


¹Қуспанов Н.С.^а, ¹Дошыбеков А.Б., ²Ботагариев Т.Ә, ²Кубиева С.С.,
³Рыскалиев С.Н.

¹Қазақ спорт және туризм академиясы, Алматы қ., Қазақстан

² Қ. Жұбанов атындағы Ақтөбе өңірлік университеті, Ақтөбе қ., Қазақстан

³ М.Өтемісов атындағы Батыс Қазақстан университеті, Орал қ., Қазақстан

ҰЛТТЫҚ СПОРТ БОЙЫНША ЖАТТЫҚТЫРУШЫЛАРДЫ ДАЙЫНДАУДЫҢ ЭКСПЕРИМЕНТАЛДЫҚ ТЕХНОЛОГИЯСЫ (ҚАЗАҚ КҮРЕСІ МЫСАЛЫНДА)

Қуспанов Нурбол Сагиндыкович, Дошыбеков Айдын Бағдатович, Ботагариев Түлеген
Амиржанович, Кубиева Светлана Сарсенбаевна, Мамбетов Нуролла, Рыскалиев Саят
Нурболатович

Ұлттық спорт бойынша жаттықтырушыларды дайындаудың эксперименталдық технологиясы (қазақ күресі мысалында)

Андатпа. Мақалада ұлттық спорт түрлерінен жаттықтырушыларды дайындау технологиясы өзірленіп, эксперименттік түрде негізделген (қазақ күресінің мысалын қолдана отырып). Ол төрт - бағыттық, ресурстық, кеңестік, аналитикалық - элементті қамтиды. Бірінші бағыт – мамандарды даярлау жақтарын түзету. Екінші бағыт спорт мамандарын даярлаудың құрылымы мен мазмұнын жетілдіру, үшінші бағыт осы спортпен айналысушылардың дене дайындығын және жұмыс қабілеті дәрежесін жақсарту болды. Төртінші бағыт – қазақ күресі бойынша жаттықтырушыларының кәсіби біліктілігін арттыру. 72 сағаттық «Қазақ күресі жаттықтырушыларын дайындау технологиясы» курсы өзірленген. Мамандарды дайындаудың құрамдас бөліктерін түзету құралдары келесі мәселелерді шешуден тұрады: жаттықтырушылардың теориялық, әдістемелік және тәжірибелік дайындығының жеткіліксіздігі. Спорт бойынша мамандарды даярлаудың құрылымы мен мазмұнын жетілдіруде мынаны ұсынамыз. 6B01401 – «Дене шынықтыру мұғалімі, қазақ күресі жаттықтырушы» білім беру бағдарламасының құрылымы мен мазмұнындағы қайшылықтарға сәйкес мазмұнына түзетулер енгізілді. Болашақ жаттықтырушылардың дене дайындылығы, жұмысқабілеті мен кәсіби құзыреттілік дәрежесін арттыру үшін біз арнайы тапсырмаларды ұсындық. Ең көп өсу негізгі күш шоғырланған кәсіптік құзыреттерде тіркелді. Эксперименттен кейін эксперименттік топта спортшылардың дене дайындығы және дене даярлық көрсеткіштерінің құрамдастарында бойынша оң өзгерістер болды.

Түйін сөздер: эксперименттік технология, жаттықтырушыларды даярлау құрылымы, қазақ күресі, дене даярлығы, жұмысқабілеттілік, студенттердің кәсіби құзыреттіліктері.

Kuspanov Nurbol Sagyndykovich, Doshybekov Aydin Bagdatovich, Botagariyev Tolegen
Amirzhanovich, Kubieva Svetlana Sarsenbaevna, Mambetov Nurulla, Ryskaliev Sayat Nurbolatovich

Experimental technology for training coaches in national sports (using the example of kazakh kures)

Abstract. The article develops and experimentally substantiates a technology for training coaches in national sports (using the example of Cossack Kuresi). It includes four elements (vectoral, resource, consulting, analytical). The first vector is correction in the competencies of specialist training. The second vector was improving the structure and content of training specialists in sports. The third vector was improving the degree of physical fitness and physical performance of those involved. The fourth vector was improving the professional competence of Kazak Kuresi coaches. An elective course "Technology for training Cossack Kuresi trainers" has been developed for 72 hours. The tools for correcting the components of specialist training were the solution to the following problems: insufficient knowledge of the theoretical, methodological and practical preparedness of trainers. In improving the structure and content of training specialists in sports, we recommend the following. In accordance with the contradictions in the structure and content of the modular educational program 6B01401 - "Training of a physical education teacher and coach in national sports", some corrections were made to the content of the latter. To improve the degree of physical fitness, physical performance and professional competencies of future coaches, we recommended special tasks. The greatest increases were recorded in those professional competencies on which the main efforts were concentrated. After the experiment, positive changes occurred in the experimental group in terms of physical fitness and working capacity.

Key word: experimental technology, structure of training of trainers, Cossack kuresi, physical fitness, physical performance, professional competencies of students.

Куспанов Нурбол Сагиндыкович, Дошыбеков Айдын Бағдатович, Ботағариев Тулеген Амиржанович, Кубиева Светлана Сарсенбаевна, Мамбетов Нуролла, Рысқалиев Саят Нурболатович

Экспериментальная технология подготовки тренеров по национальным видам спорта (на примере казак күреси)

Аннотация. В статье разработана и экспериментально обоснована технология подготовки тренеров по национальным видам спорта (на примере казак күреси). Она включает в себя четыре элемента (векториальный, ресурсный, консультационный, аналитический). Первым вектором является коррекция в компетентах подготовки специалистов. Вторым вектором явилось совершенствование структуры и содержания подготовки специалистов по видам спорта. Третьим вектором явилось совершенствование степени физической подготовленности и физической работоспособности занимающихся. Четвертым вектором было совершенствование профессиональной компетенции тренеров казак күреси. Разработан элективный курс «Технология подготовки тренеров казак күреси» в объеме 72 часов. Инструментами для коррекции компонентов подготовки специалистов явилось решение следующих проблем: недостаточность знаний по теоретической, методической и практической подготовленности тренеров. В совершенствовании структуры и содержания подготовки специалистов по видам спорта мы рекомендуем следующее. В соответствии с противоречиями в структуре и содержании модульной образовательной программы 6В01401 – «Подготовка учителя физической культуры и тренера по национальным видам спорта» внесены некоторые коррективы в содержание последней. Для совершенствования степени физической подготовленности, физической работоспособности и профессиональных компетенций будущих тренеров мы рекомендовали специальные задания. Наибольшие приросты были зафиксированы в тех профессиональных компетенциях, на которых были сконцентрированы основные усилия. После эксперимента в экспериментальной группе по показателю физической подготовленности и работоспособности произошли позитивные сдвиги.

Ключевые слова: экспериментальная технология, структура подготовки тренеров, казак күреси, физическая подготовленность, физическая работоспособность, профессиональные компетенции студентов.

Кіріспе. Қазақстан Республикасының дене шынықтыру мен спорт саласын дамытудың 2023-2029 жылдарға арналған тұжырымдамасында, спорт түрлері бойынша спорт командаларын дайындау барысында мамандардың кәсіби білім беру біліктеріне жоғары мән берілген. Дене шынықтыру және спорт мәселелері бойынша жоғары білім беру құрылымында 2010 жылдан бастап үш деңгейлі оқыту моделі – бакалавриат, магистратура, докторантура енгізілді, онда дене шынықтыру бакалавры дәрежесінің шегінде жаттықтырушы кадрларды даярлау жүзеге асырылады. Қазіргі жағдайда еңбек нарығына қойылған талаптар мен мамандар даярлау құрылымы арасындағы қайшылықтарды көрсетеді. Мамандардың пікірінше кіші курстарда студенттер дене шынықтыру мен спорт саласының негізгі буындарын және кәсіби іс-әрекетті жүзеге асыруға болатын барлық контингентті қамтитын ережелерді, кең тәжірибелік және теориялық бағдарлама бойынша дайындалуы керек [1, 2]. Ал жоғары курстарда нақты спорт түрлеріне мамандану, сол арқылы болашақ мамандарды жаттықтырушылыққа дайындау қажет. Мұндай мамандандыруларды арнайы семинарлар мен курстар аясында жүзеге асыруға болады.

Бүгінгі таңда Қазақстан Республикасында ұлттық спорт түрлері бойынша мамандарды тек Қазақ спорт және туризм академиясы және Дене шынықтыру және бұқаралық спорт академиясы (Астана) ғана

дайындайды. Мамандар дайындауда осы мақалада атап өткіміз келетін мәселелер бар. Ұлттық спорт түрлерінен және біздің жағдайда қазақ күресінен жаттықтырушыларды дайындау мазмұнына ғылыми-әдістемелік негіздеме беру қажет.

Зерттеудің өзектілігі. Зерттеу Қазақстандағы дене шынықтыру және спорт бағытында жоғары оқу орындарында, атап айтқанда қазақ күресі бойынша болашақ мамандарды даярлауды жетілдіру қажеттілігіне негізделген. Осы нұсқаулықты жүзеге асыру үшін осы спорт түрі бойынша қазіргі және болашақ жаттықтырушылар аталған мәселенің құрамдас бөліктерін білуі керек. Мамандар дайындауда осы салада қандай қайшылықтар бар екенін түсіну керек. Осының негізінде білім беру бағдарламаларының мазмұнының ерекшеліктері мен жаттықтырушылардың мәселелері зерделенді; олардың дене дайындылығының, жұмысқабілеттерінің және кәсіби құзыреттіліктерінің дәрежесінің ерекшеліктері қарастырылды.

Зерттеудің мақсаты – ұлттық спорт түрлерінен жаттықтырушыларды дайындау технологиясын жасау (қазақ күресінің мысалында) және оны тәжірибе жүзінде негіздеу.

Зерттеу міндеттері:

Қазақ күресі бойынша жаттықтырушыларды даярлауды жетілдіру бойынша теориялық сараптама жасау;

Қазақ күресі бойынша жаттықтырушыларды даярлау технологияларын әзірлеу;

Қазақ күресі бойынша жаттықтырушыларды даярлау әдістемесін әзірлеп, тиімділігін тәжірибелік тексері.

Әдістер мен материалдар. Зерттеу 2023-2024 оқу жылында үш кезеңде өткізілді. Бірінші кезеңде (2023ж. желтоқсан) мақаланың ғылыми аппаратын әзірледік. Атап айтқанда, ұлттық спорт түрлерінен жаттықтырушыларды даярлауды өзгерту қажеттілігінің басым құрамдас бөліктерін қалыптастырдық (қазақ күресінің мысалын қолдана отырып). Бұл кезеңде біз басылымда жарияланған анықтаушы экспериментінің нәтижелеріне сүйендік [3]. Сол кезеңде қазақ күресі жаттықтырушыларын даярлауды жақсарту үшін өзіміздің ғылыми жобамыздың технологиясын әзірледік. Бұл ретте ғылыми-әдістемелік әдебиеттерді талдау сияқты ғылыми зерттеу әдістерін қолдандық [4]. Екінші кезеңде (2024 ж. қаңтар-сәуір) қазақ күресінен жаттықтырушыларды дайындауды жақсарту бойынша өзіміздің ғылыми жобамызды жүзеге асыру мақсатында қалыптастырушы эксперимент жүргіздік. Эксперимент Батыс Қазақстан инновациялық университетінің базасында жүргізілді. Оған «Дене шынықтыру және спорт» білім беру бағдарламасының 4 курсының 40 студенті қатысты. Эксперимент параллельді сипатта болды (эксперименттік топ – 20 студент; бақылау тобы – 20 студент). Бұл кезеңде студенттердің дене дайындығы, дене жұмысқабілеті мен кәсіби құзыреттілік деңгейінің динамикасы да анықталды. Қалыптастырушы экспериментті жүзеге асыру үшін мамандардың ұсыныстары пайдаланылды [5].

Студенттердің дене дайындығының динамикасын анықтау үшін төмендегідей тесттер қолданылды: өңгере лақтыру (тулышпен 30 секундта рет саны); жамбасқа алып лақтыру (тулышпен 30 секундта рет саны); аяқпен қағу (тулышпен 30 секундтағы рет саны). Сарапшылардың ұсыныстары қолданылды [6]. В.Л.Карпманның дене өнімділік әдістемесі бойынша анықталды [7]. Студенттердің кәсіби құзыреттіліктерін анықтау үшін О.Л. Жукованың әдістемесі қолданылды [8].

Үшінші кезеңде (2024 ж. мамыр) мақала рәсімделді.

Әдеби шолу. М.О. Даупаев дене шынықтыру факультеті студенттерінің қазақ күрес тәсіліндегі тепе-теңдік функциясын жетілдіруге байланысты үйретудің оңтайлылығын негіздеді. Көптеген талдағыштар жұмысының нәтижесінде жүзеге асырылатын тепе-теңдік функциясының жақсаруы жалпы дамытушылық сипаттағы гимнастикалық тапсырмалардан, тренажерлардағы тапсырмалардан және қарапайым жаттығулардан тұратын құралдар жиынтығымен палуандарға арналған арнайы тапсырмалар тепе-теңдікті жақсартатындығын анықтаған. Бірінші семестрде бөлінген уақыттың

жартысы статикалық сипаттағы тепе-теңдікті жақсартуға; екінші семестрде уақыттың шамамен 70% динамикалық тепе-теңдікті жақсартуға арналған [1, б. 22].

Е.Әлімханов спорттық киім үлгісін түзету арқылы қазақ күресін дамытуға ерекше тоқталды. Ескі үлгідегі ұзын жеңді модельде-спортшылар уақытының 75% -дан астамын жеңді ұстауға және босатуға жұмсайтыны дәлелденді. Қысқа жеңі бар жаңа модельде күрес әдістерін жасау көлемі ескі үлгідегі киімдегі әдістерді жасау көлемімен салыстырғанда әжептәуір өсті. Киімнің жаңа үлгісінде күрес тәсілінің дамуы жақсарды, бұл жаңа үлгідегі киім үлгісінде он басымды әдістерді жүзеге асыру уақытын оңтайландырудан көрінеді [2, б. 21].

Ф.И.Собянин, А.С.Рахметжанов, Ш.А.Мақашев, Қ.И.Ысмағұловтардың пікірінше, оларды зерттеуде педагогикалық эксперименттің басым идеясы студенттер қазақ күресімен шұғылдануда кезіндегі барлық әдістерді зерттемей, тек жекпе-жекте табысқа жетуге болатын ең оңтайлыларын ғана зерттеуге тоқталған. Әдістемелерді меңгеру және дамыту реттілігі дидактиканың басым ережелерімен адекватты түрде тәсілді жеңілден күрделіге қағидасын қолданған. Сонымен қатар жүктеме тәсілді жүзеге асыруға қатысатын бұлшықет топтарына бағытталған [6, б. 21].

Д.Б.Құлымбетова, Е.С.Ялфимов Қазақстан Республикасындағы дене шынықтыру және спортты жақсартуды басқару мәселелерін қарастырды [9]. Дене шынықтыру және спорт саласын жақсартуға кедергі келтіретін мәселелер атап өтілді: құрал-жабдықтар базасының төмендігі; маман тапшылығы; ауылдық жерлерде бұқаралық және балалар мен жасөспірімдер спортының нашар дамуы. Дене шынықтыру және спорт саласындағы басым бағыттары қатарына мыналар жатады. Кәсіби сипаттағы жаттықтырушылар мен оқытушылар құрамының кәсіби стандарттарын әзірлеу, жасөспірімдерді шетелде оқыту; кәсіби жаттықтырушы-педагогикалық кадрлардың біліктілігін арттыру мен қайта даярлауды ұйымдастыру.

А.Орынбекқызы болашақ дене шынықтыру мұғалімін дайындаудағы Қазақстан Республикасының басым бағыттарына тоқталды. Жоғары дәрежелі педагогикалық білім берудің бағдары – оқушылардың жеке тұлғасын қалыптастыру және жетілдіру мәселелерін шығармашылықпен шеше алатын, жаңа үлгідегі кәсіби құзыретті мұғалімін дайындау. Миссиясы: «мұғалім-оқушы» құрылымында жұмысқа дайындауға кәсіби-педагогикалық сипаттағы бағытты қамтамасыз ету, сонымен бірге олардың бойында кәсіби маңызды қасиеттерді қалыптастыру [10].

С.Қ.Әбілдина, Ж.Е.Сарсекеева Қазақстан Республикасының жоғары оқу орындарының құрылымында болашақ мұғалімнің кәсіби сипатын дайындауға ерекше тоқталған. Болашақ мұғалімнің жалпы кәсіби сипатын дайындау студенттердің біртұтас кәсіптік жұмыс тәжірибесін жинақтау және байыту механизмі ретінде қарастырылуы керек. Ұсынылған түсінік қазіргі кездегі жоғары педагогикалық білім беруді реформалау заңдылықтарына сәйкес келеді, өйткені ол студенттің өзін-өзі анықтауға бағытталған қозғалысын ескереді; өзін-өзі реттеу әдістерін жетілдіру; педагогикалық жұмыстың ерекшеліктері [11].

Нәтижелер. Анықтаушы экспериментте алынған мәліметтерге сүйене отырып, ұлттық спорт түрлерінен жаттықтырушы дайындығын өзгерту қажеттілігінің басым құрамдас бөліктерін қалыптастырдық (қазақ күресінің мысалында). Олардың ішінде мыналар бар:

А) Ұлттық спорт түрлері бойынша мамандарды дайындаудың құрамдас бөліктеріндегі келіспеушіліктер. Теориялық дайындық бойынша білімнің болмауы: ұлттық ойындар теориясын білмеу; тапсырмаларды сипаттау; жаттығуларды түсіндіру және т.б. Әдістемелік дайындықта білім мен дағдының болмауы: білім алушыларды іріктеу, жобалық іс-әрекетін жүзеге асыру; әдістеме мен оқыту арасындағы байланыс; жарыстарға дайындық және т.б. Тәжірибелік дайындықта білім мен дағдының жетіспеушілігі: қазақ күресі тәсілінде дағдыларды өзгермел тәсілді қолдану; оқыту технологиясының құрылысы; құралдар мен әдістерді таңдау; дене дамуы мен дене дайындығының ерекшеліктерін ескеру және т.б.

Б) Ұлттық спорт түрлері бойынша мамандарды дайындау құрылымы мен мазмұнының сәйкессіздігі. Ұлттық спорт түрлері арқылы дене шынықтырудың ұлттық үлгіні қалыптастыруға мән берілмейді. Қатысқандардың жобалық қызметі мәселелері жеткілікті түрде қамтылмаған. Жаттығу технологиясы мен дене шынықтыру дәрежесінің мәселелері қарастырылуда және жеткіліксіз деңгейде.

В) Қазақ күресімен айналысатындардың дене дайындылығы мен жұмысқабілетінің деңгейіндегі келіспеушіліктер. Білім алушылардың дене дайындылығы мен жұмысқабілетінің төмендеуі.

Осыны негізге ала отырып, біз қазақ күресі жаттықтырушыларын дайындауды жақсарту үшін өзіндік ғылыми жобаның технологиясын әзірледік. Онда біз технологияның төрт (бағыттық, ресурстық, кеңестік, аналитикалық) элементін анықтадық.

Бірінші бағыт – ұлттық спорт түрлері бойынша мамандарды дайындау құрамдас бөліктеріндегі түзету. Ресурс элементінде біз ресурстар ретінде

«Қазақ күресінен жаттықтырушыларды дайындау технологиясы» арнайы курсына іске асыруды қостық. Кеңес беру элементінде біз арнайы курс аясында дәрістер мен тәжірибелік сабақтарды енгіздік. Материалды іске асырудың осындай түрлерін жүзеге асыру қазақ күресі жаттықтырушыларын дайындау бөліктерін жүзеге асыруда білім мен дағдыларды жетілдіруге мүмкіндік берді. Аналитикалық элементте біз қазақ күресінен жаттықтырушыларға арналған оқу блоктарында оң өзгерістерді анықтадық.

Екінші бағыт спорт мамандарын даярлаудың құрылымы мен мазмұнын жетілдіру болды. Ресурстық элементте ресурстар қазақ күресінің жаттықтырушыларына арналған модульдік білім беру бағдарламасына осындай секциялардың («Негізгі пәндер циклінің мақсаты» тарауында) және 2.4 Түлектердің кәсіби қызметінің міндеттері: дағдыларды, қазақ күресінен теориялық және тәжірибелік бағыт-бағдар беру; ұлттық спорт түрлері арқылы дене шынықтыруда ұлттық үлгіні қалыптастыру; білім алушылардың жобалық қызметі; қазақ күресі оқыту технологиясы; шұғылданушылардың дене дайындылығы мен дене жұмысқабілетін есепке алу. Кеңес беруші элементінде бұл бағыт бойынша қазақ күресінен теориялық, тәжірибелік сабақтарды, оның технологиясын енгізуді ұсындық; жобалық қызметтің негіздерін қалыптастыруға арналған тапсырмалар кешені берілді.

Аналитикалық блокта жаттықтырушылардың теориялық және әдістемелік дайындығына қатысты сараптамалық қорытындылардың сәйкестігі тексерілді.

Үшінші бағыт қазақ күресімен айналысатындардың дене дайындылығы мен дене жұмысқабілетін арттыру болды. Ресурс элементінде біз дене даярлығына байланысты тапсырмаларды және қозғалыс жағдайын жақсарту әдістерін ресурстар ретінде белгіледік. Кеңес беру элементінде біз шұғылданушылардың дене дайындылығы мен дене жұмысқабілетін жақсарту үшін дене жаттығуларының жиынтығын ұсынамыз. Аналитикалық блокта математикалық статистика әдістерін қолдану арқылы біз педагогикалық экспериментті орындау барысында зерттеген көрсеткіштердің оң өзгерістерінің сенімділігін анықтауға тырыстық.

Төртінші бағыт – қазақ күресі бойынша жаттықтырушыларының кәсіби біліктілігін арттыру болды. Ресурстық блокта құралдар ретінде төмендегілер ұсынылды: психологиялық-педагогикалық, дене шынықтыру, спорттық, ғылыми-педагогикалық құзыреттіліктерді жетілдіру. Осы мақсатта кеңес беру элементінде көрсетілген

құзыреттерді одан әрі жетілдіру бойынша тапсырмалар ұсынылды. Аналитикалық элементте зерттелетін параметрлердің оң өзгерістерінің тиімділігі математикалық статистика арқылы дәлелденді.

Талқылау. Жоғарыда аталған технологияны енгізу Батыс Қазақстан инновациялық университетінің базасында «Дене шынықтыру және спорт» білім беру бағдарламасының 4 курс студенттерімен 2024 жылдың ақпан-сәуір аралығында өткен қалыптастырушы эксперимент барысында жүзеге асырылды.

Осы технология аясында біз 72 сағаттық «Қазақ күресі жаттықтырушыларын дайындау технологиясы» элективті курсын әзірледік. Оның 14 сағаты теорияға, 14 сағаты тәжірибелік сабаққа, 42 сағаты өзіндік жұмысқа, 2 сағаты студенттердің тапсырмаларын бақылауға арналды. Бұл арнайы курс Батыс Қазақстан инновациялық технологиялық университетінің базасында 2023-2024 оқу жылының қыркүйек-желтоқсан айларында «Дене шынықтыру және спорт» білім беру бағдарламасының 2 курс 50 студентімен өткізілді. Курстың мазмұны келесі тақырыптарды қамтыды.

Ұлттық спорт түрлері бойынша мамандарды даярлаудың құрамдас бөліктерін жетілдіру. Оқушыларға ұлттық спорт түрлерінің теориясы бойынша мәліметтер беріледі, жаттығулардың басым түрлерін қосымша түсіндіру, мақсат қою арқылы, спорттық таңдау, жобалық іс-шараларды ұйымдастыру, әдістеме мен оқыту арасындағы байланыс, медициналық бақылау нәтижелерін есепке алу, жарыстарда тәсілдік әдістерді өзгерту арқылы қолдану, қазақ күресін оқыту технологиялары, сабақтарға арналған құралдар мен әдістер жиынтығы, жарыстар кезінде әртүрлі тактикалар.

Қазақ күресі бойынша білім беру бағдарламасының жаңартылған құрылымы мен мазмұны. Бұл блокта ұлттық спорт түрлері бойынша қолданыстағы білім беру бағдарламасын талдау барысында анықталған қайшылықтар негізінде қазақ күресі бойынша білім беру бағдарламасына енгізілген түзетулер берілген.

Қазақ күресімен айналысатындардың дене дайындылығын арттыру құралдары. Міне, біз зерттеген дене дайындығы көрсеткіштерін жақсартуға арналған тапсырмалар, атап айтқанда: өңгеріп лақтыру (тулышпен 30 секундта рет саны); жамбасқа алып лақтыру (тулышпен 30 секундта рет саны); аяқпен қағу (тулышпен 30 секундтағы рет саны).

Қазақ күресімен айналысатындардың дене көрсеткіштерін жақсартуға арналған құралдар.

Бұл блок дене өнімділіктің құрамдастарын, атап айтқанда дене салмағын, жүрек соғу жиілігін және қан қысымын жақсартуға арналған құралдар ұсынылды.

Қазақ күресі жаттықтырушыларының кәсіби құзыреттілігін арттыру.

Психологиялық-педагогикалық, диагностикалық, дене шынықтыру және спорттық, ғылыми-педагогикалық, акмеологиялық сияқты кәсіби құзыреттіліктерді жетілдіру бойынша ұсыныстар берілген.

Спорт бойынша мамандарды даярлаудың тиімділігін бақылау шаралары.

Олардың ішінде келесідей шаралар ұсынылады: жобалау әдістерін білу, спорттағы кәсібилік, іріктеу жүргізу, тартылғандардың дене және тәсілдік дайындық дағдылары, коммуникативті дағдылар, медициналық көмек көрсету, инновациялық технологияларды қолдану, ғылыми-педагогикалық сипаттағы ойлауға дайындығы; жұмысты модельдеу және болжауды жүзеге асыру мүмкіндігі, дене белсенділікті тиімді бөлу мүмкіндігі, өз бетінше жаттығулар жасау.

Студенттердің білімін бақылау.

Өтілген материал бойынша білім алушылардың білім деңгейін анықтауға мүмкіндік беретін бақылаушы сипаттағы сұрақтар беріледі.

Біздің технологияның әрбір блогы үшін біз оларды жүзеге асыруға арналған құралдарды әзірледік.

Ұлттық спорт түрлері бойынша мамандарды дайындаудың құрамдас бөліктерін түзету құралдары төмендегідей болды.

«Қазақ күресі жаттықтырушыларының теориялық дайындығы туралы жеткіліксіз білім» мәселесінде оның құрамдас бөліктері және оларды шешу жолдары қарастырылды.

Ұлттық ойындар теориясын білмеу: қазақтың негізгі ұлттық ойындарының мазмұны мен алгоритмін көрсету: аударыспақ, асық ату, жамбы ату, көкпар, қазақ күресі, тоғызқұмалақ және т.б.

«Тапсырмаларды сипаттау»: оқу міндетін қою керек («жамбасқа алып» лақтырудың бастапқы негіздерін оқу); тәрбиелік (жастарды қазақ күресіне тарту, отансүйгіштікке баулу).

«Жаттығуды түсіндіру»: бұл жаттығудың не үшін берілгенін түсіну керек. Төрттағанда барлық әдістер не қарсыластың қимылын дамытуда, не оның шабуылдаушының қандай да бір әрекетіне қарсылығын пайдалану арқылы жүзеге асырылады.

«Қазақ күресі жаттықтырушыларының әдістемелік дайындығындағы білім мен дағдының жеткіліксіздігі» мәселесінің құрамдас бөліктері және оларды шешу жолдары төмендегідей.

Таңдауды жүзеге асыру: ұлттық спортқа деген жоғары сезім мен мақтаныштың болуы; тұрғылықты жердің негізгі базаға жақындығы; төзімділіктің

жоғары деңгейі; үйлестіру қабілеті; спорттық отбасынан шыққандығы да әсер етеді.

Қатысқандардың жобалық жұмысы: тақырыпты таңдау, концептуалды аппаратты әзірлеу, берілген есептерді шешу әдістерін таңдау, жобалық жұмысты орындау шарттарын анықтау, бағдарлама құру, алынған ақпаратты өңдеуді алдын ала білу қажет.

«Әдістеме мен оқыту арасындағы байланыс». Негізі инновациялық тәсілдер болуы керек (ойын тапсырмалары, диалогтік өзара әрекеттесу, мәселені шешу тәсілі, әсер етудің интерактивті әдістері).

«Жарыстарға дайындық». Жаңа оқу материалы жарыстарға дайындықтың ең басында ғана аз беріледі. Жеке күрделі әдістерге оқыту күшейтілген түрде беріледі. Белгілі бір қарсыластарға қарсы қорғаныс әдістері мен қарсыласу әдістері таңдалады және игеріледі. Жылдамдық, күш және басқа да қасиеттерді дамыту жұмыстары арнайы жоспар бойынша жүргізіледі.

«Қазақ күресі жаттықтырушыларының тәжірибелік дайындығындағы білім мен дағдының жеткіліксіздігі» мәселесінің құрамдас бөліктері және оларды шешу жолдары төмендегідей.

«Күрес тәсілінде дағдыларды ауыспалы қолдану». Ауыспалы әдістер белгілі бір әдістерді жасау қажет етпейді, оларды үнемі ауыстырып отыру қажет, ол қарапайым және күрделі комбинацияларды көрсете алады.

«Күрес тәсілінің құрылысы». Төмендегілерді біріктірудің қажетті дағдыларын дамыту логикасы: а) жеке қарапайым қозғалыстарды қысқа реттіліктерге біріктіру; қарапайым қысқа жалғауларды біріктіру; күрделірек тәсілдік элементтерді енгізу; б) комбинацияларды құрудың әртүрлі тәсілдік және айлалық принциптерінің жиынтығы.

«Оқыту құралдары мен әдістерін таңдау». Жалпы дамыту жаттығулары (қарапайым және спорттық); ерекше (жетекші және еліктеу); негізгі (серіктеспен жаттығу) және бәсекелестік күрестер.

«Айналысушылардың дене дамуы дене жұмысқабілеті ерекшеліктерін есепке алу». Ең үлкен әсер ететін иық шеңбері, білек, тізе ені, кеуденің сагитальді диаметрі, дене ұзындығы, аяқ, қол, дене салмағының индексі.

Спорт бойынша мамандарды даярлаудың құрылымы мен мазмұнын жетілдіруде мынаны ұсынамыз. 6B01401 – «Дене шынықтыру мұғалімі мен Ұлттық спорт түрлері бойынша жаттықтырушы даярлау» модульдік білім беру бағдарламасының құрылымы мен мазмұнының қайшылықтарына сәйкес біз соңғысының мазмұнына кейбір түзетулер енгіздік. Олар 1-кестеде берілген.

Кестеден көріп отырғанымыздай, біз келесі түзетулерді енгіздік.

1.2.1 «Оқыту және білім беру саласындағы кадрларды даярлау саласындағы жалпы білім беру бағдарламасының мақсаттары» және «Негізгі пәндер циклінің мақсаты» кіші бөлімінде. Қазақ күресінен теориялық және тәжірибелік бағыттылық қабілеттері мен дағдылары; дене шынықтырудың ұлттық үлгісін қалыптастыру. «Бітірушінің кәсіби қызметінің міндеттері (білім беру қызметі саласындағы)» 2.4-кіші бөлімінде: қатысқандардың жобалық қызметін жүзеге асыру; қазақ күресі оқыту технологиясы; айналысушылардың дене дайындылығы мен дене жұмысқабілетін есепке алу. 2.5-кіші бөлімде: «Жалпы білім беру бағдарламасы бойынша бітірушінің негізгі құзыреттері (кәсіби құзыреттер (КК))»; психологиялық-педагогикалық, гностикалық, дене шынықтыру-спорттық, ғылыми-педагогикалық сипаттағы құзыреттіліктерді дамыту құралдары мен әдістерін меңгеру; үлгілік оқу жоспары (3.4 Білім беру бағдарламасының картасы. Модуль 4.2 Спорттық пәндер. Ұлттық ойындардың теориялық және әдістемелік негіздері).

Болашақ қазақ күресі жаттықтырушыларының дене дайындығы, дене көрсеткіштері мен кәсіби құзіреттілік дәрежесін арттыру құралдары төмендегідей болды.

Қазақ күресімен айналысатындардың дене дайындығын арттырудың құрамдас бөліктері және оларды жүзеге асыру жолдары төмендегідей: «алып тастау»; серіктеспен жаттығулар; арқасынан асыра лақтыру; сол қолыңызбен серіктесіңіздің оң жеңінен ұстауда; резеңке таспалармен, ауыспалы жүктемелермен жаттығулар; «өңгеріп лақтыру»; түрлі үлгілер бойынша бұрылу; «қапсыра ұстау және лақтыру» үлгісіндегі әдісті жаттықтыру.

«Аяқпен қағу» 1 серия × 10 лақтыру (5 оң жақта, 5 сол жақта) қадам жасау кезінде ашық аяқ астынан бүйірнен қағып лақтыру. Шегіну кезінде созылған аяқтың астына бүйірлік қағып тастау.

«Қазақ күресімен айналысатындардың дене жұмысқабілетін арттыру» құрамдас бөліктері және оларды жүзеге асыру жолдары төмендегідей:

- «Дененің салмағы». Салмақпен жаттығулар. Бұлшықет күшінің күшеюі бұлшықет салмағының ұлғаюымен қатар жүруі керек. Денедің елеулі өзгерістер болуы үшін шекке жақын салмақтарды енгізіңіз;

- «Жүректің соғу жиілігі». Күн сайын таңертеңгілік жаттығулар жасау. Жүзу, бадминтон, үстел теннисі, жүгіру элементтерімен таныстыру;

- «Артериялық қан қысымы». Жүзу, велосипед тебу, йога. Орташа қарқынды дене белсенділігі аптасына 150-300 минут, аэробика;

- «Қазақ күресінен болашақ жаттықтырушылардың кәсіби құзыреттілігін арттыру»

құрамдас бөліктері және оларды жүзеге асыру жолдары төмендегідей;

- «Психологиялық-педагогикалық, гностикалық құзыреттер». Даму диагностикасы, біліктілігін арттыру; ғылыми-әдістемелік қамтамасыз ету; тұлғалық бағыттылық;

- «Гностикалық құзыреттілік» жағдаяттық инновацияларға әсер ету арқылы дамуы керек; рефлексиялық және инновациялық шеберхана; маманның имиджін қалыптастыру;

- «Дене тәрбиесі, спорт, ғылыми-педагогикалық құзыреттер». Дене тәрбиесі құзыреттілігінің құралдары мен әдістерін таңдау; дене шынықтыру жұмыстарының оқу және сабақтан тыс түрлерімен айналысу;

- «Акмеологиялық құзыреттіліктер». Жаттықтырушы қалыптастыру үрдісінде біртеңдеушілік қағидаларын сақтау қажеттілігі. Кәсіби өнімділіктің шыңына жетудің алдында оқу және тәжірибелік іс-әрекеттің оңтайлы балансы болуы керек.

1 кесте – 6B01401 – «Ұлттық спорт түрлері бойынша дене шынықтыру мұғалімі мен жаттықтырушысын даярлау» модульдік білім беру бағдарламасына енгізілген негізгі түзетулер

Модульдік білім беру бағдарламасының бөлімдері мен бөлімшелері			
1.2.1 Оқыту және тәрбиелеу саласындағы кадрларды даярлау саласындағы білім беру бағдарламасының мақсаттары. Негізгі пәндер циклінің мақсаты	2.4 Бітірушінің кәсіби қызметінің мақсаттары (білім беру қызметі саласында)	2.5 Білім беру бағдарламасы түлектерінің негізгі құзыреттері (кәсіби құзыреттіліктер (КК))	Үлгілік оқу жоспары (3.4 Білім беру бағдарламасының картасы. Модуль 4.2 Спорт пәндері)
Қазақ күресіне теориялық және тәжірибелік дайындық дағдылары; дене шынықтырудың ұлттық үлгісін қалыптастыру	Қатысқандардың жобалық қызметін жүзеге асыру; Қазақ күресі оқыту технологиясы; айналысушылардың дене дайындылығы мен дене дамуын есепке алу	Психологиялық-педагогикалық, гностикалық, дене шынықтыру-спорттық, ғылыми-педагогикалық сипаттағы құзыреттіліктерді дамыту құралдары мен әдістерін меңгеру.	Қазақтың ұлттық ойындарының теориялық-әдістемелік негіздері

Қазақ күресі бойынша жаттықтырушыларды дайындаудың эксперименттік технологиясын енгізу тиімділігінің критерийлерінің динамикасын анықтау үшін педагогикалық эксперимент кезінде білім алушылардың дене дайындылығы, дене жұмысқабілеті

және кәсіби құзыреттілік деңгейінің өзгеру дәрежесін анықтадық. 2-кестеде педагогикалық эксперимент кезінде болашақ қазақ күресі жаттықтырушыларының кәсіби құзыреттіліктерінің өзгеру динамикасы көрсетілген.

2 кесте – Педагогикалық эксперимент кезінде қазақ күресінен болашақ жаттықтырушылар кәсіби құзыреттіліктерінің өзгеру динамикасы

№ п/п	Құзыреттіліктер	Бағалар		Өсу, %
		Эксперимент алдында	Эксперименттен кейін	
1	Психологиялық-педагогикалық	3,4	4,3	26,4
2	Гностикалық	3,8	4,8	26,3
3	Шығармашылық	4,1	7,4	7,3
4	Рационалды	3,9	4,2	7,6
5	Байланыстық	4,2	4,3	3,4
6	Әкімшілік	3,9	4,4	12,8
7	Дене шынықтыру және спорт	3,6	4,5	25
8	Ғылыми-педагогикалық	3,6	4,4	22,2
9	Моторлық	4,4	4,6	4,5
10	Акмеологиялық	3,5	4,3	22,8

Осы мәліметтерден көріп отырғанымыздай, эксперименттен кейін болашақ қазақ күресі жаттықтырушыларының кәсіби құзыреттілік дәрежесінде оң өзгерістер болған. Ең көп өсу 4.4.3-тармақшада берілген арнайы тапсырмаларды енгізу арқылы эксперимент барысында негізгі күш шоғырланған құзыреттерде тіркелгенін атап өткен жөн. Осылайша, психологиялық-педагогикалық құзыреттіліктер бойынша бағалаудың абсолютті мәндері 3,4-тен 4,3-ке, ал салыстырмалы түрде 26,4%-ға дейін өсті. Гностикалық құзыреттілікте абсолютті бағалау параметрлері 3,8-ден 4,8-ге

дейін, ал салыстырмалы мәндерде 26,3%-ға дейін өсті. Дене шынықтыру және спорттық құзыреттілік бойынша бағалаудың абсолютті мәні 3,6-дан 4,4-ке көтерілді, ал салыстырмалы көрсеткіш 22,2% құрады. Акмеологиялық құзыреттілікте бағалаудың абсолютті мәні 3,5-тен 4,3-ке дейін өзгерді, ал салыстырмалы параметр 22,8% сәйкес келді.

3-кестеде педагогикалық эксперимент барысында болашақ қазақ күресі жаттықтырушыларының кәсіби құзыреттіліктерін дәрежелері бойынша талдау динамикасы берілген.

3 кесте - Педагогикалық эксперимент кезінде қазақ күресі жаттықтырушыларының кәсіби құзыреттіліктерін дәрежелері бойынша талдау динамикасы

№ п/п	Кәсіби құзыреттілік дәрежелері	Мөлшері		Өсім, %
		Экспериментке дейін	Эксперименттен кейін	
1	Критикалық	19	-	-
2	Орташа	36	42	16,6
3	Жеткілікті	39	42	7,6
4	Эталондық	15	16	6,6

Осы мәліметтерден көріп отырғанымыздай, кәсіби құзыреттілік критикалық дәрежесі нөлге дейін төмендеген. Тәжірибеден кейін орташа дәреженің абсолютті мәні 36-дан 42%-ға, ал өсу 16,6%-ға дейін өсті. Біліктіліктің жеткілікті дәрежесінің абсолютті мәні 39-дан 42%-ға, өсу 7,6%-ға дейін өсті. Эталондық дәрежеге келетін болсақ, оның абсолютті мәні 15-тен 16%-ға дейін өсті, ал өсім 6,6%-ды құрады.

1-3 суреттерде болашақ қазақ күресі жаттықтырушыларының педагогикалық эксперимент кезіндегі дене дайындылығы дәрежесінің динамикасы көрсетілген. Осы мәліметтерден көрініп тұрғандай, эксперименттен кейін эксперименттік топта оқушылардың дене дайындылығы бойынша оң өзгерістер орын алды. Осылайша, көтеріп лақтыруда эксперименттік топтағы абсолютті мәндер 7,01 секундтан 6,79 секундқа дейін өсті, эксперименттен кейінгі өсу 3,2%-ға сәйкес келді, студенттің t-тесті 2,84-ке барабар болды. Бұл сынақтың бақылау тобында абсолютті мәндер 6,95 секундтан 6,90 секундқа дейін өсті.

«Жамбасқа алып лақтыру» сынағы үшін эксперименталды топтағы абсолютті мәндер 7,00 секундтан 6,68 секундқа дейін өсті, өсу 4,7%, t – критерий студента 3,2 болды. Бақылау тобында айтарлықтай өзгерістер болған жоқ: абсолютті мән

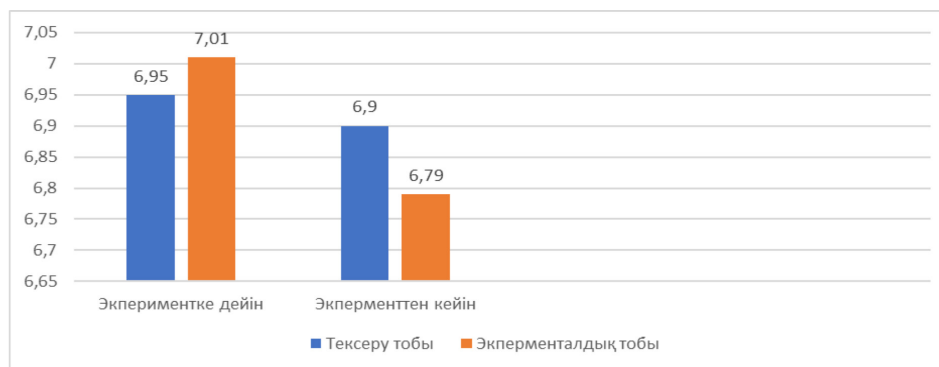
6,81 секундтан 6,80 секундқа дейін өсті.

«Аяқпен қағып лақтыру» тесті бойынша эксперименттік топтағы абсолютті мәндер 6,89 секундтан 6,618 секундқа дейін өсті, өсу 4,2%, t-критерий Стьюдент 3,1 болды. Бақылау тобында айтарлықтай өзгерістер болған жоқ: абсолютті мән тек 6,79 секундтан 6,70 секундқа дейін өсті.

Эксперименттік топтағы дене дайындылығының барлық көрсеткіштерінде статистикалық маңызды өзгерістер орын алды ($p < 0,05$).

Эксперименттен кейін эксперименттік топ мүшелерінің дене жұмысқабілеті құрамдастарында оң өзгерістер болды. Осылайша, абсолютті түрде дене өсуі бойынша олар 180,1 см-ден 181,4 см-ге дейін өсті (бақылау тобындағы 179,5-180,5 см-ге қарсы). Дене салмағы бойынша мәндер 72,8-ден 74,5 кг-ға дейін өсті (72,4-72,9 кг-ға қарсы). Қан қысымында эксперименттік топтағы өзгерістер 110/80-120/80 мм.сын.бағ. диапазонында болды. 110/70-115/75 мм сынап бағанасына қарсы.

Эксперименттік топтағы тыныштықтағы жүрек соғу жиілігі 79,2-ден 76,4 минутта соққыға дейін оңтайландырылған (минутына 78,2-79,2 соққыға қарсы). Бірінші жүктеменің соңында 30 секундта жүрек соғу жиілігіне қатысты нәтижелер 88,8-ден 87,6 минутта соққыға дейін оңтайландырылды (минутына 89,1-90,1 соққыға қарсы).

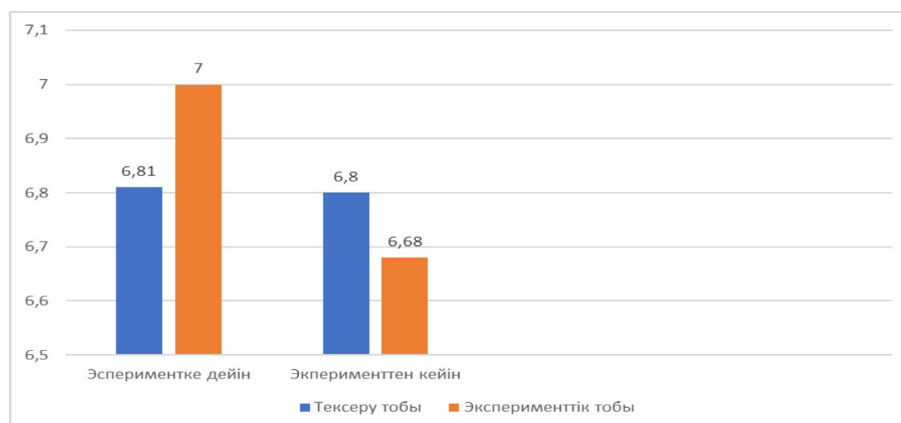


Сурет 1 - Педагогикалық эксперимент кезіндегі болашақ қазақ күресі жаттықтырушыларының дене дайындығы дәрежесінің динамикасы (өңгеріп лақтыру)

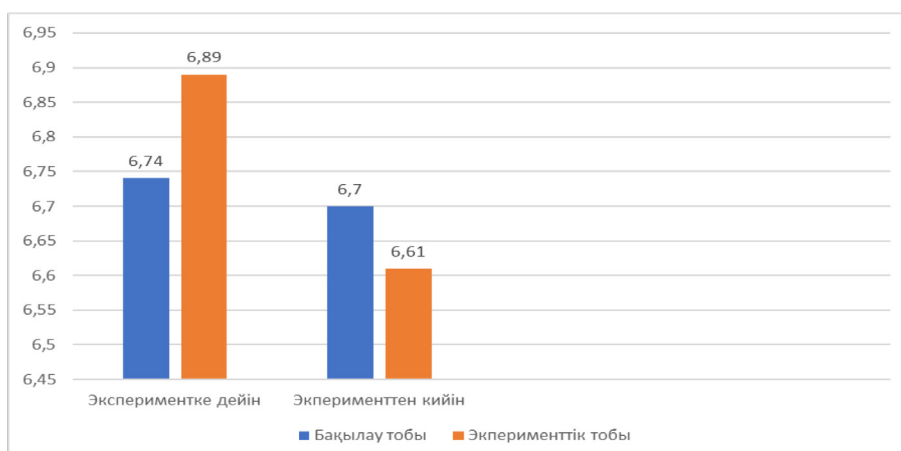
Эксперименттік топта екінші жүктеменің соңында 30 секундта жүрек соғу жиілігінде мәндер минутта 162,1-ден 171,5 соққыға дейін өсті (минутына 161,4-163,5 соққыға қарсы).

Тәжірибе тобындағы калорияларға келетін болсақ, олардың саны 59,2-61,2 ккал-ға қарсы 59,8-ден 99,2 ккал-ға дейін өсті. Эксперименттік топта

PWC170 15,3-тен 21,4-ке дейін өсті (дене жұмыс қабілеті деңгейі төмен ортадан жоғарыға дейін өсті). Бақылау тобында PWC170 15,1-ден 17,1-ге дейін өсті (физикалық өнімділік деңгейі орташадан төменнен орташаға дейін өсті). Эксперименттік топтағы PWC170 мәндеріндегі айырмашылықтар статистикалық маңызды болды ($P < 0,05$).



Сурет 2 - Педагогикалық эксперимент кезіндегі болашақ қазақ күресі жаттықтырушыларының дене дайындығы дәрежесінің динамикасы (жамбасқа алып лақтыру)



Сурет 3 - Педагогикалық эксперимент кезіндегі болашақ қазақ күресі жаттықтырушыларының дене дайындығы дәрежесінің динамикасы (аяқпен қағу)

Қорытындылар.

Алынған нәтижелерге сүйене отырып, келесі қорытынды жасауға болады.

1. Қазақ күресі бойынша жаттықтырушыларды даярлауды жетілдіру бойынша авторлық ғылыми жобаның технологиясы төрт элементті (бағыттық, тапқырлық, кеңес беру, аналитикалық) қамтиды. Бірінші бағыт – ұлттық спорт түрлері бойынша мамандарды дайындау құрамдас бөліктеріндегі түзету. Екінші бағыт спорт мамандарын даярлаудың құрылымы мен мазмұнын жетілдіру болды. Үшінші бағыт қазақ күресімен айналысатындардың дене дайындылығы мен дене жұмысқабілігін арттыру болды. Төртінші бағыт – қазақ күресі бойынша жаттықтырушыларының кәсіби біліктілігін арттыру болды, себебі психологиялық-педагогикалық, дене даярлық, спорттық, ғылыми-педагогикалық құзыреттіліктерді жетілдіру қазіргі таңда болашақ жаттықтырушыларға өте қажет. Кәсіби мамандар дәрістер оқып, спорттық шеберліктер ұйымдастырылды. Осы мақсатта кеңес беру элементінде көрсетілген құзыреттерді одан әрі жетілдіру бойынша тапсырмалар ұсынылды.

2. 72 сағаттық «Қазақ күресі жаттықтырушыларын дайындау технологиясы» элективті курсы әзірленді. Курстың мазмұны келесі тақырыптарды қамтыды: ұлттық спорт түрлері бойынша мамандарды даярлаудың құрамдас бөліктерін жетілдіру; қазақ күресі бойынша білім беру бағдарламасының жаңартылған құрылымы мен мазмұны; қазақ күресімен айналысатындардың дене дайындығын арттыру құралдары; қазақ күресімен айналысатындардың дене көрсеткіштерін жақсарту құралдары; қазақ күресі жаттықтырушыларының кәсіби құзыреттілігін арттыру; спорт бойынша мамандарды даярлаудың тиімділігін бақылау шаралары жасалынды.

3. Ұлттық спорт түрлері бойынша мамандарды дайындаудың құрамдас бөліктерін түзету құралдары келесі мәселелерді шешуге арналды: қазақ күресі жаттықтырушылардың теориялық дайындығы бойынша білімнің болмауы; әдістемелік жәәне тәжірибелік дайындықта білім мен дағдының болмауы.

4. Спорт бойынша мамандарды даярлаудың құрылымы мен мазмұнын жетілдіруде мынаны ұсынамыз. 6B01401 – «Ұлттық спорт түрлері бойынша дене шынықтыру мұғалімі мен жаттықтырушысын даярлау» модульдік білім беру бағдарламасының құрылымы мен мазмұнының қайшылықтарына сәйкес (3.3 «Республиканың жоғары оқу орындарында ұлттық спорт түрлері бойынша мамандарды даярлаудың құрылымы мен мазмұны» бөлімінде қарастырылған. Қазақстан»), біз соңғысының мазмұнына кейбір түзетулер енгіздік.

5. Болашақ қазақ күресі жаттықтырушыларының дене дайындылығы, дене жұмысқабілеті мен кәсіби құзыреттіліктерін арттыру үшін біз арнайы тапсырмаларды ұсындық.

6. Арнайы тапсырмаларды енгізу арқылы эксперимент барысында негізгі күш шоғырланған кәсіби құзыреттіліктерде ең жоғары өсу байқалды. Эксперименттен кейін эксперименттік топта оқушылардың дене дайындылығы бойынша оң өзгерістер болды. Тәжірибе тобында дене дайындылықтың барлық көрсеткіштері бойынша статикалық маңызды өзгерістер орын алды (өңгеріп лақтыру, жамбасқа алып лақтыру, аяқпен қағып лақтыру) ($p < 0,05$). Эксперименттен кейін эксперименттік топ мүшелерінің дене жұмысқабілеті құрамдастарында оң өзгерістер анықталды. Эксперименттік топтағы PWC170 мәндеріндегі айырмашылықтар статистикалық маңызды болды ($P < 0,05$).

Әдебиеттер тізімі

- 1 Даупаев М.О. Эффективность освоения техники борьбы Казахша-Курес студентами факультета физической культуры с учетом развития функции равновесия: автореф.... дис. к.п.н.: 13.00.04. - Санкт-Петербург, 2000. – 24 с.
- 2 Алимханов Е. Совершенствование национальной борьбы казахшакурес путем изменения модели спортивной одежды: автореф.... дис. д.п.н.: 13.00.04. - Алматы, 1996. – 24 с.
- 3 Дошыбеков А.Б., Куспанов Н.С., Ботагариев Т.А., Сыздықов А.А., Бимаханов Т.Д. Ұлттық спорт түрлерінен (қазақ күресі) мамандарды даярлау ерекшеліктерін айқындайтын факторлар // Теория и методика физической культуры. – 2024. - №1 (75). – С. 144-151. DOI 10.48144/2306-5540_2024_1_144.
- 4 Методология научных исследований: учеб. пособие / А.Б. Пономарев, Э.А. Пикулева. – Пермь: Изд-во Перм. нац. исслед. политехн. ун-та, 2014. – 186 с.: [сайт]. – URL: https://pstu.ru/files/file/adm/fakultety/ponomarev_pikuleva_metodologiya_nauchnyh_issledovaniy.pdf (дата обращения: 18.11.2024).
- 5 Железняк Ю.Д., Петров П.К. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте: учебное пособие для студ. высш. учеб. заведений. – М.: Изд. центр «Академия», 2002. – 264 с. – URL: https://sportschool51.murm.sportsng.ru/media/2020/06/18/1254747398/Yu.D._Zheleznyak_P.Petrov._Osnovy_nauchn_pressed_compressed_1.pdf (дата обращения: 21.11.2024).
- 6 Собянин Ф.И., Рахметжанов А.С., Макашев Ш.А., Исмагулов К.И. Оценка специальной физической подготовленности юных борцов казахша-курес // Теория и практика физической культуры. – 2019. – № 1. – С. 76-78. – URL: <https://>

- cyberleninka.ru/article/n/otsenka-spetsialnoy-fizicheskoy-podgotovlennosti-yunyh-bortsov-kazahsha-kures/viewer (дата обращения: 20.11.2024).
- 7 Карпман В.Л. Исследование физической работоспособности у спортсменов. – М.: Физкультура и спорт, 1974. – 96 с.
 - 8 Жукова О.Л. Акмеология физической культуры и спорта: учебное пособие. – Екатеринбург: ГОУ ВПО УГТУ-УПИ, 2004. – 122 с.
 - 9 Кулумбетова Д.Б., Ялфимов Е.С. Управление развитием физической культуры и спорта в Республике Казахстан // Вестник казахско-русского международного университета. – 2014. – URL: <https://articlekz.com/article/20633> (дата обращения: 21.11.2024)
 - 10 Орынбекқызы А. Основные задачи Республики Казахстан в подготовке будущего педагога физического воспитания // Мир науки, культуры, образования. – 2018. – № 1 (68). – С. 147-148.
 - 11 Абильдина С. К., Сарсекеева Ж. Е. Профессиональная подготовка будущего учителя в системе высшего образования Республики Казахстан // Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований. – 2015. – № 12 (часть 6). – С. 1114-1116. URL: <https://applied-research.ru/ru/article/view?id=8095> (дата обращения: 24.11.2024).

References

- 1 Daupaev M.O. Jeffektivnost' osvoenija tehniki bor'by Kazahsha-Kures studentami fakul'teta fizicheskoy kul'tury s uchetom razvitija funkcii ravnovesija: avtoref... dis. k.p.n.: 13.00.04. - Sankt-Peterburg, 2000. – 24 s.
- 2 Alimhanov E. Sovershenstvovanie nacional'noj bor'by kazahshakures putem izmenenija modeli sportivnoj odezhdy: avtoref... dis. k.p.n.: 13.00.04. - Almaty, 1996. – 24 s.
- 3 Doshybekov A.B., Kuspanov N.S., Botagariev T.A., Syzdykov A.A., Bimahanov T.D. Ылтық спорт тырлеринен (қазақ кыresi) mamandardy dajarlau erekshelekterin ajkyndajtyn faktorlar // Teorija i metodika fizicheskoy kul'tury. – 2024. - №1 (75). – S. 144-151. DOI 10.48144/2306-5540_2024_1_144.
- 4 Metodologija nauchnyh issledovaniy: ucheb. posobie / A.B. Ponomarev, Je.A. Pikuleva. – Perm': Izd-vo Perm. nac. issled. politehn. un-ta, 2014. – 186 s.: [sajt]. – URL: https://pstu.ru/files/file/adm/fakultety/ponomarev_pikuleva_metodologiya_nauchnyh_issledovaniy.pdf (data obrashhenija: 18.11.2024).
- 5 Zheleznyak Ju.D., Petrov P.K. Osnovy nauchno-metodicheskoy dejatel'nosti v fizicheskoy kul'ture i sporte: uchebnoe posobie dlja stud.vyssh.ucheb.zavedenij. – M.: Izd.centr «Академия», 2002. – 264 s. – URL: https://sportschool51.murm.sportsng.ru/media /2020/06/18/1254747398/Yu.D._Zheleznyak_P.Petrov._Osnovy_nauchn_presseded_compressed_compressed_1.pdf (data obrashhenija: 21.11.2024).
- 6 Sobjanin F.I., Rahmetzhanov A.S., Makashev Sh.A., Ismagulov K.I. Ocenka special'noj fizicheskoy podgotovlennosti junyh borcov kazahsha-kures // Teorija i praktika fizicheskoy kul'tury. – 2019. – № 1. – S. 76-78. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/otsenka-spetsialnoy-fizicheskoy-podgotovlennosti-yunyh-bortsov-kazahsha-kures/viewer> (data obrashhenija: 20.11.2024).
- 7 Karpman V.L. Issledovanie fizicheskoy rabotosposobnosti u sportsmenov. – M.: Fizkul'tura i sport, 1974. – 96 s.
- 8 Zhukova O.L. Akmeologija fizicheskoy kul'tury i sporta: uchebnoe posobie. -Ekaterinburg: GOU VPO UGTU-UPI, 2004. - 122 s.
- 9 Kulumbetova D.B., Jalfimov E.S. Upravlenie razvitiem fizicheskoy kul'tury i sporta v Respublike Kazahstan // Vestnik kazahsko-russkogo mezhdunarodnogo universiteta. – 2014. – URL: <https://articlekz.com/article/20633> (data obrashhenija: 21.11.2024)
- 10 Orynbekeyzy A. Osnovnye zadachi Respubliki Kazahstan v podgotovke budushhego pedagoga fizicheskogo vospitaniya // Mir nauki, kul'tury, obrazovaniya. – 2018. – № 1 (68). – S. 147-148.
- 11 Abil'dina S. K., Sarsekeeva Zh. E. Professional'naja podgotovka budushhego uchitelja v sisteme vysshego obrazovaniya Respubliki Kazahstan // Mezhdunarodnyj zhurnal prikladnyh i fundamental'nyh issledovaniy. – 2015. – № 12 (chast' 6). – S. 1114-1116. URL: <https://applied-research.ru/ru/article/view?id=8095> (data obrashhenija: 24.11.2024).

Хат-хабарларға арналған автор (бірінші автор)	Автор для корреспонденции (первый автор)	The Author for Correspondence (The First Author)
Куспанов Нурбол Сагиндыкович – докторант, Қазақ спорт және туризм академиясы, Алматы қ., Қазақстан, e-mail: kuspanov_82@mail.ru, ORCID ID: https://orcid.org/0000-0002-4284-3722	Куспанов Нурбол Сагиндыкович – докторант, Казахская академия спорта и туризма, г. Алматы, Казахстан, e-mail: kuspanov_82@mail.ru, ORCID ID: https://orcid.org/0000-0002-4284-3722	Kuspanov Nurbol Sagindykovich – doctoral student, Kazakh Academy of Sport and Tourism, Almaty, Kazakhstan, e-mail: kuspanov_82@mail.ru, ORCID ID: https://orcid.org/0000-0002-4284-3722