


¹Алимханов Е.^а , ²Мырзаев М.О., ¹Бекболатов Т.С., ¹Темиров Н.Б.,
¹Гусманов Т.И.

¹Аль-Фараби атындағы Қазақ ұлттық университеті, Алматы қ., Қазақстан

²С. Сейфуллин атындағы Агротехникалық зерттеу университеті, Астана қ., Қазақстан

БАЛУАННЫҢ КҮРЕС ӘДІС-АЙЛАЛАРЫН МЕҢГЕРУІНІҢ САНДЫҚ КӨРСЕТКІШІМЕН, СПОРТТЫҚ ЖАРЫСТАРДА ӘДІС-АЙЛАНЫ ҚОЛДАНУДЫҢ ӨЗАРА БАЙЛАНЫСЫН НЕГІЗДЕУ

Алимханов Елемес, Мырзаев Мелекша Османович, Бекболатов Токтасын Сейсенбаевич, Темиров Нұрғалым Байназарұлы, Гусманов Токтар Исатайұлы

Балуанның күрес әдіс-айлаларын меңгеруінің сандық көрсеткішімен, спорттық жарыстарда әдіс-айланы қолданудың өзара байланысын негіздеу

Аңдатпа. Мақалада грек-рим, еркін күрес, дзюдо балуандарының күрес әдіс-айлаларын меңгерулерінің сандық дәрежесімен, оны спорттық жарыстарда қолдану арасындағы байланыс зерттеледі. Қазақстандағы спорт мектептеріне арналған мемлекеттік құжаттар, шешімдер, оқыту-жаттықтыру бағдарламалары сарапталып, құжаттарда күрес түрлері бойынша жаттықтыру топтарының ерекшеліктеріне негізделген күрес әдістерінің түрлері мен оны үйретудің сандық және сапалық талабына арналған нормативтік көрсеткіштер реттелмегені көрсетіледі. Зерттеу барысында алынған деректерге сүйене отырып жасалған талдаулар, спорт мектептерінде жаттығатын балуандардың күрес әдіс-айлаларын меңгерулерінің сандық көрсеткіштері аз екендігі анықталған. Спорттық күрестер бойынша әдістерді жүйелеу, топтаудың нұсқалары беріліп, балуандар даярлауда қолданудың жолдары көрсетіліп ұсыныстар беріледі. Маман жаттықтырушылар арасында жүргізген сұрақ жауап нәтежиелері көрсеткендей, балуан даярлауда күрес әдіс-айлаларын неғұрлым көп үйретудің пайдалы екендігін көпшілік мамандар қолдайтындығы анықталған және оны міндетті түрде тәжрибеге енгізу қажет деп санайды. Қазақстандағы спорт мектептеріндегі балуан даярлайтын оқу-жаттығу топтары ерекшеліктеріне негізделген балуанды келесі даярлық тобына ауыстыру талаптарына арналған күрес әдістерін меңгерудің саны мен сапасының нормативтік көрсеткіштерін енгізу ұсынылады. Балуандардың күрес әдістерін меңгерулері дәрежесімен, күрес әдіс-айлаларын спорттық жарыстарда қолдану мүмкіндіктерінің арасында тығыз байланыс бар екендігін анықтай отырып, балуанның жарыстарда жақсы көрсеткіштерге жетулеріне ықпалы бар деп санайды. Зерттеу бойынша балуандардың әдістерді меңгерулерінің сандық көрсеткішін көбейту арқылы, балуанның спорттық жарыстарда жақсы нәтежиелерге жетуге мүмкіндігін арттыруға болады деген болжамның дұрыстығы анықталған.

Түйін сөздер: спорттық күрес, жаттығу топтары, балуан, әдіс-айла, сынақтар, сандық және сапа көрсеткіштері.

Alimkhanov Elemes, Myrzaev Meleksha Osmanovich, Bekbolatov Toktasyn Seisenbaevich, Temirov Nurgalym Bainazarovich, Gusmanov Tokhtar Isataevich

Substantiation of the relationship between the use of wrestling techniques in sports competitions and the quantitative indicator of a wrestler's mastery of wrestling techniques

Abstract. The article examines the relationship between the quantitative level of mastery of wrestling techniques (Greco-Roman, freestyle wrestling, judo) and their application in sports competitions. Government documents, decisions, training programs for sports schools in Kazakhstan are analyzed, which indicate that the documents do not contain normative indicators for quantitative and qualitative requirements for mastering wrestling techniques based on the characteristics of training groups by type of wrestling. The analysis based on the data obtained during the study showed that there are few quantitative indicators of wrestlers' assimilation of wrestling techniques in sports schools. Variants of classification, systematization and grouping of wrestling techniques are given to recommend increasing the quantitative characteristics of wrestling techniques, indicating the methods of application in the training of wrestlers. Based on the results of questions and answers conducted among expert coaches, it was found that most specialists support the usefulness of large amounts of training in wrestling techniques in training wrestlers and believe that it is necessary to apply it in practice. Based on the characteristics of wrestler training groups in sports schools in Kazakhstan, it is recommended to introduce normative indicators of the quantity and quality of mastering wrestling techniques to justify the requirements for transferring a wrestler to the next training group. Determining that there is a close relationship between wrestlers' mastery of wrestling techniques and the ability to use wrestling techniques in sports competitions, research shows that they have an impact on a wrestler's ability to achieve high results in competitions. According to the results of the study, the correctness of the hypothesis was established that it is possible to increase the ability of a wrestler to achieve high results in sports competitions by increasing the quantitative indicator of mastery of wrestling techniques.

Key words: wrestling, training groups, wrestling techniques, quantitative and qualitative indicators.

Алимханов Елемес, Мырзаев Мелекша Османович, Бекболатов Токтасын Сейсенбаевич, Темиров Нургалым Байназарович, Гусманов Тохтар Исатаевич

Обоснование взаимосвязи применения технических приемов борьбы на спортивных соревнованиях с количественным показателем владения борцом приемами борьбы

Аннотация. В статье рассматривается взаимосвязь между владением борцовскими приемами греко-римской, вольной борьбы и дзюдо и их использованием в спортивных соревнованиях. Проанализированы государственные документы, постановления, программы подготовки спортивных школ Казахстана и показано, что нормативные показатели по видам способов борьбы и количественные и качественные требования к их подготовке в документах не регламентированы. Анализ на основе данных, полученных в ходе исследования, выявил, что количественные показатели владения борцовскими приемами у борцов, тренирующихся в спортивных школах, низкие. Приведены варианты систематизации и группировки методов спортивной борьбы, показаны способы их использования в подготовке борцов и даны предложения. По результатам опросов, проведенных среди профессиональных тренеров, установлено, что большинство специалистов поддерживают пользу длительного обучения приемам борьбы в подготовке борцов и считают, что необходимо внедрять это на практике. С учетом особенностей групп подготовки борцов в спортивных школах Казахстана рекомендуется ввести нормативные показатели количества и качества освоения приемов борьбы для требований перевода борца в следующую группу подготовки. Определяя, что существует тесная связь между владением борцами приемами борьбы и умением использовать приемы борьбы в спортивных соревнованиях, исследования показывают, что они оказывают влияние на способность борцов добиваться высоких результатов на соревнованиях. По результатам исследования установлена правильность предположения о том, что повысить возможность борца добиться высоких результатов в спортивных соревнованиях можно за счет увеличения количественного показателя владения приемами борцов.

Ключевые слова: спортивная борьба, тренировочные группы, приемы борьбы, количественные и качественные показатели.

Негізгі қағидалар. Спорттық күрестер бойынша балуандар даярлауда маңызды бағыттың бірі, балуандарға күрес әдіс- айдаларын меңгерту болып табылады, күрес әдістерін үйрету, қолдану жолдары әдістемелік тұрғыда үнемі жетілдіріп отыру қажеттігі туындайды. Күрес әдіс-айдаларын үйрету мен оны қолданудың сандық және сапалық жағын жетілдіру бойынша жаттықтырушы мамандар арасында әртүрлі көзқарастар мен қайшылықтар бар екендігін көруге болады [1, 2].

Балуандарды даярлау барысындағы күрес әдіс-айдаларын үйрету мен оны қолданудың сандық және сапалық жағын тәжірибеде қолдану бойынша ғылыми зерттеулердің аздығы, тіпті жоқтығы осы мәселені арнайы қарастыру керектігін айқындайды. Спорттық күрестердегі әдіс-айдалардың жүйеленуі, топталуы оның қолданылуы бойынша зерттеулер мен оқу әдістемелік құралдарда И.И. Алимханов, Н.М. Галковский, А.А. Новиков, Г.С.Туманян, А.П. Купцов, Е. Алимханов, М.Н. Шепетюк т.б. еңбектерінде күрес әдістерінің сандық және сапалық көрсеткіштері және олардың өзара байланыстары айқындалмаған [3-9].

Дене тәрбиесі және спорт саласына арналған арнайы шешімдер, бұйрықтар, бағдарламалар, жоспарлар, оқулықтар, оқу әдістемелік құралдарды жылдан жылға жетілдіріп ғылыми тұрғыда негіздеп отыру, осы саланың табысты жұмыс жасауына ықпал етеді. Еліміздегі дене тәрбиесі және спорт саласындағы маңызды жұмыстың негізін қалайтын спорт мектептері болып табылады. Спорт мектептерінің мақсаттары «18 жасқа дейінгі балалар,

жасөспірімдер және жастар арасында спортшыларды даярлауды жүзеге асыру, оқу жаттығу үдірісі кезінде спорт шеберліктерін қалыптастырып, жарыстарға қатыстыру арқылы нәтежиелерін анықтап отыру болып табылады» [10].

Еліміздің президенті Қ.К. Тоқаев дене тәрбиесі мен спорт жүйесін жетілдірудің қажет екендігін арнайы тапсырма ретінде көтерді [11]. Қазақстандағы дене тәрбиесі және спорт жүйесінің даму барысын зерттеп, оны әдістемелік тұрғыдан жетілдіріп отырған ғылыми орталықтардың болмауы, осы саланың сапалы дамуына кедергі келтіріп отыр деп айтуға болады.

Зерттеу жұмысының өзектілігі. Әлемдік, олимпиадалық, халықаралық және республикалық жарыстарда грек-рим, еркін күрес, дзюдо күрес түрлерінен жылдан-жылға бәсекелер артып келеді. Осы жағдайға байланысты елімізде балуан даярлаудың сапасын жетілдіру, оны жаңа әдістемелермен толықтыру, оның сапасын анықтайтын нормативтік көрсеткіштерді енгізудің қажеттігін дәлелдеу, осы зерттеудің өзектілігін анықтайды.

Зерттеу болжамы. Егерде Қазақстанның спорт мектептеріндегі балуандар даярлау барысында іске асырылса:

Балуандарды жаттықтыру барысында күрестің әдіс-айдаларын үйретудің сандық түрлерін көбейту арқылы, балуан даярлаудың сапалық жағын жетілдіруге болады деп болжанады.

Зерттеудің мақсаты. Балуандарды даярлау үрдісіндегі күрес әдіс-айдаларын меңгерудің орны.

Зерттеу міндеттері:

1. Қазақстандағы спорт мектептеріне арналған мемлекеттік заңнамалар мен шешімдер, оқу-жаттықтыру бағдарламалары, балуан даярлаудың сапасын анықтайтын нормативтік талаптарды сараптау;

2. Балуандардың күрес әдістерін меңгеруі және әдістерді спорттық жарыс барысында қолданудың ара қатынасын анықтау;

3. Спорттық күрес түрлері бойынша балуандардың күрес әдістерін меңгеру дәрежесін анықтайтын нормативтік сынақтар жасау.

Зерттеу әдістері мен ұйымдастырылуы

1. Тақырыпқа байланысты ғылыми зерттеу әдебиеттеріне, оқу-әдістемелік құралдарына сараптама жасау арқылы зерттеу мақсатына сәйкес қажетті деректер алынды.

2. Спорттық күрес жаттықтырушылары мен балуандар арасында 2019-2022 жылдар аралығында сұхбаттар мен сауалнамалар жүргізу іске асырылып оған 84 жаттықтырушы, 60 спортшы қатысты.

3. Спорт мектептеріндегі күрес топтарына арналған оқу-жаттығу үрдісіндегі күрес әдіс-айлаларын мегеру санымен, әдістерді жарыстарда қолданудың сандық көрсеткіштерін анықтау іске асырылды;

4. Алынған деректер бойынша математикалық, статистикалық өңдеу іске асырылып салыстырмалы қортындылар жасалды, оны іс тәжірибесінде қолданудың әдістемелері ұсынылды.

Зерттеу нәтижелері және оларды талқылау.

Қазақстандағы спорт мектептеріне арналған мемлекеттік құжаттар, шешімдер мен оқыту-

жаттықтыру бағдарламаларын сараптау іске асырылып, спорт мектептерінің міндеттерін анықтау, ондағы оқу жаттығу үрдісін ұйымдастыру тәртібі және «Спорт мектептері әр оқу жылы бойынша бекітілген бағдарламалар мен нормативтік талаптарды тапсырмаған немесе орындамаған оқушылар келесі топтарға ауыстырылмайды» [12]. деген шешімдердің іске асырылуы талданды.

Спорт мектептеріне арналған оқу жаттықтыру Бағдарламаларда балуандардың әр жылғы дайындық топтары ерекшеліктеріне негізделген дене қабілеттерінің даму көрсеткіштерін айқындайтын (жүгіру, тартылу, секіру т.б.) бойынша арнайы нормативтік сынақтардың бар екендігі, сонымен қатар Бағдарламада балуандардың күрес әдіс-тәсілдерін меңгерулерінің сандық және сапалық көрсеткіштеріне қойылатын талаптардың нормативтік көрсеткіштері жоқ екендігі анықталды [13]. Республикалық құжаттардағы спорт мектептеріне арналған нормативтік талаптарға енген көрсеткіштер:

1) шұғылданушылардың дене жетілуі мен функциональдық жай-күйінің деңгейі;

2) спортшыны даярлаудың жеке жоспарында көзделген жаттығу мен жарыс жүктемелері көлемін орындауы;

3) спорттық-техникалық көрсеткіштердің серпіні;

4) республикалық жарыстардағы көрсеткіштері деп анықталған [14].

Ескерту. Біздің зерттеуімізге негіз болып алынған бағыт «Спорттық-техникалық көрсеткіштердің серпіні» болып табылады, осы талаптың іске асырылуын зерттеу Алматы қаласындағы республикалық спорт колледжін бітірушілер арасында жүргізілді.

1-кесте – Республикалық спорт колледжін 2020 жылы бітірушілердің күрес әдістерін меңгерулері және әдістерді спорттық жарыс барысында қолданудың сандық көрсеткіштері (n=23 балуан)

Спорттық күрес түрлері	Үйренген күрес әдістері саны	Орташа көрсеткіш	Жарыстарда қолдана алатын күрес әдістері саны	Орташа көрсеткіш	Балуандар саны
Еркін күрес	375	44	56	6	9
Грек рим	139	28	43	9	5
Дзюдо	269	26	82	9	9
Барлығы	783 әдіс	98 әдіс	181 әдіс	24 әдіс	23 балуан
Орташа көрсеткіш		33 әдіс	8 әдіс	8 әдіс	

Кесте 1. және Кесте 2. - де көрсетілген республикалық спорт колледжді 2020 және 2021 жылы бітіруші әрбір жеке балуанның колледжде оқу барысында меңгерген күрес әдістерінің жалпы саны орта есеппен алғанда 36 әдіс болады, бұл

көрсеткішті әр жаттығу жылдарына шаққанда жылына балуандар 5 әдістен меңгерген болып шығады. Бітіруші балуандардың спорттық шеберлік дәрежелері деңгейлері бойынша 22% спорт шебері, 48% спорт шеберіне үміткер, 2% халықаралық дәрежедегі спорт

шебері, олардың колледждегі спортпен шұғылдану өтілдері 6 - 8 жыл аралығы болғандығын ескерсек, балуандардың әдістерді меңгеру сандары аз деп

қортынды шығаруға болады, себебі бітірушілердің жарыстарда қолдануға мүмкін әдістерінің орташа саны 8-13 әдіс болып отыр.

2-кесте – Республикалық спорт колледжін 2021 жылы бітірушілердің күрес әдістерін меңгерулері және әдістерді спорттық жарыс барысында қолдануларының сандық көрсеткіштері (n=37 балуан)

Спорттық күрес түрлері	Үйренген күрес әдістері саны	Орташа көрсеткіш	Жарыстарда қолдана алатын күрес әдістері саны	Орташа көрсеткіш	Балуандар саны
Еркін күрес	532	33	223	14	16
Грек рим	296	42	83	12	7
Дзюдо	535	38	210	15	14
Барлығы	1363 әдіс	113 әдіс	516 әдіс	41 әдіс	37 балуан
Орташа көрсеткіш		38 әдіс		13 әдіс	

Біз зерттеу барысында күрес түрлері бойынша үйренуге мүмкін әдістердің сандық мөлшерін анықтау үшін күрес әдістерін жүйелеу және топтау

тәжірибесі алынды, соның ішінде тек спорттық күрестердегі әдістердің орындалу бағыттары ғана мысал үшін алынды.

3-кесте – Спорттық күрестердегі әдістердің орындалу бағыттарын жүйелеу және топтау

Лақтыру, жығу	Аудару партерде және жатып күресуде	Құлату	Партерде және жатып күресу
Денемен алға еңкею арқылы	Сілке жұлқы тарту арқылы аудару	Қағу арқылы құлату	Кілемге басып ұстау (еркін күрес және грек рим күресі)
Денені иық арқылы бұру арқылы	Алға денемен сүңгіі ену арқылы аудару	Итеру арқылы құлату	Бағындырып ұстау (дзюдо, самбо күресі)
Денені арқамен бұрылу арқылы	Отыра аудару	Бұрау арқылы құлату	Созып, жаншып немесе қысу арқылы орындау (дзюдо, самбо күресі)
Кеудеден асыра лақтыру арқылы		Тарту арқылы құлату	
Айландырып лақтыру арқылы			
Бұрау арқылы жығу			
Қағу арқылы жығу			
Отырғызу арқылы жығу			

Зерттеу үшін біз күрес әдістерінің сандық көрсеткішін анықтауды, балуанның бір ғана аяқ әрекеттері арқылы орындалатын әдістері түрлерін мысал ретінде алдық, оған: аяқпен шалу, ілу, орау, қағу, аяқпен көтеру түрлері енгізілді. Шалу түрлеріне : арттан, алдынан, жанынан, қырқа шалу, іштен шалу енгізілді. Осы ретпен аяқпен ілу, қағу, аяқпен көтеру әдістерінің орындалу түрлері енгізілді.

Балуанның аяқ әрекеті арқылы орындалатын әдістері түрлерін санау, оның 70 астам түрінің бар екендігін айқындады және кейбір күрес түрінде мысалы еркін күрес, дзюдо күресінде аяқпен орындалатын әдістердің саны одан да көп болды. Бұл алынған сандық көрсеткіштерге қосымша «Спорттық күрестердегі әдістердің орындалу бағыттарын жүйелеу, топтау» бойынша күрес әдістерінің саны

еселеп көбейетіндігін көреміз. Күрес әдістерін жүйелеу, топтау профессор Алимханов Е. жүйелеу негізінде алынды [15]. Ғылым мен тәжірибеде спорттық күрестердегі әдіс-айлалардың сандық көрсеткіштерін анықтау, күрес әдістерін жүйелеу және топтау арқылы іске асырылады, бұл бағыт ғылымда аз зерттелген тың тақырып болып табылады.

Күрес әдістерінің жарыстарда орындалу санын анықтау үшін еркін күрестен 2017 жылы Шымкент қаласында өткізілген Қазақстан чемпионаты алынды [16]. Жарысқа барлық салмақ дәрежелері бойынша 191 балуан қатысты, 221 кездесу өткізілді. Кездесулерге сараптау жасау төмендегідей нәтежиелер көрсетті: чемпионатта балуандардың орындаған және бағаланған күрес әдістерінің жалпы саны 1100, оның 648 түрегеліп тұрып орындалған әдістер, 324 партерде орындалған, ескерту жасау арқылы бағаланған әдістер саны 128. Чемпионаттағы барлық 8 салмақ дәрежесі бойынша жүлделі 1,2,3 орын алған балуандардың жарыс барысында бағаланған әдістерінің саны бойынша сараптау төмендегідей деректер берді:

барлық 8 салмақ дәрежелері бойынша 1 орын алған балуандардың бағаланған әдістерінің саны – 164; 2 орын алған балуандардың бағаланған әдістері саны – 128; 3 орын алған балуандардың бағаланған әдістерінің орташа көрсеткіштері – 106 әдіс болды. Чемпионат нәтежиелерін қортындылау көрсеткендей, неғұлым жоғары дәрежеге жеткен балуандардың орындаған және бағаланған әдістерінің саны олардан төмен орын алған балуандардан көп болғандығын анықтайды. Бұл талдаулардан шығатын қортынды, балуанның әдістерді неғұрлым көп үйреніп меңгеруінің сандық көрсеткіштері мен жарыстарда әдістерді қолдану мүмкіндіктерінің арасында тығыз байланыс бар екендігін көрсетеді деп тұжырымдауға негіз береді. Бұл деректер зерттеу болжамында көрсетілген бағыттың дұрыстығын және өзектілігін анықтайды. Осы деректерді негізге ала отырып болашақ жаттықтырушыларды даярлауда және жаттықтырушы мамандарға арналған күрес әдістерін жүйелеу, топтау, әдістер түрлерін анықтау және оны меңгерту бойынша теориялық және практикалық арнайы оқу сабақтарын енгізу қажеттігі ұсынылады.

4-кесте – Жаттығушы балуанның күрес әдістерін меңгеруінің сандық және сапалық дәрежесін анықтаудың үлгі талаптары

№	Сынақ көрсеткіші түрлері	Бағалау (1-ден 10 баға) аралығы)	Балуанның білімдік дәрежесін бағалау (1-10 баға аралығы)
1	Спорт мектептеріндегі «Бастапқы даярлық тобы» 1жыл. Спорттық күрес түрлеріне бейімдеуге арналған арнайы жаттығулар түрлерін білуі және орындай алуы. 10-15 күрес әдісінің түрлерін білуі және орындай алуы. 2.жыл. 20 күрес әдісінің түрлерін білуі және орындай алуы.	Тапсырманы орындаудың дұрыстығы	1.Жазбаша берілген тапсырмаларды орындау 2.Тестілік сұрақтарға жауап беру 3.Жазбаша психологиялық сұрақтарға жауап беру
2	Оқу-жаттығу тобы. 1 жыл. 30 күрес әдісінің түрлерін білуі және орындай алуы; 2 жыл. 50 күрес әдісінің түрлерін білуі және орындай алу; 3 жыл. 60 күрес әдісі түрлерін білуі және орындай алуы.	Тапсырманы орындаудың дұрыстығы	1.Жазбаша берілген тапсырмаларды орындау 2.Тестілік сұрақтарға жауап беру 3.Жазбаша психологиялық сұрақтарға жауап беру
3	Спорттық шеберлік тобы. 1- жыл. 80 күрес әдіс-айласын меңгеру және орындай алуы; 2 жылдан жоғары. 100 күрес әдістерін меңгеруі және сапалы орындай алу.	Тапсырманы орындаудың дұрыстығы, жылдамдығы және балуанның жарыстардағы қолданған әдістер саны мен сапасын көрсетуі.	1.Жазбаша берілген тапсырмаларды орындау 2.Тестілік сұрақтарға жауап беру 3.Жазбаша және ауызша психологиялық сұрақтарға жауап беру
4	Жоғарғы спорттық шеберлік тобы. Жаттығу жылдары бойынша 100-150 дейінгі күрес әдістерін меңгеруі және сапалы орындай алуы.	Тапсырманы орындаудың дұрыстығы, жылдамдығы және балуанның жарыстардағы қолданған әдістері саны мен сапасын көрсетуі	1.Жазбаша берілген тапсырмаларды орындау; 2.Тестілік сұрақтарға жауап беру; 3.Жазбаша және ауызша психологиялық сұрақтарға жауап беру.

5-кесте – Оқытушы-жаттықтырушының өзіндік шығармашылық инновациялық жұмысына бөлінетін уақыттың мөлшері %, бойынша.

№	Спортшылардың дайындық топтары	Дайындық жылдары	Апталық сағат мөлшері	Шығармашылық инновациялық жұмысқа арналған уақыт мөлшері % бойынша
1	Жоғары спорттық шеберлік тобы	Жыл бойы	32 (36)	60 % дейін
2	Шеберлікті шындау тобы	1-2 жыл 2 жылдан жоғары	24-26 28	50% дейін
3	Оқу-жаттығу тобы	1 жыл 2 жыл 3 жыл 3 жылдан жоғары	12 14 18 20	40% дейін
4	Бастапқы дайындық тобы	1-жыл 2 жыл	8 10	30% дейін
5	Спорттық сауықтыру тобы	Жыл бойы	6	20% дейін

Кесте 5. Спорттық күрестер бойынша оқытушы-жаттықтырушының өзіндік шығармашылық инновациялық жұмысына бөлінетін уақыт мөлшерінің пайыздық үлгісі ұсыныс ретінде берілді, ол балуандарды даярлау барысында әлемдік спорттағы ғылым мен технология жетістіктерін өз жұмысында кеңінен қолдануға мүмкіндігін арттыру және балуан даярлауды әдістемелік тұрғыда шығармашылық жетілдіруге деген ізденісті іске асыруға арналады.

Еркін күрес, грек-рим, дзюдо, қазақ күресі, самбо күресі мамандары арасында жүргізілген сұрақ жауап мақсаты, балуандардың күрес әдістерін меңгеру дәрежелерінің жарыс көрсеткіштеріне әсері бар ма? деген сұрақтарға жауап алу үшін жүргізілді. Қатысқандар 84 жаттықтырушы. Маман жаттықтырушыларға берілген сұрақтар:

1. Сұрақ. Балуанның жарыстағы көрсеткішіне оның әдіс айланы көп және жан-жақты меңгеруінің дәрежесінің ықпал бар ма?. Сіздің жауабыңыз.

А. Ия ықпалы бар, қолдаймын - 39 адам;

2. Сұрақ. Балуанның күрес әдісін меңгеруінің саны емес, аз әдісті шебер орындауы шешеді деп санаймын. Б. Жауап, қолдайды – 20 адам;

3. Сұрақ. 1 және 2 сұрақтардың қосындысы шешеді деп ойлаймын. Б. Жауап, қолдаймын – 25 адам. Жаттықтырушылардың жауаптарынан алынған нәтежиелер бойынша, мамандардың көпшілігі балуандардың әдіс айланы көп білуі және оны жан-жақты меңгеруін дұрыс бағыт деп санайды. 3-ші сұрақты дұрыс деп санайтын жауаптардың негізді болуын, зерттеудің екінші кезеңінде анықтау жоспарланды.

Қорытынды:

1. Қазақстандағы спорт мектептеріне арналған құжаттарда, бастапқы спорттық даярлау топтары-

нан бастап, жоғары спорт шеберлігі топтарына дейінгі аралықта, балуандардың күрес әдістерін меңгерулерінің сандық және сапалық көрсеткіштеріне қойылатын талаптардың жоқ екендігі анықталып, нормативтік талаптарды енгізудің қажеттігі дәлелденді.

2. Спорттық күрес түрлері бойынша балуанға үйретуге мүмкін әдістердің сандық мөлшерін, күрес әдістерін жүйелеу және топтау тәжірибесі бойынша анықтауға болатындығын көрсетеді.

3. Жарысқа қатысқан балуандардың нәтежиелерін қортындылау көрсеткендей, жоғары дәрежеге жеткен балуандардың жарыстарда орындаған және бағаланған әдістерінің саны көп болғандығын анықтайды. Бұл талдаулар балуанның әдістерді көп үйреніп меңгеруінің сандық көрсеткіштері мен жарыстарда әдістерді қолдану мүмкіндіктерінің арасында тығыз байланыс бар екендігін дәлелдейді.

4. Спорттық күрес жаттықтырушылары мамандар пікірлері, балуандардың әдіс айланы көп меңгеруін дұрыс бағыт деп санайтындықтары және оның балуан даярлауда үлкен әсері бар деп санайды.

Тәжірибелік ұсыныстар:

1. Спорттық күрес түрлері бойынша болашақ оқытушы жаттықтырушы даярлауда және жаттықтырушы мамандарға арналған күрес әдістерін жүйелеу, топтау, әдістер түрлері және оны меңгерту әдістемелері бойынша теориялық және практикалық арнайы оқу сабақтарын жоспарға енгізу ұсынылады.

2. Спорт мектептеріндегі оқу-жаттығу Бағдарламасына балуандарға арналған күрестің әдіс-айласын меңгерулерінің сандық және сапалық көрсеткіштерін анықтайтын нормативтік талаптар енгізілуі ұсынылады.

Әдебиеттер

- 1 Chen L, Gu N, Shang Y, Weng MJ, Wang QP. The effects of specialized strength training and Olympic weightlifting training on wrestlers // *Medicina dello Sport*. – 2023. - №76. - 310-8. DOI: 10.23736/S0025-7826.23.04267-9
- 2 Melki H, Bouzid MS. Teaching wrestling at school: proposal of a new pedagogical approach based on games for learning of technical moves // *Pedagogy of Physical Culture and Sports*, - 2023. - №27(2). - p. 123–130. DOI 10.15561/26649837.2023.0204
- 3 Алиханов И.И. О становлении технико-тактического мастерства. В кн.: Спортивная борьба: Ежегодник. – М.: Физкультура и спорт, 1982. – С. 7-10.
- 4 Галковский Н.М. Классификация, систематика и терминология. В кн.: Спортивная борьба: Учеб. для ин-тов физ. культ. – М.: Физкультура и спорт, 1968. – С. 32-55.
- 5 Новиков А.А. Особенности двигательных навыков в борьбе. – М.: Физкультура и спорт, 1966. – С. 26-52.
- 6 Туманян С.О. О классификации приемов спортивной борьбы и последовательность их изучения // Теория и практика физической культуры. – 1964. – №2. – С. 64-66.
- 7 Купцов А.П. Спортивная борьба: Учебник для ин-тов физ. культ. – М., 1978. – С. 56-73.
- 8 Алимханов Е. Спорттық күрестің теориясы мен әдістемесі. (грек рим,еркін күрес, дзюдо, самбо, қазақ күресі) Оқу құралы,- Алматы: Қазақ университеті, 2014. - Б. 113-122.
- 9 Шепетюк М.Н. Теория и методика спортивной борьбы. – Алматы: Федерация дзюдо РК, 2012. – 336 с.
- 10 Қазақстан Республикасының Мәдениет және спорт министрінің 2014 жылғы 22 қарашадағы № 106 бұйрығы. Қазақстан Республикасының Әділет министрлігінде 2014 жылы 25 желтоқсанда № 10012 тіркелді. Осы бұйрыққа қосымша (2015 жылғы 26 қаңтарда («Әділет» ақпараттық-құқықтық жүйесінде жарияланған, 5 тармақ).
- 11 Мемлекет басшысы Қасым-Жомарт Тоқаевтың VIII сайланған Парламенттің бірінші сессиясының ашылуында сөйлеген сөзі. <https://akorda.kz/kz/memleket-basshysy-kasym-zhomart-tokaevty-n-viii-saylangan-parlamenttin-birinshi-sessiyasynyn-ashylyunda-soylegen-sozi-2922539>
- 12 Қазақстан Республикасының Мәдениет және спорт министрінің 2016 жылғы 19 мамырдағы № 136 бұйрығы. Қазақстан Республикасының Әділет министрлігінде 2016 жылы 31 мамырда № 13753 болып тіркелді.
- 13 Программа по греко-римской борьбе для ДЮСШ и СШМ / Сост: Матушак П.Ф., Турлыханов Д.Б. – Алматы: Білім, 2005. – 64 с.
- 14 Олимпиадалық резервтің республикалық, облыстық, республикалық маңызы бар қалалардың, астананың мамандандырылған мектеп-интернат-колледждері және спорттағы дарынды балаларға арналған облыстық, республикалық маңызы бар қалалардың, астананың мектеп-интернаттары қызметінің қағидаларын бекіту туралы. Қазақстан Республикасының Мәдениет және спорт министрінің 2014 жылғы 3 қарашадағы № 69 бұйрығы. (Қазақстан Республикасының Әділет министрлігінде 2014 жылы 9 желтоқсанда № 9947 тіркелді).
- 15 Алимханов Е. Спорттық күрестің теориясы мен әдістемесі. (грек рим,еркін күрес, дзюдо, самбо, қазақ күресі) Оқу құралы,- Алматы: Қазақ университеті, 2014. - Б. 113-122.
- 16 Конакбаев Б.М., Хапар Е., Омар М.Т. Анализ технико-тактической подготовки борцов вольного стиля в условиях соревнований // Матер. VIII междунар. конф. студентов и молодых ученых «Университетский спорт: Здоровье и процветание нации». – Улан-Батор, 2018. – С. 250-254.

References

- 1 Chen L, Gu N, Shang Y, Weng MJ, Wang QP. The effects of specialized strength training and Olympic weightlifting training on wrestlers // *Medicina dello Sport*. – 2023. - №76. - 310-8. DOI: 10.23736/S0025-7826.23.04267-9
- 2 Melki H, Bouzid MS. Teaching wrestling at school: proposal of a new pedagogical approach based on games for learning of technical moves // *Pedagogy of Physical Culture and Sports*, - 2023. - №27(2). - p. 123–130. DOI 10.15561/26649837.2023.0204
- 3 Alihanov I.I. O stanovlenii tekhniko-takticheskogo masterstva. V kn.: Sportivnaya bor'ba: Ezhegodnik. M.: Fizkul'tura i sport, 1982, - S. 7-10.
- 4 Galkovskij N.M. Klassifikaciya, sistematika i terminologiya. V kn.: Sportivnaya bor'ba: Ucheb. dlya in-tov fiz. kul't. M.: Fizkul'tura i sport, 1968, - S. 32-55.
- 5 Novikov A.A. Osobennosti dvigatel'nyh navykov v bor'be. M.: Fizkul'tura i sport, 1966, - S. 26-52.
- 6 Tumanyan S.O. O klassifikacii priemov sportivnoj bor'by i posledovatel'nost' ih izucheniya // Teoriya i praktika fizicheskoy kul'tury. - 1964, - №2 - S. 64-66.
- 7 Kupcov A.P. Sportivnaya bor'ba: Uchebnik dlya in-tov fiz. kul't. M., 1978, - S. 56-73.
- 8 Alimhanov E. Sporttyқ күрестің teoriyasы men әдіstemesi. (грек рим,еркін күрес, dzyudo, sambo, қазақ күресі) Оқу құралы,- Алматы: Қазақ universiteti, 2014. - B. 113-122.
- 9 SHepetyuk M.N. Teoriya i metodika sportivnoj bor'by, Almaty: Federaciya dzyudo RK, 2012, - 336 s.
- 10 Қазақстан Respublikasy Mәdeniet zhәne sport ministriniң 2014 zhyly 22 qarashadary № 106 byjryғy. Қазақстан Respublikasynuң Әdilet ministrliginde 2014 zhyly 25 zheltoksandа № 10012 tirkeldi. Osy byjryққа kosymsha (2015 zhyly 26 қаңтарда («Әdilet» ақпараттық-құқықтық zhүйesinde zhariyalanған, 5 tarmaқ).
- 11 Memleket basshysy Qasym-ZHомart Тоқаевтың VIII sajlаnған Parliamenttiң birinshi sessiyasynuң ashylyunda seјlegen sezi. <https://akorda.kz/kz/memleket-basshysy-kasym-zhomart-tokaevty-n-viii-saylangan-parlamenttin-birinshi-sessiyasynyn-ashylyunda-soylegen-sozi-2922539>
- 12 Қазақстан Respublikasy Mәdeniet zhәne sport ministriniң 2016 zhyly 19 mamyrdaғы № 136 byjryғy. Қазақстан Respublikasynuң Әdilet ministrliginde 2016 zhyly 31 mamyrda № 13753 bolyp tirkeldi.
- 13 Programma po greko-rimskoj bor'be dlya DYUSSH i SSHM. Sost: Matushchak P.F., Turlyhanov D.B.- Almaty: Bilim, - 2005. - 64 s.
- 14 Olimpiadalық rezervtiң respublikalық, oblystық, respublikalық маңузы бар қалалардың, астананың мамандандырылған мектеп-интернат-kolledzhderi zhәne sporttaғы daryndy balalarға арналған oblystық, respublikalық маңузы бар қалалардың, астананың

мектеп-интернаттары қызметінің қағидаларын бекіту туралы. Қазақстан Республикасы Мәдениет және спорт министрінің 2014 жылғы 3 қарашадары № 69 бұйрығы. (Қазақстан Республикасының Әділет министрлігінде 2014 жылғы 9 желтоқсанда № 9947 тіркелді).

- 15 Alimhanov E. Sportтық күрестің теориясы мен әдістемесі. (грек рим,еркін күрес, dzyudo, sambo, қазақ күresi) Оқу құралы,- Алматы: Қазақ университеті, 2014. - В. 113-122.
- 16 Konakbaev B.M., Napar E., Omar M.T. Analiz tekhniko- takticheskoy podgotovki borcov vol'nogo stilya v usloviyah so-revnovanij // Mater. VIII Mezhdunar. konf. studentov i molodyh uchenyh «Universitetskij sport: Zdorov'e i procvetanie nacii». – Ulan-bator, 2018. – S. 250-254.

<p>Хат хабарларға арналған автор (бірінші автор)</p> <p>Алимханов Елемес - педагогика ғылымдарының докторы, профессор, Қазақстан республикасына еңбегі сіңген жаттықтырушы, Аль-Фараби атындағы Қазақ ұлттық университеті, Алматы қ, Қазақстан, e-mail: elemes2050@gmail.com, ORCID: https://orcid.org/0000-0002-0167-9911</p>	<p>Автор для корреспонденции (первый автор)</p> <p>Алимханов Елемес - доктор педагогических наук, профессор, заслуженный тренер Республики Казахстан, Казахский национальный университет имени аль-Фараби, г. Алматы, Казахстан, e-mail: elemes2050@gmail.com, ORCID: https://orcid.org/0000-0002-0167-9911</p>	<p>The Author for Correspondence (The First Author)</p> <p>Alimkhanov Elemes - Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, Honored Trainer of the Republic of Kazakhstan, Al-Farabi Kazakh National University, Almaty, Kazakhstan, e-mail: elemes2050@gmail.com, ORCID: https://orcid.org/0000-0002-0167-9911</p>
---	--	--