных Игр Кочевников
Грамматическая тема: Имена прилагательные

Предтекстовые задания

1. Кластер на тему «Эмблема». Какие эмблемы вы знаете? (автомашин, фирм и т.д.).
2. Работа с наглядностью.
3. Пропишите прописью цифры следующих словосочетаний:

12 тумаров оберегающие горы - 12 месяцев или круглый год.

24 тумаров оберегающий народ, участников, болельщиков - 24 месяца, то есть 2 годичный цикл ВИК. 40 лучей солнца символизирующий "40 чоро" - 40 воинов Манаса.

4. Напишите правильно окончания прилагательных.

Новое слово: айдентика – бренд – логотип. Сегодня так модно называть обычные вещи иностранными словами. Айдентика – это лицо любого бизнеса, его визуальная основа.

Нов... айдентика охватывает идею *обновлен...* концепции III *Всемирн...* Игр Кочевников, направленную на раскрытие *различн... кочев...* народов всего мира. Это состязания международн... уровня, но и площадка для *культурн...* раскрытия всех кочевых народов мира. *Кажд...* цвет и *кажд...* символ имеет смыслов... идею.

В основе *нов... фирменн...* стиля Всемирных Игр Кочевников 2018 изображен, уже всем *известн..., солярн...* человек на лошади.

Главн... символ кочевников и *необычн...* всадника. *Универсальн...* символ *небесн...* блага.

Центральн... фигурой эмблемы является - солнце. Для всех кочевых народов солнце всегда имело *особенн...* значение, и оставил *глубок...* след в быту и обычаях. Для кочевых кыргызов солнце имело *особ... культурн...* значимость. *Нов... фирменн...* стиль.

5. Прочитайте текст и озаглавьте.

Новая айдентика охватывает идею обновленной концепции III Всемирных Игр Кочевников, направленную на раскрытие различных кочевых народов всего мира. Новая айдентика говорят, о том что III ВИК это не только состязания **международного** уровня, но и площадка для **культурного** раскрытия всех кочевых народов мира. Каждый цвет и каждый символ в обновленном логотипе имеет смысловую идею для представителей кочевых народов.

В основе нового фирменного стиля Всемирных Игр Кочевников 2018 изображен, уже всем известный, солярный человек на лошади.

Эмблема состоит из круга, обозначающего Вселенную, лошади - главный символ кочевников и необычного всадника - солярного человека. Внутри головы центральной фигуры - крест, который делит пространство на 4 части света - универсальный символ небесного блага.

Центральной фигурой эмблемы является - солнце. Для всех кочевых народов солнце всегда имело особенное значение, символизируя чистоту и равенство, и оставил глубокий след в быту и обычаях. Для кочевых кыргызов солнце имело особую культурную значимость, об это свидетельствуют наскальные рисунки в Саймалуу-Таш. Кыргызы, как представители кочевой цивилизации, всегда сохраняли в себе морально-нравственную чистоту. Солнце всем светит одинаково.

Автор эмблемы - художник Майрамкул Асаналиев.

Для Третьих Всемирных Игр Кочевников в 2018 году был разработан новый фирменный стиль, направленный на объединение всех кочевых народов мира и кыргызский кочевой народ, как его часть.

Сложно не заметить большое количество треугольников в обновленном логотипе ВИК. Это связано со значимостью фигуры треугольника для кочевника. У многих кочевых народов треугольник носил идею созидающей божественной силы, вознесения, близости к верхнему миру и, соответственно, его покровительства.

Кыргызы, как часть кочевого мира, верят в покровительство неба и используют фигуру треугольника как тумар (оберег). Каждый ряд треугольников носит свою идею для кочевого народа.

Тумар с рисунком гор внутри,

соответственно, имеют значение “оберегающие горы”. Природа - это самое важное в жизни кочевников. Поэтому символика стихий и природных явлений - это обязательная атрибутика кочевой культуры всего мира.

Треугольник с рисунком, обозначающим в кыргызской культуре как “киши” (человек), “эл” (народ), также можно понимать, как “народ, оберегающий традиции, культуру и знания предков”.

Стоит отметить, что количество тумаров с определенными рисунками также являются носителями идей кыргызской и мировой кочевой культуры.

12 тумаров, оберегающие горы - 12 месяцев или круглый год.

24 тумаров, оберегающий народ, участников, болельщиков - 24 месяца, то есть 2 годичный цикл ВИК.

40 лучей солнца, символизирующий “40 чоро” - 40 воинов Манаса.

Из всех этих эмблем наполненных особой символикой и идеей кочевых народов состоит “Вселенная кочевника” и напоминает нам, что все в этой вселенной имеет свое значение (*по материалам СМИ)*

Всемирные Игры Кочевников представили новую айдентику. - 01.01.2018.)

Послетекстовые задания

1. Как вы озаглавили текст? Объясните.

2. Какие элементы включает в себя новая айдентика?

3. Вы согласны с утверждением, что для всех кочевых народов солнце всегда имело особенное значение, символизируя чистоту и равенство, и оставил глубокий след в быту и обычаях.

4. Почему кыргызы верят в покровительство неба и используют фигуру треугольника как тумар (оберег)?

5. Какие еще примеры символы народов кочевников вы можете привести.

6. Самостоятельная работа. Какие символы других народов вы знаете? Напишите небольшое сообщение.

Выводы. Русский язык, являясь особой формой межцивилизационного диалога культур в эпоху глобализации выступает важнейшим средством формирования гражданского общества, укрепления единства и целостности многонационального Кыргызстана. Для сохранения культурного многообразия и гуманизации спорта идея проведения ВИК является одним из успешных инициатив. Эффективно выполняет задачи для реализации возрождения и сохранения культуры, самобытности и укладов жизни народов мира в эпоху глобализации.

Литература

1. Фейдл Ч., Бялик М., Триллинг Б. Четырёхмерное образование. – 2015. – 212 с.
2. Добаев К.Д., Супатаева Э.А. Основные направления педагогической науки в эпоху глобализации. – КАО, НИР. – 2017. – 90 с.
3. Добаев К.Д., Супатаева Э.А. Всемирные игры кочевников - диалог культур в эпоху глобализации. Второе «Я» кочевника // Мат. межд. научно-практ. конфер. «Национальные виды спорта и Всемирные игры кочевников: историческое наследие и будущее». – Чолпон-Ата, 4-7 сентября 2017. – С. 169-174.
4. Всемирные Игры Кочевников представили новую айдентику. - 01.01.2018.
5. http://worldnomadgames.com/ru/news/ru/Vsemirnye-Igry-Kochevnikov-predstavili-novuiu-aidentiku/

УДК 796/799 (575.2)

ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ НАЦИОНАЛЬНЫХ ВИДОВ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

Токтобаев Д.Б., доцент
Кыргызский Национальный университет им.Ж.Баласагына, г.Бишкек,
dtoktobaev@mail.ru

Аннотация. *В статье рассматриваются вопросы выявления педагогической ценности кыргызских национальных видов физической культуры и спорта для направленного их использования в педагогическом процессе.*

Ключевые слова: *национальная физическая культура, педагогический процесс, двигательная активность.*

ДЕНЕ ТАРБИЯ ЖАНА СПОРТТУН УЛУТТУК ТҮРЛӨРҮНҮН ПЕДАГОГИКАЛЫК БААЛУУЛУГУ

Токтобаев Д.Б., доцент
Ж.Баласагын атындагы Кыргыз Улуттук университети,Бишкек ш.,

Аннотация. *Макалада дене тарбия жана спорттун кыргыз улуттук түрлөрүнүн педагогикалык баалуулугу каралат жана педагогикалык иштерде аларды бир багытта колдонулушу.*

Негизги сөздөр: *улуттук дене тарбия, педагогикалык иштери, кыймылдоо аракеттери.*

PEDAGOGIC VALUE OF NATIONAL KINDS OF PHYSICAL CULTURE AND SPORT

Toktobaev D.B., docent
Kyrgyz National University named after J. Balasagyn, Bishkek,

Abstract. *In the article is considering identification of pedagogic value from Kyrgyz national kinds of physical education and sport for straight using in educational process.*

Key words: *national physical education, educational process, physical activit*

Введение. В настоящее время как никогда актуальной является проблема эффективного использования национальных видов физической культуры на практике из-за происходящих процессов идентификации культурного наследия нашего народа. Об этом отмечается в научных работах ряда известных учёных [1,4,6,8], в которых это обосновывается тем, что они, во-первых, успешно прошли испытание историей и, во-вторых, их потенциальными возможностями для эффективного решения современных проблем в организации педагогического процесса [3, 5]. Поэтому, когда речь идёт о национальных видах спорта как одного из средств физического воспитания человека и о необходимости их широкого применения на практике неизменно возникают следующие вопросы: 1) как определить педагогические возможности национальных видов физической культуры и спорта для направленного их использования в реальности; 2) почему они не внедряются широко в современную педагогическую деятельность?

Национальные виды физической культуры и спорта не находят своё «достойное» представительство в педагогической практике из-за того, что педагоги-воспитатели не имеют конкретного представления об их функциональных возможностях в решении разнообразных социально-педагогических задач.

Цель исследования: определить педагогическую ценность кыргызских национальных видов физической культуры и спорта для направленного их использования в условиях организации воспитательного процесса.

Задачи исследования:

- Определить арсенал кыргызских национальных игр, состязаний и физических упражнений, применимых в условиях учебных заведений и их материально-спортивной базы;
- Внедрение кыргызских национальных игр и физических упражнений в учебный процесс.

Объект исследования: 73 национальных видов физической культуры и спорта (далее, национальных видов спорта) [1,6], не включая конноспортивные игры, состязания с использованием животных и особенностей рельефа местности.

Методы исследования:

- педагогическое наблюдение,
- контрольные испытания,
- педагогический эксперимент.

Педагогическая ценность указанных национальных видов спорта определялась на основе следующих критериев: по уровню двигательной активности; по уровню интереса во времени к данным видам спорта у студентов. Концептуальная основа определения педагогической ценности национальных видов спорта была опубликована нами в некоторых изданиях [7], эффективность которой была подтверждена педагогическим экспериментом по выявлению функциональных возможностей национальных видов физической культуры и спорта. Предложенная нами Концепция была отмечена специальным Дипломом лауреата LXV-й МНПК «Личность, семья и общество». Эксперимент проводился с участием студентов на базе Кыргызского Национального университета им.Ж.Баласагына в 2014-2017 гг.

Результаты исследования. Классификация национальных видов физической культуры и спорта (подвижные игры, состязания, физические упражнения и т.д.) предусматривает ранжирование национальных видов физической культуры и спорта на шесть групп.

В первую группу вошли 12 из числа изученных национальных видов физической культуры и спорта, вызывающие низкий уровень двигательной активности и кратковременный интерес у студентов. Данные виды физической культуры и спорта не обладают какой – либо педагогической ценностью и исторически «изжили» себя в сфере физкультурно – спортивной работы, так как их использование на практике неэффективно. По нашему мнению, когда отмечается, что в связи с глобализацией и интернационализацией всех сторон общественной жизни национальные виды спорта объективно уходят в историческое прошлое, то необходимо отнести данное утверждение не ко всем национальным видам физической культуры и спорта, а лишь к той части, которая входит в данную группу. Данные виды физической культуры и спорта вызывает у нас интерес лишь с точки зрения истории.

Во вторую группу - 18 национальных видов физической культуры и спорта, вызывающие низкую двигательную активность и долговременный интерес к ним, которые не обладают особой педагогической ценностью в условиях физкультурно – спортивной работы, но имеется целесообразность в их использовании в досуговой деятельности людей, вне физкультурно-спортивной деятельности, для сохранения самобытной культуры народа. Например, такие игры, как «Так-орун», «Жамбыга секирип жетүү», «Мергенчи», «Тегеренмей», «Бузук телефон», «Койчунунтаягы» и др.

В третью группу вошли 9 национальных видов физической культуры и спорта, вызывающие среднюю двигательную активность и кратковременный интерес к ним у занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью. Отнесённые к данной группе национальные виды физической культуры и спорта следует использовать в подготовительной и заключительной частях физкультурно-спортивных занятий для планомерной подготовки организма занимающихся к предстоящим высоким нагрузкам и возврата к исходному состоянию покоя, а также в специальных медицинских группах – в основной части физкультурных занятий, так как здесь не требуется обеспечение высокой физической нагрузки, учитывая «специфичность» данного контингента занимающихся. Например, «Жигиттераттангыла», «Бут тепсемей», «Ак сандык-көк сандык», «Жиптепсемей» и др.

В четвёртую группу вошли 15 национальных видов физической культуры и спорта, вызывающие среднюю двигательную активность и долговременный интерес у занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью. Данные виды игр и физических упражнений следует использовать для планомерной подготовки организма занимающихся к предстоящим высоким физическим нагрузкам не только в подготовительной, но и в основной частях физкультурно-спортивных занятий в зависимости от уровня их физической подготовки. Например, «Кызкуумай», «Койчужанакарышкыр», «Азаптуу кап», «Арыктансекирипөтүү», «Орто топ» и др.

В пятую группу вошли 9 национальных видов физической культуры и спорта, которые вызывали высокую двигательную активность и кратковременный к ним интерес. Отнесённые к данной группе национальные виды физической культуры и спорта необходимо использовать для развития таких физических качеств человека, как сила, ловкость и быстрота в основной части физкультурно-спортивного занятия. Например, «Өрдок баш», «Атоюн», «Жүгүрүүшү», «Бука жыкмай», «Баштатурмай» и др.

В шестую группу вошли 10 национальных видов физической культуры и спорта, вызывающие высокую двигательную активность и долговременный интерес к ним. Данные национальные игры и физические упражнения необходимо использовать для развития и совершенствования такого физического качества человека как выносливость в основной части физкультурно-спортивного занятия. Например, «Жөөжарышуу», «Кубалап жетмей», «Жөөоодарыш», «Жөө жүрүп тыйын эцмей», «Аркан тартыш», «Бука тартыш» (см. Перечень игр).

Перечень игр

Кызкуумай
Өрдөк баш
Ала күчүк
Ат оюн
Жигиттер аттангыла
Жөө жарышуу
Жүгурүүшү
Койчу жана карышкыр
Кол кармашын жүгүрүүшү
Кубалап жетпей
Так орун
Азаптуу кап
Арыктан секирип өтүү
Жамбыга секирип жетүү
Коён секириш
Узундукка секирүү
Мергенчи
Орто топ
Жөө оодарыш
Жөө жүрүп тыйын эцмей
Тегеренмей
Көп сандагы адамдарды көтөрүү
Корозчо урушмай
Түйүлгөн манжаны жазмай
Бут тепсемей
Көлгө түшмөй
Коюма карышкыр тийди
Күзгүбү же таракбы
Сокур бүркүт
Шакек жашырмай
Шам шарт
Бузук телефон
Дем албай туруу
Кимдин үнү
Убакыт канча болду
Көз тацмай
Койчунун таягы
Аркан тартыш
Учту-учту
Ак сандык-көк сандык
Ак терек-көк терек
Алты бакан
Аска, зоот, чыгуу
Атчандар
Ашкабак талашмай
Ашкабак чапмай
Бала тапмай
Басты-басты
Баш кийимди алып качуу
Баш кысмай
Баш кийимчиге жетмей
Баштык менен урушуу
Баш уруштурмай
Бекбекей
Белбоо чечмей
Бет тиштемей
Беш тумак
Бука жыкмай
Бука тартыш
Буттун жардамы жок күрөшүү
Данак утмай
Жалт
Жан бермей же тирилитмей
Жар көрүүшү
Жашынмак
Жип тепсемей
Жоолук таштамай
Жөө улак тартыш
Жылацач баатыр
Каз-өрдөк
Калмак күрөш
Коён тебиш
Башта турмай

Заключение. Результаты проведённого эксперимента показывают, что: классификация национальных видов спорта и физической культуры по предложенной нами концепции вооружают педагогов об их потенциальных возможностях для направленного их использования на практике в связи с решаемыми педагогическими задачами; национальные виды физической культуры и спорта являются действенным средством повышения уровня физической подготовки студентов, так как значительно увеличилось количество студентов, успешно сдавших нормативные требования КНУ имени Ж.Баласагына по физической подготовке. Если до эксперимента нормативные требования по физической подготовке смогли сдать5 % из экспериментальной группы студентов, то после эксперимента, который длился 6 месяцев - 12 %.

Литература

1.Анаркулов Х.Ф. Кыргызские народные подвижные игры и физические упражнения /Ответ. редактор Н.И.Шарабакин. -Б.: 2003.- 205 с.

2.Анаркулов Х.Ф. Кыргыз эл оюндары.- Б.: «Кыргызстан», 1991.- 192 б.

3.Саипбаев С.М. Кыргыз оюндарынын педагогикалык маниси. -Ф.: «Мектеп», 1976. 146 б.

4.Ким В.Л., Мамбеталиев К.У. Общественно-исторические предпосылки развития национальной физической культуры. -Кыргызская национальная физическая культура: Учебно-методическое пособие/Вст.сл. В.Л.Ким. - Б.: 2008. С.7-13.

5.Саралаев М.К. Национальная физическая культура в период феодализма и в советский период. - Кыргызская национальная физическая культура: Учебно-методическое пособие/Вст.сл.В.Л.Ким. - Б.: 2008. С.13-19.

6.Анаркулов Х.Ф. Специально-педагогические аспекты национальной физической культуры. - Кыргызская национальная физическая культура: Учебно-методическое пособие. - Б.: 2008. С.36-103.

7.МотукеевБ.Дж., Кенжеев А.М., Токтобаев Д.Б. Методика определения педагогической ценности национальных видов спорта. - Сборник статей по материалам LXV МНПК. №6 (63). - Новосибирск: «СибАК», 2016. С.64-68.

8.Токтобаев Д.Б., Букуев М.О., Саралаев М.К. К истории возникновения кыргызских народных игр и состязаний. -Материалы МНПК: «Общество, культура, личность XXI века». - Чебоксары: ФГБОУ ВО Чувашская ГСА, 2016. - С.72-75.

УДК 796:37.01

ВЛИЯНИЕ ВСЕМИРНЫХ ИГР КОЧЕВНИКОВ НА ФОРМИРОВАНИЕ МОРАЛЬНО-НРАВСТВЕННЫХ КАЧЕСТВ У МОЛОДЕЖИ

Чыныбеков К.Т. аспирант
Кыргызская государственная академия физической культуры и спорта, г.Бишкек

Аннотация. *В статье рассматриваются вопросы формирования морально-нравственных качеств у молодежи посредством проведения Всемирных Игр Кочевников. Намечены основные пути реализации данного вопроса в целях воспитания гармоничной личности как части общества.*

Ключевые слова: *всемирные игры кочевников, морально-нравственные качества, гармоничная личность, воспитание молодежи.*

ДҮЙНӨЛҮК КӨЧМӨНДӨР ОЮНДАРЫНЫН ЖАШТАРДЫН АДЕП-АХЛАКТЫК САПАТТАРЫН КАЛЫПТАНДЫРУУСУНА БОЛГОН ТААСИРИ

Чыныбеков К.Т. аспирант
Кыргыз мамлкекеттик дене тарбия жана спорт академиясы, Бишкек ш.

Аннотация. *Макалада Дүйнөлүк Көчмөндөр Оюндары аркылуу жаштардын адеп-ахлактык сапаттарын калыптандыруусу каралган. Инсанды* гармониялуу *өнүктүрүү маселесине арналган негизги жолдору белгиленген.*

Негизги сөздөр: *дүйнөлүк көчмөндөр оюндары, адеп-ахлактык сапаттар, гармониялуу инсан, жаштарды тарбиялоо.*

THE INFLUENCE OF WORLD NOMAD GAMES ON BUILDING MORAL QUALITIES IN YOUNG PEOPLE

Chynybekov K.T. graduate student
Kyrgyz state academy of physical culture and sports, Bishkek c.

Abstract. *The article discusses building moral qualities in young people through the World Nomad Games. The main ways of the given issue realization of well-integrated personality as part of a society are outlined.*

Keywords: *world nomad games, moral qualities, well-integrated personality, youth upbringing.*

Актуальность. Развитие межкультурной коммуникации и глобализации востребовало способную к сотрудничеству молодежь, толерантную к окружающему миру [1,2]. Возникает необходимость формирования морально-нравственных качеств у молодежи, чувства единства кыргызстанского народа, принимая во внимание многообразие национальных культур и мировых традиций. Возрождение традиций кочевого народа и проведение Всемирных игр кочевников в Кыргызстане внесло существенные изменения в формировании единства народов и воспитания молодежи.

Цель исследования - изучение влияния Всемирных игр кочевников на формирование морально-нравственных качеств у молодежи.

Задачи исследования:

1. дать определение термину морально-нравственные качества;
2. обобщить историю возрождения Всемирных Игр Кочевников;
3. выявить воздействие Игр на воспитание современной молодежи.

Методы исследования: изучение материалов, касающихся проведения Всемирных игр кочевников; анализ и

обобщение фактов, отражающих влияние игр на развитие гармоничной молодежи.

Результаты исследования. Участие в Играх формирует характер и личностную культуру спортсмена – достигать поставленных целей, умение побеждать и принимать поражение, веры в себя и будущий успех, закаливая свою волю и обучаясь правилам честной игры. Что касается интеллектуального момента, то кочевые игры обладают простором для самореализации личности в тактике, технике, овладении своими эмоциями в спортивной сфере деятельности, что несомненно положительно отразится и в сложившихся общественных и социальных ситуациях и положит основу развития таких гармоничных качеств человека как критичность, скорость и гибкость мышления, ее глубина и широта. Однако, трактуя спорт с гуманистических позиций, можно подчеркнуть его влияние на эстетическое и морально-нравственное воспитание, усилению и межличностного общения, укреплению коммуникационных связей, как внутри страны, так и в международных масштабах, это несомненно положительно сказывается на молодом поколении.

Физическая культура и спорт сегодня рассматривается не только как эффективное средство укрепления и сохранения здоровья, как элемент культуры и образа жизни общества, но и как фактор развития духовных и этических устоев человека, систему морально-нравственных ценностных ориентиров, способствующих формированию всесторонней, гармоничной личности молодого человека [1]. Морально-нравственные качества являются определяющим фактором поведения человека в обществе и мире, общения и взаимодействия между людьми. Зайцева А.С. и Пронина Е.В определяют данный термин как взаимодействие комплекса трех компонентов личностной сферы (когнитивного, эмоционального и поведенческого), “обеспечивающее единство нравственного сознания и поведения” [4]. Морально-нравственные качества включают в себя следующие компоненты: открытость, ответственность, целеустремленность, любознательность, самостоятельность, инициативность, уверенность в себе, сильная воля активность, коммуни-кабельность, сотрудничество, эмпатия, доброта в отношении к другим и толерантность. Уровень выраженности данных компонентов морально-нравственной сферы личности становится условием реализации социальной активности молодежи на разных уровнях личной и общественной жизни. В формировании этих качеств в определенной мере играют роль физическая культура и спорт, как средство укрепления физического, психического и социального здоровья. Для понимания роли вовлеченности в спортивную деятельность, путем участия в соревнованиях или сотрудничества в проведении формирует нравственных качеств у современной молодежи.

Признание спорта кочевых игр и возрождение культуры с целью внедрения духа единства народа на воспитание положительных морально-нравственных качеств, укрепления общности и единства является важным поворотом в общественной жизни и системе ценностей современной молодежи. Возрождение кочевых традиций и проведение Всемирных Игр Кочевников стали значимой частью социальной политики государства. В 2012 году Президентом Кыргызской Республики Атамбаевым А.Ш. было инициировано проведение Всемирных Игр Кочевников, миссией которых отмечается возрождение традиций и культуры кочевников, “сохранение исторического культурного наследия и многообразия этносов и народов мира в эпоху глобализации” [3]. Одной из целей проведения Всемирных Игр Кочевников является “укрепление и дальнейшее развитие межрелигиозного и межкультурного диалога, взаимопонимания, дружбы, согласия и сотрудничества между этносами и народами мира и демонстрация их культурного многообразия” [3]. Старт Первым Играм был дан 9 сентября 2014 года на берегу озера Иссык-Куль. В этом году приняли участие более 400 спортсменов из 19 стран по 10 видам спорта.

Телетрансляция охватила более 230 миллионов человек из 40 стран мира. После Первых Всемирных Игр Кочевников было решено оставить право проведения этого мероприятия за Кыргызстаном и сделать его своеобразным брендом нашей страны и нашего народа. Так, были запланированы Вторые Игры, которые состоялись в сентябре 2016 года. Во Вторых Играх приняло участие больше спортсменов – количество спортсменов возросло до 1000, а количество стран-участниц увеличилось до 55. На Третьи Игры, запланированные на сентябрь нынешнего 2018 года, приняты заявки от более 3000 спортсменов из 80 стран по 36 видам спорта.

Сохраняется тенденция роста количества спортсменов и стран-участниц, что способствует знакомству и живому общению представителей разных культур. Это предполагает достижение поставленной государством цели проведения Игр, в улучшении и развитии диалога культур и народов мира, умения сотрудничать, любознательности и открытости к новому. Всемирные Игры Кочевников образуют ту активную среду, в которой развертывается борьба за побуждение молодежи к сохранению традиций и культуры кыргызского народа, принимая во внимание многообразие мировых культур.

Проведение Всемирных Игр Кочевников заняло одно из ведущих мест в деле по воспитанию гармоничной личности и формированию морально-нравственных и духовных ценностей у молодежи. Возвращение к истокам культурных ценностей имеет прогрессивный характер в Кыргызстане, что не в малой степени наблюдается в последние годы. Рассматривая личностную и общественную ценности кочевых видов спорта, можно выделить несколько особенностей – возрождение культуры предков и возобновление культуры современности, сохранение культуры спортивных игр кочевых народов.

Необходимо также обратить внимание на личность спортсмена, как человека, являющегося эталоном развития физических параметров человека, овладевшего всеми ценностями культурного наследия человечества и спорта. Подготовка к спортивным соревнованиям предъявляет требования по развитию тех физических и моральных качеств личности спортсмена, которые позволяют ему противостоять неординарным нагрузкам.

Масштабность Игр, что в значительной степени достигнута благодаря международному характеру мероприятия, отражается также в количестве стран, транслирующих по местным каналам телевидения.

Трансляция спортивного мероприятия в Кыргызстане и по всему миру способствуют развитию патриотизма у юных телезрителей, любознательности, интереса к культуре предков своего народа, сохранению культурного наследия.

Молодежь Кыргызстана проявила огромный интерес к конкурсу волонтеров. В проведении вторых Всемирных игр кочевников, состоявшихся в сентябре 2016 года, принимало участие более 1000 волонтеров. Более 2000 волонтеров отобраны для оказания помощи в проведении третьих Игр.

Участие в добровольческой деятельности способствует развитию коммуникативных и лидерских навыков, самоорганизации и исполнительской дисциплины, опыта взаимодействия и работы с группой, инициативности и организаторских способностей [5].

В процессе волонтерской деятельности формируется целостная система ключевых знаний и универсальных компетенций, определяющих развитие гармоничной личности. Работа волонтером помогает поменять свой внутренний мир, сформировать социальную компетентность и имеет огромное морально-нравственное значение.

Заключение. Физическое воспитание и спорт – неотъемлемая составляющая в жизни личности и общества, ориентирующая и формирующая морально-нравственные и духовные качества, приводящие к созданию гармонично-развитой личности.

Всемирные Игры Кочевников, будучи самым масштабным мероприятием,

проводимым в Кыргызстане, внедряют в сознание молодежи необходимость не только спортивной активности в жизни, но и влияние на спортсменов-участников, поднимающих престиж государства и гордость народа, социально-активную молодежь в волонтерской деятельности, интересующихся кочевыми видами спорта и культурой народов.

Организация и проведение спортивного мероприятия, возрождение игр кочевников, в данных масштабах активно способствует формиро-ванию и развитию интереса молодежи к культурному многообразию, развитию уровня нравственности молодежи посредством стимулирования физкультурно-спортивных потребностей, включая высокую работоспособность, способность к быстрой и сильной реакции, активную жизненную позицию, эмоциональную уравновешенность, высокую степень уверенности в себе, унаследовавшей богатства и ценности культуры народа, достигшего небывалого в истории на сегодняшний день высот

Литература

1. Желудкин С.В. Спорт в системе ценностей молодежи. - Вестник Чувашского университета, выпуск №3. 2008. – С. 93-97.
2. Кухтарева О.А. Нравственное воспитание учащейся молодежи средствами физической культуры и спорта. Дисс. Карачаевск, 203.- С. 164.
3. Положение III Всемирных Игр Кочевников. - Б.: 2018.- С. 2.
4. Пронина Е.В., Зайцева А.С. Морально-нравственные качества личности социально активной молодежи. Педагогика и психология: Актуальные вопросы теории и практики.- Владимир, 2015. - С. 225-227.
5. Хаджиалиев К. И., Айгубов Л. С. Роль волонтерской деятельности в воспитании социальной активности молодежи. Известия Дагестанского государственного педагогического университета, выпуск №3. Психолого-педагогические науки. Дагестан, 2015. – С. 69-75.

УДК 372.8:57

НЕКОТОРЫЕ ПРОБЛЕМЫ ПРЕПОДАВАНИЯ БИОМЕХАНИКИ В ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ВУЗАХ

Атанаев Т.Б, к.б.н., профессор, Андакулова Ж.А.
Кыргызский государственный университет им. И. Арабаева г. Бишкек,
toko54@rambler.ru

Аннотация. *В курсе «Биомеханики», студенты сталкиваются с необходимостью понимания биомеханических характеристик в различных траекториях движений и получают навыки биомеханического анализа двигательных действии, связанных с сохранением устойчивого положения тела в пространстве. Показаны проблемы, возникающие при преподавании курса, и пути их решения на уровне вуза.*

Ключевые слова: *учебный курс, биомеханика движений, энергия, биомеханические характеристики, биодинамика, опорно-двигательный аппарат, педагогические подходы.*

ПЕДАГОГИКАЛЫК ЖОГОРКУ ОКУУ ЖАЙЛАРДА БИОМЕХАНИКАНЫ ӨТҮҮНҮН КӨЙГӨЙЛӨРҮ

Атанаев Т.Б, б.и.к., профессор, Андакулова Ж.А.
И.Арабаев атындагы Кыргыз мамлекеттик университети, Бишкек ш.

Аннотация. *Биомеханика курсун окууда студенттер кыймылдын ар кандай траекториясындагы биомеханикалык мүнөздөмөлөр менен таанышышат жана телонун кыймыл аракеттеринин мейкиндиктеги туруктуу абалды сактоо менен байланышкан биомеханикалык анализдөө көндүмүнө ээ болушат. Макалада курсту өтүүдөгү пайда болгон кээ бир көйгөйлөр жана чечүү жолдору көрсөтүлгөн.*

Негизги сөздөр: *окуу курсу, кыймылдын биомеханикасы, энергия, биомеханикалык мүнөздөмөлөр, биодинамика, таяныч-кыймылдатуу аппараты, педагогикалык мамиле.*

SOME PROBLEMS OF TEACHING BIOMECHANICS IN PEDAGOGICAL HIGH SCHOOLS

Atanaev T.B., Andakulova J.A.
Kyrgyz state university I.Arabaeva, Bishkek c.

Abstract. *In the course "Biomechanics", students face the need to understand the biomechanical characteristics in various trajectories of movements and get the skills of a biomechanical analysis of the motor action associated with maintaining a stable position of the body in space. The problems encountered in teaching the course and the ways to solve them at the level of the university are shown.*

Key words: *training course, biomechanics of motions, energy, biomechanical characteristics, biodynamics, locomotor apparatus, pedagogical approaches.*

Введение. Курс биомеханики относится к общепрофессиональным дисциплинам и преподается в университетах физкультурного профиля на 2 курсах как на очной, так и на заочной формах обучения. Государственном образовательном стандарте высшего профессионального образования на данную дисциплину отводится 120 часов. Согласно учебной программе по биомеханике для студентов дневного отделения аудиторная и индивидуальная работа осуществляется в объеме 60 часов, остальное время отводится на самостоятельную работу. На лекциях освещаются фундаментальные вопросы биомеханики (32 часа). В процессе практических занятий студенты получают навыки биомеханического анализа двигательных действии, связанных с сохранением устойчивого положения тела в пространстве, локомоторных и вращательных движений, а также биомеханического анализа гибкости и силы (28 часов). Индивидуальная работа студентов направлена на самостоятельное изучение некоторых разделов биомеханики, на работу с первоисточниками и написание реферата (30 часов). Одним из требований, предъявляемых к данной работе, является освещение вопросов биомеханики через призму избранного профиля. Содержание курса по дисциплине «Биомеханика» включает не только традиционные вопросы биомеханики, изучаемые в гуманитарных вузах [1].

Главная особенность курса состоит в том, что изложение материала дано на двух уровнях. На первом уровне даются точные и углубленные понятия механики с позиции биомеханики, с достаточной для понимания строгостью и общностью. На втором уровне менее подробно и не столь углубленно излагаются понятия и теории биологических процессов, использованные на первом уровне.

Такой подход к изложению биомеханики для специалистов физкультурного профиля стимулирует интерес к естествознанию (физики, химии, биологии), математическому моделированию и обработки информации в области научных проблем биомеханики.

Существуют несколько подходов к анализу знания: диагностический, деятельностный, дидактический, технологический. В рамках диагностического подхода знание рассматривается как результат педагогического процесса, главное здесь задача выявления достигнутого уровня усвоения. Для деятельностного подхода знания есть продукт порождения деятельности, реализации разных вариантов ее построения, в зависимости от которых меняются и характеристики конечного продукта. Дидактический подход к знанию выделяется своей ориентацией на учет особенностей предметных областей действительности, знанием о которых оно является. Наконец для технологического подхода (В.В.Давыдов, Л.И.Айдарова, И.Л.Калошина) специфически ведущей является установка на рассмотрение знания в качестве материала педагогического конструирования, на создание «знаниевых конструкций», призванных формировать заданные характеристики мышления.

Результаты исследования. В процессе преподавания данного предмета нами применены выше охарактеризованные подходы, дополняющие друг друга и попытались раскрыть содержания данного курса в рамках единого взгляда. Курс биомеханики включает следующие темы:

- История биомеханики, основные понятия и термины;
- Кинематические и динамические подходы изучения движений;
- Виды сил в природе. Связь энергии и массы. Неинерциальная система отсчета.
- Механические свойства тканей, костей и кровеносных сосудов организма. Модели Максвелла и Кельвина-Фойхта.
- Биомеханика материалов и опорно-двигательного аппарата человека;
- Биодинамика (биомеханика) двигательных качеств. Элементы спортивной биомеханики;
- Биомеханика локомоций (движений) человека. Виды локомоций. Возрастная биомеханика;
- Биомеханический контроль. Клинический анализ движений (локомоций). Тесты в биомеханике. Методы обследования;
- Оптимальные биомеханические системы;
- Моделирование сообществ живых организмов. Взаимодействие организма со средой обитания.

Для освоения дисциплины самостоятельно предусмотрены индивидуальная домашние задания студентам, применяемые с применением компьютерной технологии: компьютерные тесты, составления опорных сигналов, мозговой штурм [2].

Педагогическое наблюдение в процессе теоретических и практических занятий в течение учебного года показало, что содержание программы должно базироваться на двух основных направлениях:

1.Общие принципы и законы биомеханики (для учителей и преподавателей физической культуры в школах). Предмет должен содержать основные понятия и закономерности, применяемые в области биомеханики;

2.Частная биомеханика, как продолжение общей, в рамках которой рассматриваются проблемы выбранной спортивной специализации. Предмет несет более детальное и углубленное изучение данного вида спорта.

Следует указать общеизвестные проблемы, возникающие в преподавании междисциплинарного курса биомеханики для студентов профиля физической культуры:

- Недостаточные знания по физике (механические движения, механические свойства, термодинамика и энергии), биологии (анатомии и физиологии человека, органов и тканей, модели биологических процессов);
- Отсутствие единого подхода преподавания биомеханики привело к произвольному созданию программ и внесение в нее изменений со стороны самого преподавателя, без механизма контроля и аттестаций;
- Нехватка нового, качественного учебного материала, пособий, учебников по биомеханике и количество часов, затрачиваемых практические занятия очень мало [3].

Данное состояние усугубляется отсутствием мотивации у студентов к освоению данной дисциплины, так как студенты второго курса не могут оценить роль биомеханики в своей профессиональной деятельности. Роль биомеханических знаний становится понятной студентам старших курсов, прошедших педагогическую практику.

Вместе с тем, содержательная сторона предмета «Биомеханика», не ограничиваются только механикой и биологией. В курсе рассматриваются элементы биофизики, проблемы исследования микродвижений, управляющая роль умственных передвижений человека в действиях, а также духовная сторона действий человека, рассматриваемая с позиций психологической физиологии.

Заключение. Необходима разработка и создание рабочих программ, дополнительных «курсов по выбору»; разработка учебно-методических пособий по курсу; обновление содержания дисциплины «Биомеханика» в соответствии с достижениями современной науки; разработк и внедрение в учебный процесс активных форм обучения, компьютерной техники.

Литература

1. Адашевский В.М. Теоретические основы механики биосистем: учебное пособие для студентов техн.ун-в/Под редакцией О.К. Морачковского. -Харьков: НТУ «ХПИ». 2001.-258 с.
2. Адашевский В.М., Тарсис Ю.Л. Руководство к выполнению индивидуальных домашних заданий по биомеханике/ Под редакцией О.К.Морачковского. -Харьков: НТУ «ХГПИ». 2000.-32 с.
3. Дзержинская Л.Б., Лущик И.В. Проблемы преподавания биомеханики в вузах физкультурного профиля // Современные проблемы науки и образования. – 2009. – М.: №5.-С.78.

УДК 615.07

САМОСТОЯТЕЛЬНЫЙ КОНТРОЛЬ ЗДОРОВЬЯ

Даниярова Н. Н., доцент, к. м. н., Алымкулова А. О.
Кыргызская государственная академия физической культуры и спорта, г. Бишкек.

Аннотация. *В статье даны доступные методы самостоятельного контроля здоровья.*

Ключевые слова: *здоровье, спортсмен, студент, системы, пробы, мониторинг.*

ДЕН-СООЛУКТУ ӨЗ АЛДЫНЧА БАШКАРУУ

Даниярова Н. Н., доцент, м.и.к., Алымкулова А. О.
Kyrgyz state academy of physical culture and sports, Bishkek c.

Аннотация. *Макалада ден-соолукту өз алдынча контролдоо боюнча жеткиликтүү ыкмалар берилген.*

Негизги сөздөр: *ден-соолук, спортчу, студент, системалар, тастыктоо, мониторинг.*

SELF-CONTROL HEALTH

Daniyarova N.N., Associate Professor, m.i.s., Alymkulova A.O..
Kyrgyz state academy of physical culture and sports, Bishkek c.

Abstract. *The article gives available methods of self-monitoring of health.*

Key words: *health, athlete, student, systems, samples, monitoring.*

Введение. Благосостояние любой страны оценивается по трем показателям: здоровье населения; образованностью; хорошим управлением страной. Эти три фактора необходимо сохранить и приумножить.

Чтобы страна процветала, у нее должны быть здоровые и умные (образованные) люди, это важно для любой страны [1, 2, 3]. Для этого необходимо правильно использовать природные факторы, и мы обязаны быть здоровыми, следить за своим питанием, стремится к интеллектуальному росту, уделять должное внимание к физической подготовке [4].

Перейдем к оценке здоровья студента [5]. Студент должен быть «здоровым», «умным» и «красивым» - телом и душой. Студенты, пока молоды, плохо относятся к распределению режима дня. Для сохранения здоровья, они должны правильно распределять свой распорядок дня. Одним из факторов, сохраняющих здоровье - правильная и слаженная работа функциональных систем организма, его следует постоянно поддерживать на нормальном ритме функционирования целого организма. Увеличивающиеся с каждым годом интенсивность и величина тренировочных нагрузок требуют получения полноценной информации о спортсмене на протяжении всех этапов тренировочного процесса [6, 7]. Данное исследование было продиктовано необходимостью помочь спортсменам и их тренерам в получении информации о состоянии здоровья следящих за своим здоровьем, из огромного количества методов исследования, мы выбрали простые, доступные, универсальные, легко выполнимые самим испытуемым, студентом, спортсменом. Спортсмен, использовав их по расчетным данным может регулировать объем и интенсивность тренировочных нагрузок.

Цель исследования - дать основные методики комплексного контроля состояния здоровья, по показателям физического развития и функциональной подготовленности организма спортсменов.

Материал и методы исследования:

В программу мониторинга [6] спортсменов включены следующие методы:

- обследование степени физического развития и телосложения;
- обследование функционального состояния сердечно-сосудистой системы и внешнего дыхания;
- обследование показателей вегетативной нервной системы;
- проведение функциональных тестов с дозированной физической нагрузкой;
- обследование показателей мочи;
- оценка физического развития, телосложения и функционального состояния организма спортсмена;
- математическая обработка фактического материала: методом стандартов или средних антропометрических данных, баллов, индексов и оценки результатов по расчетным параметрам;
- компьютер – для внесения всей информации полученной при обследовании спортсмена, хранение и обработка полученного фактического материала.

Включение комплексных исследований физического развития и телосложения, функционального состояния организма спортсмена в компьютерную базу данных поможет поддержать и сохранить свое здоровье (таблица 1). Исследование проведено в Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта у студентов 1 курса тренерского факультета и допризывной подготовки (2017 – 2018 гг.) осенне-зимний период. Всего обследовано 97 студентов: из них юниоров 95%, взрослых - 5%, различной спортивной специализации, имеющих различную спортивную квалификацию.

Результаты исследования. Спорт и физическое воспитание является одним из дополнительных факторов, способствующих формированию физического развития [4]. Для оценки физического развития используются стандартные и универсальные методы исследования. Объективную характеристику физического развития у спортсменов дает антропометрическое измерение тела человека физическими и инструментальными методами: определение длины тела стоя (см.), определение массы тела, определение окружности талии, бедер, запястья (см.). *Обследование физического развития и телосложения.* Длина тела (см) человека зависит от (морфологических, физиологических, генетических и других факторов). Масса тела - от возраста, пола, роста, обмена веществ, морфологических, физиологических функций. Математическая обработка и методы - стандартов, индексов, баллов и расчетных параметров, должна сравниваться с показателями практически здоровых лиц. Оценка физического развития по результатам антропометрического исследования (таблица 2). *Оценка массы (веса) тела.* Показатели веса тела выше нормы, или ниже, или в пределах нормальных значений. ***Оценка весоростовых индексов.*** *Индекс массы тела* характеризует избыточную массу тела или его недостаток (дефицит). Оценка показателя: идеальное значение для мужчин от 18, 5 - 24; меньше дефицит массы тела; избыточная масса тела от 24, 9 - 29, 9; ожирение - 2 степени от 35 – 40; ожирение - 3 степени от 40 и выше.

Оценка окружности талии и бедра. *Идеальное строение тела.* Показатель пропорциональности тела - идеальное соотношение обхвата талии(см.) к обхвату бедра (см.), табл. 2. Оценка показателя: идеальное соотношение - 0,7; ниже - окружность талии больше чем бедра, выше окружности бедер больше окружности талии. Должно быть все пропорционально [10]. Отмечено, что окружность талии у мужчин, превышающих 94 сантиметров, плохо отражается на гормональном обмене. А именно, окружность талии, косвенный показатель содержания в крови мужского гормона тестостерона. Если талия больше 94 см, мужчинам следует призадуматься и принимать срочные меры для снижения веса тела. Тестостерон для мужчин очень много значит: внешний вид, мужской тип мышления, сексуальность, мышечная масса тела и многое другое. *Оценка окружности запястья.* Соматоскопия дает общее представление об особенностях строения телосложения. Для определения конституционального типа телосложения в последние годы предложен очень простой метод - это измерение окружности запястья кисти руки. Полученное измерение занести в табл. 1 и 2.

Таблица 1

Мониторинг здоровья спортсмена (карта тестирования)

Общая часть				
№ п/п или код спортсмена	Фамилия _____ Имя _____ Отчество _____	Пол М Ж	Дата рождения число ☐☐ месяц ☐☐ год ☐☐	Учебное заведение ВУЗ ☐ колледж ☐ спортивный клуб ☐ спортивная школа ☐
1	2	3	4	5

Фактическое измерение физического развития и телосложения					
	Длина тела стоя (см.)	Масса (вес) тела (кг.)	Окружность (см.)		
			талии	бедра	запястья
	6	7	8	9	10

Фактическое функциональных систем									
Внешнее дыхание	**Сердечно – сосудистая система**								
Частота дыхания (ЧД), количество вдохов за 1 мин., (кол-во раз)	Пульс (частота сердечных сокращений) (уд./мин.)				Функциональная проба с максимальной задержкой дыхания на вдохе или на выдохе (мин. сек.)			Пульсоксиметрия	
	Пульс в покое лежа	Пульс после 30 приседаний за 30 секунд	Пульс на 1 минуте восстановления	Пульс в покое лежа	Пульс в покое стоя	Задержка дыхания на вдохе	Задержка дыхания на выдохе	Объем кислорода крови (%)	Пульс в покое (уд./мин.)
11	2	13	14	15	16	17	18	19	20

Фактическое измерение показателей мочи (Combina 11&)										
Удельный вес	Кровь, лейкоциты Leuco/ml	Нитриты	pH	Кровь, гемоглобин, Ery/ml	Белок, г/л	Глюкоза, ммоль/л	Аскорбиновая кислота	Кетоны ммоль/л	Уробилиноген умоль/л	Билирубин
1	22	23	24	25	26	7	28	29	30	31

Оценка показателя типов телосложения мужчин: мужчины нормостеники - от 16 до 18 (см); мужчины астеники - менее 16 (см); мужчины гиперстеники - больше 16 (см).

Весь фактический оценочный материал по физическому развитию и телосложению мы занесли в таблицы 1 и 2. Использовали основные математические расчеты.

Определив длину тела стоя, надо посмотреть пропорционально ли оно развито. Затем измерить фактический вес. Важный показатель (индекс массы тела), помогает в получении информации о весоростовых пропорциях, крепко ли построено ваше тело. Пропорциональность, красоту тела определите по показателю идеального строения тела, в норме он составляет ***0,7***. Самый простой метод определения телосложения - измерение окружности запястья, и результат готов. Из таблицы 2 видно, что обследованные студенты достаточно высокие (длина тела), имеют хорошую массу (вес) тела, идеальный индекс массы (веса) тела. По конституциональному типу большинство студентов 52% нормостеников и 48% астеников. Показатели идеального строения тела немного превышали норму, что, видимо, связано с конституциональным строением тела мужчин.

Таблица 2

Оценка показателей физического развития и телосложения студентов

№ п/п	Показатели	M±m
1.	Длина тела стоя, см.	173±0,65
2.	Вес (масса) тела, кг.	62,77±0,89
3.	Индекс массы тела	22,08±0,29
4.	Идеальное строение тела	0,83±0,005
5.	Окружность запястья, см.	15,58±0,11

Результаты обследования необходимо посчитать по формулам и посмотреть, подходят ли показатели физического развития и телосложения к данным практически здоровых лиц, по возрасту, длины тела (росту) и массе (веса) тела. Показатели выше или ниже нормы или соответствуют нормальным значениям.

Исследование функционального состояния.

Дыхательная система состоит из органов, которые приносят кислород и выводят углекислый газ. Осуществляется это газообменом, поступлением кислорода при вдохе и усвоением его в легких и выведением углекислого газа при выдохе. Это кислородно- транспортная система работает четко и слаженно [11]. При обследовании внешнего дыхания использовали: частоту дыхания (ЧД) - количество вдохов за одну минуту, табл. 1,3. Если дыхание укладывается в этот диапазон, то все в порядке. Если дыхание учащено (количество вдохов), это может быть связано с волнением. Вновь повторить измерения. Если постоянно учащенное дыхание, то надо обратиться к спортивному врачу, пусть он выяснит причину вашего учащенного дыхания. Может оно связано с чрезмерной нагрузкой (начинающейся перетренированностью), утомлением.

Таблица 3

Оценка показателей кардиореспираторной системы студентов

№ п/п	Показатели	Оценка показателя (нормальные значения) [8]	Результат M±m
Оценка функциональных систем			
1.	Частота дыхания (ЧД), количество вдохов за 1 минуту, (кол-во раз)	сидя от 16 до 18 стоя от 18 до 20	19,39±0,31
2.	Пульс (частота сердечных сокращений) (ЧСС), уд./мин.	нормальное 60 до 80; ускоренная от 80 до 100; тахикардия от 100 и более замедленная от 59 до 50	67,49±0,91
3.	Проба Штанге, мин., сек.	от 40 до 60	53,27±2,26
4.	Проба Генчи, сек.	от 20 до 40	31±,1,25
5.	Ортостатическая проба, в конце 1 минуты, уд./мин.	отлично от 0 до 10; хорошо от +11 до 16; удовлетворительно от +17 до +22; неудовлетворительно более + 22; неудовлетворительно от - 2 до - 5;	12,83±0,64
6.	Пульсоксиметрия: Объем кислорода в крови, %	100	97,63±0,11
	Пульс, уд./мин.	[8]	2,29±1,26

Исследование функционального состояния сердечно-сосудистой системы. Перейдем к следующему разделу кислород транспортной системы, она состоит из мощного сосудистого насоса сердца, и сосудов, транспортирующих кровь [5,8,9]. Рассмотрим, как работает этот мощный насос, ритмично сокращаясь дает нам косвенное представление о пульсе, и как артериальные и венозные сосуды поддерживают ее напряжение. Мы выбрали самый простой информативный показатель работы этой системы: пульс (частоту сердечных сокращений), уд. /мин. Пульс считывается ровно по секундомеру мобильного телефона за одну минуту в состоянии покоя, данные занести в (таблицу 1). Результаты и оценка показателя пульса, у обследованных студентов представлены в (табл. 3).

Оценка функциональных проб сердечно-сосудистой системы. Следующий этап обследования - проведение самых простых дозированных проб, для оценки функциональных возможностей сердечно-сосудистой системы, мы использовали показатели пульса. Они адекватно отражают приспособление сердечно-сосудистой системы на различные функциональные пробы, используемые в практике спорта. Они простые, легко выполнимые, стандартные, дозированные, не требующие дополнительных приспособлений. По этим пробам можно проследить изменения функции различных систем, органов, и по полученным данным оценить результат функциональных проб. В качестве функциональной пробы мы используем неспецифические одномоментные дозированные физические нагрузки, в виде приседаний.

Проба Руффье. В настоящее время в спортивной практике большой популярностью пользуется это методика, для экспресс-оценки реакции пульса на дозированную физическую нагрузку [8]. Это объективный показатель изменения пульса на кратковременную дозированную нагрузку и быстроты ее восстановления. Оценка результата пробы Руффье у студентов представлена на рисунке 1.

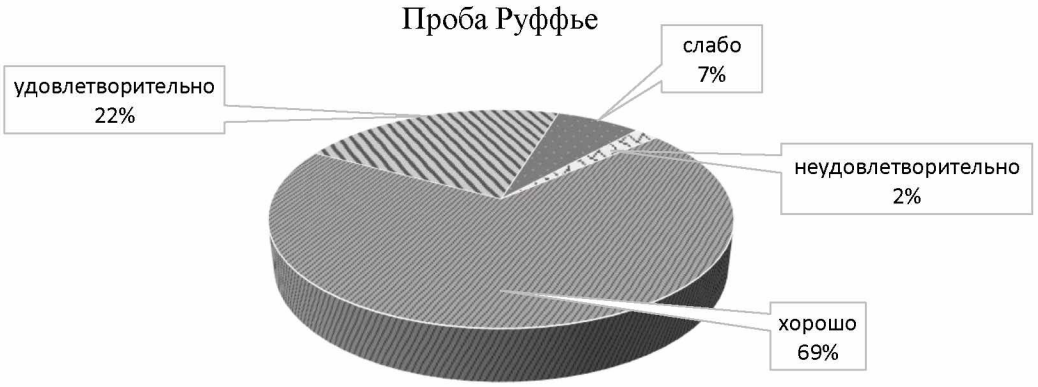


Рис.1. Оценка пробы Руффье

Следующие функциональные пробы основаны на изменении внешней среды, показывающие насколько сердце может выдержать не поступление кислорода в организм. Функциональные пробы неспецифические и основаны они на задержке дыхания после максимального вдоха проба Штанге и после максимального выхода проба Генчи.

Значения пробы Штанге и пробы Генчи у студентов представлены в табл. 1 и 3, характеризует выносливость вашего сердца на недостаточное поступление кислорода в сердце. Эти пробы объективные показатели работы сердечно-сосудистой системы и внешнего дыхания.

Предложенные методы обследования можно использовать в своей спортивной жизни, как надежный помощник оценки вашего самого дорогого достояния - это здоровья. В раздел сердечно-сосудистая система можно дополнительно включить приборы, которые могут быть в учебных, медицинских заведениях, фитнес-клубах, студенты по своему усмотрению могут их использовать.

Пульсоксиметр портативный показывает: % объема кислорода в крови (косвенно), и пульс (частоту сердечных сокращений), уд. /мин.

Пробу проводят в положении сидя. На указательный палец правой руки надевается прибор и через 3 минуты на экране выдается результат пульса, и объема кислорода крови (%). Результаты занести в (таблицу 1). Оценка показателя и данные обследования студентов даны в (табл. 3).

Исследование вегетативной нервной системы. Регулирует работу внутренних органов - сердца, эндокринных желез, кожу, гладкие мышцы, обмен веществ, под непосредственным контролем центральной нервной системы. Используем только информативные показатели, применяемые в спортивной практике, для выяснения утомления, перетренированности, регуляции работы сердечно-сосудистой системы и слаженной работы вегетативных центров [11].

Работа данной системы - на примере ортостатической пробы, связанную с вегетососудистыми реакциями организма на изменение положения тела в пространстве, (специфичные, функциональные, информативные и легко выполнимые пробы). Характеризует состояние гемодинамики и влияние на нее симпатической нервной системы.

Ортостатическая проба показывает увеличение напряжения пульса, под влиянием симпатического отдела вегетативной нервной системы, при перемене положения тела в пространстве, при переходе его из горизонтального положения в вертикальное.

Оценка ортостатической пробы у студентов дана в табл. 3 и рис. 2.

Сложная вегетативная нервная система поможет в оценке перетренированности, предупредит хроническое утомление, сохранит в целости ваше здоровье.

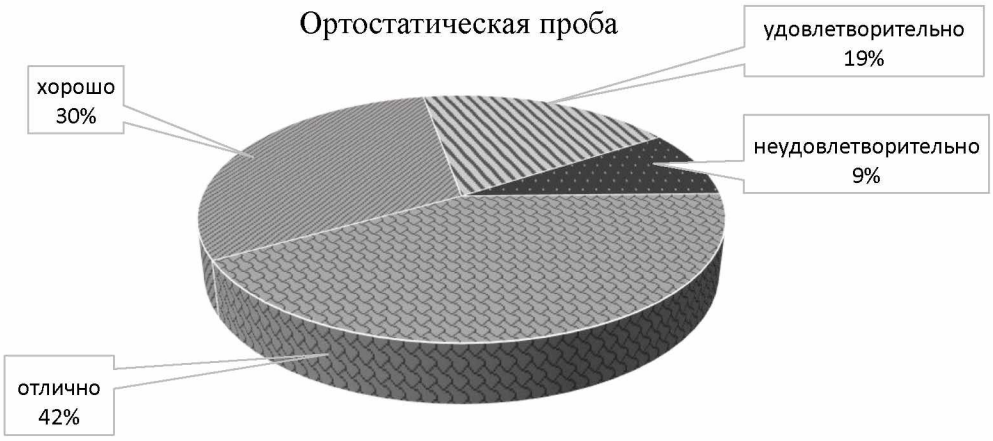


Рис. 2. Оценка ортостатической пробы

Анализ мочи. Получить полный спектр данных, по белковому, жировому, углеводному, витаминному и других показателей обмена веществ поможет анализ мочи. *Диагностические тест-полоски.* Это контейнер с разным количеством тест-полосок от 50 - 100 - 150 штук, их выпускают различные фирмы «Human», «Lachema» и другие. Универсальные диагностические тест полоски для мочи окажут неоценимую «скорую помощь» организму.

Для исследования мочи у спортсменов необходима свежая моча, контейнер с диагностическими тест-полосками фирмы «Human» (Combina 11S), в контейнере 150 тест-полосок, стакан пластмассовый на 100 мл, таблица для оформления анализа мочи.

Оценка результатов исследования у студентов проводится с соответствующей зоной индикации (цветной шкалой). Данные занести в табл. 1 и 4.

Таблица 4

Оценка анализов мочи студентов тест-полосками (Combina 11S)

№ п/п	Показатели	M±m
1.	Удельный вес	0,027±0,004
2.	Кровь, лейкоциты Leuco/ml	0,09±0,001
3.	Нитриты	0±0
4.	pH	5,14±0,065
5.	Кровь, гемоглобин, Ery/ml	0,09±0,001
6.	Белок, г/л	0,31±0,57
7.	Глюкоза, ммоль/л	0±0
8.	Аскорбиновая кислота	0,01±0,003
9.	Кетоны ммоль/л	0±0
10.	Уробилиноген умоль/л	0±0
11.	Билирубин	0±0

Нормальные показатели анализа мочи: удельный вес - от 1,015 - 1,025, pH - 5,5 - 6,5, уробилиноген нормально, остальные показатели должны быть отрицательными. Эти оценочные показатели могут подсказать, предупредить о вашем хроническом утомлении, при исследовании мочи обрати внимание на ее прозрачность она должна быть прозрачная как «капля воды», с желтоватым оттенком. Без приборов можно измерить на улице: вес(кг.); сантиметровой лентой рост (длину тела, см.); самим

посчитать пульс в любом состоянии (лежа, сидя, прыгая, бегая и так далее). В зависимости от поставленных целей по достижению результата, необходимо для себя составить график проведения собственного контроля своего здоровья по предложенным нами показателям [табл. 1, 2, 3, 4]. Они помогут особенно при выраженном утомлении, послужат диагностическим тестом функциональных возможностей, предупредить перетренированность. Исследование должны быть круглогодичными, желательно еженедельное исследование мочи.

Включение комплексных исследований физического развития и телосложения, функционального состояния организма спортсмена в компьютерную базу мониторирования в целом даст общее представление организма спортсмена и поможет ему поддержать и сохранить свое здоровье (табл. 1).

Заключение. Использование мониторинга позволило составить индивидуальную карту тестирования по физическому развитию и функциональному состоянию здоровья спортсменов. Информативными оказались большинство методов обследования. Каждый спортсмен в текущем контроле может использовать доступные инструментальные и физические методы обследования.

Внедрить в физическое образование и в спортивную практику мониторинг каждого спортсмена. Использование мониторинга поможет в оценке и корректировке в физической подготовленности, физического развития, телосложения и функционального состояния организма спортсменов. Разработанная индивидуальная компьютерная база данных должна быть заложена на сайте «Мониторинг здоровья спортсмена», которые могут использовать студенты, школьники, учителя школ, тренеры и родители в этапном контроле, в начале и в конце учебного года. Для этого они должны использовать простые и доступные физические и инструментальные методы.

Литература

1. Мамытов А.М. Основы здорового образа жизни: Учебное пособие/ А.М. Мамытов, А.А. Имангазиев. – Бишкек: КАО, 2010. – 106 с.
2. Назарова Е.Н. Здоровый образ жизни и его составляющие: Учебное пособие /Е.Н.Назарова, Ю.Д.Жилов. – М.: Издат. Центр «Академия», 2007. – 256 с.
3. Туманян Г.С. Здоровый образ жизни и физическое совершенствование: учебное пособие/Г.С. Туманян. – 3-е изд. стереотип. – М.: Издательский центр «Академия», 2008. – 336 с.
4. Турусбеков Б.Т., Иманалиев Т.Т., Акбанова Г.А. Валеология: учебное пособие. – Бишкек: Айат. 2015. – 288 с.
5. Активный образ жизни и здоровье студента/Н.А. Агаджанян, О.И.Барсукова, А.Д.Валтернис и др.; Под ред. Г.Ф.Коротько, Н.В.Данилова; Предисл. Н.А. Агаджанян. – Ташкент: Медицина, 1985. – 307 с.
6. Иорданская Ф.А. Мониторинг здоровья и функциональная подготовленность высококвалифицированных спортсменов в процессе учебно-тренировочной и соревновательной деятельности: монография / Ф.А.Иорданская, М.С. Юдинцева. – М.: Советский спорт, 2006. – 184 с.
7. Медик В.А., Юрьев В.К. Состояние здоровья, условия и образ жизни современных спортсменов. – М.: Медицина, 2001. – 144 с.
8. Макарова Г.А. Спортивная медицина: Учебник/ Г.А. Макарова. – 3-е изд., стереотип. – М.: Советский спорт, 2008. – 480 с.
9. Сабралиева Т.М. Физиология спорта: Курс лекций/ Т.М.Сабралиева.– Бишкек: КГАФКиС, 2011. – 143 с.
10. Сингх Д. Она идеальна – и точка// Комсомольская правда, 2017, 13 – 20 июля, www.kp.ru
11. Уилмор Дж.Д., Костилл Д.Л. Физиология спорта и двигательной активности: Пер. с англ. – Киев: Олимпийская литература. 1997. – 504 с.

УДК 798,25

НЕГАТИВНОЕ ВЛИЯНИЕ МЕЖЛИЧНОСТНЫХ ОТНОШЕНИЙ СПОРТСМЕНОВ В ИГРАХ КОК-БОРУ И КОКПАР

Капсаламова Э.Д. аспирант
Кыргызская государственная академия физической культуры и спорта, г. Бишкек, kelyam@mail.ru

Аннотация. *В статье определяется негативное влияние межличностных отношений спортсменов в играх кок-бору и кокпар.*

Ключевые слова: *межличностные отношения, история игры, правила игры, конфликты.*

КӨК-БӨРҮ ЖАНА КӨКПАР ОЮНДАРЫНДАГЫ СПОРТЧУЛАРДЫН ИНСАН АРАЛЫК МАМИЛЕСИНИН ТИЙГИЗГЕН ТЕРС ТААСИРИ

Капсаламова Э. Д., аспирант
Кыргыз мамлекеттик дене-тарбия жана спорт академиясы, Бишкек ш

Аннотация. *Бул макалада көк-бөрү жана көкпар оюнчуларынын инсан аралык мамилесинин терс таасири аныкталат.*

Негизги сөздөр: *инсан аралык мамиле, оюндун тарыхы, оюндун эрежеси,чыр-чатактар.*

NEGATIVE INFLUENCE OF INTERPERSONAL RELATIONS OF SPORTSMEN IN THE GAMES OF KOK-BORU AND KOKPAR

Kapsalamova E. D. postgraduate
Kyrgyz state academy of physical culture and sports, Bishkek c.

Abstract. *The article determines the influence of interpersonal relations among athletes in the games of kok-boru and kokpar.*

Keywords: *interpersonal relations, the history of the game, the rules of the game, conflicts.*

Актуальность. В нынешнее время часто сталкиваемся с непониманиями и негативными отношениями, которые приводят нас к конфликтным ситуациям, что служит предметом исследования. Кок-бору известен с древних времён. Очень богатая и насыщенная игра, в котором в современном мире играют очень большую роль межличностные отношения игроков - негативные межличностные отношения, которые происходят между командами Кыргызстана, Казахстана и др.

Цель исследования - выявить негативные влияния межличностных отношений спортсменов в игре кок-бору и кокпар.

Задачи:

1. Негативные влияния межличностных отношений спортсменов.
2. Выяснение причины конфликтов.

Методы изучения- анализ и сравнение литературных источников.

Объект исследования - игроки кок-бору и кокпар разных возрастов.

Предмет исследования - межличностные отношения спортсменов игры кок-бору и кокпар.

Результаты исследования. История игры кок-бору - первоначально началась с борьбы за тушу козла (шкура козла более прочная на разрыв, чем шкура барана) не являлась только игрой, а была своего рода подготовкой и экзаменом будущих воинов. Молодёжь нарабатывала навыки борьбы на конях, управления ими в экстремальных условиях настоящего боя. Есть свидетельства, что в игре участвовали сотни наездников и даже тысячи, а длилось такое состязание целый день. Кок-бору устраивают по случаю различных праздников, например, по случаю

рождения сына. В этом случае родители ребёнка назначают приз победителю. В некоторых странах Средней Азии соревнования по кок-бору активно поддерживаются на местном и государственном уровнях. Так, в Киргизии многие конные виды спорта дотируются из государственного бюджета и, по некоторым данным, только на кок-бору выделяется больше миллиона долларов. Кроме этого, кок-бору, как и некоторые другие этнические виды спорта, включён в программу Всемирных игр кочевников [1,2].

Правила игры кок-бору. Игра проходит на поле длиной 200 метров и шириной 70 метров. Расстояние от тай-казанов до внешней линии по продольной оси 30 метров, штрафная зона ограничена расстоянием в 15 метров от тай-казанов. Размеры центрального и штрафных кругов возле штрафной зоны 10 метров в радиусе. Расстояние малого круга, радиусом 3 метра, где находится в начале игры муляж, от бортовой линии 15 метров по перпендикулярной оси. У каждой из соревнующихся команды есть свой тай-казан (кольцеобразный земляной вал играющий роль ворот) размером: верхняя часть внешним диаметром 3,6 м, высота — 1,2 м, ширина бордюра 0,8 м, диаметр выемки тай казана — 2 м, глубина — 0,5 м, диаметр нижней части — 4,4 м. В одной команде участвует 12 всадников и 12 лошадей, но одновременно в игру вступают только по четыре джигита от каждой команды. Участники имеют право меняться и даже менять своих коней. Игровое время как и в хоккее с шайбой — три периода по двадцать минут чистого времени каждый с перерывами между периодами по 10 минут. За нарушение правил игрок штрафуется удалением на 2 минуты. Цель игры — овладевать тушей козла (или её муляжом) и максимальное количество раз забрасывать её в казан противника [3,4]. Главные отличия кокпара от кок-бору: игры проходят с муляжом, а не тушей козла; нет тайказанов; поле 220 метров на 70 метров; удаления по 5 минут; нет буллитов; при ничейном счете в основное время овертайм 3 на 3.

В спорте должна быть спортивная этика— учение о нравственности, о поведении человека в обществе, наука о взаимоотношениях людей. Нравственные принципы поведения не устанавливаются кем-либо, а вырабатываются в процессе повседневною общения людей между собой, в результате из жизненного опыта. Развитие физической культуры и спорта привело к созданию этики спортсмена. Спортивная этика изучает особенности спортивной морали, выясняет, как правила общественного поведения реализуются в сфере спортивной деятельности, изучает нравственные взаимоотношения спортсменов, которые проявляются в спортивном поединке и во время подготовки к нему. Спортивная этика включает такие понятия, как патриотизм, долг и ответственность, дружба и коллективизм, честь и достоинство, справедливость и культура поведения.

В 2002 году в Бишкеке создавали Международную федерацию по кок-бору участвовали представители многих стран и приняли решение, что эта игра во всех странах будет иметь одно название «кок-бору». Были приняты единые правила игры.

Все началось с далекого 2012 года, когда в ноябре в казахстанском городе Шымкент прошел международный турнир по кок-бору памяти Асанбая Аскарова. Борьбу за победу вели 7 команд из Казахстана, Китая и Кыргызстана.

По итогам игр группового этапа по две команды из Кыргызстана и Казахстана вышли в полуфинал. Ничего для хозяев турнира не предвещало беды, но в 1/2 финала обе команды из Кыргызстана добились побед и вышли в финал, где «Кабылан» победил «Кожомкул» со счетом 8:2. Это очень хороший результат для кыргызстанского кок-бору. На протяжении 5-6 лет спортсмены из Казахстана были сильнейшими в регионе. Сразу после этого руководство федерации кок-бору Казахстана, не выдержав такого фиаско, запретило своим командам приглашать кыргызстанские коллективы на свои турниры и самим ездить на соревнования в Кыргызстан [5].

Негативное влияние межличностных отношений игроков же очевидно срываются игры, так как одна из сторон отказываются ехать на игру. Причины судейства, разные правила игры, удаление лучшего игрока с поля.

Сборная Кыргызстана заняла 2 место на чемпионате мира среди 11 команд. Но при этом она заняла 2 место среди двух команд, которые умеют играть в кок-бору. Можно ли считать это успехом или это провал? Мы считаем, что это успех. Это казахстанская игра, мы играли по правилам кокпара, по которым мы никогда не играли. Второе место можно считать достойным на чужой земле [6]. В мире есть только две сборные, способные достойно противостоять друг другу, - это кыргызы и казахи. Об этом Sport АКИpress сообщил историк Д. Керимов.

Отношение, проявленное к сборному Кыргызстану, говорит о том, что они всеми путями хотят получить первенство в игре. Есть причина того, почему казахи так делают. В мире по кок-бору достойными и равными соперниками могут выступить только кыргызы и казахи. Кыргызы – один из древних кочевых народов, кок-бору – традиционная игра кыргызов. В эпосе "Манас" в эпизоде "Кокотайдын ашы" рассказывается о состоявшихся масштабных играх кочевников на уровне Олимпиады. С того времени автором игр ат чабыш и других игр на лошадях считаем кыргызов. Казахи – родственный для кыргызов народ. Наши игроки всегда соперничали друг с другом. Дуйшен Керимов подчеркнул, что считает неправильным, когда традиционные правила игры меняют. Также ему непонятны причины переименования игры кок-бору в кокпар.

Выяснилось, почему игру кок-бору (кок – голубой цвет, бору – волк, тотемное животное, символ) назвали кокпар. Понятно, что значит кок, а что за слово пар? Они сами не смогли ответить на этот вопрос. Неправильно, что организаторы мероприятия меняют правила игры. Огорчает, что таким образом спорт они превращают в средство, которое вносит раздор между людьми, ослабляет, а не укрепляет дружбу. В сложившейся ситуации чувствуется и ревность, и зависть наших соседей. На прошлогодних Всемирных играх кочевников я говорил ребятам из сборной по кок-бору Предлагалось играть гуманно, быть дружелюбными, ведь кыргызы – великодушный народ. В Астане онм проявили такое неправильное отношение, что говорит о том, что они всеми путями хотят получить первенство в игре. С таким отношением спорт никогда не будет развиваться [7].

Заключение. Негативные отношения приведут к конфликту и не спортивные поведения очень плачевно сказываются на достижения в спорте и препятствуют развитию спорта. Чувство близости и родства для представителей разных команд, но составляющих целостность в игре кок-бору должны концентрироваться на общих сегментах культуры обычаях, укладе, и т.д.

Именно единство в игре служит основанием для понимания и соучастия членов данных команд в совместном пространстве.

Поэтому «внутренний» принцип позитивных межличностных отношений в рамках некоторого этнического целого отсылает к единой истории и пониманию близости кажущихся различными индивидов данного социума.

Литература

1. Википедия свободная энциклопедия. https://ru.wikipedia.org/wiki/ Ябыштаев Т.С. Игра кök бöрÿ как социокультурный знак самоидентификации алтайцев // Вестник археологии, антропологии и этнографии. — 2011-01-01. — Вып. 2. — ISSN 1811-7465. - С.256.
2. Башкортостан: Краткая энциклопедия. — Уфа: НИ Башкирская энциклопедия, 1996. - С.672.
3. Башкирская лошадь. Военная энциклопедия : [в 18 т.] / под ред. В. Ф. Новицкого [и др.]. — СПб. ; [М.] : Тип. т-ва И. Д. Сытина, 1911—1915.-С.234.
4. Кок бору. Хоккей по-киргизски.2006. -С. 154 .
5. Правила игры кок бору. /Википедия - свободная энциклопедия. https://ru.wikipedia.org/wiki
6. port.akipress.org/news:108220.
7. https://ru.sputnik.kg/search/ 8. http://www.centrasia.ru/newsA.php?st=1503314520.

УДК 378.172

ВЛИЯНИЕ БИОЭНЕРГЕТИКИ НА РАБОТОСПОСОБНОСТЬ СПОРТСМЕНОК ВОЛЕЙБОЛИСТОК

Лозбина А.В., Рахимов А.А.
Университет международного бизнеса: UIB, г.Алматы, annalozbina@mail.ru
Университет международного бизнеса: UIB, г.Алматы

Аннотация. *В статье рассматриваются влияние биоэнергетических показателей на спортивную работоспособность волейболисток высших разрядов. Предлагаются научно-методические разработки по практическому использованию в годичном цикле подготовки показателей, влияющих на спортивную работоспособность этих спортсменок.*

Ключевые слова: *волейбол, биоэнергетика, работоспособность, выносливость*

ВОЛЕЙБОЛЧУ КЫЗДАРДЫН ЖӨНДӨМДҮҮЛҮГҮНӨ БИОЭНЕРГЕТИКАНЫН ТЙИГИЗГЕН ТААСИРИ

Лозбина А.В., Рахимов А.А.
Эл аралык бизнес университети: UIB, Алматы ш.

Аннотация. *Макалада биоэнергетиканын тийгизген таасири көрсөтүлгөн. Жогорку разряддардагы волейболчулардын спорттук ишке жөндөмдүүлүгү сунушталат. Илимий-усулдук иштеп чыгуулар жылдык циклиндеги даярдоо таасирин аныктайт.*

Негизги сөздөр: *волейболчулар, биоэнергетика, иштөө жөндөмдүүлүгү, чыдамдуулук.*

INFLUENCE OF BIOENERGETICS ON WORKING EFFICIENCY OF VOLLEYBALL FEMALE ATHLETES

Lozbina A.V., Rakhimov A.A.
University of International Business: UIB, Almaty c.

Abstract. *In article deals with influence of bioenergy indicators on sport efficiency of volleyball female players of the highest categories. The scientific and methodical developments for using in a year cycle of trainings of the indicators influencing sports efficiency of these sportswomen are offered.*

Keywords: *volleyball, bioenergetics, work efficiency, strength.*

Актуальность. Для достижения высоких спортивных результатов в волейболе актуальное значение имеют научно-методические разработки по практическому использованию в годичном цикле подготовки показателей, влияющих на спортивную работоспособность волейболисток высших разрядов. Установлено, что одним из значимых показателей, отражающих общую выносливость волейболисток, является уровень общей работоспособности, влияющий на оптимизацию результативности специальной работоспособности, составляющей основу технико-тактического мастерства спортсменок. Определение уровня биоэнергетических показателей, влияющих на общую работоспособность волейболисток высокой квалификации, является актуальной и недостаточно исследованной научной проблемой [1]. Для научно обоснованного управления физической работоспособностью волейболисток необходимо: выявить наиболее значимые функциональные показатели, участвующие в обеспечении эффективности работы и их модельные уровни, детерминированность физической работоспособности с биоэнергетическими возможностями, такими как аэробные резервы организма, оцениваемые по максимальному потреблению кислорода (МПК), мощностью гликолиза, алактатной и аэробной экономичностью, на разных этапах годичного цикла подготовки.

Цель работы - научно обосновать зависимость общей физической работоспособности от биоэнергетических резервов организма волейболисток на разных этапах подготовки.

Материалы и методы. Исследования проводились в течение двух лет на 10 волейболистках высокой квалификации 18-22-летнего возраста, в подготовительном и соревновательном периодах подготовки. Тестирование общей физической работоспособности (PWC) при пульсе 130,150, 170 уд/мин и МПК проводили по методике В.Л. Карпмана с соавт. (1988), биоэнергетические резервы (гликолитические и алактатные) рассчитывали косвенными методами. Полученные данные статистически обработаны с использованием компьютерных программ Excel с расчетом средних арифметических показателей, стандартного отклонения, стандартной ошибки, коэффициента корреляции и достоверности различий.

Результаты исследования и их обсуждения. Результаты определения относительного уровня физической работоспособности при различных пульсовых режимах представлены на рисунках 1,2.

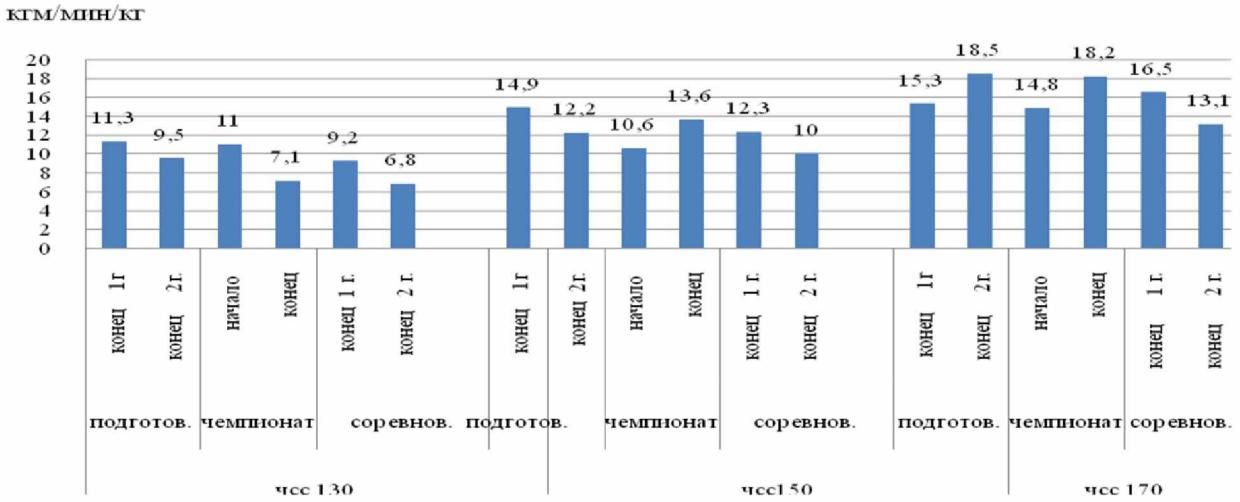
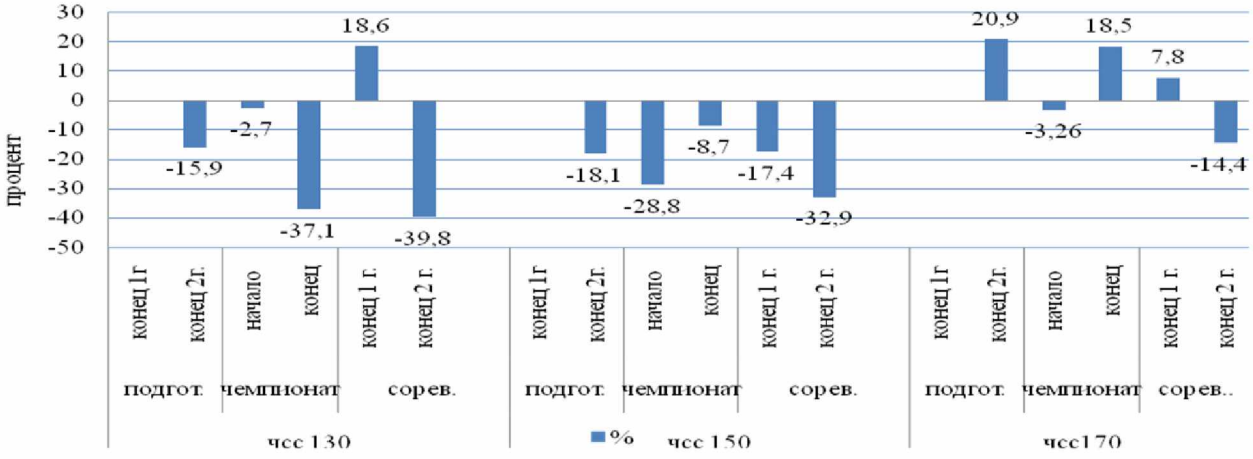


Рисунок 1. Динамика относительного уровня общей физической работоспособности при различных пульсовых режимах(кгм/мин/кг) у волейболисток высокой квалификации



Примечание: ЧСС- частота сердечных сокращений при пульсе 130,150,170 уд/мин; периоды контроля: подготовительный, в начале и конце чемпионата и конце соревновательных периодов 1-го и 2-го годов наблюдения.

Рисунок 2. Динамика относительного уровня общей физической работоспособности при различных пульсовых режимах (%) у волейболисток высокой квалификации

Анализ уровня общей физической работоспособности при разных пульсовых режимах у волейболисток высокой квалификации в течение двух лет наблюдений показал, что он подвержен значительным колебаниям. Установлены изменения динамики при двух годах наблюдений в виде снижения уровня работоспособности при пульсе 130 уд/мин, которые достигали 15,9% в подготовительных периодах, а в соревновательных периодах в период чемпионата на 37,1%, наибольшее падение составляло к концу соревновательного периода второго года наблюдения до 39,8%. Следует отметить, что в первом году наблюдения, начало соревновательного периода характеризовалась положительной динамикой с приростом уровня работоспособности на 18,6%.

Общая физическая работоспособность при пульсе 150 ударов в минуту в подготовительном периоде снижалась в несколько в большей степени на 18,1% по сравнению с пульсом 130 уд\мин. В начале чемпионата падение работоспособности составило 28,8. К концу подготовительного периода снижение уровня физической работоспособности при пульсе 150 уд/мин составило - 32,8%, а при пульсе 170 уд/мин - 29,2 %.

Анализ полученных данных о наличии взаимосвязи между показателями работоспособности при различных пульсовых режимах показал, что в подготовительном периоде связь между МПК и PWC при пульсе 130,150,170 уд/мин ниже средних значениях. В конце соревновательного периода устанавливается средняя зависимость, и она отмечена со всеми пульсовыми режимами с r от 0,5 до 0,6. Эти данные свидетельствуют о том, что у спортсменок высокой квалификации связи работоспособности с аэробными резервами повышались.

Связь гликолитических резервов с уровнем общей физической работоспособности в подготовительном периоде 2 года наблюдения была высокая с PWC_{max} r = 0, 8, для других пульсовых режимах, ниже: для 150 уд/мин r =0, 5, для пульса 170 уд/мин r = 0, 6, а для пульса 130 только r = 0, 3 (P < 0,05), что говорит о снижении аэробной экономичности работы и повышении значимости анаэробного гликолитического компонента работоспособности.

В соревновательном периоде эти связи резко меняются с положительной на отрицательную для PWC_{max} и PWC_{130} соответственно до r = - 1,0 и r = - 0, 8 (P <0,01). В конце соревновательного периода отмечена высокая связь с креатинфосфатными резервами только для PWC_{max} r = 0, 8 (P <0,01), отрицательная зависимость с PWC_{170} r = - 0,7 и средняя отрицательная с PWC_{150} r = - 0, 6 (P < 0,05).

Недостаточная осведомленность большинства тренеров о роли и тесной взаимосвязи спортивной работоспособности от биоэнергетических резервов организма приводит к практической неуправляемости возможностями организма, о чем свидетельствуют наши исследования. Наблюдение - основной педагогический инструмент большинства тренеров, который фиксируют только внешнюю биодинамическую структуру техники движений и тактических действий, без контроля функционального биоэнергетического состояния организма спортсменов, что приводит к интуитивному, а не научному подходу к управлению подготовкой спортсменов и это не соответствует современному развитию спорта.

Проведенные нами многолетние исследования подтверждают необходимость смены менталитета тренера и руководителей, управляющих их деятельностью, об основах спортивной тренировки и необходимости использования новой парадигмы в тренировочном процессе при планировании спортивных нагрузок для подготовки спортсменов, а именно, оценки их биоэнергетической направленности и систематическом контроле за их резервами. Вышесказанное подтверждено нашими исследованиями о значимости для физической работоспособности резервов биоэнергетики.

Многолетние наблюдения за спортивной подготовкой волейболисток высокой квалификации позволили установить существенные колебания зависимости уровней физической

работоспособности при различных пульсовых режимах от аэробных и анаэробных (гликолитических и алактатных) резервов, что значимо влияет на спортивные результаты волейболисток.

Эти зависимости могут значительно до 39% и меняться от положительных до отрицательных в течении двух лет наблюдения, что связано с объемами нагрузок, используемыми в тренировочных циклах и отсутствии управления этими резервами в процессе как подготовительного, так и соревновательного периодов тренировочного процесса.

Выявленные особенности нестабильности процессов биоэнергетических резервов и их зависимость следует учитывать при планировании физических нагрузок, используя постоянный контроль емкости биологических резервов организма спортсменок, что создаст возможность для тренера научно-обоснованно изменять объемы тренировочных нагрузок, по их биоэнергетической направленности.

Заключение. Данная проблема ставит вопрос об организационном пересмотре норматива количества тренеров на одну команду, где следует предусмотреть, кроме тренера, отвечающего за воспитательную и учебно- тренировочную работу следует ввести вторую должность тренера по научно-методическому обеспечению, только такой подход обеспечит научно-обоснованное управление подготовкой спортсменок.

Литература

1 Душанин С.А.Береговой Ю.И. Система многофакторной экспресс - диагностики функциональной подготовленности спортсменов при текущем и оперативном врачебно-педагогическом контроле. – Киев,1986. – 22 с.

2 Карпман В.Л., Белоцерковский З.Б. Тестирование в спортивной медицине. – М.: ФиС, 1988. – 207 с.

3 Наралиев А.М,, Саралаев М.К. с соавт. Русско-кыргызский словарь по физической культуре и спорту. – Б.: – 2015. – 242 с.

УДК 611,7:796

ВЛИЯНИЕ ФИЗИЧЕСКИХ НАГРУЗОК НА ФОРМИРОВАНИЕ И НАРУШЕНИЕ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА У СТУДЕНТОВ

Иманалиев Т.Т. к.п.н., доцент; Орозбекова Б.Т. д.м.н., профессор;
Тулекеев Т.М. д.м.н., профессор
Кыргызкай государственная академия физической культуры и спорта, г.Бишкек

Аннотация. *В работе описываются предварительные результаты обследования студентов, занимающихся различными видами спорта. Выявлены преобладания астенических типов и отклонения опорно-двигательного аппарата у 32,5 % спортсменов.*

Ключевые слова: *опорно-двигательный аппарат, плоскостопие, индексы физического развития, типы телосложения.*

СТУДЕНТТЕРДИН КЫЙМЫЛДЫК АППАРАТЫНЫН ТҮЗҮЛҮШҮНӨ ЖАНА БУЗУЛУШУНА ДЕНЕ КЫЙМЫЛДЫК ЖҮКТӨӨНҮН ТИЙГИЗГЕН ТААСИРИ

Иманалиев Т.Т. п.и.к., доцент; Орозбекова Б.Т. м.и.д., профессор;
Тулекеев Т.М. м.и.д., профессор
Кыргыз мамлекеттик дене тарбия жана спорт академиясы, Бишкек ш.

Аннотация. *Макалада ар түрдүү спорт менен машыккан студенттерге жүргүзүлгөн изилдөөнүн жыйынтыктары каралат. Спортчулардын 32,5 % астениялык түрү жана таяныч-кыймылдык аппаратынын бузулушу тастыкталган.*

Негизги сөздөр: *таяныч-кыймылдык аппарат, жалпак таман, дене түзүлүшүнүн индекстери, дене түзүлүшүнүн типтери.*

INFLUENCE OF PHYSICAL LOADS ON FORMATION AND BREACH OF SUPPORT-MOVING APPARATUS IN STUDENTS

Imanaliev T.T. p.s.c., associate professor; Orozbekova B.T. m.s.d., professor;
Tulekeyev T.M. m.s.d, professor
Kyrgyz state academy of physical culture and sports, Bishkek c.

Abstract. *The paper describes the preliminary results of a survey of students involved in various sports. The prevalence of asthenic types and the deflection of the musculoskeletal system in 32.5% of athletes were revealed.*

Key words: *musculoskeletal system, flat feet, indices of physical development, body.*

Актуальность. Опорно-двигательный аппарат (ОДА) является основой осанки и имеет огромное значение в жизни деятельности человека. Нарушение осанки и плоскостопие довольно широко распространены среди студенческой молодежи, особенно среди студентов спортсменов [2]. По данным исследователей, не менее чем у 80% населения возникают проблемы опорно-двигательного аппарата, напрямую или опосредованно связанные с отклонениями в стопе и голени.

Деформация стопы - изменение внешнего вида стопы за счет удлинения, укорочения или трансформации формы связок, сухожилий и костей. Изменение формы стопы может спровоцировать множество других патологических изменений в организме - изменение походки, осанки, деформация позвоночника, голеней.

С точки зрения биомеханики стопа — начальное и конечное звено двигательной цепи, звено, во многом определяющее эффективность наших мышечных усилий при физической деятельности.

С другой стороны, стопа представляет собой мощное рецепторное «поле», участвующее в управлении движений и поддержании осанки. Стопы — фундамент тела, изъяны фундамента неизбежно

вызывают изменения всей системы конструкции.

Плоскостопие – искусственно созданный дефект – результат воздействия медицинских препаратов, обуви или бездарных спортивных тренировок. Первые химическим, а вторые и третьи – механическим путём воздействуют на мышцы и суставы человека. Медицинские препараты и обувь подавляют мелкую моторику стопы, а безуспешные тренировки формируют неправильную последовательность работы мышц. В результате этого, дефективными становятся не только суставы, но и походка – главный источник проблем опорно-двигательного аппарата. Одной из причин возникновения деформаций ОДА являются длительные статические нагрузки [1].

По статистике более 90% людей имеют врождённую или приобретённую патологию опорно-двигательного аппарата, только 57% относит к числу «условно здоровых», менее 1% - к здоровым и, к сожалению, спортсмены, не являются исключением [2].

Различные степени плоскостопия резко ухудшают качество жизни человека, снижают спортивные достижения спортсменов, уменьшают профессиональное долголетие спортсменов. Плоскостопие чаще бывает приобретённым, но возникает на фоне врождённой недостаточности соединительной ткани, наследственной субтильности.

Последствия развития, плоскостопия приводят к потере работоспособности стоп, формированию стойких морфологических изменений, что приводит к операционному вмешательству, которое не даёт гарантий восстановления функций стопы в полном объёме.

Более того, основываясь на статистике, можно утверждать, что даже после продолжительного постоперационного реабилитационного периода функции стопы в большинстве случаев восстанавливаются лишь частично.

Решение задачи по проведению своевременной профилактики, снижению; негативного воздействия тренировочного и соревновательного процессов, а также устранению негативных последствий данного заболевания, в том числе в процессе реабилитации спортсмена, является важным элементом сохранения функций стопы, так и всего опорно-двигательного аппарата (ОДА) в целом, что определяет актуальность темы нашего исследования.

Цель исследования - оценка факторов риска, влияющие на возникновения патологии опорно-двигательного аппарата у студентов спортсменов.

Задачи исследования:

- Выявить виды и степень развития нарушения опорно-двигательного аппарата у студентов спортсменов.
- Усовершенствовать и апробировать комплекс физических упражнений для лиц, имеющих патологию стоп.

Объект исследования: биологические закономерности адаптации опорно-двигательного аппарата человека под воздействием внешних факторов.

Предмет исследования: функциональное состояние стопы у студентов спортсменов Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта (КГАФКиС).

Методы исследования.

- Анкетирование;
- Комплексный метод врачебного обследования опорно-двигательного аппарата - клинический осмотр;
- Методы математической статистики - средняя арифметическая величина (x), среднее квадратичное отклонение (a), достоверность различий показателей средних величин—по критерию Стьюдента (t,p).

Результаты исследования. Выявлены особенности ОДА и развития патологии плоскостопия у студентов спортсменов занимающихся спортом. На первом этапе работы - анализ научной литературы, позволивший определить методы исследования функциональных нарушений ОДА.

Проведение внешнего осмотра самотоскопия, позволило выявить функциональные отклонения в ОДА (табл.1). Как видно из табл.1. выявленные антропометрическое параметры и индексы физического развития студентов показали, что длина тела студентов спортсменов КГАФКиС г.Бишкек варьирует от 162,0 см до 205,0 см, при средней длине

тела 176,2±0,54 см. Среднее значение массы тела в рассматриваемой группе - 68,5±1,03, минимально - 58,2 кг, а максимальное - 115,0 кг.

По индексу Рис-Айзенка, характеризующему пропорциональность и конституцию телосложения, студенты относятся к астеническому типу (109,8±1,0), что подтверждается завышенным тазо-плечевым указателем (ТПУ=79,6±1,07) и заниженным (ИШП) индексом ширины плеч (19,5±0,47), по которым они относятся к долихоморфному (астеническому) типу.

В то же время по индексам, связанным с грудной клеткой: индекс грудной клетки (ИГК) - 51,5±0,52, «стении» (ИС) - 0,78±0,09 и Эрисмана (ИЭ) - 2,58±0,16, их можно отнести по развитию к границе между мезоморфным (нормостеническим) и долихоморфным типам (рис.1, табл.1).

У 34% обследованных студентов имеются нарушение осанки, а у 52% наблюдается незначительная асимметрия. При этом у 25% спортсменов определяется плоскостопие, а 18% спортсменов имеют, плоскостопие и нарушение осанки. Существуют на данное время способы и методы диагностики нарушений ОДА, направленные либо на диагностику плоскостопия и нарушения осанки. Отсутствует интегрированная системная диагностика состояния ОДА, позволяющая комплексно оценивать морфофункциональное состояние позвоночника, стоп и мышечного аппарата. Необходимо, совместно с тренерами разработать систему, алгоритм диагностики и комплексной физкультурной медицинской реабилитации функциональных нарушений ОДА у студентов спортсменов.

Таблица 1

Антропометрические показатели и индексы юношей-студентов КГАФКиС КР

	Показатели	Юноши (N=195)		
		M±m	min	max
	Возраст, в лет	18,59±0,43	17	21
	Длина тела, см	176,2±1,4	162,0	205,0
	Масса тела, кг	68,5±1,03	58,2	115,0
	ОГК в покое, см	92,70±0,76	79	110
	Поперечный диаметр грудной клетки, см	27,5±0,53	21	34
	Передне-задний диаметр грудной клетки, см	19,81±0,48	16	27
	Ширина плеч, см	35,26±0,63	26	45
	Ширина таза, см	27,72±0,33	24	34
	Длина ноги, см	92,1±0,51	78	106
	S поверхности тела, $м^2$	1,91±0,12	1,55	2,44
	Диаметр плеч – диаметр таза, см	7,54±1,41	1	18,5
	Индексы:			
	Кетле^2 (ИМТ), $кг/м^2$	21,62±0,66	16,29	32,57
	Рорера, $кг/м^3$ (ИР)	12,0±0,50	8,90	17,99
	Рис-Айзенка	109,8±1,00	90,4	152,8
	ИПД по Таннеру	78,07±1,25	51	109
	Грудной клетки (ИГК)	51,5±0,52	42,9	61
	Ширины плеч (ИШП)	19,5±0,47	14,05	25,21
	Тазо-плечевой указатель (ТПУ)	79,6±1,07	58,89	107,55
	Эрисмана (ИЭ)	2,58±0,16	-15,0	18,75
	Стении	0,78±0,09	0,56	0,96
	Вервека (ИВ)	0,33±0,07	0,04	0,47
	Длина тела/дл.ноги (ТИ)	1,95±0,05	1,68	2,09

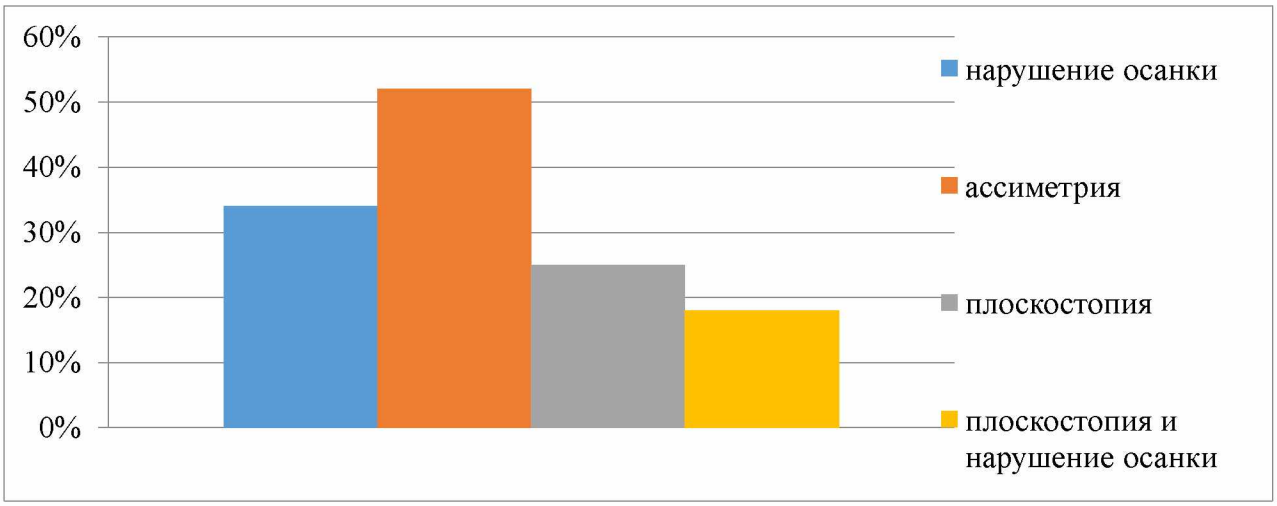


Рис. 1. Функциональные нарушения ОДА.

Выводы.

1. В основном, обследуемые студенты относятся к долихоморфному (астенические) типу телосложения.
По индексам, связанным с грудной клеткой можно отнести к мезо (нормостенические) - и долихоморфными типами телосложения.

2.У 32,25% спортсменов студентов имеют отклонение ОДА. Наиболее выраженные комбинированные формы отмечались у представителей восточных единоборств.

Литература

1. Арсланов В.А. Осанка, рабочая поза и здоровье: Учебное пособие. -Казань,1987. - С.70-77.

2. Гуров А.В. Восстановление функции стопы при различных видах плоскостопия с помощью индивидуально конструируемых протезов. Автореф. дисс. ...канд. биол. наук, 2009, М.: - 25 с.

“Дене тарбия жана спорт жарчысы”
илимий-практикалык журналга макалаларын берген авторлор үчүн эрежелер

Макаланы журналдын редакциясына берүүнүн алдында КР ЖАКтын сунуштарынын негизинде иштелип чыккан төмөнкү эрежелер менен таанышуу зарыл.

1. Авторлугун аныктоо. Макаланын авторлору болуп ишке, аны аягына чейин иштеп чыгууга же оңдоого, жарыялоого бекитүү үчүн салымын кошкон, ошондой эле макаланын бардык бөлүктөрүнүн бирдиктүүлүгүнө жооптуу адамдар болушу мүмкүн.

2. Плагиат жана экинчи жолу жарыялоолор. Макаланын авторлоруна тиешеси жок изилдөөлөрдүн жыйынтыктарын энчилеп алып макалада пайдаланууга тыюу салынат.

Макаланын оригиналдуулугун төмөнкү сервистин жардамы менен текшерсе болот https://www.antiplaqiat.ru/ (орус тилиндеги тексттер үчүн), http://www.plaqiarism.org/ (англис тилиндеги тексттер үчүн). Редакция макалаларды плагиатка текшерүүгө укуктуу.

3.Башка басылыштарда жарыяланган же башка басылыштарга жөнөтүлгөн макалаларды редакцияга жиберүүгө болбойт.

4. Автордук укук. Автор журналга макаласын жана аны коштогон файлдарды жиберүү менен аны “КМДЖСА жарчысы” журналына Кыргызстандын жана чет өлкөлөрдүн аймагында кайтарымсыз түрдө пайдаланууга макул экендигин билдирет.

5. Автордук нускаларды чыгаруу маселеси каралган, журналга жазылып кагаз түрүндө же электрондук вариантында алса болот.

6. Редакция келген макалаларды кыскартууга жана редакциялоого укуктуу. Макаланын келген датасы болуп анын рецензиялоодон кийин авторлору тарабынан кайрадан иштелип чыккан вариантынын келген күнү саналат.

7. Макалалар редакцияга төмөнкү ыкмалардын бирин колдонуп берилсе болот:

- журналдын дареги электрондук почтасы боюнча (макаланын тексти Microsoft Word форматында болуш керек);
- кадимки почта аркылуу (2 нуска, сөзсүз электрондук версиясы менен, Microsoft Word форматында) CD-дискинде, ошондой эле бардык зарыл болгон коштоочу документтердин түп нускалары;

8. Редакция келген макалаларды редакциялык кеңештин мүчөлөрү же башка адистер тарабынан рецензиялоого укуктуу.

9. Журналга жиберилүүчү макалаларга болгон талаптар:

9.1. Макала Times New Roman же Arial шрифти менен басылыш керек, шрифтин өлчөмү 14 жана 12, жолдордун ортосу бир аралыгында, бардык жактары, сол жагынан тышкары, жазылыгы 2 см, сол жагыныкы – 3 см. Бардык беттерине номер коюлуш керек. Макаланын бардык бөлүгү бир файлга жазылышы керек (титулдук барак, УДК, резюме, негизги сөздөр, макаланын тексти, таблицалар, адабияттардын тизмеси, авторлор жөнүндө маалымат); текст менен файл макаланын биринчи авторунун аты-жөнү менен аталыш керек (Иванов, текст). Документтин скандары жана сүрөттөр өзүнчө файлга жазылат, ошондой эле биринчи автордун аты-жөнү менен аталат (Иванов, текст). Макаланын көлөмү 7-10 барактан ашпашы керек (иллюстрацияларды, таблицаларды, резюме жана адабияттын тизмесин кошкондо).

9.2. Макаланын тили. Орус, кыргыз же англис тилиндеги кол жазмалар кабыл алынат. Эгерде макала орус тилинде жазылган болсо, макаланын метамаалыматтары кыргыз жана англис тилине которулуш керек (автордун аты-жөнү, англис тилинде авторлордун мекемелеринин расмий аталышы, даректери, макаланын аталышы, макаланын резюмеси, негизги сөздөр). Чет

өлкөлүк авторлордун макалалары кыргыз тилине редакция тарабынан которулат.

Чет өлкөлүк авторлордун англис тилиндеги макалалары журналдын башкы редакторунун чечими боюнча орус тилине которулбай эле же толук же толук эмес которулуп жарыяланат (аталышы, резюмеси жана негизги сөздөрүнөн тышкары).

9.3. Авторлор жөнүндө маалымат:

Ар бир автордун байланыш үчүн маалыматтары жазылат: аты-жөнү, илимий даражасы, илимий наамы (бар болсо), кызматы, мекеменин аталышы (алдында аббревиатурасы), шаары, өлкөсү жана автордун электрондук дареги.

9.4. Оригиналдуу макалаларды түзүү планы. Оригиналдуу макалалардын түзүлүшү IMRAD (Introduction, Methods, Results, Discussion) форматына дал келиши керек. Оригиналдуу макалаларды түзүү планы төмөнкүдөй болуш керек: **аннотация** жана **негизги сөздөр**, аталышы, авторлордун аты-жөнү, иштеген жери, жашаган жери орус, англис жана кыргыз тилдеринде. Макаланы жазып жаткан мезгилдеги маселенин абалын чагылдырган **кириш сөз**; бул изилдөөнүн **максаты; материалдары** жана **усулдары**, **жыйынтыктары**; **талкуулар**; автордун каалоосу боюнча пункттар боюнча тыянактар же **корутунду**, цитата кылынган адабияттын тизмеси **Адабият** деген сөз менен аталат.

9.5. Обзорлорду тариздөө. Обзордук макалаларды тариздөө оригиналдуу макалалардыкындай жүргүзүлөт. Обзорлорду түзүү адабияттарды издөө эл аралык системалык методдору боюнча сунуштарга жана стандарттарга дал келиши керек. Обзордук макалалардын резюмеси маалыматтар базасы боюнча адабияттарды издөө методдору жөнүндө маалыматтарды камтыш керек. Тексттеги шилтемелердеги аттар адабияттын тизмесине дал келиши керек.

Кол жазма терминдердин сөздүгү менен коштолушу мүмкүн (окурманга түшүнүксүз сөздөр). Жалпы кабыл алынган физикалык, химиялык жана математикалык чоңдуктардын кыскартууларынан башка текстте тез-тез кайталануучу сөз айкалыштардын аббревиатурасына да мүмкүндүк берилет. Автор тарабынан киргизилген тамгалык белгилер жана аббревиатуралар текстте биринчи жолу кездешкенде чечмеленүүгө тийиш. Жөнөкөй сөздөрдү, тез-тез кайталанса деле кыскартууга жол берилбейт.

9.6. Автордук резюме. Резюмеде иштин анык факттары гана жазылышы керек. Резюме титулдук баракта жазылган маалыматтан башталышы зарыл. Автордук резюменин текстинин көлөмү 50 сөздөн көп болбошу керек. Резюме макаланын негизги тематикасын чагылдырган жана компьютердик издөө системасында иштин классификациясын жеңилдеткен бир нече негизги сөздөр менен коштолушу керек (5-12 бирдик).

9.7. Сүрөттөргө болгон талаптар. Кара-ак штрихтик сүрөттөр: файлдын форматы - TIFF (кеңейтүү *.tiff), ушул форматты жактаган ар кандай программа (Adobe Photoshop, Adobe Illustra tor ж.б.у.с.); режими - bitmap (бит картасы); макулдугу 600 dpi (пиксель дюйм); кысуу мүмкүн LZW же башка. Сүрөттөрдүн тексти даана көрүнүш керек. Сүрөттөрдүн жазуулары чогуу топтолуп өзүнчө баракта берилет. Ар бир сүрөттүн жалпы аталышы жана бардык кыскартуулардын чечмелениши болуш керек. Графиктердин жазууларында абсцисстин жана ординаттын огу боюнча белгилер жана өлчөө бирдиктери көрсөтүлөт, ар бир ийрилер боюнча түшүндүрүүлөр келтирилет.

9.8. Таблицаларды тариздөө. Үстүнүн оң жагында таблицанын номерин көрсөтүү зарыл, сызыктан кийин аталышы жазылат. Таблицанын ичиндеги сөздөрдү кыскартууга болбойт. Таблицадагы цифралар тексттеги цифраларга дал келиши керек. Таблицаларды өзүнчө баракка жазбастан текст ичинде берсе болот.

10. Библиографиялык тизмелер. Оригиналдуу макалаларда 10дон жогору эмес булактарга цитата келтирилсе жакшы, адабияттын обзорунда – 20дан жогору эмес, лекцияларда жана башка материалдарда – 7ге чейин. Библиография негизги иштерден тышкары акыркы 5 жыл ичиндеги жарыяларды камтыш керек. Адабияттын тизмесинде бардык иштер цитата келтирилген тартипте жазылат. Макаланын текстиндеги библиографиялык шилтемелер төрт бурчтуу кашалардын ичинде сан менен берилет. Китептин библиографиялык сүрөттөлүшү (аталышынан кийин): шаар (кайсы жерде чыгарылган); кош чекиттен кийин – басмакананын аталышы; үтүр чекитттен кийин – чыгарылган жылы. Эгерде шилтеме китептин бөлүмүнө берилсе: (авторлор); бөлүмдүн аталышы; чекиттен кийин "...китебинде" жана автордун (лордун) же редактордун (лордун) аты-жөнү, андан кийин китептин аталышы жана маалыматтары.

Макаланы журналдан библиографиялык сүрөттөө: автор (-лор); макаланын аталышы; жылы; тому, журналдын номери, кош чекиттен кийин барактардын биринчи жана акыркы беттеринин саны. автордук жамаатта 3 кишиге чейин иштесе бардыгы жазылат, андан көп болсо,

биринчи 3 автор жана “ж.б.” деп жазылат.

11. Талаптарды бузуу менен берилген материалдар редакция тарабынан каралбайт. Макала каралгандан кийин, авторго аны жарыялоо шарттары жөнүндө билдирилет. Редакция журналдын кээ бир номерлерин конференциялардын, симпозиумдардын, ошондой эле, окумуштуулардын жана уюмдун юбилейлерине арналган иш чаралардын материалдарын басып чыгарууга арнайт. Редакция “КМДЖСА жарчысынын” тиркемесине келишим негизинде жарыялоого жарнамалык материалдарды кабыл алат.

12. Материалдардын мазмунуна жана ырастыгына авторлор жооптуу болушат.

Правила для авторов,
представляющих статьи в научно-практический журнал
«Вестник физической культуры и спорта»

Прежде чем направлять статью в редакцию журнала, необходимо внимательно ознакомиться со следующими требованиями к оформлению научных статей, разработанными на основе рекомендаций ВАК КР и РИНЦ.

1. Определение авторства. Авторами статьи могут быть лица, внесшие вклад в работу, ее доработку или исправление, окончательное утверждение для публикации, а также ответственные за целостность всех частей рукописи.

2. Плагиат и вторичные публикации. Недопустимо использование текстуального заимствования и присвоение результатов исследований, не принадлежащих авторам подаваемой рукописи. Проверить статью на оригинальность можно при помощи сервисов https://www.antiplaqiat.ru/ (для русскоязычных текстов) nhttp://www.plaqiarism.org/ (для англоязычных текстов). Редакция оставляет за собой право проверки поступивших рукописей на плагиат.

3. Нельзя направлять в редакцию работы, напечатанные в иных изданиях или отправленные в иные издания.

4. Авторское право. Фактом подачи статьи и сопровождающих файлов к публикации в журнале автор (а также все авторы данной статьи, если оно создано в соавторстве) согласен с тем, что предоставляет журналу «Вестник КГАФКиС» право использования статей на безвозмездной основе на территории Кыргызстана и зарубежных стран.

5. Авторские экземпляры предусмотрены, журнал можно получить по подписке на бумажный или электронный вариант издания.

6. Редакция оставляет за собой право на сокращение и редактирование присланных статей. Датой поступления статьи считается время поступления окончательного (переработанного) варианта статьи в случае ее доработки авторами после рецензирования.

7. Рукописи могут быть поданы в редакцию одним из следующих способов:

- по электронной почте на адрес, указанный на сайте журнала в сети Интернет (Текст статьи подается в формате Microsoft Word, а сопроводительные документы с оригинальными подписями прикрепляются к письму в формате PDF);
- обычной почтой (2 экз. распечатки рукописи с обязательным приложением электронной версии (в формате Microsoft Word) на CD-диске, а также оригиналы всех необходимых сопроводительных документов).

8. Редакция оставляет за собой право рецензировать поступившие статьи членами редакционного совета или другими специалистами.

9.Требования к оформлению:

9.1. Объем статьи - от 6 страниц (включая иллюстрации, таблицы, резюме и литературу с учетом перевода необходимых сведений). Размер бумаги – А4 (210х297), все поля шириной 2 см. Шрифт - Times New Roman, размер шрифта (кегль) - 14, междустрочный интервал - полуторный (1,5), абзацный отступ – 1,25, межбуквенный интервал – обычный, межсловный пробел – один знак, переносы – автоматические (не вручную), выравнивание текста – по ширине. Допустимые выделения – курсив, полужирный. Дефис должен отличаться от тире. Тире и кавычки должны быть одинакового начертания по всему тексту. Не допускаются: пробелы между абзацами; использование буквы **Ё;** использование таблиц с альбомной ориентацией. При наборе не допускается стилей, не задаются колонки. Вся текстовая часть статьи должна быть записана в 1 файле (титульный лист, УДК, аннотация, ключевые слова, текст статьи, таблицы, список цитированной литературы, сведения об авторах); файл с текстом статьи должен быть назван по фамилии первого автора статьи (Иванов. Текст). Рисунки и сканы документов записываются отдельными файлами, также содержащими фамилию первого автора (Иванов. Рисунок).

9.2. Язык статьи. Принимаются рукописи на русском, кыргызском или английском языках. В случае если статья написана на русском языке, то обязателен перевод метаданных статьи на кыргызский и английский языки (Ф.И.О. авторов, название на английском языке учреждений авторов, адреса, название статьи, резюме статьи, ключевые слова). Для

иностранных авторов перевод метаданных на кыргызский язык редакция журнала осуществляет сама. Статьи зарубежных авторов на английском языке могут публиковаться по решению главного редактора журнала без перевода на русский язык (за исключением названия, резюме и ключевых слов) или с полным или частичным переводом (названия и подписи к рисункам, таблицам).

9.3. Сведения об авторе (на русском, кыргызском, английском языках) должны включать в себя:

1. фамилию и инициалы автора (строчными буквами, курсивом);
2. полное официальное наименование учреждения, в котором работает каждый автор (строчными);
3. местожительство автора – город (строчными);
4. ученую степень, звание, должность каждого автора;
5. электронный адрес каждого автора.

9.4. План построения оригинальных статей. Структура оригинальных статей должна соответствовать формату IMRAD (Introduction, Methods, Results, Discussion). В статье должны быть (на русском, кыргызском, английском языках): **УДК** (в верхнем левом углу), название статьи (по центру строчными, полужирными буквами); **аннотация** (*высота шрифта 12, курсив, не более 5 строк*); **ключевые слова** (*высота шрифта 12, курсив, не более 6 слов*); основной текст (высота шрифта – 14). **Введение (актуальность)**, отражающее состояние вопроса к моменту написания статьи; **цель** настоящего исследования; **материалы (объекты) и методы; результаты исследования; обсуждение; выводы** по пунктам или **заключение**, список цитированной **литературы** (высота шрифта – 12).

Методика исследований должна быть описана четко. Рекомендуется руководствоваться «Едиными стандартами представления результатов и испытаний Экспертной группы CONSORT» (Consolidated Standards of Reporting Trials), с которыми можно ознакомиться по ссылке http://www.consort-statement.org/

9.5. Оформление обзоров. Оформление обзорных статей осуществляется аналогично оригинальным статьям. Желательно, чтобы составление обзоров соответствовало международным рекомендациям по систематическим методам поиска литературы и стандартам. Резюме обзорных статей должны содержать информацию о методах поиска литературы по базам данных. С подробной информацией относительно составления обзоров можно ознакомиться в руководстве PRISMA (Рекомендуемые элементы отчетности для систематического обзора и мета анализа), доступном по ссылке http://prisma-statement.org. Написание ФИО, на которые ссылаются в тексте, должно соответствовать списку литературы.

Рукопись может сопровождать словарь терминов (неясных, способных вызвать у читателя затруднения при прочтении). Помимо общепринятых сокращений единиц измерения, физических, химических и математических величин и терминов (например, ДНК), допускаются аббревиатуры словосочетаний, часто повторяющихся в тексте. Все вводимые автором буквенные обозначения и аббревиатуры должны быть расшифрованы в тексте при их первом упоминании. Не допускаются сокращения простых слов, даже если они часто повторяются.

9.6. Авторское резюме. Резюме должно излагать только существенные факты работы. Резюме должно начинаться с информации, содержащейся на титульном листе. Объем текста резюме должен быть не более 50 слов. Резюме должно сопровождаться ключевыми словами или словосочетаниями (5-12 единиц), отражающими тематику статьи и облегчающими классификацию работы в компьютерных поисковых системах.

9.7. Требования к рисункам. Черно-белые штриховые рисунки: формат файла - TIFF (расширение *.tiff), любая программа, поддерживающая этот формат (Adobe Photoshop, Adobe Illustra tor и т. п.); режим - bitmap (битовая карта); с разрешением 300 точек/дюйм, в реальном размере; возможно использование сжатия LZW или другого. Текст на иллюстрациях должен быть четким. Диаграммы из программ MS EXCEL, MS Vizio вместе с исходным материалом.

9.8. Подписи к рисункам и фотографиям. Подписи к рисункам и фотографиям группируются вместе и даются на отдельной странице. Каждый рисунок должен иметь общий заголовок и расшифровку всех сокращений. В подписях к графикам указываются обозначения по осям абсцисс и ординат, и единицы измерения, приводятся пояснения по каждой кривой. В подписях к микрофотографиям указываются метод окраски и увеличение.

9.9. Оформление таблиц. Сверху справа необходимо обозначить номер таблицы, через черточку дается ее название. Сокращения слов в таблицах не допускаются. Цифры в таблицах должны соответствовать цифрам в тексте.

10. Библиографические списки. Список литературы размещается в конце статьи и обуславливается наличием цитат или ссылок и оформляется в соответствии с ГОСТ 7.1-2003, ГОСТ Р 7.0.9-2009, нумеруется вручную (не автоматически).

В оригинальных статьях желательно цитировать не более 10 источников, в обзорах литературы - не более 20, в лекциях и других материалах - до 7. Библиография должна содержать, помимо основополагающих работ, публикации за последние 5 лет. В списке литературы все работы перечисляются в порядке их цитирования. Библиографические ссылки в тексте статьи даются цифрой в квадратных скобках. Отсылки, используемые для связи текста с библиографическим списком, оформляются с указанием страниц [1, с.15] либо без указания страниц [1; 5]. Использование автоматических постраничных ссылок не допускается. Библиографическое описание книги (после ее названия): город (где издана); после двоеточия - название издательства; после точки с запятой - год издания. Если ссылка дается на главу книги: (авторы); название главы; после точки ставится "В кн.:" или "In:" и фамилия (-и) автора (- ов) или редактора (- ов), затем название книги и выходные данные.

Библиографическое описание статьи из журнала: автор(ы); название статьи; название журнала; год; том, номер журнала, после двоеточия цифры первой и последней страниц. При авторском коллективе до 3 человек включительно упоминаются все, при больших авторских коллективах 3 первых авторов "и др.", в иностранных "et al."); если упоминаются редакторы, после фамилии и.о. после запятой следует ставить сокращение "ред." (в иностранных "ed.").

11. Материалы, представленные с нарушением требований, редакцией не рассматриваются. После рассмотрения статьи автору будет сообщено о публикации.

12. Редакция может посвящать отдельные номера журнала изданию материалов конференций, симпозиумов, а также материалов, посвященных юбилейным мероприятиям ученых и организаций.

13. Редакция принимает к изданию в приложении «Вестника КГАФКиС» рекламные материалы на договорной основе.

14. Ответственность за содержание и достоверность материалов несут авторы.

Rules for authors,
Representing articles in the scientific and practical journal
"Bulletin of the Kyrgyz state academy physical culture and sports"

Before submitting an article to the editorial staff of the journal, it is necessary to carefully read the following requirements for the design of scientific articles developed because of the recommendations of the Higher Attestation Commission of the KR and Russian Scientific Citation Index.

1. Definition of authorship. The authors of the article may be persons who contributed to the work, its revision or correction, the final approval for publication, as well as those responsible for the integrity of all parts of the manuscript.

2. Plagiarism and secondary publications. It is inadmissible to use textual borrowing and assigning research results that do not belong to the authors of the submitted manuscript. To check the article for originality, you can use the services https://www.antiplaqiat.ru/ (for Russian texts) nhttp: //www.plaqiarism.org/ (for English texts). The editors reserve the right to check the received manuscripts for plagiarism.

3. You cannot send to the editorial work, printed in other publications or sent to other publications.

4. **Copyright**. By submitting an article and accompanying files to the publication in the journal, the author (as well as all the authors of this article, if it is created in co-authorship) agrees that he grants the magazine "Journal KSAPCS" the right to use articles on a gratuitous basis in the territory of Kyrgyzstan and foreign countries.

5. Author's copies are provided; the magazine can be obtained by subscription to a paper or electronic version of the publication.

6. The editors reserve the right to shorten and edit the sent articles. The date of receipt of the article is the time of receipt of the final (revised) version of the article if the authors finalize it after the review.

7. Manuscripts can be submitted to the editor in one of the following ways:

- By e-mail to the address indicated on the website of the journal on the Internet (the text of the article is submitted in Microsoft Word format, and accompanying documents with original signatures are attached to the letter in PDF format);
- Regular mail (2 copies of the manuscript printout with the obligatory electronic version of the application (in Microsoft Word format) on the CD-ROM, as well as the originals of all necessary accompanying documents).

8. The editorial staff reserves the right to review the received articles by members of the editorial board or other specialists.

9. Requirements for registration:

9.1. The volume of the article is from 6 pages (including illustrations, tables, summaries and literature, taking into account the translation of necessary information). The size of the paper is A4 (210x297), all the margins are 2 cm wide. The font is Times New Roman, the font size is 14, the line spacing is 1.5 (1.5), the indention is 1.25, the letter spacing is normal, Interword space - one character, hyphens - automatic (not manually), text alignment - width. Valid selections are italic, bold. The hyphen should be different from the dash. Dashes and quotes should be the same in all text. Are not allowed: spaces between paragraphs; Use of the letter E; Use of tables with landscape orientation. When typing, styles are not allowed, no columns are specified. The entire text of the article should be written in 1 file (title page, UDC, abstract, key words, article text, tables, list of quoted literature, information about authors); File with the text of the article should be named after the first author of the article (Ivanov Text). Figures and scans of documents are recorded in separate files, also containing the name of the first author (Ivanovo Figure).

9.2. The language of the article. Manuscripts are accepted in Russian, Kyrgyz or English. If the article is written in Russian, then the translation of the metadata of the article into Kyrgyz and English is mandatory (full name of the authors, name in English of the authors' institutions, addresses, title of the article, summary of the article, key words). For foreign authors the magazine itself carries out the translation of the metadata into the Kyrgyz language. Articles of foreign authors in English can be published by the decision of the editor-in-chief of the journal without translation into Russian (with the

exception of title, summary and key words) or with full or partial translation (names and signatures to figures, tables).

9.3. Information about the author (in Russian, Kyrgyz, and English) should include:

1. The author's surname and initials (in lower case letters, italics);
2. The full official name of the institution in which each author works (in lower case);
3. Residence of the author - city (lowercase);
4. Academic degree, title, position of each author;
5. Email address of each author.

9.4. The structure of the original articles should correspond to the IMRAD format (Introduction, Methods, Results, Discussion). The article should be (in Russian, Kyrgyz, English): **UDC** (in the upper left corner), title of the article (centered in lower case, bold letters); **Annotation** (*font height 12, italics, no more than 5 lines*); **Keywords** (*font height 12, italics, no more than 6 words*); Main text (font height - 14). Introduction (relevance), reflecting the state of the issue at the time of writing the article; **The purpose of this study**; **Materials (objects) and methods**; **Results of the study; discussion; Conclusions on items or conclusion, a list of references** (font height - 12). The research methodology should be described clearly. It is recommended to be guided by the "Consolidated Standards for Reporting Trials", which can be consulted at http://www.consort-statement.org/

9.5. Making reviews. Registration of review articles is carried out in a manner similar to the original articles. It is desirable that the compilation of reviews conforms to international recommendations on systematic methods of searching for literature and standards. A summary of the review articles should contain information on methods for searching literature on databases. Detailed information on the preparation of reviews can be found in the PRISMA manual (Recommended reporting elements for systematic review and meta-analysis), available at http://prisma-statement.org. The writing of the full name, referred to in the text, must correspond to the list of literature. The manuscript can accompany a glossary of terms (vague, that can cause the reader difficulty in reading). In addition to conventional abbreviations of units of measure, physical, chemical and mathematical quantities and terms (for example, DNA), the abbreviations of word combinations that are often repeated in the text are allowed. All letters and abbreviations introduced by the author should be deciphered in the text at their first mention. Do not abbreviate simple words, even if they are often repeated.

9.6. Author is summary. The abstract should only state the essential facts of the work. The resume should begin with the information contained on the title page. The volume of the abstract should not exceed 50 words. The abstract should be accompanied by key words or phrases (5-12 units) reflecting the subject matter of the article and facilitating the classification of work in computer search engines.

9.7. Requirements for drawings. Black and white line drawings: file format - TIFF (extension * .tiff), any program that supports this format (Adobe Photoshop, Adobe Illustra tor, etc.); Mode - bitmap (bitmap); with a resolution of 300 dpi, in real size; It is possible to use LZW compression or another. The text in the illustrations should be clear. Diagrams from the programs MS EXCEL, MS Vizio together with the source material.

9.8. Signatures to pictures and photos. The captions to the pictures and photos are grouped together and given on a separate page. Each figure should have a common title and the decoding of all the abbreviations. In the signatures to the graphs, the notations for the abscissa and ordinate axes and units of measurement are indicated, explanations for each curve are given. In the signatures to the photomicrographs, the method of coloring and magnification is indicated.

9.9. Registration of tables. On the top right, you need to designate the number of the table, through the dash its name is given. Abbreviations of words in tables are not allowed. The figures in the tables should correspond to the figures in the text.

10. Bibliographic lists. The list of literature is placed at the end of the article and is conditioned by the presence of citations or references and is made in accordance with GOST 7.1-2003, GOST R 7.0.9-2009, is numbered manually (not automatically). In original articles, it is desirable to cite no more than 10 sources, in the literature reviews - no more than 20, in lectures and other materials - up to 7. The bibliography should contain, in addition to the basic works, publications for the last 5 years. In the list of

literature, all works are listed in the order in which they are cited. Bibliographic references in the text of the article are given in square brackets. The references used to link the text to the bibliographic list are made out with the pages [1, p.15] or without pages [1; 5]. Use of automatic page references is not allowed. Bibliographic description of the book (after its name): city (where it is published); after colon - the name of the publisher; after the semicolon - the year of publication. If the reference is given to the head of the book: (authors); Title of the chapter; after the point is set "In:" or "In:" and the surname (s) of the author (s) or editor (s), then the title of the book and the output.

Bibliographic description of the article from the journal: author (s); article title; the name of the journal; year; Volume, journal number, after the colon of the first and last page digits. With the authors 'team up to 3 people inclusive, all are mentioned, with the largest authors' groups, the first three authors, "etc.," in foreign "et al."); If the editors are mentioned, after the name of the acting president. After the comma, the abbreviation "ed." Should be inserted. (In foreign ed.).

11. An approximate version of the design of a scientific article.

UDC, line skip, initials and surname of the author (in three languages), organization name and city (in three languages), email address of each author, line skip, centered title of the article in bold capital letters (in three languages), line skip, (In three languages), keywords (in three languages), the text of the article, the list of references.

12. Materials submitted in violation of requirements are not reviewed by the editorial board. After reviewing the article, the author will be informed of the publication.

13. The editorial staff can devote separate issues of the journal to the publication of materials of conferences, symposiums, and materials devoted to the jubilee activities of scientists and organizations.

14. The editorial board accepts advertising materials on a contractual basis in the "KSAPCS" Bulletin application.

15. The authors are responsible for the content and reliability of the materials.

ДЕНЕ ТАРБИЯ ЖАНА СПОРТ ЖАРЧЫСЫ

илимий-практикалык журналы

ВЕСТНИК ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

научно-практический журнал

Дизайнери Абас кызы С.
Компьютердик калыпка салган Эргешова Р.К.

Басууга 17.04.2018-ж. кол коюлду. Офсет кагазы.
Кагаздын форматы А-4. Көлөмү 8.0 б.т. Нускасы 200 экз.

КББАнын “Окуу китеби” басма борборунда басылды.
Бишкек ш., Эркиндик бул., 25