

Ғылыми-теориялық журнал  
Научно-теоретический журнал  
Scientific-theoretical journal



ДЕНЕ ТӘРБИЕСІНІҢ  
ТЕОРИЯСЫ МЕН ӘДІСТЕМЕСІ

---

ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА  
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

---

THEORY AND METHODOLOGY  
OF PHYSICAL EDUCATION

№4 (78) 2024

Журнал поставлен на учет в Министерстве культуры, информации Республики Казахстан.  
Свидетельство №13039-Ж от 20.09.2012 года (первичная постановка на учет – №969-Ж от 14 мая 1999 года).

**Агелеуова Айгуль Токтархановна** – кандидат философских наук, Казахская академия спорта и туризма (Казахстан) – главный редактор

**Дошыбеков Айдын Багдатович** – доктор PhD, ассоциированный профессор, Казахская академия спорта и туризма (Казахстан) – заместитель главного редактора

**Кенжебекова Гулсин Уалиевна** – кандидат технических наук, Казахская академия спорта и туризма (Казахстан) – выпускающий редактор

#### Редакционный совет

**Андрущишин Иосиф Францевич** – доктор педагогических наук, профессор, Казахская академия спорта и туризма (Казахстан)

**Бабушкин Геннадий Дмитриевич** – доктор педагогических наук, профессор, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта (Россия)

**Жуманова Алия Султангалиевна** – доктор педагогических наук, профессор, Казахская академия спорта и туризма (Казахстан)

**Кулахметова Гульбарам Амантаевна** – доктор PhD, Казахский национальный университет им. аль-Фараби (Казахстан)

**Кулбаев Айбол Тиналович** – доктор PhD, ассоциированный профессор, РГУ «Республиканская специализированная школа-интернат-колледж Олимпийского резерва имени К.Ахметова» (Казахстан)

**Макогонов Александр Николаевич** – доктор педагогических наук, профессор, Казахская академия спорта и туризма (Казахстан)

**Платонов Владимир Николаевич** – доктор педагогических наук, профессор, Национальный университет физического воспитания и спорта Украины (Украина)

**Потов Владимир** – доктор наук по физическому воспитанию и спорту, профессор Экологического университета Бухареста (Румыния)

**Федоров Александр Иванович** – кандидат педагогических наук, доцент, Южно-Уральский государственный университет (Национальный исследовательский университет), г. Челябинск, Россия

**Хаустов Станислав Иванович** – доктор педагогических наук, профессор, Казахская академия спорта и туризма (Казахстан)

**Гунина Лариса Михайловна** – доктор биологических наук, профессор, Государственный налоговый университет Украины (Украина)

**Доскараев Бауржан Мелдебекевич** – доктор педагогических наук, профессор, академик АПН РК, Казахский Национальный женский педагогический университет (Казахстан)

**Учредитель и собственник:**  
**КАЗАХСКАЯ АКАДЕМИЯ  
СПОРТА И ТУРИЗМА**

**Адрес редакции:**  
г. Алматы, пр. Абая, 85  
Телефон: 8 (727) 292-14-81  
URL: [www.tmfk.kz/](http://www.tmfk.kz/)

При перепечатке ссылка на журнал «Дене тәрбиесінің теориясы мен әдістемесі», «Теория и методика физической культуры», «Theory and methodology of physical education» обязательна. Рукописи и фотоснимки не рецензируются и не возвращаются.

**Компьютерная верстка  
и дизайн обложки**  
*Айша Калиева*

#### ИБ №156

Подписано в печать 25.12.2024.  
Формат 60x84 <sup>1</sup>/<sub>8</sub>. Бумага офсетная.  
Печать цифровая. Объем 9,3 п.л.  
Тираж 500 экз.

Отпечатано в типографии издательство «Smart University Press».  
050040, г. Алматы, ул. Кенесары хан, дом 54/43

Приказом Комитета по обеспечению в сфере образования и науки МОН РК № 776 от 29.10.2021 года научно-теоретический журнал «Теория и методика физической культуры» включен в Перечень изданий, рекомендованных КОКСНВО МНВО РК для публикации основных результатов научной деятельности. Журнал индексируется в РИНЦ (импакт фактор 2023 г. – 0,161). КАЗБЦ (импакт-фактор 2020 г. – 0,102). CrossRef (префикс DOI: 10.48114).

---

## МАЗМҰНЫ // СОДЕРЖАНИЕ // CONTENT

### ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ, СПОРТ ЖӘНЕ ТУРИЗМ САЛАСЫНДА МАМАНДАРДЫ ДАЯРЛАУ

### ПОДГОТОВКА СПЕЦИАЛИСТОВ В ОБЛАСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА

### TRAINING OF SPECIALISTS IN THE FIELD OF PHYSICAL EDUCATION, SPORT AND TOURISM

*Авсиевич В.Н., Жидовинова А.В., Жуманова А.С., Дукетаев Б.А., Мухамбет Ж.С.*

Общее состояние спортивного менеджмента: обзор мировой практики и опыта Казахстана ..... 6

*Ерданова Г.С.*

Қазақстандағы «Бейімдік дене шынықтыру және спорт» білім беру бағдарламасының өзектілігі ..... 19

*Кифик Н.Ю., Шелудько Е.В., Шкваренко Н.С.*

Подготовка экскурсоводов в вузах Казахстана: проблемы и перспективы ..... 27

*Пустошило П.В., Губа В.П., Быстрицкая Е.В.*

Роль и значение кафедры иностранных языков при организации работы холдинга международного образовательного профессионального сотрудничества в спортивном вузе ..... 39

*Сейсенбеков Е.К., Марчибаева М.С., Абшиев К.С., Усина Ж.А., Исакова А.Д.*

Оқу үдерісіндегі самбошылардың дайындық түрлерінің әдістемесі (дене және психологиялық дайындықтары мысалында) ..... 47

### ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУДЫҢ МЕДИЦИНАЛЫҚ- БИОЛОГИЯЛЫҚ МӘСЕЛЕЛЕРІ

### МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

### MEDICAL AND BIOLOGICAL PROBLEMS OF PHYSICAL EDUCATION

*Сыздыкова С.Ж., Досжанова Г.Н., Кожемякина Н.Н., Есеева А.А., Оразалиева А.Е.*

Состояние здоровья и потребность студентов в занятиях физической культурой: анализ и рекомендации ..... 54

*Тазабек Е.Н., Жунусбеков Ж.И., Саутов Р.Т., Ганибаев Н.С., Токарева С.В.*

Влияние значительных физических нагрузок на репродуктивную функцию организма девушек-боксеров ..... 63

### СПОРТТЫҚ ЖАТТЫҒУДЫҢ ТЕОРИЯСЫ МЕН ӘДІСТЕМЕСІ

### ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ

### THEORY AND METHODOLOGY OF SPORTS TRAINING

*Әділ М., Алимханов Е.А., Қасымбекова С.И., Устемиров Б. Т.*

Қазақстандағы саятшылық спортының дамуы және оның пайдалы құндылықтарын зерттеу ..... 75

*Бронский Е.В., Мучкин Д.П., Лебедева В.И., Семенова М.В., Сексенов В.А.*

Методика обучения сложным прыжкам на батуте с акцентом на основные опорные точки ..... 82

*Куспанов Н.С., Дошыбеков А.Б., Ботагариев Т.Ә., Кубиева С.С., Рыскалиев С.Н.*

Ұлттық спорт бойынша жаттықтырушыларды дайындаудың эксперименталдық технологиясы (қазақ күресі мысалында) ..... 94

*Құлбаев А.Т., Шепетюк М.Н., Тен А.В., Бауржан М.Б., Шепетюк Н.М.*

Содержание персонализированного подхода к тренировочно-соревновательной деятельности в казах күрес ..... 105

Sautov R.T., Tyshchenko V.A.  
Change of physical fitness indicators of soccer players at the stage of preliminary basic training ..... 115

**ТУРИЗМНІҢ БЕЛСЕНДІ  
ТҮРЛЕРІНІҢ ТЕОРИЯСЫ МЕН  
ӘДІСТЕМЕСІ**

**ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА  
АКТИВНЫХ ВИДОВ  
ТУРИЗМА**

**THEORY AND METHODOLOGY  
OF ACTIVE TYPES  
OF TOURISM**

Авсиевич В.Н., Агелеуова А.Т., Жуманова А.С., Мухамбет Ж.С., Жидовинова А.В.  
Велотуризм: опыт Европы и состояние развития в Казахстане  
(на примере г. Алматы и Алматинской области)..... 123

Сведения об авторах ..... 137

ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ,  
СПОРТ ЖӘНЕ ТУРИЗМ САЛАСЫНДА  
МАМАНДАРДЫ ДАЯРЛАУ

ПОДГОТОВКА СПЕЦИАЛИСТОВ  
В ОБЛАСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ,  
СПОРТА И ТУРИЗМА

TRAINING OF SPECIALISTS IN THE FIELD  
OF PHYSICAL EDUCATION,  
SPORT AND TOURISM



<sup>1</sup>Авсиевич В.Н.<sup>а</sup>, <sup>2</sup>Жидовинова А.В., <sup>2</sup>Жуманова А.С., <sup>3</sup>Дукетаев Б.А.,  
<sup>3</sup>Мухамбет Ж.С.

<sup>1</sup>Сеть фитнес клубов «Банзай фитнес», г. Алматы, Казахстан

<sup>2</sup>Казахская академия спорта и туризма, г. Алматы, Казахстан

<sup>3</sup>Академия физической культуры и массового спорта, г. Астана, Казахстан

## ОБЩЕЕ СОСТОЯНИЕ СПОРТИВНОГО МЕНЕДЖМЕНТА: ОБЗОР МИРОВОЙ ПРАКТИКИ И ОПЫТА КАЗАХСТАНА

Авсиевич Виталий Николаевич, Жидовинова Анна Вячеславовна, Жуманова Алия Султангалиевна, Дукетаев Болатбек Асылбекович, Мухамбет Жасын Серикбайұлы

**Общее состояние спортивного менеджмента: обзор мировой практики и опыта Казахстана**

**Аннотация.** В статье представлен обзорный материал анализа систем государственного управления, институционализации и порядка финансирования спортивной отрасли, а также уровень организации подготовки профессиональных кадров спортивного менеджмента в девяти зарубежных странах и Казахстане. Анализ проводился по статистическим и организационным данным государств с различным континентальным расположением, различными системами политико-правовых, административных, экономических и социальных отношений. Отражено расширенное понимание термина «спортивный менеджмент». Влияние эффективного управления спортом на результаты спортсменов вытекает из рационально организованного менеджмента, что, на наш взгляд, требует корректировок в условиях Казахстана. Представлены рекомендации по совершенствованию системы подготовки кадров по направлению спортивного менеджмента в Казахстане, выражающиеся в изменении практики назначения на руководящие кадровые позиции в организациях, осуществляющих основную деятельность в области спорта и дополнении образовательных программ по менеджменту специальными дисциплинами.

**Ключевые слова:** спортивный менеджмент, управление спортом, спортивная индустрия, подготовка кадров.

Avsiyevich Vitaliy Nikolaevich, Zhidovinova Anna Viacheslavovna, Zhumanova Aliya Sultangaliyevna, Duketayev Bolatbek Asilbekovich, Mukhambet Zhassyn Serikbayuli

### General state of sports management: review of world practice and experience of Kazakhstan

**Abstract.** The article presents a review of the analysis of public administration systems, institutionalization and financing of the sports industry, as well as the level of organization of training of professional sports management personnel in nine foreign countries and Kazakhstan. The analysis was carried out using statistical and organizational data of countries with different continental locations, different systems of political, legal, administrative, economic and social relations. An expanded understanding of the term "sports management" is reflected. The impact of effective sports management on the results of athletes follows from rationally organized management, which, in our opinion, requires adjustments in the conditions of Kazakhstan. Recommendations are presented for improving the system of training personnel in the direction of sports management in Kazakhstan, expressed in changing the practice of appointment to senior positions in organizations carrying out their main activities in the field of sports and supplementing educational programs in management with special disciplines.

**Key words:** sports management, sports administration, sports industry, personnel training.

Авсиевич Виталий Николаевич, Жидовинова Анна Вячеславовна, Жуманова Алия Султангалиевна, Дукетаев Болатбек Асылбекұлы, Мұхамбет Жасын Серікбайұлы

### Спорттық менеджментің жалпы жағдайы: Қазақстанның тәжірибесі мен әлемдік тәжірибесіне шолу

**Аңдатпа.** Мақалада мемлекеттік басқару жүйелерін талдау, спорт саласын институционализациялау және қаржыландыру рәсімдері, тоғыз шет елде және Қазақстандағы спорттық менеджментің кәсіби мамандарын даярлауды ұйымдастыру деңгейіне шолу жасалған. Талдау әр түрлі континенттік орналасуымен мемлекеттердің статистикалық және ұйымдастырушылық деректерін пайдалана отырып, саяси, құқықтық, әкімшілік, экономикалық және әлеуметтік қатынастардың әртүрлі жүйелерімен жүргізілді. «Спорттық менеджмент» термині туралы кеңейтілген түсінік көрсетілген. Тиімді спортты басқарудың спортшылардың нәтижелеріне ұтымды ұйымдастырылған менеджменттен әсері туындайды, сондықтан, біздің ойымызша, Қазақстан жағдайында түзетулер енгізу қажет. Қазақстандағы спорт менеджмент бағыты бойынша кадрларды даярлау жүйесін

жетілдіру, спорт саласындағы негізгі қызметті жүзеге асыратын ұйымдарда кадрлық басшы құрамның лауазымдарға тағайындау тәжірибесін өзгертуде және менеджменттің білім беру бағдарламаларын арнайы пәндермен толықтыруда ұсынымдар көрсетілген.

**Түйін сөздер:** спорттық менеджмент, спортты басқару, спорт индустриясы, кадрлар даярлау.

**Введение.** В настоящее время в мировом академическом пространстве выделяется много различных понятий «спортивного менеджмента». Тем не менее необходимо представить расширенное понимание термина. Спортивный менеджмент в узком понимании является ничем иным как сложной системой управления спортивной отраслью. И включает в себя следующие сферы:

1) государственное управление (на уровне министерств, ведомств и комитетов);

2) нормативно-правое регулирование (на уровне законов, кодексов и иных нормативно-правовых актов);

3) систему финансирования (на уровне выделения средств из государственного бюджета и частного финансирования из средств бизнес-сообществ и отдельных предпринимателей);

4) спортивную инфраструктуру (проектирование, строительство, эксплуатация и ремонт);

5) подготовку профессиональных кадров (на уровне среднеспециальных и высших учебных заведений);

6) научное обеспечение (на уровне разработки научных проектов, новых методик для подготовки спортсменов, методик восстановления организма спортсменов, систем контроля функционального состояния организма спортсменов и контроля применения запрещенных препаратов);

7) изготовление спортивного оборудования, инвентаря, одежды и обуви;

8) средства массовой информации, осуществляющие освещение спортивных мероприятий и пропаганду спорта.

Существует три основных направления процесса спортивного менеджмента:

1) стратегическое управление;

2) управление ресурсами;

3) управление эффективностью [1].

При этом спортивный менеджмент в широком смысле определяется как комплекс компетенций, связанных с управлением, прогнозированием, планированием, организацией, распределением, администрированием, обучением, контролем, финансированием и оценкой качества в формате конкретной организационной структуры, связанной со спортом. В контексте спортивного менеджмента следует рассматривать государственные программы развития спорта высших достижений, программы развития массового и любительского спорта,

прикладные профессиональные и военные спортивные программы, спортивные мероприятия, организуемые объединениями государственно-частного партнерства.

Изучение мирового опыта управления спортивной отраслью в различных странах, анализ институализации и регулирования позволяют комплексно рассматривать концептуальные положения в области спорта как в социальном, так и научно-педагогическом направлении академической деятельности, что и определяет **актуальность исследования**. Учет опыта зарубежных государств позволит корректировать способы модернизации и использовать новые технологии менеджмента в условиях казахстанской системы развития спорта.

В мировом масштабе спортивный менеджмент стал краеугольным камнем в спортивной индустрии. Лучшие практики, принятые в странах с сильной спортивной культурой, копируются во всем мире. Этот глобальный обмен знаниями и стратегиями поднимает сферу спортивного менеджмента на новый уровень, принося пользу спортсменам по всему миру.

В нынешних обстоятельствах и сложившейся международной обстановке тезис «спорт вне политики» окончательно отошел на задний план. Последнее десятилетие наглядно показало, что различные политические конфликты и кризисы напрямую влияют на весь спорт, вне зависимости от его вида и уровня. В таких тяжелых условиях эффективный спортивный менеджмент является, пожалуй, единственным инструментом поддержки и развития спорта в целом [2].

**Цель исследования:** провести обзорный анализ различных систем организации спортивного менеджмента в мировой практике и разработать рекомендации по совершенствованию подготовки кадров в Казахстане.

**Задачи исследования:**

1. Провести анализ систем государственного управления, институализации и порядка финансирования спортивной отрасли в зарубежных странах и Казахстане.

2. Определить уровень организации подготовки профессиональных кадров спортивного менеджмента в различных странах и Казахстане.

3. Разработать рекомендации по совершенствованию системы подготовки кадров по направлению спортивного менеджмента в Казахстане.

**Материалы и методы.** Исследование проводилось на основе систематического обзора литературы, опубликованной на английском и русском языках за последние восемь лет (2017-2024 гг.). Обзор данных индустрии спорта осуществлялся по следующим странам, (n=10): Соединенные Штаты Америки (США), Китайская Народная Республика (КНР), Федеративная Республика Германия (ФРГ), Великобритания, Франция, Индия, Российская Федерация, Австралия, Исламская Республика Иран, Республика Казахстан (РК). Проводился анализ существующих исследований на тему спортивного менеджмента в формате как количественных, так и качественных исследований, что позволило выявить ключевые знания и тенденции, а также определить перспективные направления развития отрасли. Систематический обзор состоял из 4 этапов: поиска, оценки, синтеза и анализа данных. Поиск литературы выявил 177 записей. После удаления дубликатов, проверки названий/ключевых слов и оценки аннотаций, 30 источников были сохранены для дальнейшего анализа. Каждый включенный источник был

критически проанализирован для предоставления основной информации относительно цели и задач исследования.

Статистические данные были получены в ходе анализа информации на ресурсе Sports – Worldwide (Спорт - по всему миру) [3].

**Результаты.** Рынок спорта принес в 2022 г. общий доход в размере 2,65 млрд долларов США по всему миру. Прогнозируется, что этот сегмент рынка будет демонстрировать ежегодный темп роста в размере 9,66%, что приведет к прогнозируемому объему рынка в размере 4,18 млрд долларов США к 2027 году [3].

На период конца октября 2024 г., согласно имеющимся статистическим данным, доход мировой спортивной индустрии составил 3,17 млрд долларов США. Данные восьми стран, по которым проведен анализ в ходе исследования по уровню дохода спортивной индустрии в 2024 г., представлены на рисунке 1. Необходимо отметить, что статистические данные Ирана и Казахстана по уровню дохода спортивной индустрии на ресурсе Sports – Worldwide отсутствуют.



Рисунок 1 – Уровень дохода спортивной индустрии в 2024 г.

Если сравнивать с другими странами мира, то наибольший доход на спортивном рынке приходится на Китай, доход которого в 2024 году уже составил 1,28 млрд долларов США. Далее следуют США с доходом 1,15 млрд долларов США. Китай и США вместе получили доход от спортивной деятельности

в размере 2,43 млрд долларов США, что составляет 76,66% от общемирового объема дохода спортивной индустрии.

**Обсуждение.** Далее представлены данные анализа систем государственного управления, институализации, порядка финансирования спортивной отрасли и



подготовки профессиональных кадров спортивного менеджмента отдельно по каждой из стран.

**Соединенные Штаты Америки.** Спорт играет важную роль во многих и различных сферах США. При этом система управления спортом в США является полицентрической, т.е. отсутствует какой-либо государственный орган федерального масштаба, отвечающий за управление спортом.

В США спортивная индустрия стабильно развивается, оцениваясь на 2021 г. в 498,4 млрд долларов в США и в глобальном масштабе в 1,5 трлн долларов. Общий доход на рынке спорта в США достиг 0,93 млрд долларов США в 2022 г. Заглядывая вперед, ожидается, что рынок будет испытывать ежегодный темп роста в размере 10,46%, что приведет к прогнозируемому объему рынка в 1,55 млрд долларов США к 2027 году [3].

Данное развитие отрасли привело к увеличению числа спортивных менеджеров с навыками, которые удовлетворяют этот спрос. Следовательно, произошел всплеск академических программ по спортивному менеджменту. Первое учебное заведение по спортивному менеджменту открылось в 1966 году в Университете Огайо, и сейчас в США существует более 400 программ (по данным Североамериканского общества спортивного менеджмента на 2021 г.). Программы США по спортивному менеджменту распространились на многие страны Европы, Азии и Австралии [4].

В данное время в США насчитывается 194 магистерские программы по спортивному менеджменту. В стране большинство программ (84,6%) предполагают обязательное присутствие в учебной аудитории, однако двадцать две программы (11,3%), реализуются в формате онлайн-обучения, а 2,6% сочетают онлайн-формат и очные занятия. Самым популярным названием степени было «Магистр наук» (49,2%), за которым следовал «Магистр искусств» (21,5%). Чуть более 14% были указаны как «Магистр делового администрирования», а 14% считались другими и имели конкретные названия, такие как «Магистр спортивного администрирования». Пятьдесят четыре процента программ указали свою магистерскую программу по спортивному менеджменту как специализацию по сравнению с отдельной программой обучения. Поскольку аккредитация все еще находится в зачаточном состоянии, большинство программ (85,1%) не были аккредитованы. Что касается продолжительности программы и общего количества кредитных часов, среднее количество предлагаемых программ составило 35 кредитных часов, но несколько программ имели больше этого общего количества, а самое высокое количество составило 61 кредитный час.

Результаты текущего изучения магистерских программ по спортивному менеджменту в США показывают, что нет общего ядра предметов, изучаемых студентами, которое обеспечивает единообразие между программами. Хотя гибкость в учебной программе, особенно на уровне учебных заведений, дает преимущества программе и студенту, легитимность полученных знаний и опыта может быть поставлена под сомнение.

Учитывая, что это исследование показало, что только 7% текущих магистерских программ аккредитованы, и что аккредитация не является высоким приоритетом для многих программ, это возлагает на потенциальных студентов ответственность за тщательное изучение учебной программы и результатов обучения в школе [5].

**Китайская Народная Республика.** Ожидается, что спортивный рынок КНР будет испытывать значительный рост в ближайшие годы. Общий доход на этом рынке достиг 1,10 млрд долларов США в 2022 г. Ожидаемый доход на конец 2024 г. - 1,32 млрд долларов США. Это демонстрирует прочную позицию страны на спортивном рынке. Кроме того, ожидается устойчивый годовой темп роста в размере 8,17%, что будет способствовать прогнозируемому объему рынка в 1,62 млрд долларов США к 2027 году. Эти цифры подчеркивают потенциал и привлекательность спортивного рынка в Китае [3].

В КНР Главное управление спорта (GAS) находится непосредственно в компетенции правительства и является государственным органом, ответственным за спортивную политику. Главное управление спорта является частью централизованной иерархии, которая включает Олимпийский комитет Китая и Всекитайскую спортивную федерацию. Главное управление спорта руководствуется 14-м пятилетним планом развития спорта (2021–2025), который направлен на превращение Китая в мировую спортивную державу. В 2023 году правительство потратило 23,3 млрд иен (3,2 млрд долларов США) на спорт. Главное управление спорта курирует 20 центров управления спортом (включая спортивные федерации), Национальное бюро подготовки и национальные команды, а также Провинциальную спортивную комиссию, в которую входят провинциальные спортивные академии или спортивные школы с частичной занятостью. Олимпийская спортивная стратегия заключается в подготовке чемпионов, а успех в элитном спорте является главным приоритетом китайского правительства. Чтобы избежать нецелевого использования средств, повысить эффективность финансирования и максимизировать результативность олимпийских медалей, Китай отдал приоритет в

первую очередь видам спорта, которые исторически менее конкурентоспособны на мировом уровне [6].

Спортивная индустриализация в колледжах и университетах является неизбежным результатом дальнейшей адаптации к рыночному механизму и общей реформе и развитию колледжей и университетов. Это заложит основу для развития студенческой спортивной работы, улучшит уровень здоровья студентов и будет развивать у студентов пожизненную спортивную осведомленность [7].

С быстрым развитием социализации и маркетизации в спорте в Китае возникла огромная потребность в специалистах старшего и среднего звена с междисциплинарными знаниями в области спорта и менеджмента, поэтому проводится теоретическое и практическое обучение новой профессии спортивного менеджера. На основе концепции системы профессиональной квалификации для спортивных менеджеров определены 3 уровня (начальный, средний и высокий) новых профессиональных стандартов в соответствии с различными требованиями к знаниям и компетенциям. Система обучения и система оценки профессиональной квалификации также разработаны с учетом требований для различных уровней. Ожидается, что это обеспечит теоретическую и системную основу для новой профессии спортивных менеджеров [8].

Профессия спортивного менеджмента имеет долгую историю развития и совершенствования во многих странах, где она достигла высокого уровня зрелости. В Китае же спортивный менеджмент появился относительно поздно, и, несмотря на достигнутые начальные успехи, еще не сформировал полноценной системы. В профессии спортивного менеджмента существует множество теорий и практик. Существует значительный разрыв между компетенциями, культивируемыми курсами спортивного менеджмента, и социальными потребностями [9].

Несмотря на успехи Китая в управлении спортом, все еще есть вопросы, которые необходимо решить, такие как недопонимание между правительством и непосредственными структурами управления спортом на местах, несовершенство соответствующей системы спортивного законодательства, отсутствие методов использования современных технологий и единого подхода к развитию спорта [10].

#### ***Федеративная Республика Германия.***

Спортивный рынок ФРГ готов достичь значительного роста в ближайшие годы. По прогнозам, общий доход на этом рынке достиг 53,33 млн долларов США в 2022 г. Ожидается, что эта впечатляющая цифра будет демонстрировать устойчивый годовой темп роста в размере 10,35%, что приведет к

прогнозируемому объему рынка в 90,19 млн долларов США к 2027 году. При рассмотрении источников дохода на спортивном рынке ожидается, что покупки в приложениях внесут значительный вклад [3].

Количество спортивных клубов в Германии примерно равно 90 тысячам. Всего зарегистрировано около 27 миллионов членов клубов, что соответствует примерно одной трети населения Германии (данные на 2017 г.) [11].

Государственное управление в детско-юношеском спорте — в отличие от спорта высших достижений — осуществляется органами федеральных земель, а не федеральным правительством Германии. Тем не менее цели, установленные для элитного спорта, такие как успешное представление Германии на международной спортивной арене или завоевание олимпийских медалей, распространяются и на детско-юношеский спорт, поэтому Федеральное министерство внутренних дел (ВМД) как государственное агентство по финансированию элитного дивизиона спорта также является ключевым органом по финансовому обеспечению в детско-юношеском спорте. Федеральные земли как региональные агентства по финансированию детско-юношеского спорта дополняют государственное управление спортом [12].

Подготовку спортивных менеджеров в Германии осуществляет 48 университетов с 16 программами обучения (2024 г.). Студенты изучают деловую сторону спорта, от управления командами и спортсменами до организации масштабных спортивных мероприятий. Учебная программа сочетает спортивную науку с деловыми навыками, готовя студентов к конкурентному миру спортивного администрирования. Выпускники получают знания в управлении командой, спортивном маркетинге, спортивном администрировании или координации мероприятий, внося вклад в процветающий и разнообразный мир спортивного бизнеса [13].

***Великобритания.*** Рынок спорта в Великобритании получил общий доход в размере 53,06 млн долларов США в 2022 году. Прогноз показывает, что рынок будет демонстрировать устойчивый годовой темп роста в 11,85% в период с 2022 по 2027 год, что приведет к объему рынка в 98,98 млн долларов США к 2027 году [3].

Управление стало все более важным вопросом в спортивной политике Великобритании за последние два десятилетия, и конкретные способы, которыми оно стало «кодифицированным», демонстрируют проблемы, связанные с идеологией и структурой. В начале 2000-х годов, реагируя на определенные громкие провалы в спорте и стремясь показать, что увеличивающиеся уровни государственного финансирования управляются и расходуются

надлежащим образом, правительство Великобритании настаивало на более сильном фокусе на управлении в спорте. Это было частью более широкой программы реформ модернизации, с введением обширного аудита в спорте.

Современный спорт в Великобритании развивался благодаря совместным усилиям независимых, ориентированных на спорт ассоциаций, и инвестициям правительства, иногда ради самого спорта, но чаще в погоне за определенными социальными результатами. Кроме того, спорт также был сформирован более широкими политическими программами, связанными с желанием ввести конкуренцию в государственные услуги. Эта модель, без сомнения, сохранится в ближайшие годы, но сейчас, похоже, растет понимание соответствующих ролей и обязанностей агентов финансирования, развития спорта, а также формируется консенсус относительно ценности спорта как такового, наряду с его потенциалом внесения вклада в более широкие социальные программы [14].

На сегодняшний день обучение по спортивному менеджменту в Великобритании проводят 50 университетов, предлагающих 102 курса. Направление подготовки объединяет навыки управления персоналом с менеджментом и формирует рабочий механизм, стоящий за каждой успешной командой. Студенты изучают многочисленные курсы, такие как управление, маркетинг и бизнес. Профессия очень востребована и переживает быстрый рост.

**Франция.** В 2022 году рынок спорта во Франции принес общий доход в размере 31,97 млн долларов США. Ожидается, что годовой темп роста составит 11,18%, что приведет к прогнозируемому объему рынка в 57,40 млн долларов США к 2027 году [3].

Высшим руководящим органом спорта во Франции является Министерство спорта, которое курирует различные региональные уровни правительства, ответственные за спорт, а также Французский национальный и олимпийский спортивный комитет. Министерство спорта отвечает за национальную спортивную политику, и регулирует деятельность университетов, национальных спортивных федераций, школ в рамках централизованной и ориентированной на государство системы спорта.

Обучение спортивному менеджменту во Франции ведут 19 университетов, по программе магистратуры.

Резюмируя данные по таким европейским странам как ФРГ, Великобритания и Франция, необходимо отметить, что на европейском континенте на этапе развития высшего образования было поддержано создание европейской академической

структуры. Существует международный консенсус в отношении основных базовых знаний, включенных в академические пути подготовки спортивных менеджеров. Однако учебные программы и образовательные подходы значительно различаются в пределах различных европейских государств, и не существует конкретной структуры компетенций и/или руководящих принципов для учебных программ, ориентированных на компетенции. Поэтому для стимулирования инноваций в быстро меняющихся общественных условиях и для соответствия международной политике существует направление теоретического подхода в обучение специалистов спортивного менеджмента [15].

**Индия.** Предполагается, что рынок спорта в Индии в ближайшие годы будет переживать значительный рост. Общий доход на этом рынке достиг 8,28 млн долларов США в 2022 г. Ожидается, что рынок продемонстрирует среднегодовой темп роста в размере 14,18% в период с 2022 по 2027 год, что приведет к прогнозируемому объему рынка в размере 17,64 млн долларов США к 2027 году [3].

Главным профильным органом исполнительной власти Индии в области спорта на государственном уровне является Министерство по делам молодежи и спорта.

В контексте развития спортивного менеджмента в Индии отрасль переживает динамичный сдвиг. С ростом признания различных видов спорта и растущим акцентом на результатах спортсменов растет спрос на квалифицированных спортивных менеджеров. Эти специалисты становятся неотъемлемой частью успеха спортсменов и спортивных команд по всей стране [16].

Система обучения по спортивному менеджменту в Индии включает: бакалавриат (3 года обучения), магистратуру (2 года обучения) и докторантуру.

Основные вузы, готовящие специалистов по спортивному менеджменту: Национальная академия спортивного менеджмента (NASM) г. Мумбаи, Университет физического воспитания и спорта Тамил Наду (TNPESU) г. Ченнаи, Национальный колледж физического воспитания Лакшмибаи (LNCPE) г. Гвалиор, Индийский институт социального обеспечения и управления бизнесом (IISWBM) г. Калькутта.

**Российская Федерация.** Предполагается, что рынок спорта в России в ближайшие годы будет переживать существенный рост. Общий доход на данном рынке достиг 5,52 млн долларов США в 2022 г. Прогнозируется, что рынок будет демонстрировать ежегодный темп роста 9,71% с 2022 по 2027 год, что приведет к прогнозируемому объему рынка в 10,84 млн долларов США к 2027 году [3].

Спортивная отрасль России находится в условиях значительного санкционного давления, не позволяющего спортсменам участвовать во многих международных соревнованиях, в том числе и на Олимпийских играх.

Министерство спорта Российской Федерации является специально уполномоченным органом исполнительной власти в области физической культуры и спорта. Министерство образования и науки Российской Федерации отвечает за разработку и реализацию государственной политики, а также за нормативно-правовое регулирование в области физкультурно-спортивного воспитания учащихся и воспитанников образовательных учреждений, дополнительного образования детей, если речь идёт об учреждениях дополнительного образования спортивной направленности, и физкультурно-спортивного воспитания учащихся и воспитанников образовательных учреждений для детей с ограниченными возможностями здоровья [17].

Стремление государства повысить привлекательность занятий физической культурой и спортом отражено в трех программных документах: «Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года», государственной программе «Развитие физической культуры и спорта», федеральном проекте «Спорт – норма жизни», являющемся одним из пяти федеральных проектов, входящих в Национальный проект «Демография» [18].

Российский спортивный менеджмент в настоящее время находится на этапе становления. С точки зрения развития он имеет преимущество в виде возможности аккумуляции сложившихся годами эффективных черт спортивного менеджмента зарубежных стран, но несмотря на это, существуют серьезные проблемы на пути становления спортивного менеджмента следующего характера:

1) В настоящий момент рыночный механизм спроса и предложения спортивных менеджеров не сформирован в России;

2) Нынешние управленцы не настроены на достижение максимальных результатов;

3) Проблема неэффективности функции контроля в сфере спорта, вытекающая из второго пункта [19].

Спортивный менеджмент в России – относительно новое направление в образовании. Образование в сфере спортивного менеджмента можно получить в десятках учебных заведений России. Становление в России рыночных отношений объективно потребовало перехода подготовки менеджеров для физкультурных и спортивных организаций в форме самостоятельной специальности, в качестве которой в 2003 году была избрана экономическая

специальность «Менеджмент организации», а с 2010 направление «Менеджмент». Например, программу «Менеджмент в игровых видах спорта» предлагает московская бизнес-школа RMA. Для студентов читают лекции менеджеры российских клубов, лиг и федераций, а также спортивные юристы, маркетологи, медиаспециалисты и представители других профессий. В Высшей школе экономики действует магистерская программа «Спортивный менеджмент, маркетинг и право», а в университете «Синергия» – целый факультет «Индустрия спорта» [20]. Уральский государственный университет физической культуры готовит менеджеров в рамках программы магистратуры по специальности «Менеджмент в спорте». Российский университет спорта «ГЦОЛИФК» (Государственный центральный ордена Ленина институт физической культуры) готовит специалистов для спортивной индустрии на кафедре менеджмента и экономики спортивной индустрии им. В.В. Кузина. Московский государственный университет спорта и туризма в рамках магистратуры предлагает обучение по программе «Менеджмент в спорте».

**Исламская Республика Иран.** Иран считается страной со смешанной экономикой, которая в значительной степени зависит от доходов от экспорта нефти. Спорт считается второстепенной категорией в экономике Ирана, хотя в развитых странах это один из основных экономических, политических и социальных вопросов. Что касается государственных инвестиций в общественный и профессиональный спорт, с 1979 по 1989 годы спорт не был в приоритетах планирования страны из-за Исламской революции и ирано-иракской войны. В 1979 году исламское правительство взяло под контроль все спортивные клубы. Все клубы были вынуждены изменить свои названия, чтобы отразить связь с вооруженными силами, силами безопасности, правительственными департаментами или профсоюзами. Правительство Ирана является основным поставщиком ресурсов, необходимых в спортивном секторе; здесь не хватает конкурентного климата. Бюджет и распределение ресурсов в спортивном секторе в Иране были признаны неэффективным процессом. Министерство спорта распределяет бюджет среди провинций без учета реальных потребностей, что снижает эффективность использования средств. Иранские клубы функционируют за счет государственного бюджета и не имеют высокой доходной способности [21].

Общий спортивный бюджет Ирана составлял 100 миллионов долларов в 2021 г. Из-за экономических санкций страна вынуждена экономить бюджетные средства.

Одной из основных причин слабого развития спортивной индустрии Ирана также является отсутствие комплексного анализа факторов, препятствующих развитию спортивной индустрии в государстве, отсутствие осведомленности спортивных менеджеров и правительственных чиновников о существующих потенциалах, возможностях, проблемах и задачах, с которыми сталкивается спортивная индустрия страны. Национальная стратегия развития экономики не рассматривает спорт как доходную отрасль [22].

В целом решение данных вопросов реализуется через культурное развитие и социальный плюрализм, политическое развитие с установлением религиозной демократии в обществе и увеличением доли спорта в валовом внутреннем продукте, что в конечном итоге приведет к развитию не только спортивного менеджмента, но и к повышению уровня жизни иранцев [23].

Создание Министерства спорта и физического воспитания Ирана стало важным этапом в трансформации отрасли. Впоследствии оно было преобразовано в Министерство спорта и молодежи, которое сейчас отвечает за формулирование и реализацию национальной стратегии в области спорта. Несмотря на развитие академических программ по спортивным наукам и физическому воспитанию в ведущих учебных заведениях страны, рынок труда остается нестабильным, а выпускники часто сталкиваются с нехваткой рабочих мест. Среди многочисленных спортивных организаций по всей стране назрела острая необходимость в улучшении координации и стандартизации в обучении

Внедрение хорошо организованной системы спорта и физического воспитания в Иране может привести к значительным преимуществам. К ним относятся содействие предпринимательским возможностям и лучшим перспективам трудоустройства в спортивной индустрии, развитие общественного здравоохранения и благополучия, а также повышение общего качества спортивных программ. Эта организация повышает образовательные стандарты и качество услуг в области спорта и физической подготовки за счет разработки четких рамок. Кроме того, за счет постоянных программ обучения для тренеров и спортивных специалистов будет повышен уровень спортивного образования, поощряя более здоровый и активный образ жизни в обществе [24].

**Австралия.** В начале нового тысячелетия в управлении и структуре австралийских спортивных организаций произошли очевидные изменения. Вмешательство правительства посредством финансирования и формирования политики привело к переходу от сектора, основанного на доброволь-

ном управлении, охватывающем любительскую спортивную структуру, к сектору, основанному на профессиональном спортивном участии и практике управления. Этот переход в основном затронул государственные и национальные спортивные организации, профессиональный спорт и управление связанными с ними объектами. Общественный и клубный спорт по-прежнему движим волонтерами, но на него повлияли скоординированные усилия по ознакомлению молодых австралийцев с положительным спортивным опытом [25].

За последние пять лет рынок спортивной индустрии в Австралии демонстрировал стабильный рост с годовым темпом прироста в 2,1%. Рынок спорта в Австралии достиг общего дохода в размере 70,46 млн долларов США в 2022 году. Прогнозы показывают, что в период с 2022 по 2027 год рынок будет расти в среднем на 9,65% ежегодно, что позволит достигнуть объема в 104,70 млн долларов США к 2027 году. Австралийский рынок спортивных товаров оценивается примерно в 1,25 млрд долларов, а местное производство оценивается в 150 млн долларов. Спортивная индустрия в Австралии обеспечивает более 32 млрд австралийских долларов годовых продаж, включая 1,8 млрд австралийских долларов экспорта, и обеспечивает работой более 220 000 человек. Эти данные подчеркивают важность спортивной индустрии как значительного экономического сектора и источника трудоустройства, включая возможности в области спортивного менеджмента в Австралии [26].

Из 39 университетов 11 (28%) предлагают абитуриентам программы бакалавриата по спортивному менеджменту. Наиболее распространенными обязательными курсами по спортивному менеджменту были концепции менеджмента, спортивный маркетинг и финансы, бюджетирование, бухгалтерский учет и экономика. Связи с общественностью и этические аспекты были наименее распространенными обязательными курсами. Технологии и спортивные продажи отсутствуют в учебных планах. Эти результаты показывают, что текущие учебные программы могут не полностью соответствовать требованиям индустрии спортивного менеджмента [27].

**Республика Казахстан.** Министерство туризма и спорта РК осуществляет руководство, межотраслевую координацию и государственное регулирование в сферах туризма, физической культуры и спорта. Непосредственное управление спортом возложено на Комитет по делам спорта и физической культуры, который входит в состав указанного министерства. По данным средств массовой информации, 775 млн долларов Казахстан

выделил на спорт высших достижений в 2023 г. Официально в Казахстане зарегистрировано более 180 видов спорта.

При выступлении на двух последних олимпийских играх (2021 г. в г. Токио и 2024 г. в г. Париж) Казахстан показал довольно слабые результаты, что вызвало критику Президента РК К.-Ж. Токаева, заявившего о необходимости реформирования как системы финансирования, так и системы управления спортом.

На сегодня определены основные проблемы, негативно сказывающиеся на развитии индустрии казахстанского спорта:

1) отсутствие правил финансирования мероприятий в области спорта, проводимых в Казахстане и за рубежом;

2) диспропорция в финансировании спорта высших достижений и массового спорта;

3) отсутствие полноценного анализа экономической эффективности выплат из бюджета за

аренду частных сооружений и подготовку спортсменов частными спортивными организациями;

4) отсутствие нормативно-правового акта, регулирующего перечень лиц, имеющих право выезжать на спортивные мероприятия и учебно-тренировочные сборы совместно со спортсменами;

5) присутствие значительной доли легионеров в профессиональных спортивных клубах [28].

Основной программой развития отрасли является Концепция развития физической культуры и спорта Республики Казахстан на 2023–2029 годы. В данной концепции определено, что наличие специалистов в области физической культуры и спорта – залог динамичного развития спорта и физической культуры [29].

В Казахстане в последнее время на уровне высших учебных заведений стали активно внедряться образовательные программы по подготовке специалистов в области управления спортом и физической культурой (таблица 1).

Таблица 1 – Данные высших учебных заведений, осуществляющих подготовку специалистов в области спортивного менеджмента

№	Наименование вуза Казахстана	Год начала обучения	Образовательная программа	Уровень образовательной программы
1	Алматы Менеджмент Университет (г. Алматы)	2022	Спортивный менеджмент	Бакалавриат
2	Auezov University (г. Шымкент)	2023	Спортивный менеджмент, досуг и тренерская деятельность	Бакалавриат
3	Костанайский инженерно-экономический университет им. М. Дулатова (г. Костанай)	2024	Менеджмент в спорте	Бакалавриат
4	Казахская академия спорта и туризма (г. Алматы)	2024	Организация и управление в индустрии спортивных услуг	Бакалавриат
5	КазНУ им. аль-Фараби (г. Алматы)	2022	Менеджмент спорта	Магистратура
6	Академия физической культуры и массового спорта (г. Астана)	2023	MBA sport management / EMBA sport management (деловое администрирование по спортивному менеджменту)	Магистратура

Необходимо, также отметить, что в 2019 г. при Центре спортивного менеджмента и права КазНУ им. аль-Фараби (г. Алматы) созданы курсы повышения квалификации по спортивному менеджменту.

В Академии Государственного управления (г. Астана) в 2023 г. подготовлено и успешно защищено диссертационное исследование на тему «Совершенствование государственного управления

спортивной инфраструктурой в контексте развития массового спорта в Республике Казахстан» на соискание степени доктора по образовательной программе «Государственное управление» [30]. Данное научное исследование имеет прямое отношение к спортивному менеджменту.

В данное время высшие учебные заведения Казахстана находятся в начале пути освоения

специальности спортивного менеджмента. Еще нет подготовленных специалистов по новой профессии (за исключением разработок в рамках диссертационных исследований по профилю докторантуры). Поэтому уже сейчас необходимо закладывать основу междисциплинарной связи теории и методики спорта с такими направлениями как экономика, финансы и право в контексте стратегии управления отраслью спорта.

Учитывая положительный опыт США и западноевропейских стран (ФРГ, Великобритании и Франции) которые добились значительного прогресса в развитии спортивного менеджмента, а также национальные приоритеты РК, были разработаны рекомендации по совершенствованию системы подготовки кадров по направлению спортивного менеджмента.

**Рекомендации по совершенствованию системы подготовки кадров по направлению спортивного менеджмента в Казахстане.** Неэффективное управление спортом считается существенным фактором, ответственным за неудачу спортивных организаций. Положительное влияние эффективного управления спортом на результаты спортсменов вытекает из рационально организованного менеджмента, что на наш взгляд требует следующих представленных корректировок.

1. Необходимо по мере подготовке спортивных менеджеров в высших учебных заведениях уходить от практики, когда на руководящие кадровые позиции в организациях, осуществляющих основную деятельность в области спорта, назначаются специалисты с педагогическим образованием по направлению физической культуры и спорта (преподаватели, тренеры, методисты-инструкторы) при отсутствии дополнительного образования в области управления, экономики, бухгалтерского учета и аудита, правооказания или юриспруденции. Отсутствие необходимых знаний и принципов в области спортивного менеджмента, управления, права приводит к неэффективному решению управленческих и профессиональных задач.

2. Основой любого управления в системе общественных отношений любого государства и любой отрасли, безусловно, является нормативно-правовое регулирование. Данный аспект однозначно относится и к спорту. Следовательно, первым и одним из основных аспектов в подготовке менеджеров должно явиться изучение вопроса правового регулирования, как на уровне государственного управления отраслью спорта, так и на уровне функционирования частных структур, обеспечивающих данный вид деятельности. Необходимо внедрять на уровне вузов, осуществляющих подготовку спортивных

менеджеров, дисциплину «Спортивное право».

3. Как известно, управлять спортом невозможно без полноценного обеспечения финансового учета. И одним из итогов работы спортивного менеджера является экономический результат. Соответственно, в программах подготовки специалистов по спортивному менеджменту в обязательном порядке должны присутствовать такие дисциплины, как математика, статистика, основы бухгалтерского учета и основы финансового аудита.

Указанные три пункта эффективно реализуются в системе подготовки спортивных менеджеров США и западноевропейских стран.

4. Необходимо введение в специальность предмета «Эксплуатация спортивных зданий и сооружений». Данная дисциплина преподавалась в физкультурно-спортивных вузах СССР, но позже, на этапе становления независимой системы образования РК, была исключена из программ по подготовке кадров в области спорта. При этом, как известно, ни одно тренировочное занятие, ни одно соревнование не проходит вне какого-либо спортивного объекта, соответственно, менеджеры спортивных объектов, т.е. их руководители, должны обладать основополагающими компетенциями в области комплекса организационных и технических мероприятий, которые обеспечивают безотказную работу всех элементов и систем спортивных зданий и сооружений, будь то стадион, игровой зал, лыжная трасса, тренажерный зал, велотрек или бассейн. В последнее время все больше появляется новых технологий и материалов, применяемых как непосредственно при строительстве спортивных объектов, так и в их оснащении на этапе эксплуатации, соответственно, спортивный менеджер должен ориентироваться и в данном аспекте.

**Заключение.** Как показал анализ систем государственного управления, институализации, порядка финансирования спортивной отрасли и уровня организации подготовки профессиональных кадров спортивного менеджмента, единой модели управления спортом не существует. Все государства исходя из своего климатогеографического расположения, системы политико-правовых, административных, экономических и социальных отношений, формируют национальную ориентацию по развитию спорта. При этом во всех странах механизмы спорта в целом направлены на развитие здорового образа жизни населения, повышение уровня физической активности, психологической адаптации к быстроменяющимся условиям жизни.

Спорт всегда был неотъемлемой частью человеческой жизни, представляя собой источник развлечений, физической подготовки и соревнова-

ний. В последние годы спорт также стал значимой индустрией, на права трансляции, спонсорство и товары которой тратятся значительные финансовые средства, поэтому в настоящее время высококвалифицированные специалисты спортивного менеджмента являются важной частью общества.

Сегодня спорт как социальный институт общества с его многогранным и сложным структурным и содержательным компонентами требует нового подхода к подготовке компетентных менеджеров для системы управления данной областью общественных отношений. Поскольку мир спорта продолжает развиваться, синергия между спортивными результатами и эффективным менеджментом становится все более значимой. Для того чтобы

спортсмены преуспели и достигли пика своей формы, поддержка, руководство и опыт спортивных менеджеров являются незаменимыми.

В заключение следует отметить, что влияние спортивного менеджмента на результаты спортсменов является многогранным и значительным. От стратегического управления отраслью до создания условий, способствующих психическому и физическому благополучию, спортивные менеджеры играют ключевую роль в формировании успешной карьеры спортсменов. Поэтому для Казахстана становление и развитие системы спортивного менеджмента должно стать приоритетной задачей, требующей постоянного внимания и совершенствования.

#### Список литературы

- 1 Bilohur V., Skrypchenko I., Nepsha O. The concept of sports management as a factor of effective sports activities // *Humanities Studies*. - 2022. - №12. - pp. 60-70. DOI10.26661/hst-2022-12-89-07.
- 2 Бочарова В.А., Максимова Е.Н. Проблемы спортивного менеджмента в Российской Федерации // *Наука-2020*. - 2019. - №3 (28). - С. 90-93.
- 3 Sports – Worldwide <https://www.statista.com/outlook/dmo/app/sports/worldwide> (дата обращения 20.10.2024 г.).
- 4 Hall C., Jackson T., Livingston A. Professional Development in Sport Management Educational // *Justice Journal, Educational Justice Conference Special*, 2023. <https://edjusticejournal.org>.
- 5 Willett J., Brown Ch., Goldfine B. An Examination of Sport Management Master’s Programs in the United States // *The Sport Journal* – 2017. - Vol. 24. <https://thesportjournal.org/article/an-examination-of-sport-management-masters-programs-in-the-united-states/ISSN:1543-9518>.
- 6 World’s Leading Sport Systems. China. <https://projectplay.org/world-sport-systems/china> (дата обращения 05.10.2024 г.).
- 7 Liu H, Li M. Discussion on the Rise of Healthy Chinese Sports Industry and the Training Mode of Compound Sports Talents // *Journal of Healthcare Engineering*. – 2022. – Art. 6943285. DOI 10.1155/2022/6943285.
- 8 Song Yu, Li Hai, Yang Qian, Chen Xiyao, Wu Ying, Shi Xiaoqiang. System Design and Implementation of the New Occupation for Sports Managers in China // *Journal of Shanghai University of Sport*. – 2021. - №45(2). – pp. 90-98. DOI: 10.16099/j.sus.2021.02.010.
- 9 Yi Zhou. Research on Professional Development of Sports Management in China Z. Zhan et al. (Eds.): SEAA 2022, - 2023. ASSEHR 675, - pp. 241–247. DOI 10.2991/978-2-494069-05-3\_31.
- 10 Jing Wu. The Dilemma and Path of China’s Sports Management System in the New Era // *Journal of educational technology and innovation*. - 2023. - №2. - pp. 48-56.
- 11 Breuer Ch., Feiler S., Rossi L. Sports clubs in Germany: More than just exercise, 2020. - 84 p. ISBN 978-3-96523-048-4.
- 12 Griesinger A.N., Ehnold P., Hoffmann A., Schlesinger T. Integrating scientific recommendations for the development and promotion of junior elite athletes in Germany – an analysis of sports policy documents // *International journal of sport policy and politics*. – 2024. - pp. 1-19. <https://doi.org/10.1080/19406940.2024.2404203>.
- 13 Study Sports Management in Germany <https://www.mygermanuniversity.com/subjects/sports-management> (дата обращения 01.10.2024 г.).
- 14 Tacon R. Sport policy and the structure of sport in the UK. In: Hassan, D. (ed.) *Managing Sport Business: An Introduction* (2nd edition). Foundations of Sport Management. CRC Press, 2018. - pp. 58-77. ISBN 9781138291386.
- 15 Guidotti F., Demarie S., Ciaccioni S., Capranica L. Relevant Sport Management Knowledge, Competencies, and Skills // *An Umbrella Review. Sustainability*. - 2023, - №15, - Art. 9515. DOI 10.3390/su15129515.
- 16 The Impact of Sports Management on Athlete Performance <https://www.ssss.edu.in/Understanding-the-Role-of-Sports-Management> (дата обращения 02.10.2024 г.).
- 17 Пышкин А.И. Особенности государственного управления спортом в Российской Федерации // *Вестник науки*. - 2024. - №4(73). - С. 242-246.
- 18 Гладенкова В.П., Жмыхова А.Ю., Шишкина Ю.П., Лобанова Ю.О., Павлова С.Ю. Особенности системы управления физической культурой и спортом в Российской Федерации // *Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта*. - 2023. - №8(222). – С. 95-99.
- 19 Зазулина Е.В., Гордеева У.С. Проблемы спортивного менеджмента // *Заметки ученого*. – 2021. – № 10. – С. 330-333.
- 20 Истомин Ю. Диплом не решающий аргумент в пользу кандидата. Где и как готовят управленцев для спорта. <https://www.vedomosti.ru/sport/around/articles/2023/02/20/963378-kak-gotovyat-upravlentsev-dlya-sporta> (дата обращения 25.10.2024 г.).
- 21 Morteza Dousti, Ali Mohsenifar, Taghi Ashouri. *Sports Economics of Iran* – 2022. - 13 p. ISBN9781003032915.
- 22 Hadian H., Razavi S. MH., Boroumand MR., Amirnejad S. Strategies for Developing Economy of Iran’s Sports Industry // *Ann Appl Sport Sci* – 2020. - №8(s2): e843. DOI 10.29252/aassjournal.843.



- 23 Sohrabi Z., Hasanzadeh N., Rahimi A. Sport's Function Analysis in Iran's Development // *Research in Sport Management and Marketing*. - 2021. - Vol. 2, Iss. 3. - pp. 1-11. DOI 10.22098/rsmm.2021.1321.
- 24 Tarmast D. Sports and Physical Education Organization of Iran: A Platform for Enhancing the Quality of Physical Activities and Professional Opportunities in Sports – 2024. – 10 p. DOI:10.22089/SSRC.2024.4568.
- 25 Shilbury D., Phillips P., Karg A., Rowe K., Fujak H. Sport Management in Australia: Organisation, Development and Global Perspectives, 2023. – 280 p. DOI 10.4324/9781003317791.
- 26 Sports Management in Australia. <https://www.icms.edu.au/news/other/where-can-a-sports-management-degree-take-you-in-australia/> (дата обращения 25.10.2024 г.).
- 27 Hekkema M.C., Hall M., Pascoe D.A. A Snapshot of Sport Management Courses in Australia // *Sport Management Education Journal*. - 2024. - №18(1). - pp. 24-30. DOI10.1123/smej.2022-0055.
- 28 Перечень коррупционных рисков, выявленных по итогам внешнего анализа коррупционных рисков в сфере финансирования спорта с охватом местных исполнительных органов <https://www.gov.kz/memleket/entities/sport/documents/detail/s/720825?directionId=60318&lang=ru> (дата обращения 01.11.2024 г.).
- 29 Постановление Правительства Республики Казахстан от 28 марта 2023 года № 251 Об утверждении Концепции развития физической культуры и спорта Республики Казахстан на 2023–2029 годы. <https://adilet.zan.kz/rus/docs/P2300000251>.
- 30 Тё Е.В. Совершенствование государственного управления спортивной инфраструктурой в контексте развития массового спорта в Республике Казахстан. Институциональный репозиторий Академии Государственного управления, диссертации. <https://repository.apa.kz/handle/123456789/1485>(дата обращения 20.10.2024 г.).

## References

- 1 Bilohur V., Skrypchenko I., Nepsha O. The concept of sports management as a factor of effective sports activities // *Humanities Studies*. - 2022. - №12. - pp. 60-70. DOI10.26661/hst-2022-12-89-07.
- 2 Bocharova V.A., Maksimova E.N. Problemy sportivnogo menedzhmenta v Rossijskoj Federacii // *Nauka-2020*. - 2019. - №3 (28). - S. 90-93.
- 3 Sports – Worldwide <https://www.statista.com/outlook/dmo/app/sports/worldwide> (data obrashhenija 20.10.2024 g.).
- 4 Hall C., Jackson T., Livingston A. Professional Development in Sport Management Educational // *Justice Journal, Educational Justice Conference Special*, 2023. <https://edjusticejournal.org>.
- 5 Willett J., Brown Ch., Goldfine B. An Examination of Sport Management Master's Programs in the United States // *The Sport Journal* – 2017. - Vol. 24. <https://thesportjournal.org/article/an-examination-of-sport-management-masters-programs-in-the-united-states/ISSN:1543-9518>.
- 6 World's Leading Sport Systems. China. <https://projectplay.org/world-sport-systems/china> (data obrashhenija 05.10.2024 g.).
- 7 Liu H, Li M. Discussion on the Rise of Healthy Chinese Sports Industry and the Training Mode of Compound Sports Talents // *Journal of Healthcare Engineering*. – 2022. – Art. 6943285. DOI 10.1155/2022/6943285.
- 8 Song Yu, Li Hai, Yang Qian, Chen Xiyao, Wu Ying, Shi Xiaoqiang. System Design and Implementation of the New Occupation for Sports Managers in China // *Journal of Shanghai University of Sport*. – 2021. - №45(2). – pp. 90-98. DOI: 10.16099/j.sus.2021.02.010.
- 9 Yi Zhou. Research on Professional Development of Sports Management in China Z. Zhan et al. (Eds.): SEAA 2022, - 2023. ASSEHR 675, - pp. 241–247. DOI 10.2991/978-2-494069-05-3\_31.
- 10 Jing Wu. The Dilemma and Path of China's Sports Management System in the New Era // *Journal of educational technology and innovation*. - 2023. - №2. - pp. 48-56.
- 11 Breuer Ch., Feiler S., Rossi L. Sports clubs in Germany: More than just exercise, 2020. - 84 p. ISBN 978-3-96523-048-4.
- 12 Griesinger A.N., Ehnold P., Hoffmann A., Schlesinger T. Integrating scientific recommendations for the development and promotion of junior elite athletes in Germany – an analysis of sports policy documents // *International journal of sport policy and politics*. – 2024. - pp. 1-19. <https://doi.org/10.1080/19406940.2024.2404203>.
- 13 Study Sports Management in Germany <https://www.mygermanuniversity.com/subjects/sports-management> (data obrashhenija 01.10.2024 g.).
- 14 Tacon R. Sport policy and the structure of sport in the UK. In: Hassan, D. (ed.) *Managing Sport Business: An Introduction* (2nd edition). Foundations of Sport Management. CRC Press, 2018. - pp. 58-77. ISBN 9781138291386.
- 15 Guidotti F., Demarie S., Ciaccioni S., Capranica L. Relevant Sport Management Knowledge, Competencies, and Skills // *An Umbrella Review. Sustainability*. - 2023, - №15, - Art. 9515. DOI 10.3390/su15129515.
- 16 The Impact of Sports Management on Athlete Performance <https://www.ssss.edu.in/Understanding-the-Role-of-Sports-Management> (data obrashhenija 02.10.2024 g.).
- 17 Pyshkin A.I. Osobennosti gosudarstvennogo upravlenija sportom v Rossijskoj Federacii // *Vestnik nauki*. - 2024. - №4(73). - S. 242-246.
- 18 Gladenkova V.P., Zhmyhova A.Ju., Shishkina Ju.P., Lobanova Ju.O., Pavlova S.Ju. Osobennosti sistemy upravlenija fizicheskoj kul'turoj i sportom v Rossijskoj Federacii // *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafita*. - 2023. - №8(222). – S. 95-99.
- 19 Zazulina E.V., Gordeeva U.S. Problemy sportivnogo menedzhmenta // *Zametki uchenogo*. – 2021. – № 10. – S. 330-333.
- 20 Istomin Ju. Diplom ne reshajushhij argument v pol'zu kandidata. Gde i kak gotovjat upravlencev dlja sporta. <https://www.vedomosti.ru/sport/around/articles/2023/02/20/963378-kak-gotovyat-upravlentsv-dlya-sporta> (data obrashhenija 25.10.2024 g.).
- 21 Morteza Dousti, Ali Mohsenifar, Taghi Ashouri. Sports Economics of Iran – 2022. - 13 p. ISBN9781003032915.
- 22 Hadian H., Razavi S. MH., Boroumand MR., Amirnejad S. Strategies for Developing Economy of Iran's Sports Industry // *Ann Appl Sport Sci* – 2020. - №8(s2): e843. DOI 10.29252/aassjournal.843.
- 23 Sohrabi Z., Hasanzadeh N., Rahimi A. Sport's Function Analysis in Iran's Development // *Research in Sport Management and Marketing*. - 2021. - Vol. 2, Iss. 3. - pp. 1-11. DOI 10.22098/rsmm.2021.1321.
- 24 Tarmast D. Sports and Physical Education Organization of Iran: A Platform for Enhancing the Quality of Physical Activities and Professional Opportunities in Sports – 2024. – 10 p. DOI:10.22089/SSRC.2024.4568.

- 25 Shilbury D., Phillips P., Karg A., Rowe K., Fujak H. Sport Management in Australia: Organisation, Development and Global Perspectives, 2023. – 280 p. DOI 10.4324/9781003317791.
- 26 Sports Management in Australia. <https://www.icms.edu.au/news/other/where-can-a-sports-management-degree-take-you-in-australia/> (data obrashhenija 25.10.2024 g.).
- 27 Hekkema M.C., Hall M., Pascoe D.A. A Snapshot of Sport Management Courses in Australia // Sport Management Education Journal. - 2024. - №18(1). - pp. 24-30. DOI10.1123/smej.2022-0055.
- 28 Perechen' korrupcionnyh riskov, vyjavlennyh po itogam vneshnego analiza korrupcionnyh riskov v sfere finansirovaniya sporta s ohvatom mestnyh ispolnitel'nyh organov <https://www.gov.kz/memleket/entities/sport/documents/details/720825?directionId=60318&lang=ru> (data obrashhenija 01.11.2024 g.).
- 29 Postanovlenie Pravitel'stva Respubliki Kazahstan ot 28 marta 2023 goda № 251 Ob utverzhdenii Konceptii razvitiya fizicheskoy kul'tury i sporta Respubliki Kazahstan na 2023–2029 gody. <https://adilet.zan.kz/rus/docs/P2300000251>.
- 30 Tjo E.V. Sovershenstvovanie gosudarstvennogo upravleniya sportivnoj infrastrukturoj v kontekste razvitiya massovogo sporta v Respublike Kazahstan. Institucional'nyj repozitorij Akademii Gosudarstvennogo upravlenija, dissertacii. <https://repository.apa.kz/handle/123456789/1485>(data obrashhenija 20.10.2024 g.).

<p><b>Хат-хабарларга арналған автор (бірінші автор)</b> Авсиевич Виталий Николаевич – PhD, қауымдастырылған профессор, «Banzai Fitness» фитнес клубтар желісі, Алматы қ., Қазақстан, e-mail: qwer75tyu@mail.ru, ORCID ID: <a href="https://orcid.org/0000-0002-6790-726X">https://orcid.org/0000-0002-6790-726X</a></p>	<p><b>Автор для корреспонденции (первый автор)</b> Авсиевич Виталий Николаевич - PhD, ассоциированный профессор, Сеть фитнес клубов «Банзай фитнес», г. Алматы, Казахстан, e-mail: qwer75tyu@mail.ru, ORCID ID: <a href="https://orcid.org/0000-0002-6790-726X">https://orcid.org/0000-0002-6790-726X</a></p>	<p><b>The Author for Correspondence (The First Author)</b> Avsiyevich Vitaliy Nikolaevich – PhD, Associate Professor, Fitness club chain “Banzai Fitness”, Almaty, Kazakhstan, e-mail: qwer75tyu@mail.ru, ORCID ID: <a href="https://orcid.org/0000-0002-6790-726X">https://orcid.org/0000-0002-6790-726X</a></p>
---	---	---

Ерданова Г.С. 

Абай атындағы Қазақ Ұлттық педагогикалық университеті, Алматы қ., Қазақстан

## ҚАЗАҚСТАНДАҒЫ «БЕЙІМДІК ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ ЖӘНЕ СПОРТ» БІЛІМ БЕРУ БАҒДАРЛАМАСЫНЫҢ ӨЗЕКТІЛІГІ

Ерданова Гулзинеб Серикбайқизи

### Қазақстандағы «Бейімдік дене шынықтыру және спорт» білім беру бағдарламасының өзектілігі

**Аңдатпа.** Мақалада, жалпы, бейімдік дене шынықтыру және спорт мүмкіндіктері шектеулі адамдардың ағзасының күйін, денсаулық деңгейі мен әлеуметтік бірлестігін жетілдіруге бағытталған сала. Еліміздегі жоғары оқу орындары өз бағдарламалары мен инфрақұрылымын мүмкіндігі шектеулі студенттердің қажеттіліктеріне бейімдей отырып, оларды оқыту үшін жағдай жасауға талпынуда. «Бейімдік дене шынықтыру және спорт» білім беру бағдарламасы осы сала бойынша арнайы сабақтар өткізіп, арнайы тренажерлер мен жабдықтар алып, мамандарды қолдауды қарастырады. Бейімдік дене шынықтыру мен спорт мүмкіндігі шектеулі адамдардың денсаулығын түзетіп, әлеуметтік бірлестігін қамтамасыз етуге бағдарланған. Мұның барлығы әр адамның дене мүмкіндіктеріне қарамастан, елдің өміріне белсенді қатысуын тең мүмкіндік беретін инклюзивті қоғамның қалыптасуына ықпал етеді. Аталмыш бағдарламада бейімдік спорт және дене шынықтыру саласында жұмыс істеу үшін дағдылары мен білімі бар мамандарды тәрбиелеу қарастырылған. Бұл ерекше қажеттіліктері бар адамдар үшін жаттығулар мен оңалтуды жақсартатын жаңа әдістерді, тәсілдерді және технологияларды дамытуға ықпал етеді.

**Түйін сөздер:** бейімдік дене шынықтыру және спорт, мүмкіндігі шектеулі адамдар, бейімдік спорт, білім беру бағдарламасы, емдік дене шынықтыру.

Yerdanova Gulzineb

### The Relevance of the Educational Program 'Adaptive Physical Education and Sports' in Kazakhstan

**Abstract.** In general, adaptive physical culture and sport is an area aimed at improving the state of the body, the level of health and social integration of people with disabilities. The country's universities strive to create conditions for the education of students with disabilities, adapting their programs and infrastructure to their needs. The educational program «Adaptive physical culture and Sports» provides for special classes in this area, the purchase of special simulators and equipment, and the support of specialists. Adaptive physical education and sports are focused on health correction and ensuring social integration of people with disabilities. All this contributes to the formation of an inclusive society that provides equal opportunities for active participation in the life of the country, regardless of the physical capabilities of each person. This program provides for the education of specialists with the skills and knowledge to work in the field of adaptive sports and physical education. This will contribute to the development of new methods, approaches and technologies that will improve the education and rehabilitation of people with special needs.

**Key words:** adaptive physical education and sports, people with disabilities, adaptive sports, educational program, therapeutic physical education.

Ерданова Гулзинеб Серикбайқизи

### Актуальность образовательной программы «Адаптивная физическая культура и спорт» в Казахстане

**Аннотация.** В целом, адаптивная физическая культура и спорт - это область, направленная на совершенствование состояния организма, уровня здоровья и социального объединения людей с ограниченными возможностями. Вузы страны стремятся создать условия для обучения студентов с ограниченными возможностями, адаптируя свои программы и инфраструктуру к их потребностям. Образовательная программа «Адаптивная физическая культура и спорт» предусматривает проведение специальных занятий по данной области, приобретение специальных тренажеров и оборудования, поддержку специалистов. Адаптивная физическая культура и спорт ориентированы на коррекцию здоровья и обеспечение социального объединения людей с ограниченными возможностями. Все это способствует формированию инклюзивного общества, которое дает равные возможности активному участию в жизни страны независимо от физических возможностей каждого человека. В данной программе предусмотрено воспитание специалистов, обладающих навыками и знаниями для работы в области адаптивного спорта и физической культуры. Это будет способствовать разработке новых методов, подходов и технологий, которые улучшат обучение и реабилитацию людей с особыми потребностями.

**Ключевые слова:** адаптивная физическая культура и спорт, люди с ограниченными возможностями, адаптивный спорт, образовательная программа, лечебная физическая культура.

**Кіріспе.** Бейімдік дене шынықтыру және спорт – бұл мүгедектердің дене жағдайын, денсаулығын және әлеуметтік интеграциясын жақсартуға бағытталған сала. Қазақстанда, басқа елдердегідей, бұл мамандықты дамыту өзекті бола түсуде. Әлеуметтік, экономикалық және мәдени өзгерістер бейімдік спортты танымал етуге ықпал етеді, бұл осы салада мамандар даярлаудың ерекшелігіне назар аударуды талап етеді.

Бейімдік дене шынықтырудың әлеуметтік маңызы мүмкіндігі шектеулі жандардың әлеуметтік интеграциясында үлкен рөл атқарады. Бұл оларға дене жағдайын жақсартуға ғана емес, сонымен қатар өзін-өзі бағалауды арттыруға, қарым-қатынас дағдыларын дамытуға және басқа адамдармен қарым-қатынас жасау мүмкіндіктерін жасауға көмектеседі. Қазақстанда инклюзия білім беру жүйесіндегі негізгі мәселелерді шешуде тең құқықты қоғам құруда бейімдік дене шынықтыру мен бейімдік спортқа ерекше мән берілуде.

Қазақстанда инклюзивті білім беру мен мүмкіндігі шектеулі жандардың өмір сапасын арттыру мәселелері маңызды екені белгілі. Осы орайда, «Бейімдік дене шынықтыру және спорт» білім беру бағдарламасының маңыздылығы ерекше. Оны бірнеше бағыт бойынша қарастырғанда бейімдік дене шынықтыру мүмкіндігі шектеулі жандарды қоғамға қосуға, олардың әлеуметтік ортада өз орнын табуына көмектеседі. Мысалы, бұл бағдарлама арқылы инклюзивті спорт түрлеріне қолжетімділік қамтамасыз етіледі, бұл өз кезегінде адамдардың өзіне деген сенімін арттырады.

Бейімдік дене шынықтыру арнайы жаттығулар мен спорттық бағдарламалардан тұрады және мүмкіндігі шектеулі жандардың дене жағдайын жақсартуға мүмкіндік береді. Мұндай тәжірибелер олардың жалпы денсаулығына оң әсерін тигізіп, созылмалы аурулар мен ағза әлсіреуінің алдын алады.

Зерттеудің өзектілігі. Қазақстанда бейімдік дене шынықтыру саласында мамандар аз. Бұл білім беру бағдарламасы салаға жаңа мамандарды тартып, олардың кәсіби деңгейін көтеруге мүмкіндік береді. Осының арқасында мүмкіндігі шектеулі жандармен жұмыс істейтін жаттықтырушылар, мұғалімдер және психологтар санын арттырып, қызметтің сапасын жақсарту мүмкін болады.

Осыған орай мүмкіндігі шектеулі адамдардың құқықтарын қамтамасыз етілуінде Қазақстан БҰҰ-ның мүгедектердің құқықтары жөніндегі конвенциясын ратификациялағандықтан, мүмкіндігі шектеулі жандардың спорт және дене шынықтыруға қолжетімділігіне кепілдік беру міндеттелген. «Бейімдік дене шынықтыру және

спорт» бағдарламасы осы құқықтардың жүзеге асуына ықпал етіп, халықаралық стандарттарға сай қызмет көрсетуді қамтамасыз етеді.

Осылайша, «Бейімдік дене шынықтыру және спорт» білім беру бағдарламасы Қазақстан үшін әлеуметтік, медициналық және құқықтық тұрғыдан өте өзекті болып табылады.

Бейімдік дене шынықтыру жалпы денсаулығында ауытқулары бар адамның өмірге жан-жақты дайындығын құру жөніндегі қызметі мен оның әлеуметтік және жеке маңызды нәтижелері денсаулық пен оңалтудың маңызы дене белсенділігі салауатты өмір салтының негізгі компоненттерінің бірі болып табылады [1].

Мүмкіндігі шектеулі адамдар үшін бейімдік дене шынықтыру дене функцияларын қалпына келтіруге мүмкіндік береді [2]. Бейімдік дене шынықтыру бағдарламалары қимыл-қозғалысы жоқ адамдарға өмір салтына байланысты аурулардың алдын алуға және жалпы әл-ауқаттың жақсаруына ықпал етеді. Осы саланың мамандары қатысушылардың нақты қажеттіліктері мен мүмкіндіктерін ескере отырып, жеке жаттығу бағдарламаларын жасайды [3].

Қазақстан Республикасы нормативтік құқықтық актілерінің ақпараттық-құқықтық жүйесінде «Дене шынықтыру және спорт» туралы 2014 жылғы 3 шілдедегі № 228-V ҚР Заңының 1-ші тарау 1-ші бабында «Бейімдік дене шынықтыру және спорт» – мүгедектігі бар адамдарды оңалтуға және қалыпты әлеуметтік ортаға бейімдеуге, олардың толыққанды өмірді сезінуіне кедергі келтіретін психологиялық тосқауылдарды еңсеруіне, сондай-ақ қоғамның әлеуметтік дамуына өзінің жеке үлес қосуының қажеттігін сезінуіне бағытталған спорттық-сауықтыру сипатындағы шаралар кешенін «Бейімдік дене шынықтыру және спорт» саласы мамандарын даярлау негізгі міндетке жатады [4].

Көптеген білім беретін мекемелер мен оңалту орталықтарында осы маман иелерінің жетіспеушілігі жоғарыда айтылған мәселелердің өзектілігі болып келеді.

**Зерттеу мақсаты** – Еліміздегі «Бейімдік дене шынықтыру және спорт» мамандарының маңыздылығын айқындау.

#### **Зерттеу міндеттері:**

1. Тақырыпқа сай ғылыми әдістемелік отандық және шетелдік жарияланымдарға шолу жасау.
2. Еліміздегі мүмкіндігі шектеулі балалардың статистикалық көрсеткішін анықтау.

**Әдістер мен материалдар.** Бұл зерттеу Қазақстандағы бейімдік дене шынықтыру және спорт бағдарламасының өзектілігін талдауға бағытталған. Зерттеу барысында статистикалық мәліметтер, бағдарламаның жүзеге асырылу көрсеткіштері

баяндалған, Қазақстан Республикасы білім және ғылым министрлігінің, еңбек және халықты әлеуметтік қорғау министрлігінің, сондай-ақ инклюзивті білім беруді дамыту жөніндегі мемлекеттік бағдарламалар мен есептер, сонымен қатар, БҰҰ мүгедектердің құқықтары жөніндегі конвенциясы және оның ұлттық деңгейде орындалу есептері қарастырылды.

Қазақстанда мүмкіндігі шектеулі жандардың сандық деректері, олардың білім беру және спорттық қызметтерге қатысу деңгейі туралы статистикалық мәліметтер жиналды [5].

Мүмкіндігі шектеулі адамдарға арналған бейімдік дене шынықтырудың халықаралық тәжірибесі, инклюзивті білім беру, бейімдік спорттың психологиялық және ағзасына пайдасы туралы әдебиеттер талданды. Бұл материалдар Қазақстандағы бағдарламаның артықшылықтарын әлемдік деңгейде салыстыруға жағдай жасайды деуге болады.

Мақала тақырыбына сай ғылыми дереккөздер жинақталып, оларға талдау жүргізілді, алынған деректерге математикалық-статистикалық өңдеу жасалынды [6].

**Нәтижелер.** Өзін-өзі көрсету және мақсатқа жету құралы ретінде бейімдік спорт мүмкіндігі шектеулі адамдарға спорттағы оң нәтижеге жетудің қуанышын сезінуге, бәсекелестік рухын дамытуға және өз бетімен жұмыс істеуге мүмкіндік береді. Спорттық іс-шараларға қатысу мақсаттылықты, тәртіпті және өзін-өзі бақылауды қалыптастыруға ықпал етеді. Қазақстанда бейімдік спорттың белсенді дамуы халықаралық аренада елеулі табыстарға әкелуі мүмкін, бұл өз кезегінде елдің беделін көтеріп, оң имидж қалыптастырады.

Бейімдік дене шынықтыру саласында жұмыс істейтін мамандарды сапалы даярлау осы саланың табысты дамуының қажетті шарты болып табылады. Мүмкіндігі шектеулі жандардың дене ерекшеліктері мен қажеттіліктері туралы теориялық білімді ғана емес, сонымен бірге олармен жұмыс істеудің практикалық дағдыларын да қамтитын білім беру саласы. Қазақстандағы ЖОО-дағы мамандандырылған білім беру бағдарламалары мен курстарын енгізу осы салада тиімді жұмыс істей алатын білікті мамандарды даярлауға көмектеседі [7].

И.С. Бушенев, И.В. Еремин және В.В. Савченконның пікірінше, адамға мүгедектікті жеңуге көмектесетін, ең алдымен басқалармен қарым-қатынаста оқшауланбау, мазасыздық және өзін-өзі бағалау сияқты жағымды қасиеттерді өзгерту арқылы өмір сапасы мен бейімдік дене шынықтыру арасындағы байланысты нығайту деген [8].

Қазіргі уақытта еліміздегі жоғары оқу орындарында «Бейімдік дене шынықтыру және спорт»

білім беру бағдарламасы бойынша нақты статистика жоқ. Алайда, соңғы жылдары елімізде инклюзивті білім беру, оның ішінде дене шынықтыру мен спорт саласында да белсенді дамып келе жатқанын атап өтуге болады. Жоғары оқу орындары өз бағдарламалары мен инфрақұрылымын олардың қажеттіліктеріне бейімдей отырып, мүмкіндігі шектеулі студенттерді оқыту үшін жағдай жасауға ұмтылуда. Мұндай бағдарламаларға бейімдік дене шынықтыру бойынша арнайы сабақтар, арнайы тренажерлер мен жабдықтар, сондай-ақ осы саладағы мамандарды қолдау кіруі мүмкін.

Қазақстан Республикасында мүмкіндігі шектеулі жандар үшін білім беру ортасының қолжетімділігін қамтамасыз ету ғылыми-әдістемелік құралы мүгедектермен жұмыс істейтін білім беру саласындағы педагогтар мен мамандарға арналған. Бұл нұсқаулықта мүгедектермен жұмыс істеудің негізгі принциптері, осындай оқушыларды оқыту мен тәрбиелеудің ерекшеліктері, мүгедектердің әртүрлі санаттарымен жұмыс істеу әдістері қарастырылған. Ол сондай-ақ қолжетімді білім беру ортасын құру, оқу материалын бейімдеу және оқу процесін жеңілдету және мүгедектермен өзара әрекеттесу үшін әртүрлі технологияларды пайдалану бойынша ұсыныстарды қамтиды. Сондай-ақ, Қазақстан Республикасының мүгедектердің білім алу және әлеуметтік интеграция құқықтарын қамтамасыз ету саласындағы заңнамасы туралы ақпараттардан қамтиды.

Елдегі бейімдік дене шынықтыру мен спорт мүмкіндігі шектеулі адамдардың денсаулығын жақсарту үшін де, олардың әлеуметтік интеграциясы үшін де үлкен маңызға ие. Қазіргі қоғамда осы саланың маңыздылығы туралы хабардарлықты арттыру, мамандарды даярлауды жақсарту және бейімдік спортты дамыту үшін жағдай жасау қажет. Бұл әр адамның дене мүмкіндіктеріне қарамастан, елдің өміріне белсенді қатысуға тең мүмкіндігі болатын неғұрлым инклюзивті қоғамның қалыптасуына ықпал етеді.

Сонымен қатар, елімізде бейімдік спорттың маңызы үлкен және көп аспектілі. Бұл спорт түрлері денсаулықты жақсарту, әлеуметтендіру және қоғамдағы теңдікті арттыру үшін маңызды рөл атқарады. Бейімдік спорттың бірнеше маңызды аспектілерін төмендегідей: денсаулықты жақсарту, бейімдік спорт дене белсенділікті арттыру арқылы адамдардың денсаулығын жақсартуға көмектеседі. Спортпен айналысу жүрек-қан тамырлары, бұлшықет жүйелері мен жалпы денсаулықты нығайтуға ықпал етеді, спорттың психологиялық пайдасы да зор. Ерекше жандар өздерінің мүмкіндіктерін көрсету арқылы өз-өзін бағалауды арттырып, өздерін сенімді сезінеді. Бұл әсіресе мүгедек адамдар

үшін маңызды, өйткені олар көбінесе қоғамдағы кемсітушілікке тап болады, бейімдік спорттың көмегімен адамдар қоғаммен байланысын күшейтіп, әлеуметтік шекараларды жоя алады.

Спорттық іс-шаралар мен жарыстарға қатысу арқылы мүгедек адамдар әлеуметтік ортада белсенділікті арттырады және қоғамның толыққанды мүшелері бола алады, бейімдік спорттың дамуы қоғамдағы мүгедектігі бар адамдарға деген түсінік пен құрметті арттыруға көмектеседі. Бұл мүгедек адамдарға арналған инфрақұрылым мен қызметтердің жақсаруына да ықпал етеді, ал халықаралық бәсекеге қабілеттілікте қазақстанның бейімдік спортшылары халықаралық деңгейде бәсекеге түсіп, елдің абыройын арттыра алады. Параолимпиядалық ойындар мен басқа да халықаралық жарыстарда жетістіктерге жету Қазақстанның спорттық мәртебесін нығайтуға ықпал етеді.

Еліміздегі бейімдік спорттың дамуы осы бағыттағы ұйымдардың, мемлекеттік құрылымдардың және қоғамның белсенді жұмыс істеуін талап етеді. Осы мақсатта түрлі спорттық федерациялар мен қоғамдық ұйымдар жұмыс істеп жатыр, олардың қолдауымен бейімдік спорттың кеңінен таралуына ықпал етілуде [9].

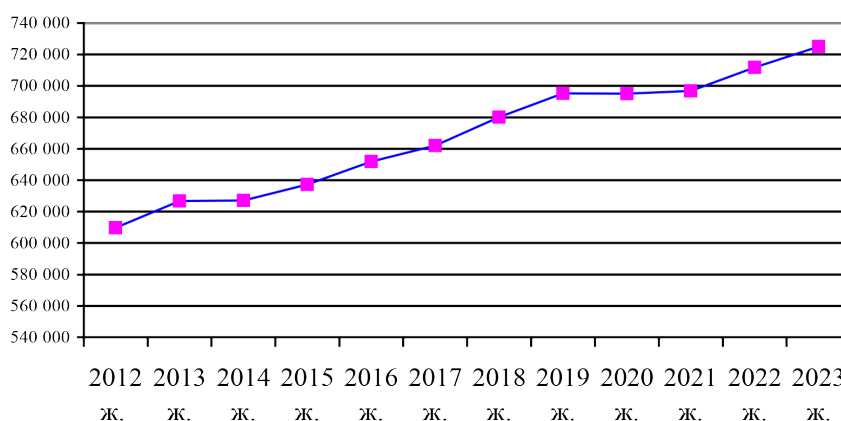
Дамыған параспорттың диагноз ерекшеліктері – параолимпиядалық спорттың негізгі аспектілеріне байланысты бірнеше негізгі бағыттарға бөлінеді. Бұл спорт түрлері денсаулық жағдайына байланысты әртүрлі санаттарға бөлінеді. Параспорттың дамуы осы санаттар ерекшеліктеріне және спортшылардың қажеттіліктеріне байланысты ұйымдастырылған [10].

Бейімдік спорттың денсаулық сатысының ерекшеліктері - дене мүмкіндіктердің шектеулері:

пара спортшылардың дене мүмкіндіктері әртүрлі болуы мүмкін, мысалы, ампутация, паралич, бұлшықет дистрофиясы, немесе басқа да қозғалыс бұзылыстары. Әрбір спортшының диагнозына сәйкес арнайы бейімделген спорт түрлері бар мысалы: зияткерлік мүмкіндіктері шектеулі кейбір параспорт түрлері зияткерлік мүмкіндіктері шектеулі адамдарға арналған, интеллектуалды дамуында ерекшеліктері бар адамдар үшін арнайы спорттық іс-шаралар ұйымдастырылады.

**Талқылау.** Жалпы параспорттың дамуы денсаулық жағдайына қарай түрлі санаттарды ескере отырып жүзеге асырылады, және бұл спорт түрлері спортшылардың жеке қажеттіліктеріне сәйкес бейімделген, мысалы: спорттық санаттар: арбадағы спортшыларға арналған, мысалы: арбадағы баскетбол, арбадағы регби және арбадағы жарыстар; әртүрлі дене шектеулері бар спортшылар үшін параолимпиядалық жеңіл атлетика жарыстары, мысалы, жүгіру, секіру, және лақтыру: бейімдік жүзу әртүрлі диагноздары бар спортшылар үшін жүзу жарыстары, арнайы спорттық құралдар мен техникаларды қолдана отырып арбадағы шаңғы. Спортшылар мен жаттықтырушылар үшін арнайы оқыту бағдарламалары ұйымдастырылады, бұл олардың спорттық дайындығын жақсартуға ықпал етеді.

Еліміздегі соңғы жылдардағы әртүрлі мүмкіндігі шектеулі жандардың статистикалық көрсеткіштеріне тоқтала кетер болсақ, 2011-2023 жылдар аралығындағы өте үлкен динамикалық көрсеткішті байқауға болады (сурет 1). Бұл дегеніміз елімізде жылдан жылға түрлі себептермен балалардың мүмкіндіктері шектеулі болып тууы әлдеғайда жоғарылауда.



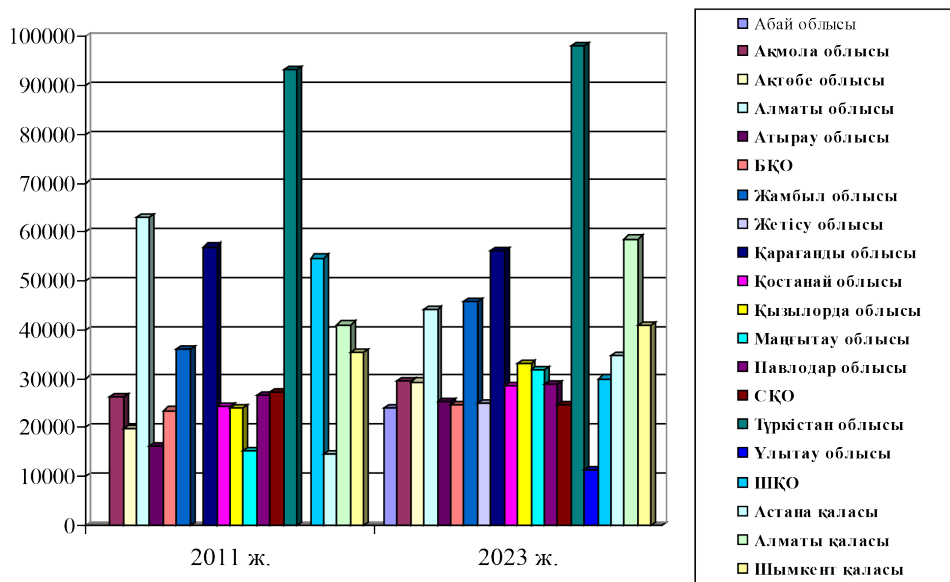
Сурет 1 – 2011-2023 жылдар аралығындағы мүмкіндігі шектеулі адамдар санының сызбалық көрсеткіштері [5, б. 6]

1-ші суретте 2011 жылы мүмкіндігі шектеулі жандардың жалпы саны 563 086 болса, 12 жылдың

ішінде 161 896 мүмкіндігі шектеулі адамдар саны қосылып 2023 жылы жалпы көрсеткіш саны 724 982 ге

жетті. Ал, Қазақстан Республикасының аймақтарындағы мүмкіндігі шектеулі адамдардың тұрғылықты орнына немесе тіркелген орнына байланысты түрлі себептермен

туылып жатқан мүмкіндігі шектеулі адамдардың жалпы сандық динамика көрсеткіштерін төмендегі суреттен көруге болады (сурет 2).



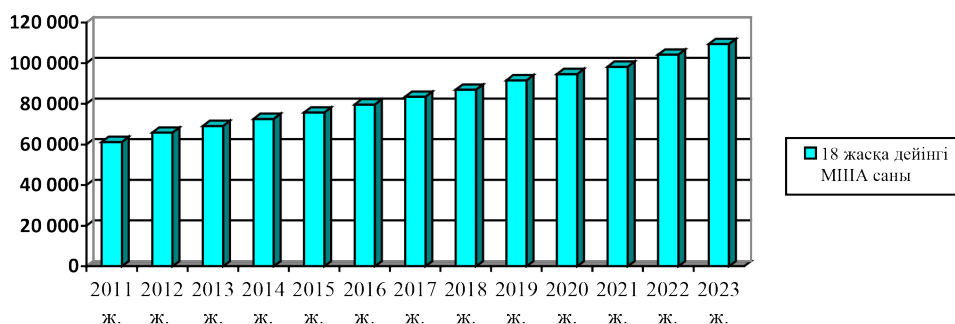
Сурет 2 – 2011-2023 жылдар аралығындағы Қазақстан Республикасының аймақтарындағы мүмкіндігі шектеулі адамдар саны өсуінің динамикалық көрсеткіштері [5, б. 7]

2-ші суретте еліміздегі барлық аймақтарда тіркелген мүмкіндігі шектеулі адамдардың кездесу жиілігін көруге болады. Біріншілік болып Түркістан облысында 2011 жылы - 93 110 болс, 2023 жылы - 98 171 өсіп, 2011 жылғы көрсеткішке - 5 061 адам қосылды.

Ал, 2023 жылы Ұлытау облысы - 11 452, Абай облысы - 24 142 деген көрсеткішпен ҚР аймақтарының ішінде ең төмен деген көрсеткішті беріп отыр. Жалпы алғанда 153 225-ке 2011 жылдағы көрсеткішке қосылып, өте үлкен деген көрсеткіш беріп

отырғанын көруге болады. Ол дегеніміз Қазақстан Республикасының аймақтарындағы мүмкіндіктері шектеулі адамдардың көп тіркелгені Түркістан облысында тіркеуде тұр.

Мектеп жасындағы мүмкіндігі шектеулі адамдардың мектеп жасындағы немесе мектепке дейінгі арнайы орталықтарда тәрбиеленушілер саны, яғни 18 жасқа толмаған мүмкіндігі шектеулі балалар санының динамикалық көрсеткіші төмендегі суретте келтірілген (сурет 3).



Сурет 3 – 2011-2023 жылдар аралығындағы ҚР 18 жасқа толмаған мүмкіндігі шектеулі адамдар саны өсуінің динамикалық көрсеткіштері [5, б. 8]

3-ші сурете 2011 жылы 18 жасқа толмаған 61 196 мүмкіндігі шектеулі адамдар тіркелген болса, 2023 жылы 109 496 өскенін көруге болады. Жыл сайын 4000-5000 мүмкіндігі шектеулі балалардың туылуы кездеседі. Нақтырақ демикратияны қарастыратын болсақ, жыл сайын мүмкіндігі шектеулі балалардың тууы да жиіленуде.

ҚР стратегиялық жоспарлау және реформалар агенттігінің санағы бойынша 2024 жылы еліміздегі халықтың жалпы саны 20 миллионға жеткен болса, оның 725 мың адам мүмкіндігі шектеулі жандардан тұрады.

«Бейімдік дене шынықтыру және спорт» білім беру бағдарламасында тек бейімдік дене шынықтыру ғана емес, сонымен қатар бейімдік спорт түрлерін меңгерген болашақ мамандарды даярлауда бірнеше жоғары оқу орындарында білім беру бағдарламасын әзірлеп, сол бағдарлама негізінде білім алушыларды дайындауда.

Мүмкіндігі шектеулі балалармен жұмыс жасау барысында елімізде «БДШ және спорт» мамандардың жетіспеушілігі жиі кездесіп жатады, осы мәселелерді ескере отырып, «БДШ және спорт» білім беру бағдарламасы құрастырылып, болашақ мамандар даярлауды бірінші болып қолға алған жоғары оқу орындарының бірі Қазақ спорт және туризм академиясы 2021-2022 оқу жылы білім беру бағдарламасы ашылып, 50-ден астам білім алушылар қабылданып, білім алуда және 2024-2025 оқу жылында бакалаврды тәмамдайды. Ал 2022-2023 оқу жылында «М. Өтемісов атындағы Батыс Қазақстан мемлекеттік университетіне» осы білім беру бағдарламасы ашылып, білім алушылар тарапынан сұраныс болмауына байланысты бірде бір студент қабылданбаған.

Дене шынықтыру мұғалімдерін даярлайтын жоғары оқу орындарда «Бейімдік дене шынықтыру және спорт», емдік, бейімдік дене шынықтыру, инклюзивті білім беру секілді пәндердің оқытуы босқа емес. Ең негізі себебін атап кететін болсақ, еліміздегі мүмкіндігі шектеулі адамдар санының күрт өсуінде болып отыр және бұл мамандардың оналту орталықтарында, емхана, ауруханаларда, мектеп, колледж, ЖОО-дағы мүмкіндігі шектеулі жандармен жұмыс жасау барысында көптеген кедергілердің алдын-алуда осы «БДШ және спорт» мамандарының қосатын үлесі үлкен деуге болады.

Білім беру бағдарламасы құрастырыларда студент, магистрант, докторант, оқытушы, бейімдік дене шынықтыру, дене шынықтыру мамандары, бейімдік спорт түрлерінің өкілдері, менеджмент саласы мамандары, жұмыс берушілер мен қатар бірнеше сала мамандарының (терапевт, педиатр, невропатолог, травматолог, логопед-дефектолог, БДШ

саласы бойынша педагогтар және т.б.) қатысуымен құрастырылады. Бейімдік дене шынықтыру мамандары мүмкіндігі шектеулі адамдармен тиімді жұмыс істеу үшін бірқатар маңызды қасиеттер мен дағдыларға ие болуы қажет болғандықтан бағдарлама құрастыруға аса ерекше көңіл бөлінуі қажет.

Маманның негізгі сипаттамалары мүгедектердің дене даму ерекшеліктері мен қажеттіліктерін терең түсіну, бұл мүгедектіктің әртүрлі түрлерін, олардың қозғалыс белсенділігіне әсерін, психологиялық ерекшеліктерін және мүгедектігі бар адамдар кездесетін мәселелерді білуді қамтиды.

Бейімдік дене шынықтыру әдістерін білуде жеке жаттығу бағдарламаларын әзірлеу, адамның шектеулері мен мүмкіндіктерін ескере отырып жаттығуларды таңдау, арнайы жабдықтар мен технологияларды қолдану мүмкіндігі.

Жоғары қарым-қатынас пен эмпатияның болуы мүмкіндігі шектеулі адамдармен жұмыс жасауда сенімді қарым-қатынас орнату, оларды сабаққа ынталандыру, олардың пікірлері мен тілектерін ескеру, сұрақтарға жауап беру және оқу процесін түсіндіру мүмкіндігі.

Сонымен қатар, мүмкіндігі шектеулі адамдармен жұмыс істеудің этикалық нормаларын нақты сақтау, жаттығулардың қауіпсіздігі мен тиімділігі үшін жауапкершілікті алуда кәсібилік этиканы сақтау маңызды.

Бейімдік дене шынықтыру саласындағы жаңа әдістер мен технологияларды ұстану, конференциялар мен біліктілікті арттыру курстарына қатысуда тұрақты кәсіби дамуды қалыптастыру маңызды.

«Бейімдік дене шынықтыру және спорт» білім беру бағдарламасының негізінде бәсекеге қабілетті, білімді де білікті әрі түрлі санаттағы мүмкіндігі шектеулі адамдармен жұмыс жасай алатын жас мамандарды даярлауда жауапкершілігі мол әрі маңызды шаралардың бірі болып саналады.

**Қорытынды.** Сонымен, мүмкіндігі шектеулі жандардың өмір сүру сапасын жақсартуда дайындалған мамандар мүгедектігі бар адамдарға ағзасының және психоэмоционалды қасиеттерін дамытуға, әлеуметтік белсенділік пен тәуелсіздік деңгейін арттыруға көмектеседі. Бұл олардың өмір сүру сапасын жақсартуға және әлеуметтік оқшаулануды азайтуға көмектеседі.

Кәсіби кадрларды даярлау барысында бағдарлама бейімдік спорт және дене шынықтыру саласында жұмыс істеу үшін дағдылары мен білімі бар мамандарды қалыптастырады, бұл Қазақстанда бейімдік спорт секторының дамуына ықпал етеді. Мүмкіндігі шектеулі жандарды қолдау бағдарламаларын жүзеге асыруда білікті кадрлар



шешуші рөл атқарады. Осы бағыт бойынша бейімдік дене шынықтыру және спорт саласында ғылыми зерттеулер жүргізуде қолайлы және бұл ерекше қажеттіліктері бар адамдар үшін жаттығулар мен оңалтуды жақсартатын жаңа әдістерді, тәсілдерді және технологияларды дамытуға ықпал етеді.

Ал, еліміздегі «Бейімдік дене шынықтыру және спорт» мамандарының жетіспеушілігі біз қарастырған демократиялық санақ нәтижесінде және көптеген оңалту орталықтарында, медициналық мекемелерінде және жұмыспен қамту орталықтарының

хабарландыруларында көрінісін табуда. Ғылыми дереккөздерді жинақтай және талдай келе мүмкіндігі шектеулі балалардың ағзасы мен психологиялық жағдайына қарамастан өз мақсаттарына жетуге нақты көмек көрсете алады. Нақтырақ айтқанда білімді, білікті әрі бәсекеге қабілетті маман даярлау қажеттілігі маңызды. Жалпы еліміздегі статистикалық көрсеткіштерінде жыл сайын 4-5 мың адам түрлі аурулармен туылып, мүгедектігі расталады және оның басым көпшілігі Түркістан облысында екені анықталды.

## Әдебиеттер тізімі

- 1 Евсеева С.П. Адаптивная физическая культура в практике работы с инвалидами и другими маломобильными группами населения: учебное пособие. – М.: Советский спорт, 2014. – 304 с.
- 2 Евсеева С.П. Теория и организация АФК: учебник. – М.: Советский спорт, 2005. – 296 с.
- 3 Евсеева С.П. Теория и организация адаптивной физической культуры: учебное пособие. – М.: Советский спорт, 2010. – 291 с.
- 4 Дене шынықтыру және спорт туралы Қазақстан Республикасының Заңы 2014 жылғы 3 шілдедегі № 228-V ҚРЗ. <https://adilet.zan.kz/kaz/docs/Z1400000228> (дата обращения: 22.11.2024).
- 5 Ұлттық статистика бюросы. <https://stat.gov.kz/industries/social-statistics/stat-medicine/dynamic-tables/> (дата обращения: 22.11.2024).
- 6 Лесбекова Р.Б., Құлбаев А.Т., Ботағариев Т.А., Есжан Б.Ф. Дене шынықтыру және спорт саласындағы ғылыми-зерттеу жұмыстарының құрылымдық негіздері: оқу құралы. – Алматы: КазАСТ, 2022. – 132 б.
- 7 Железняк Ю.Д., Петров П.К. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте // Международный журнал экспериментального образования. – 2017. – №5. – С. 89-90.
- 8 Марчибаева У.Б., Токтарбаев Д.Г., Стоцкая Е.С., Сыздықов С.Ж., Сидорова Р.И., Моисеева Н.А., Тұңғышмұратова Л.С. Бейімдік дене шынықтыру және спорт: оқу құралы. – Астана, 2019. – 408 б.
- 9 Бушенева И.С. Еремін И.В., Савченко В.В. Физическая культура и спорт как средство повышения уровня и качества жизни // Фундаментальные исследования. – 2016. – №8. – С. 107-111.
- 10 Бегидова Т.П. Основы адаптивной физической культуры: учебное пособие для вузов. Изд. 3-е, перераб. и доп. – М.: Издательство Юрайт, 2024. – 181 с.
- 11 Кихтенко Л.Ф., Небытова Л.А., Небытова Л.А., Скорик Е.А. Организация занятий по адаптивной физической культуре в условиях общеобразовательной организации: учебно-метод. пособие. – Ставрополь: СКИРО ПК и ПРО, 2020. – 76 с.

## References

- 1 Evseeva S.P. Adaptivnaja fizicheskaja kul'tura v praktike raboty s invalidami i drugimi malomobil'nymi gruppami naselenija: uchebnoe posobie. – M.: Sovetskij sport, 2014. – 304 s.
- 2 Evseeva S.P. Teorija i organizacija AFK: uchebnik. – M.: Sovetskij sport, 2005. – 296 s.
- 3 Evseeva S.P. Teorija i organizacija adaptivnoj fizicheskoi kul'tury: uchebnoe posobie. – M.: Sovetskij sport, 2010. – 291 s.
- 4 Dene shynqyrturu zhəne sport turaly Kazakstan Respublikasynuñ Zañy 2014 zhylyǵy 3 shildedegi № 228-V QRZ. <https://adilet.zan.kz/kaz/docs/Z1400000228> (data obrashhenija: 22.11.2024).
- 5 Ul'tyq statistika bjurosy. <https://stat.gov.kz/industries/social-statistics/stat-medicine/dynamic-tables/> (data obrashhenija: 22.11.2024).
- 6 Lesbekova R.B., Qulbaev A.T., Botagariyev T.A., Eszhan B.G. Dene shynqyrturu zhəne sport salasyndaǵy ǵylymi-zertteu zhumystarynyñ kurylymlyk negizderi: oqu kuraly. – Almaty: KazAST, 2022. – 132 b.
- 7 Zheleznyak Ju.D., Petrov P.K. Osnovy nauchno-metodicheskoi dejatel'nosti v fizicheskoi kul'ture i sporte // Mezhdunarodnyj zhurnal jeksperimental'nogo obrazovanija. – 2017. – №5. – S. 89-90.
- 8 Marchibaeva U.B., Toktarbaev D.G., Stockaja E.S., Syzdykov S.Zh., Sidorova R.I., Moiseeva N.A., Tunǵyshmұratova L.S. Bejimdik dene shynqyrturu zhəne sport: oqu kuraly. – Astana, 2019. – 408 b.
- 9 Busheneva I.S. Eremın I.V., Savchenko V.V. Fizicheskaja kul'tura i sport kak sredstvo povyshenija urovnja i kachestva zhizni // Fundamental'nye issledovanija. – 2016. – №8. – S. 107-111.
- 10 Begidova T.P. Osnovy adaptivnoj fizicheskoi kul'tury: uchebnoe posobie dlja vuzov. Izd. 3-e, pererab. i dop. – M.: Izdatel'stvo Jurajt, 2024. – 181 s.
- 11 Kihthenko L.F., Nebytova L.A., Nebytova L.A., Skorik E.A. Organizacija zanjatij po adaptivnoj fizicheskoi kul'ture v uslovijah obshheobrazovatel'noj organizacii: uchebno-metod. posobie. – Stavropol': SKIRO PK i PRO, 2020. – 76 s.

<p><b>Хат-хабарларға арналған автор (бірінші автор)</b>                  Ерданова Гулзинеб Серикбайқызы                  – магистр, Абай атындағы                  Қазақ Ұлттық педагогикалық                  университеті,                  Алматы қ., Қазақстан,                  e-mail: gulzi.erdanova@gmail.com                  ORCID ID: <a href="https://orcid.org/0009-0005-4181-4400">https://orcid.org/0009-0005-4181-4400</a></p>	<p><b>Автор для корреспонденции (первый автор)</b>                  Ерданова Гулзинеб Серикбайқызы                  – магистр, Казахский                  национальный педагогический                  университет имени Абая,                  г. Алматы, Казахстан,                  e-mail: gulzi.erdanova@gmail.com                  ORCID ID: <a href="https://orcid.org/0009-0005-4181-4400">https://orcid.org/0009-0005-4181-4400</a></p>	<p><b>The Author for Correspondence (The First Author)</b>                  Yerdanova Gulzineb –                  Master’s degree,                  Kazakh National Pedagogical                  University named after Abai,                  Almaty, Kazakhstan,                  e-mail: gulzi.erdanova@gmail.com                  ORCID ID: <a href="https://orcid.org/0009-0005-4181-4400">https://orcid.org/0009-0005-4181-4400</a></p>
--	--	---

Кифик Н.Ю.<sup>ORCID</sup>, Шелудько Е.В., Шкваренко Н.С.

Костанайский региональный университет им. А. Байтұрсынұлы, г. Костанай, Казахстан

## ПОДГОТОВКА ЭКСКУРСОВОДОВ В ВУЗАХ КАЗАХСТАНА: ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ

Кифик Наталья Юрьевна, Шелудько Евгения Васильевна, Шкваренко Никита Сергеевич  
**Подготовка экскурсоводов в вузах Казахстана: проблемы и перспективы**

**Аннотация.** В статье представлен анализ существующих моделей подготовки экскурсоводов, с акцентом на сравнение международного опыта и выявление наиболее актуальных подходов. Рассматриваются программы подготовки экскурсоводов в различных странах, выделяются особенности их целей, задач, содержания и результатов. Особое внимание уделено процессу сертификации экскурсоводов и его специфике. На основе сравнительного анализа мирового опыта и существующих программ подготовки экскурсоводов в Республике Казахстан предложена авторская модель подготовки экскурсоводов. Данная модель разработана в контексте образовательной программы «Туризм» и ориентирована на формирование ключевых профессиональных компетенций, выбор эффективных методов и форм обучения, а также содействие трудоустройству выпускников. Разработка данной модели образовательной программы minor сделана на основе анализа программ, реализуемых в Костанайском региональном университете им. А. Байтұрсынұлы.

**Ключевые слова:** экскурсовод, экскурсия, модель подготовки, сертификация, Национальный реестр, гид-переводчик.

Kifik Natalia Yurievna, Sheludko Evgenia Vasilievna, Shkvarenko Nikita Sergeevich  
**Training of tour guides in universities of Kazakhstan: problems and prospects**

**Abstract.** The article presents an analysis of existing models of training tour guides, with an emphasis on comparing international experience and identifying the most relevant approaches. The programs for training tour guides in various countries are considered, the features of their goals, objectives, content and results are highlighted. Particular attention is paid to the process of certification of tour guides and its specifics. Based on a comparative analysis of world experience and existing programs for training tour guides in the Republic of Kazakhstan, the author's model of training tour guides is proposed. This model was developed in the context of the educational program "Tourism" and is focused on the formation of key professional competencies, the choice of effective methods and forms of training, as well as assistance in the employment of graduates. The development of this model of the minor educational program is based on the analysis of programs implemented at the Kostanay Regional University named after A. Baitursynuly.

**Key words:** guide, excursion, training model, certification, National Register, guide-interpreter.

Кифик Наталья Юрьевна, Шелудько Евгения Васильевна, Шкваренко Никита Сергеевич  
**Қазақстанның жоғары оқу орындарында экскурсия жетекшілерін даярлау: мәселелері мен болашағы**

**Аңдатпа:** Мақалада халықаралық тәжірибені салыстыруға және ең өзекті тәсілдерді анықтауға баса назар аударып, экскурсия жетекшілерін дайындаудың қолданыстағы модельдерін талдау ұсынылған. Әртүрлі елдердегі экскурсия жетекшілерін даярлау бағдарламалары қарастырылады, олардың мақсаттары, міндеттері, мазмұны мен нәтижелері ерекше көрсетілген. Экскурсия жетекшілерін сертифициаттау үдерісіне және оның ерекшеліктеріне ерекше назар аударылады. Өлемдік тәжірибені және экскурсия жетекшілерін даярлаудың қолданыстағы бағдарламаларын салыстырмалы талдау негізінде Қазақстан Республикасында экскурсия жетекшілерін даярлаудың авторлық моделі ұсынылды. Бұл модель «Туризм» білім беру бағдарламасының контекстінде әзірленген және негізгі кәсіби құзыреттіліктерді қалыптастыруға, оқытудың тиімді әдістері мен нысандарын таңдауға, сондай-ақ түлектерді жұмысқа орналастыруға ықпал етуге бағытталған. Minor білім беру бағдарламасының осы моделін әзірлеу А. Байтұрсынұлы атындағы Қостанай өңірлік университетінде іске асырылатын бағдарламаларды талдау негізінде жасалды.

**Түйін сөздер:** гид, экскурсия, оқу үлгісі, сертифициаттау, Ұлттық тізілім, гид-аудармашы.

**Введение.** Туристическая отрасль в Казахстане обладает значительным потенциалом для превращения в один из ключевых и прибыльных секторов экономики. Для формирования качественного туристического кластера необходимо учитывать международный опыт развития туристической индустрии. Одним из важнейших аспектов этого процесса является подготовка экскурсоводов, которой следует уделить особое внимание. Анализ существующего зарубежного и отечественного опыта в данной области позволит разработать эффективную модель и программу подготовки экскурсоводов, адаптированную к современным требованиям.

**Актуальность исследования.** Экскурсионная деятельность играет важную роль в развитии туристического сектора Казахстана, способствуя культурному обмену, образованию и привлечению доходов в экономику страны. Казахстан, обладая богатым историко-культурным наследием, уникальными природными ландшафтами и разнообразными туристическими возможностями, имеет высокий потенциал для развития экскурсионного бизнеса. Организация экскурсий не только позволяет продемонстрировать культурное и природное богатство страны, но и способствует развитию местных сообществ. Это проявляется в поддержке народных ремесел, производстве сувенирной продукции и сохранении культурного наследия. С экономической точки зрения, развитие экскурсионной деятельности открывает возможности для создания новых рабочих мест, увеличения туристического потока и роста доходов от туризма. Это, в свою очередь, стимулирует развитие инфраструктуры и повышение качества предоставляемых услуг, что оказывает положительное влияние на общее благосостояние регионов.

**Целью** данного исследования является изучение возможностей подготовки экскурсоводов в Республике Казахстан и разработка рабочей модели подготовки специалистов с учетом выбора образовательных модулей в формате minor.

Для достижения поставленной цели сформулированы следующие **задачи**:

1. Проанализировать существующие модели подготовки экскурсоводов, включая механизмы их сертификации.

2. Изучить возможности, ограничения и риски подготовки экскурсоводов в вузовской системе образования с учетом выборности модулей minor.

3. Разработать рабочую модель системы подготовки экскурсоводов, адаптированную к выборным образовательным модулям minor, с учетом современных требований и реалий туристической отрасли Казахстана.

**Материалы и методы.** В рамках исследования проведен литературный обзор публикаций, посвященных проблемам подготовки экскурсоводов в вузах Казахстана, а также анализ теоретических подходов и методов, применяемых в данной области. Изучено законодательство и нормативные акты, регулирующие образовательную и туристическую деятельность в Казахстане, включая требования к подготовке экскурсоводов.

В ходе работы выполнен сравнительный анализ существующих моделей подготовки экскурсоводов, что позволило выявить их особенности и недостатки. Для разработки собственной модели подготовки экскурсоводов использовались методы аналогии, классификации, абстрагирования, обобщения, систематизации и моделирования, что обеспечило комплексный подход к решению исследовательских задач.

Подготовка экскурсоводов – это многоаспектный процесс, который включает в себя не только изучение истории и культуры, но и развитие навыков коммуникации и презентации информации. Важность этой подготовки подчеркивается тем, что она влияет на качество туристического опыта и может способствовать устойчивому развитию туризма в Казахстане. Развитию профессиональных компетенций экскурсоводов уделяли внимание как зарубежные, так и казахстанские авторы. Так, в ряде работ рассматриваются требования к организации экскурсионно-туристической деятельности: В.А. Квартальнов, И.Д. Солодухин, В.С. Сенин («Организация туристско-экскурсионного обслуживания») [1, 2]; Н.В. Савина («Экскурсоведение») [3]; А.П. Дурович Н.И. Кабушкин., Т.М. Сергеева («Организация туризма») [4]; В.А. Ганский, Е.В. Вовнейко («Экскурсоведение») [5], Б.В. Емельянов («Экскурсионное дело») [6]; О.Г. Лютерович, – (Педагогические условия подготовки будущих экскурсоводов в высших учебных заведениях) [7]. Анализ научных статей по проблеме подготовки экскурсоводов позволил рассмотреть последние тенденции подготовки экскурсоводов в Республике Казахстан и странах СНГ [8-10]. Ключевую роль в образовании экскурсоводов играют ВУЗы и специализированные центры, предоставляя им необходимые знания и практические навыки. Международные организации, такие как United Nations World Tourism Organization (UNWTO) и World Federation of Tourist Guide Associations (WFTGA), также вносят значительный вклад, предлагая стандарты и рекомендации, которые помогают обеспечить высокий уровень профессионализма в этой области.

Туристско-краеведческие исследования являются основой для подготовки экскурсоводов,

так как они позволяют глубже понять историю, культуру и природу региона. Эти исследования помогают экскурсоводам создавать интересные и информативные маршруты, которые могут привлечь туристов и расширить их знания о Казахстане.

Кроме того, подготовка экскурсоводов включает в себя изучение психологии, методик преподавания и техник управления группой, что необходимо для эффективного взаимодействия с разнообразной аудиторией. Это позволяет достичь желаемого результата обретения туристами новых знаний и положительных эмоций от посещения страны.

В ряде работ и нормативных документов делается акцент на формирование модели подготовки экскурсовода. Анализ работ таких авторов, как В.Н. Блохин и множества других теоретиков и практиков туризма, нормативных документов, таких как Атлас новых профессий и компетенций Казахстана, Государственная программа развития туристской отрасли Республики Казахстан позволяют нам сформировать основные требования, предъявляемые к профессиональным компетенциям экскурсовода [11-13]. В Законе Республики Казахстан «О туристской деятельности в Республике Казахстан» также делается акцент на профессиональные компетенции экскурсоводов, среди них:

**Знание предметной области:** Глубокое понимание истории, культуры, географии и значимых мест региона.

**Коммуникативные навыки:** Способность четко и увлекательно передавать информацию, адаптируясь к различным аудиториям.

**Педагогические навыки:** Умение обучать и вовлекать группу, используя различные методы и техники преподавания.

**Исследовательские навыки:** Способность проводить туристско-краеведческие исследования для обновления и расширения знаний о регионе.

**Организационные навыки:** Эффективное планирование и управление экскурсиями, включая логистику и время.

**Психологическая подготовка:** Понимание психологии туристов для создания комфортной и безопасной атмосферы.

**Этика и профессионализм:** Соблюдение этических норм и стандартов профессионального поведения [14].

Таким образом, подготовка экскурсоводов в Казахстане – это комплексный процесс, который требует совместных усилий образовательных учреждений, профессиональных ассоциаций и государственных органов для достижения высоких стандартов качества и устойчивого развития туристической отрасли.

Нами были выявлены основные отличия мирового опыта по подготовке экскурсоводов от казахстанского:

1. **Практическое обучение:** В странах Европейского союза и США большое внимание уделяется практическим занятиям и производственной практике, что позволяет студентам получить реальный опыт работы в туристической индустрии еще на стадии обучения.

2. **Дополнительное профессиональное образование:** В зарубежных странах распространено прохождение круглогодичных курсов по подготовке специалистов для сферы туризма, что позволяет студентам получить более глубокие знания и навыки в этой области.

**Система обучения:** В европейских странах и США образование организовано таким образом, чтобы студенты могли получить как теоретические знания, так и практические навыки, что делает их подготовку более комплексной и эффективной. Опыт зарубежных стран по подготовке гидов-экскурсоводов ориентирован на сертификацию данной деятельности. В Соединенных Штатах большая часть учреждений, занимающихся подготовкой экскурсоводов, является частью различных ассоциаций и объединений. В Европе и США функционируют специализированные организации, которые контролируют процесс выдачи лицензий и сертификатов для тех, кто занимается туризмом и экскурсионной деятельностью (NFTGA – National Federation of tourist guide associations). Программы обучения включают в себя:

- обучение профессиональным навыкам и нормам поведения гида;
- ознакомление с культурными особенностями и достопримечательностями местности;
- изучение законодательства и правил безопасности в туризме и экскурсионной деятельности [15].

Программа подготовки экскурсоводов в Европе предусматривает обмен слушателями для получения опыта в других местностях. Это позволяет студентам расширить свой опыт и знания, познакомиться с различными культурами и обучиться работе в различных условиях. В странах Европы и США студенты имеют возможность получить международные сертификаты или лицензии на оказание экскурсионных услуг, такие как Tour guide certificate (США) и Carnet de la guida turistica (Европа). Эти документы позволяют экскурсоводам зарегистрироваться в национальных реестрах и работать в соответствии с международными стандартами. В некоторых странах Европы требуется подтвердить лицензию экскурсовода каждые 3

года, что подразумевает постоянное повышение квалификации. В остальных странах лицензия может быть бессрочной, однако экскурсоводы обязаны постоянно совершенствовать свои навыки и знания

Структурные подразделения, занимающиеся подготовкой гидов-экскурсоводов в странах Азии и Африки: ДПО: ассоциация гидов Южной Африки (Field guide association of South Africa), Правительство о. Хайнань (Китай), экспертный Центр (Appraisal center) и центр развития профессиональных навыков (Training center of professional skills), местные департаменты образования. Программы обучения экскурсоводов в Азии и Африки включают в себя:

- программы соответствуют стандартам Field guides association of South Africa (FGASA) и национальным образовательным стандартам. Это обеспечивает качество обучения и гарантирует, что студенты получают необходимые знания и навык;

- студенты получают практический опыт работы на существующих маршрутах и в учебных агентствах, что позволяет им применять полученные знания на практике и развивать свои навыки;

- программы активно используют современные информационно-коммуникационные и мультимедийные технологии, что делает обучение более интерактивным и эффективным;

- студенты имеют возможность получить международный сертификат или лицензию на оказание экскурсионных услуг. Организации, контролирующие выдачу таких документов, включают Ассоциацию гидов Южной Африки, Правительство

о. Хайнань (Китай), экспертный центр и центр развития профессиональных навыков, а также местные департаменты образования. Получение международного сертификата/лицензии подтверждает квалификацию экскурсовода и позволяет работать в соответствии с международными стандартами.

Особенностями обучения гидов в Австралии является:

1. Важным условием в подготовке выпускников является получение гарантийного письма, своего рода ходатайства от работодателя для устройства на работу или другие документы, свидетельствующие об опыте практической деятельности.

2. После обучения выдается карта экскурсовода, которая подтверждает соответствие всем квалификационным требованиям Австралийской организации гидов (Guiding Organisations Australia) [16]. Несомненно, в Казахстане имеется собственная система подготовки гидов-экскурсоводов, включающая и подготовку специалистов через систему вузовского образования и через систему специализированных курсов и обучающих программ. В Республике Казахстан 38 вузов осуществляют подготовку 6119 студентов бакалавриата по образовательной программе «Туризм», 13 вузов осуществляют подготовку по магистерским программам и только 3 вуза (Казахская академия спорта и туризма, Евразийский национальный университет им. Л.Н. Гумилёва, Казахский национальный университет им. Аль-Фараби) по программе докторантуры (рисунки 1, 2).

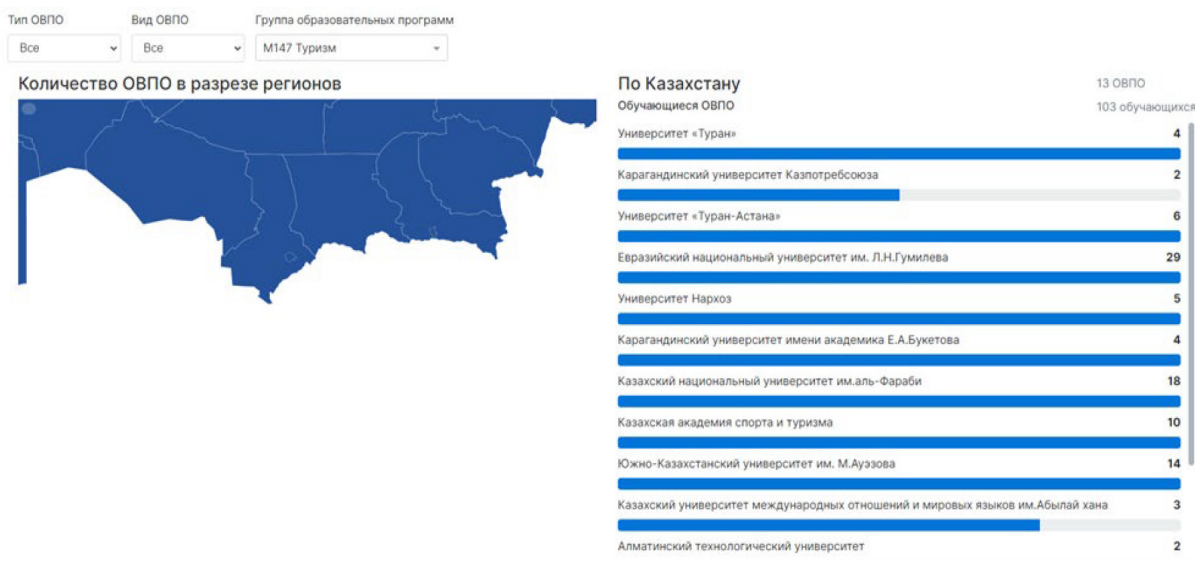


Рисунок 1 – Статистика вузов, обучающихся по программам магистратуры ОП M147 Туризм [17]

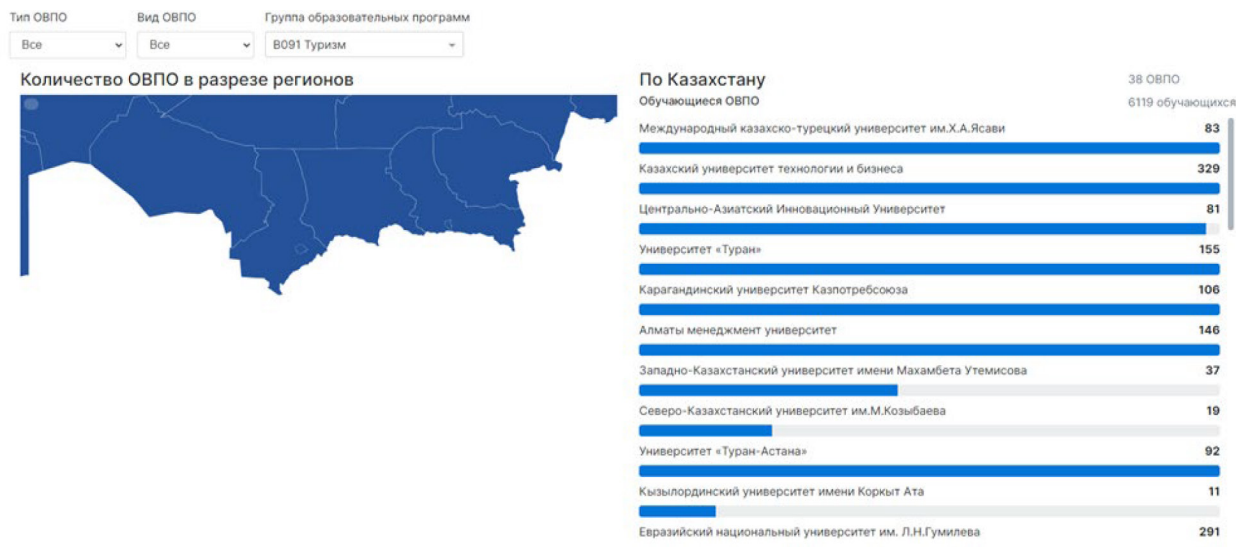


Рисунок 2 – Статистика вузов, обучающихся по программам бакалавриата ОП 6В091Туризм [17]

Так, предлагаются специализированные курсы подготовки экскурсоводов на базе национальных университетов - ЕАГИ им. Л.Н.Гумилева, на базе Туристической ассоциации Центральной Азии, через Институт непрерывного

образования - Yessenov University, который в рамках проекта «Серебряный университет» открыл туристический курс по подготовке гидов-экскурсоводов для граждан пожилого возраста (рисунок 3).

Экскурсоводы (теоретическая часть программы)

5 000 ₸

Программа курса

- 1. Изучить методическую, краеведческую и историческую литературу
- 2. Применять разные методики проведения экскурсий
- 3. Осуществлять экскурсионный анализ

Программа курса

- Основы правила подготовки и проведения экскурсий (1 час)
- Методика по экскурсоведению (3 часа)
- Технология организации и проведения экскурсий и некоторые методические приемы для проведения экскурсий по маршруту (30 минут)
- География и краеведение Туркестанской области (1 час)
- Понятие экскурсоведения. История Туркестана (1 час)
- ИНСТРУКЦИЯ ПО ОБЯЗАННОСТИ ТРУДА ДЛЯ ЭКСКУРСОВОДА (15 минут)
- Техника безопасности (15 минут)
- Итоговое тестирование (50 минут)

Отзывы о курсе



#### Учебный центр при КТА проводит обучающие курсы по нескольким квалификациям.

##### Квалификация «Экскурсовод»

При подготовке по данной квалификации используется многолетний опыт в этой сфере городского Алматы-Атинского бюро путешествий и экскурсий, накопленный на протяжении 60-90-х годов. В частности, сохранено классическое количество часов обучения и в программу принесены все необходимые изменения, отражающие современное состояние экскурсионной методики, а также требования педагогической, географической и других наук.

Объем трехмесячных курсов – 144 часа.

Занятия включают лекции, семинары и практические занятия.

Слушатели осваивают курс «Экскурсоведение» по программе высшей школы.

Программа курса включает в себя лекции по краеведению, истории тюркской цивилизации, культуре кочевников, архитектуре, музееведению, теории и практике экскурсионного дела, методику, технику проведения экскурсий, составление технологической карты, профессиональные требования к экскурсоводу.

По окончании курсов **слушателям необходимо:**

1. Сдать устно зачет по краеведению;
2. Написать и защитить индивидуальный текст экскурсии на выбранную тему;
3. Практически провести экскурсию;
4. Пройти сертификацию.

При успешном прохождении **слушатель получает:**

1. Удостоверение о прохождении курсов.
2. Сертификат о присвоении квалификации.
3. Лицам, успешно завершившим обучение, присваивается квалификация экскурсовода 3-ей категории и сертификат установленного образца.

При желании экскурсовода повысить категорию, необходимо обратиться в Аттестационную комиссию КТА (которая заседает 2 раза в год) и сдать экзамен на повышенную категорию.

## КУРСЫ ГИДОВ-ПЕРЕВОДЧИКОВ

### ОРГАНИЗАТОРЫ

Курс по подготовке гидов-переводчиков проводится на базе авторитетных организаций, каждая из которых вносит **осязаемый** вклад в развитие туристской отрасли Казахстана:

- Казахстанский туроператор [Welcome.kz](http://Welcome.kz)
- Университет «Туран» [www.turan-edu.kz](http://www.turan-edu.kz)
- Туристский информационный центр г. Алматы (Visit Almaty) [www.visitalmaty.kz](http://www.visitalmaty.kz)

### ПРОГРАММА

Программа курсов соответствует требованиям WTGA (Всемирной Ассоциации Туристских Гидов), которая является самой авторитетной профильной ассоциацией в мире и членом UNWTO (Всемирной Туристской Организации ООН). Курс основан на одной из самых современных и эффективных методик обучения туристских гидов с небольшой адаптацией под Казахстанскую специфику и успешно проводится в г. Алматы и Астане с 2014 года. Курс направлен на интенсивное и интерактивное обучение в небольших группах, где вы сможете всего за 1 месяц изучить и отработать на практике базовые методики, которыми необходимо владеть профессиональному экскурсоводу/гиду/гиду-переводчику. Практической отработке методик уделяется более 40% от общего времени обучения.

Большую часть занятий проводят сертифицированные национальные тренеры и члены WTGA (Всемирная Ассоциация Туристских Гидов), в том числе первый в Казахстане действующий англоязычный гид-переводчик, имеющий подобную сертификацию.

Рисунок 3 – Некоторые программы курсов подготовки экскурсоводов

Перспективы в сфере образования Казахстана весьма обнадеживающие, и существует возможность разработки различных образовательных программ. К ним можно отнести курсы по изучению казахской культуры и истории, ориентированные на иностранных туристов, программы, направленные на подготовку экскурсоводов, мастер-классы по национальным блюдам и традиционным ремеслам, обучения мерам безопасности при проведении экскурсий, курсы, посвященные традиционным народным играм и развлечениям, а также модули, связанные с основами туристического бизнеса и управлением туристическими компаниями. Однако, как было ранее выявлено в анализе международного опыта подготовки гидов-экскурсоводов, важное место в системе организационной и обучающей деятельности занимает процедура регистрации в национальных реестрах и дальнейшей сертификации [18]. В Республике Казахстан через процедуру регистрации в Национальном реестре на сегодняшний день прошло всего лишь 95 специалистов экскурсионного дела. В основном представлены Алматы и Алмагинская область, в меньшем количестве Акмолинская область,

Жамбылская область, Актюбинская область и города: Астана, Тараз, Уральск, Караганда, Семей и Павлодар. Как мы видим, представителей Костанайской области не представлено, что подчеркивает необходимость подготовки новых кадров для данного региона [16].

Для подготовки современных и высококвалифицированных гидов-экскурсоводов необходимо непрерывное обновление учебных планов и образовательных программ, а также кардинальное изменение содержания их подготовки в системе туристского обучения. (рисунок 4).

**Результаты.** Нами был проведен анализ разнообразных программ для подготовки экскурсоводов разных направлений в странах СНГ. Исходя из проделанного анализа, можно выделить, что обучение на экскурсоводов и гидов-переводчиков осуществляется в трех основных формах:

- 1) обучения на соответствующей специальности в вузе;
- 2) обучение на соответствующей специальности в колледже;
- 3) специализированные курсы для обучения основам профессии [19].

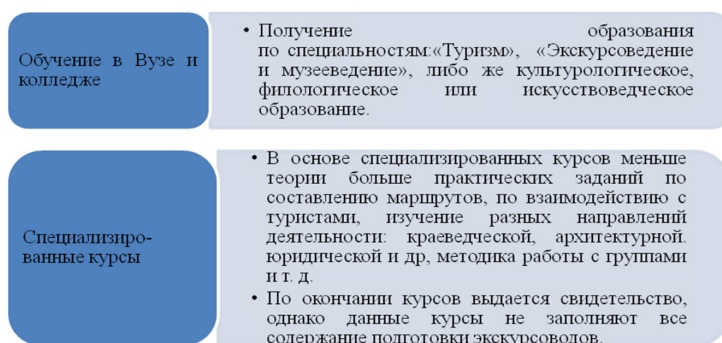


Рисунок 4 - Формы обучения экскурсоводов



Изучение программ подготовки экскурсоводов в учебных заведениях стран СНГ дает возможность

выявить характерные черты как теоретической, так и практической подготовки кадров.

Таблица 1 – Особенности программ обучения

Название программы	Содержание курса	Трудо-емкость курса	Формат обучения	Режим занятий
Программа «Гид-переводчик. Экскурсовод» Теоретические основы экскурсионной деятельности. Практическая разработка маршрутов.		378 часов	Групповой (по 8-10 человек)	До 8 часов в неделю в вечернее время
Программа дисциплины «Экскурсоведение»	Теоретические основы экскурсионной деятельности.	242 часа	Групповой	3-4 часа в неделю, согласно расписанию занятий

Другой способ приобретения компетенций экскурсовода в странах СНГ – это прохождение обучения по программам дополнительного профессионального образования, включая программы профессиональной переподготовки. Важно отметить, что разнообразие образовательных курсов и программ в Республике Казахстан является ключевым аспектом подготовки высококвалифицированных специалистов в сфере экскурсоведения. Программы бакалавриата и магистратуры, а также специализированные курсы дополнительного образования, ориентированные на экскурсоведение, туризм и культурный туризм, играют значительную роль в развитии необходимых профессиональных навыков и знаний. В этом контексте существуют образовательные программы, охватывающие различные направления, которые помогают формировать специалистов, способных эффективно работать в туристической отрасли. Так, существуют образовательные программы по следующим направлениям: в бакалавриате – «Экскурсоведение и туризм»; «Туризм»; «Туризм и гостеприимство». Программы магистратуры: «Экскурсоведение и культурный туризм», «Управление туристическим бизнесом», «Туризм и гостеприимство». Также в программе дополнительного профессионального образования предусмотрены курсы «Экскурсоведение и организация экскурсий», «Туристический гид», «Культурный туризм».

В связи с тем, что подготовка гидов-экскурсоводов через систему специализированных курсов требует специальной сертификации специальными аккредитованными агентствами, мы эту сферу рассматривать не будем, остановимся на подготовке экскурсоводов через систему высшего образования [20]. Многопрофильность становится все более важной в современном мире труда, и многостороннее

образование, такое как minor, играют в этом ключевую роль. Программы minor предоставляют студентам возможность расширить свой учебный опыт за пределами основной специальности и приобрести компетенции в дополнительных областях

Этот подход к образованию имеет несколько преимуществ:

**Широкий спектр навыков:** студенты, выбирая minor, могут изучать различные области знаний, что позволяет им развивать навыки в нескольких областях и быть более гибкими и адаптивными на рынке труда.

**Уникальность профиля:** дополнительные компетенции, полученные через minor, могут выделить студентов на рынке труда, делая их более привлекательными для работодателей, особенно в условиях конкуренции.

**Развитие междисциплинарных навыков:** Изучение разных областей помогает студентам развивать междисциплинарные навыки, такие как аналитическое мышление, умение работать в команде и решать сложные проблемы.

**Персонализация образования:** программы minor позволяют студентам настраивать свое образование в соответствии с их интересами, целями и потребностями, что способствует более индивидуализированному подходу к учебному процессу.

В целом, программы minor представляют собой ценный инструмент для обогащения образования студентов и подготовки к адаптивной и многогранной карьере.

Программа minor может быть полезна для расширения кругозора студента, углубления знаний в определенной области, а также для повышения конкурентоспособности на рынке

труда. По завершении обучения по программе minor студент получает дополнительный диплом или сертификат, подтверждающий его дополнительные компетенции.

Программа minor может быть выбрана как из области, близкой к основной программе обучения студента, так и из совершенно другой области, что позволяет студенту разносторонне развиваться и приобрести новые знания и навыки.

**Обсуждение.** Таким образом, программа дополнительного образования minor дает учащимся шанс адаптировать свое обучение, расширить свои знания и стать более квалифицированными и опытными специалистами.

Дополнительные образовательные программы, или программы minor, действительно являются распространенной практикой во многих странах. Они позволяют студентам расширить свой кругозор и приобрести дополнительные компетенции в дополнение к основной программе обучения.

Зарубежный опыт использования программ minor показывает несколько отличительных черт:

**Гибкость:** программы minor предлагают студентам возможность выбирать дисциплины

или модули, соответствующие их интересам и карьерным целям.

**Дополнительность:** программы minor дополняют основную программу обучения, позволяя студентам получить компетенции по другим направлениям подготовки.

**Расширение компетенций:** программы minor помогают студентам развивать навыки и знания в дополнительных областях, что может быть полезно для их будущей карьеры.

**Совместимость:** программы minor обычно разрабатываются таким образом, чтобы быть совместимыми с основной программой обучения, не создавая конфликтов в расписании студента [21]. Многие зарубежные университеты успешно применяют программы minor, что свидетельствует об их эффективности и значимости для студентов. Применительно к Республике Казахстан, дополнительные образовательные программы составляются в соответствии с положениями Министерства образования и науки, а также внутренней академической политикой каждого вуза. Это обеспечивает стандартизацию и качество образования в стране.

Таблица 2 - Общие рекомендации по разработке дополнительных образовательных программ в Казахстане [22]

Количество дисциплин	В рамках программы minor студент должен пройти 3-4 дисциплины из 3-го и/или 4-го годов обучения по дополнительной программе обучения. В результате обучения студент получает оценку «Pass» /«Nopass».
Объем кредитов	Согласно мировой практике, дополнительная программа minor не должна учитываться в общем числе академических кредитов, требуемых для получения степени бакалавра по основной программе major.
Общее количество кредитов	Чтобы успешно закончить программу minor, студент должен получить как минимум 24 кредита ECTS (или 12 кредитов РК) в рамках дополнительной учебной программы.
GPA	Для успешного получения степени бакалавра по дополнительной образовательной программе (minor) студенты должны иметь средний балл (GPA) не ниже 2,0.
Условия обучения	Обучающийся обязан осваивать специальную программу параллельно с основной образовательной программой. После завершения основной программы и получения диплома бакалавра, обучение по дополнительной программе не допускается.
Академические задолженности	Любые незавершенные академические требования по программе minor, в которой участвует студент, станут барьером для получения бакалаврской степени по основной образовательной программе. Если студент в конечном итоге решит завершить обучение по основной программе без minor, ему необходимо будет отменить свою регистрацию на программе minor.
Регистрация на дополнительную программу	Для того чтобы зарегистрироваться на дополнительную программу minor, студент должен выбрать курс, который предлагает другая кафедра университета. Чтобы корректно составить индивидуальный учебный план по новой специальности, ему необходимо обсудить свою учебную траекторию с заведующим соответствующей кафедрой. Согласование с заведующим является обязательным этапом, и только после этого эдвайзер может утвердить индивидуальный учебный план студента.

В Костанайском региональном университете им. А. Байтұрсынұлы предоставляется возможность получения дополнительного образования в рамках

программ minor. Данная практика была введена с 2018 года. Так были разработаны 94 программы дополнительного обучения разной направленности [23].

Сейчас университет предлагает следующие *minor* программы для студентов бакалавриата на 2025 год:

- интеллектуальные информационные системы для экономистов и юристов;
- клинико-педагогические основы специального образования;
- мониторинг объектов окружающей среды;
- основы производства органической продукции;
- современные возможности коммуникаций;
- социально-экономическая, культурная история Казахстана и роль казахских деятелей;
- халал продукты и правильное питание;
- школа кондитерского искусства;
- школа кулинарии;
- язык и межкультурная коммуникация [23].

Ключевые характеристики программ *minor* в Крупном университете имени А. Байтұрсынұлы:

- начиная с второго курса, студенты имеют возможность заменить некоторые предметы основной образовательной программы (*major*) на дополнительные образовательные программы (*minor*);
- общий объем кредитов для таких замен не должен превышать 20;
- дисциплины *minor* включаются в общий объем академических кредитов, необходимых для получения степени бакалавра по основной образовательной программе;
- каждый студент может выбрать только одну программу *minor* для изучения, которая будет проходить на третьем и четвертом курсах бакалавриата;

– выбор программы осуществляется студентом по его усмотрению. Освоение дисциплин осуществляется для получения дополнительных компетенций по смежным образовательным программам, а также для удовлетворения личных потребностей студента.

На основании требований к подготовке экскурсоводов мы сформировали собственную модель подготовки экскурсоводов. В основе данной модели лежит программа *minor*, которая исходит из запросов общества на подготовку высококвалифицированных гидов-экскурсоводов. Содержание данной программы сформировано с учетом как казахстанского, так и зарубежного опыта, представленного выше. В основу компетенций положены ранее обозначенные требования к подготовке гидов-экскурсоводов, компоненты профессиональной готовности реализуются в ходе практической деятельности, которая является ведущим компонентом программы *minor*. Ведущими методами являются: практико-ориентированные методы, проблемные, эвристические, позволяющие студентам самостоятельно решать предложенные ситуации, разбирать кейсы. Формы организации учебной деятельности: групповая и индивидуальная. Поскольку предложенные методы предусматривают в большинстве своем работу в группах, парах, в группах сменного состава и также составление индивидуальных маршрутов, отработку навыков и умения ориентироваться на местности, владение навыками общения с клиентами и т.д. Заключительным элементом модели стало дальнейшее трудоустройство экскурсоводов.



Рисунок 5 - Модель подготовки экскурсоводов на базе Костанайского регионального университета имени А. Байтұрсынұлы

Перед студентами, прошедшими обучение, открываются следующие возможности:

- открытие собственного экскурсионного бизнеса и развитие экскурсионной сферы в Костанайской области;
- проведение экскурсий «по заказу»;
- трудоустройство на предприятиях, предоставляющих экскурсионные услуги.

Так как данная программа ориентирована в первую очередь на будущих педагогов, то полученные навыки могут быть полезны и в ходе организации учебного процесса в школах, где учителя, прошедшие обучение и получившие компетенции экскурсовода, смогут самостоятельно проводить «живые уроки» и организовывать экскурсии для учеников, не привлекая при этом третьих лиц.

Все вышеперечисленные элементы стали составляющими модели подготовки экскурсоводов на базе Костанайского регионального университета имени А. Байтұрсынұлы, разработанной с учетом внедрения дополнительной образовательной программы (minor) «Экскурсоведение» (рисунок 5).

Выводы о характеристиках, способствующих подготовке высококвалифицированных специалистов в области экскурсионного обслуживания, выглядят достаточно убедительно. Рассмотрим их более детально:

1. Уделение внимания практической деятельности и реализации теоретических знаний в условиях реальной работы: этот аспект имеет большое значение, так как позволяет студентам применять свои знания на практике, что является основополагающим для успешного профессионального роста в сфере экскурсионного бизнеса. Наличие современных информационно-коммуникационных технологий и программного обеспечения: использование современных технологий в процессе обучения обогащает опыт студентов и помогает им адаптироваться к требованиям современной индустрии.

2. Необходимость постоянного совершенствования навыков и повышения квалификации: это отражает динамичную природу индустрии экскурсионной деятельности, где постоянное обновление и усовершенствование навыков необходимы для успешной работы.

3. Обязательное лицензирование и сертификация для оказания экскурсионных услуг: эти требования способствуют повышению качества услуг и защите интересов клиентов, обеспечивая, таким образом, надежность и доверие к профессионалам в этой области.

4. Отличительные особенности сертификации: важно осознавать особенности сертификационной

системы в конкретной стране, так как это может повлиять на процесс получения лицензии и регистрации в реестре экскурсоводов.

Общая картина показывает, что эти черты совпадают с международными стандартами качества и требованиями к профессионалам в сфере экскурсионного бизнеса. Понимание этих аспектов поможет как студентам, так и работникам в индустрии экскурсоведения успешно функционировать в данной сфере.

**Заключение.** В рамках проведенного исследования были проанализированы предложения по подготовке экскурсоводов в городе Костанай, выявлены их особенности и специфические черты. Проведенный анализ предложений по подготовке экскурсоводов в этом регионе продемонстрировал незначительное количество данных услуг, что не позволяет получить компетенции экскурсовода всем желающим. Система подготовки сертифицированных экскурсоводов в регионе также отсутствует, что делает данное исследование еще более актуальным.

Была сформирована модель подготовки экскурсоводов. С этой целью был изучен спрос на услуги по подготовке экскурсоводов среди студентов Костанайского регионального университета имени А. Байтұрсынұлы, было выявлено, что при должном информировании студентов имеется шанс повышения спроса и интереса на программу по подготовке экскурсоводов. Также для формирования модели были изучены особенности дополнительных образовательных программ (minor), опыт их применения в зарубежных странах. Разработанная модель системы подготовки экскурсоводов в рамках выборности minor и самой программы «Экскурсоведение» является основой для эффективной реализации образовательного процесса, учитывающей как потребности студентов, так и существующие образовательные программы в университете.

Внедрение дополнительной образовательной программы (minor) «Экскурсоведение» представляется важным шагом для вашего университета. Вот несколько ключевых моментов, которые подтверждают его значимость:

1. Повышение репутации университета: внедрение такой программы демонстрирует стремление университета к развитию в сфере экскурсионной деятельности, что может улучшить его репутацию как центра образования, специализирующегося на подготовке квалифицированных специалистов в данной области.

2. Углубление профессиональных умений выпускников: введение программы minor «Экскурсоведение» предоставляет студентам возможность

овладеть дополнительными знаниями и навыками в сфере экскурсионного обслуживания. Это не только повышает их конкурентоспособность на рынке труда, но и открывает новые перспективы для карьерного продвижения.

3. Адаптация к потребностям рынка труда: Исследование спроса на услуги по подготовке экскурсоводов позволяет вузу ориентироваться

на потребности рынка труда и обеспечивать соответствующее образование, подготавливающее специалистов, востребованных на рынке.

В целом, внедрение minor «Экскурсоведение» представляет собой важный шаг для развития образовательной программы вуза и формирования качественного кадрового потенциала в области экскурсионной деятельности.

## Список литературы

- 1 Квартальнов В.А., Солодухин И.Д. Методика и педагогика профессионального обучения и подготовки специалистов для целей туризма. – М., 1998. – 378 с.
- 2 Организация туристско-экскурсионного обслуживания: учебное пособие / В. А. Квартальнов, В.С. Сенин; Ин-т повышения квалификации работников туристско-экскурсионной организации. - Москва: Центр. рекламно-информ. бюро «Турист», 1987. - 81 с.
- 3 Экскурсоведение: учебное пособие для студентов высших учебных заведений по специализации «Экономика и управление туризмом» / Н. В. Савина. - Минск: Белорусский государственный экономический университет, 2009. – 335 с.
- 4 Дурович А.П., Кабушкин Н.И., Сергеева Т.М. и др. Организация туризма: учеб. пособие / А. П. Дурович. – Минск: РИПО, 2020. – 295 с.
- 5 Ганский В.А., Вовнейко Е.В. Экскурсоведение: учебно-методический комплекс для студентов спец. «Туризм и гостеприимство» / В.А. Ганский, Е.В. Вовнейко; под общ. ред. В.А. Ганского. – Новополоцк: ПГУ, 2012. – 254 с.
- 6 Емельянов Б.В. Профессиональное мастерство экскурсовода: учебное пособие. – М.: УРИБ Турист, 1986. – 88 с.
- 7 Лютерович О.Г. Педагогические условия подготовки будущих экскурсоводов в высших учебных заведениях: автореф. ... к. п. н.: 13.00.08 / Казахский национальный педагогический университет им. Абая. - Алматы, 2010. – 24 с.
- 8 Чукмарова Л. Ф., Короткова А. Л. К проблеме подбора и подготовки экскурсоводов // Современные проблемы сервиса и туризма. – 2022. – Т. 16. – №.4. – С. 20-32.
- 9 Полякова О. Р. Потенциал использования технологий виртуальной реальности при подготовке экскурсоводов // The Scientific Heritage. – 2021. – №.81-3. – С. 42-44.
- 10 Аташева Д.О. Туризм: состояние отрасли и занятость в Казахстане / IV Междунар. науч.-практич. конф. «Современная наука: проблемы и перспективы развития»: мат. – Омск, 2020. – С. 35- 39.
- 11 Блохин В.Н. Профессиональная подготовка экскурсовода и обеспечение основных принципов проведения экскурсии // VIII науч. чтения «Баландинские чтения»: сб. науч. тр. – Новосибирск, 2014. – С. 416-418.
- 12 Атлас новых профессий и компетенций Казахстана. <https://atlas.bts-education.kz/> (дата обращения: 22.04.2024).
- 13 Государственная программа развития туристской отрасли Республики Казахстан на 2019-2025 годы. <https://adilet.zan.kz/rus/docs/P1900000360> (дата обращения 13.04.2024).
- 14 Закон О туристской деятельности в Республике Казахстан. [https://adilet.zan.kz/rus/docs/Z010000211\\_](https://adilet.zan.kz/rus/docs/Z010000211_) (дата обращения 13.04.2024).
- 15 Родионова Е.В., Колодий Н.А., Конюхова Т.В. Анализ зарубежного опыта организации дополнительного профессионального образования в сфере туризма // Современные проблемы науки и образования. – 2013. – № 2. – С. 9-17.
- 16 Кифик Н.Ю., Шелудько Е. Современные модели и программы подготовки экскурсоводов // Междунар. науч.-практич. конф «Перспективы развития туристских дестинаций (На примере Туркестанской области)»: мат. – Туркестан, 2023. - С. 41-48.
- 17 Цифровая база данных. Единая платформа высшего образования. <https://epvo.kz/#/> (дата обращения 23.05.2024).
- 18 Реестр экскурсоводов и гидов Республики Казахстан. Официальный сайт Казахской туристской ассоциации. <https://kaztour-association.com/o-nas/nashi-proekty/reestr-ehkkskursovodov-i-gidov-perevodchikov-respubliki-kazahstan/> (дата обращения 13.04.2024).
- 19 Дополнительное образование за рубежом — особенности и отличия от курсов в России – Текст: электронный // Официальный сайт Национальной академии современных технологий. – URL: <https://nastobr.com/articles/dopolnitelnoe-obrazovanie-za-rubezhom-osobennosti-i-otlichiya-ot-kursov-v-rossii/> (дата обращения 8.05.2024).
- 20 Все о сертификации – Текст: электронный // Официальный сайт Казахской туристской ассоциации. – URL: <https://kaztour-association.com/sertifikacionnyj-centr/vse-o-sertifikacii/> (дата обращения 08.05.2024).
- 21 Шагеева Ф. Т., Городецкая И. М. Дополнительное профессиональное образование студентов за рубежом // Вестник Казанского технологического университета. – 2011. – №22. – с. 380-385.
- 22 Об утверждении Правил организации учебного процесса по кредитной технологии обучения. <https://adilet.zan.kz/rus/docs/V1100006976> (дата обращения 8.05.2024).
- 23 Каталог дополнительных образовательных программ – Текст: электронный // Официальный сайт КПУ им. А. Байтурсынова. – URL: <https://nastobr.com/articles/dopolnitelnoe-obrazovanie-za-rubezhom-osobennosti-i-otlichiya-ot-> <https://ksu.edu.kz/educational-activity/obrazovatelnye-programmy/katalog-dopolnitelnyh-obrazovatelnyh-programm-minor/> (дата обращения 8.05.2024).

References

- 1 Kwartal'nov V.A., Soloduhin I.D. Metodika i pedagogika professional'nogo obuchenija i podgotovki specialistov dlja celej turizma. – M., 1998. – 378 s.
- 2 Organizacija turistsko-jekskursionnogo obsluzhivaniya: uchebnoe posobie / V. A. Kwartal'nov, V.S. Senin; In-t povysheniya kvalifikacii rabotnikov turistsko-jekskursionnoj organizacii. - Moskva: Centr. reklamno-inform. bjuro «Turist», 1987. - 81 s.
- 3 Jekskursovedenie: uchebnoe posobie dlja studentov vysshih uchebnyh zavedenij po specializacii «Jekonomika i upravlenie turizmom» / N. V. Savina. - Minsk: Belorusskij gosudarstvennyj jekonomicheskij universitet, 2009. – 335 s.
- 4 Durovich A.P., Kabushkin N.I., Sergeeva T.M. i dr. Organizacija turizma: ucheb. posobie / A. P. Durovich. – Minsk: RIPO, 2020. – 295 s.
- 5 Ganskij V.A., Vovnejko E.V. Jekskursovedenie: uchebno-metodicheskij kompleks dlja studentov spec. «Turizm i gostepriimstvo» / V.A. Ganskij, E.V. Vovnejko; pod obshh. red. V.A. Ganskogo. – Novopolock: PGU, 2012. – 254 s.
- 6 Emel'janov B.V. Professional'noe masterstvo jekskursoveda: uchebnoe posobie. – M.: URIB Turist, 1986. – 88 s.
- 7 Ljuterovich O.G. Pedagogicheskie uslovija podgotovki budushhih jekskursovodov v vysshih uchebnyh zavedenijah: avtoref. ... k. p. n.: 13.00.08 / Kazahskij nacional'nyj pedagogicheskij universitet im. Abaja. - Almaty, 2010. – 24 s.
- 8 Chukmarova L. F., Korotkova A. L. K probleme podbora i podgotovki jekskursovodov // Sovremennye problemy servisa i turizma. – 2022. – T. 16. – №4. – S. 20-32.
- 9 Poljakova O. R. Potencial ispol'zovaniya tehnologij virtual'noj real'nosti pri podgotovke jekskursovodov // The Scientific Heritage. – 2021. – №81-3. – S. 42-44.
- 10 Atasheva D.O. Turizm: sostojanie otrasli i zanjatost' v Kazahstane / IV Mezhdunar. nauch.-praktich. konf. «Sovremennaja nauka: problemy i perspektivy razvitija»: mat. – Omsk, 2020. – S. 35- 39.
- 11 Blohin V.N. Professional'naja podgotovka jekskursoveda i obespechenie osnovnyh principov provedeniya jekskursii // VIII nauch. chteniya «Balandinskie chteniya»: sb. nauch. tr. – Novosibirsk, 2014. – S. 416-418.
- 12 Atlas novyh professij i kompetencij Kazahstana. <https://atlas.bts-education.kz/> (data obrashhenija: 22.04.2024).
- 13 Gosudarstvennaja programma razvitija turistskoj otrasli Respubliki Kazahstan na 2019-2025 gody. <https://adilet.zan.kz/rus/docs/P1900000360> (data obrashhenija 13.04.2024).
- 14 Zakon O turistskoj dejatel'nosti v Respublike Kazahstan. [https://adilet.zan.kz/rus/docs/Z010000211\\_](https://adilet.zan.kz/rus/docs/Z010000211_) (data obrashhenija 13.04.2024).
- 15 Rodionova E.V., Kolodij N.A., Konjuhova T.V. Analiz zarubezhnogo opyta organizacii dopolnitel'nogo professional'nogo obrazovaniya v sfere turizma // Sovremennye problemy nauki i obrazovaniya. – 2013. – № 2. – S. 9-17.
- 16 Kifik N.Ju., Shelud'ko E. Sovremennye modeli i programmy podgotovki jekskursovodov // Mezhdunar. nauch.-praktich. konf. «Perspektivy razvitija turistskih destinacij (Na primere Turkestanskoj oblasti)»: mat. – Turkestan, 2023. - S. 41-48.
- 17 Cifrovaja baza dannyh. Edinaja platforma vysshego obrazovaniya. <https://epvo.kz/#/> (data obrashhenija 23.05.2024).
- 18 Reestr jekskursovodov i gidov Respubliki Kazahstan. Oficial'nyj sajt Kazahstanskoj turistskoj associacii. <https://kaztour-association.com/o-nas/nashi-proekty/reestr-ehkksursovodov-i-gidov-perevodchikov-respubliki-kazahstan/> (data obrashhenija 13.04.2024).
- 19 Dopolnitel'noe obrazovanie za rubezhom — osobennosti i otlichija ot kursov v Rossii – Tekst: jelektronnyj // Oficial'nyj sajt Nacional'noj akademii sovremennyh tehnologij. – URL: <https://nastobr.com/articles/dopolnitelnoe-obrazovanie-za-rubezhom-osobennosti-i-otlichija-ot-kursov-v-rossii/> (data obrashhenija 8.05.2024).
- 20 Vse o sertifikacii – Tekst: jelektronnyj // Oficial'nyj sajt Kazahstanskoj turistskoj associacii. – URL: <https://kaztour-association.com/sertifikacionnyj-centr/vse-o-sertifikacii/> (data obrashhenija 08.05.2024).
- 21 Shageeva F. T., Gorodeckaja I. M. Dopolnitel'noe professional'noe obrazovanie studentov za rubezhom // Vestnik Kazanskogo tehnologicheskogo universiteta. – 2011. – №22. – s. 380-385.
- 22 Ob utverzhenii Pravil organizacii uchebnogo processa po kreditnoj tehnologii obuchenija. <https://adilet.zan.kz/rus/docs/V1100006976> (data obrashhenija 8.05.2024).
- 23 Katalog dopolnitel'nyh obrazovatel'nyh programm – Tekst: jelektronnyj // Oficial'nyj sajt KRU im. A. Bajtursynova. – URL: <https://nastobr.com/articles/dopolnitelnoe-obrazovanie-za-rubezhom-osobennosti-i-otlichija-ot-https://ksu.edu.kz/educational-activity/obrazovatelnye-programmy/katalog-dopolnitelnyh-obrazovatelnyh-programm-minor/> (data obrashhenija 8.05.2024).

<p><b>Хат-хабарларға арналған автор (бірінші автор)</b>                  Кифик Наталья Юрьевна – педагогика ғылымдарының кандидаты, доцент;                  А. Байтұрсынұлы атындағы Қостанай өңірлік университеті, Қостанай қ., Қазақстан Республикасы,                  e-mail: <a href="mailto:Kifik_nataly@mail.ru">Kifik_nataly@mail.ru</a>,                  ORCID ID: <a href="https://orcid.org/0000-0001-5272-763X">https://orcid.org/0000-0001-5272-763X</a></p>	<p><b>Автор для корреспонденции (первый автор)</b>                  Кифик Наталья Юрьевна – кандидат педагогических наук, ассоциированный профессор;                  Костанайский региональный университет им. А. Байтұрсынұлы, г. Костанай, Республика Казахстан,                  e-mail: <a href="mailto:Kifik_nataly@mail.ru">Kifik_nataly@mail.ru</a>,                  ORCID ID: <a href="https://orcid.org/0000-0001-5272-763X">https://orcid.org/0000-0001-5272-763X</a></p>	<p><b>The Author for Correspondence (The First Author)</b>                  Kifik Natalya Yurievna – candidate of pedagogical sciences, associate professor;                  Kostanay Regional University named after. A. Baitursynuly, Kostanay, Republic of Kazakhstan,                  e-mail: <a href="mailto:Kifik_nataly@mail.ru">Kifik_nataly@mail.ru</a>,                  ORCID ID: <a href="https://orcid.org/0000-0001-5272-763X">https://orcid.org/0000-0001-5272-763X</a></p>
---	---	--

<sup>1</sup>Пустошило П.В. , <sup>2</sup>Губа В.П., <sup>1</sup>Быстрицкая Е.В.

<sup>1</sup>Московский государственный университет спорта и туризма, г. Москва, Россия

<sup>2</sup>Российский университет спорта (ГЦОЛИФК), г. Москва, Россия

## РОЛЬ И ЗНАЧЕНИЕ КАФЕДРЫ ИНОСТРАННЫХ ЯЗЫКОВ ПРИ ОРГАНИЗАЦИИ РАБОТЫ ХОЛДИНГА МЕЖДУНАРОДНОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО СОТРУДНИЧЕСТВА В СПОРТИВНОМ ВУЗЕ

Пустошило Павел Викторович, Губа Владимир Петрович, Быстрицкая Елена Витальевна  
**Роль и значение кафедры иностранных языков при организации работы холдинга международного образовательного профессионального сотрудничества в спортивном вузе**

**Аннотация.** В современном мире в широких пределах кардинально меняются контуры международного профессионального и образовательного сотрудничества в спортивной сфере. В этой связи спортивные вузы выступают как флагман проектирования инновационных траекторий такого сотрудничества, что требует четкого определения структуры и содержания деятельности подразделений, отвечающих за эту работу. В частности, важной проблемой становится создание холдингов международного профессионально-образовательного сотрудничества и определение их функций. Цель статьи – определить теоретические основы проектирования холдинга международного профессионального взаимодействия в спортивном вузе и выявить роль кафедры иностранных языков в этом процессе. Были использованы методы анализа информационных источников, педагогическое проектирование, метод экспертной оценки. В результате авторами был установлен комплекс структурных подразделений вуза, определяющих контуры международного сотрудничества, выявлены и обоснованы их функции в соответствии с направлениями деятельности. Определен ключевой элемент в структуре холдинга – кафедра иностранных языков, и проведена эмпирическая оценка значимости функций для повышения эффективности международного сотрудничества спортивного вуза, разработана и обоснована гетерархия функций структурных элементов холдинга в соответствии с актуальными и прогнозируемыми направлениями его деятельности.

**Ключевые слова:** образовательный холдинг, международное образовательное профессиональное сотрудничество, отрасль спорта, кафедра иностранных языков, гетерархия функций.

Pustoshilo Pavel Viktorovich, Guba Vladimir Petrovich, Bystritskaya Elena Vitalievna

**The role and importance of the Department of Foreign Languages in organizing the work of the international educational professional cooperation holding in a sports university**

**Abstract.** In the modern world, the contours of international professional and educational cooperation in the sports field are radically changing. In this regard, sports universities act as the flagship for designing innovative trajectories of such cooperation, which requires a clear definition of the structure and content of the activities of the departments responsible for this work. In particular, an important problem is the creation of holdings of international professional and educational cooperation and the definition of their functions. The purpose of the article is to determine the theoretical foundations of the design of the holding of international professional interaction in a sports university and to identify the role of the Department of Foreign Languages in this process. The methods of analyzing information sources, pedagogical design, and the method of expert assessment were used. As a result, the authors established a set of structural units of the university that define the contours of international cooperation, identified and justified their functions in accordance with the areas of activity. The key element in the structure of the holding – the Department of Foreign Languages - has been identified, and an empirical assessment of the importance of functions for improving the effectiveness of international cooperation of a sports university has been carried out, a heterarchy of functions of the structural elements of the holding has been developed and justified in accordance with the relevant and predictable directions of its activities.

**Key words:** educational holding, international educational professional cooperation, sports industry, Department of Foreign Languages, heterarchy of functions.

Пустошило Павел Викторович, Губа Владимир Петрович, Быстрицкая Елена Витальевна  
**Спорт университетінде халықаралық білім беру кәсіби ынтымақтастық холдингінің жұмысын ұйымдастырудағы шет тілдері кафедрасының рөлі мен маңызы**

**Андатпа.** Қазіргі елемде спорт саласындағы халықаралық кәсіби және білім беру ынтымақтастығының контурлары кең ауқымда түбегейлі өзгеруде. Осыған байланысты, спорт университеттері осындай ынтымақтастықтың инновациялық траекторияларын жобалаудың флагманы ретінде еректе етеді, бұл осы жұмысқа жауапты бөлімшелер қызметінің құрылымы мен мазмұнын нақты анықтауды талап етеді. Атап айтқанда, халықаралық кәсіптік-білім беру ынтымақтастығы холдингтерін құру және олардың функцияларын айқындау маңызды мәселе болып отыр. Мақаланың мақсаты - спорт университетіндегі халықаралық кәсіби өзара іс-қимыл холдингін жобалаудың теориялық негіздерін анықтау және осы процесте Шет тілдері кафедрасының рөлін анықтау. Ақпараттық көздерді талдау әдістері, педагогикалық жобалау, сараптаамалық бағалау әдісі қолданылды. Нәтижесінде авторлар халықаралық ынтымақтастықтың контурын анықтайтын ЖОО-ның құрылымдық бөлімшелерінің кешенін құрды, олардың қызметі қызмет бағыттарына сәйкес анықталды және негізделген. Холдинг құрылымындағы негізгі элемент – шет тілдері кафедрасы айқындалды және спорттық ЖОО-ның халықаралық ынтымақтастығының тиімділігін арттыру үшін функциялардың маңыздылығына эмпирикалық бағалау жүргізілді. Холдингтің қызметінің өзекті және болжамды бағыттарына сәйкес оның құрылымдық элементтері функцияларының гетерархиясы өзіндік және негізделді.

**Түйін сөздер:** білім беру холдингі, халықаралық білім беру кәсіптік кооперациясы, спорт индустриясы, шет тілдер кафедрасы, гетерархия функциялары.

**Введение.** Подготовка кадров любой отрасли на современном этапе развития социума невозможна в замкнутых, стерильных и «комфортных» условиях, ведь педагогика не знает границ – образование не стоит на месте, необходимо изучать и применять инновации, делиться передовым опытом и знаниями. Сфера спорта не является исключением, и образовательный процесс высших учебных заведений спортивно-физкультурной отрасли должен быть интегрирован в международные профессионально-образовательные макропроцессы, о чем свидетельствуют последние исследования, посвященные данной теме [1-3].

Структура взаимодействия организаций, как образовательных, так и профессиональных, социальных, коммерческих, информационных и других наилучшим образом представлена в виде моделей. В педагогической науке за последние годы можно найти большое количество таких моделей. Приведем несколько примеров. Так, в регионах в рамках внутреннего сетевого сотрудничества, «ключевыми координаторами, объединяющими деятельность всех субъектов взаимодействия в вопросах обеспечения педагогическими кадрами» выступают межведомственные группы. В работе Е.О. Рябовой (2021) можно рассмотреть модель такого взаимодействия, представленной Департаментом образования области, региональным институтом развития образования, различными муниципальными центрами и дополнительными координационными советами, местными органами управления образованием, вузами, профессиональными образовательными организациями, общеобразовательными организациями, социальными партнерами, иными организациями, координирующими вопросы подготовки кадров [4].

Проблемы и потенциал взаимодействия вузов и некоммерческих общественных организаций (НКО) на современном этапе развития общества показаны в работах О.Е. Черствой (2012) [5], А.К. Разноглазовой, М.В. Добрыниной, Д.Г. Коваленко (2018) [6], А.П. Альбова и Е.Б. Береговой (2019) [7]. Как отмечают авторы, «взаимодействие с различными структурами, организациями, в том числе некоммерческими», является составной частью системы инновационного развития научных знаний, новых технологий и услуг, то есть «доминантой экономического роста России».

Сетевое взаимодействие вузов с другими образовательными организациями (детскими садами, школами, лицеями, колледжами, техникумами и др.) рассматривается в работах Л.М. Захаровой (2015) [8], Ю.Н. Зиятдиновой, А.М. Кочнева, К.Д. Кхоа, Б.Д. Ньи (2015) [9], М.В. Токмовцевой, О.В. Карабановой (2015) [10], Е.В. Намсинк, Н.П. Мурзиной (2021) [11], Л.В. Семеновой, М.М. Шубович, В.А. Основиной (2021) [12], И.Н. Слинкиной, Н.Н. Устиновой (2021) [13], где вуз, как правило, выступает в роли субъекта – ресурсного центра и исполнителя.

В то же время разработанных моделей международного профессионального взаимодействия вузов не существует. В учебных заведениях высшего образования задачи и функции взаимодействия с различными зарубежными организациями, как правило, возлагаются на разные структурные подразделения университета. Тем не менее известно, что эффективность коопераций международного уровня будет высокой только в случае построения на принципах структурности и системности.

Ранее созданная система международного сотрудничества в вузах существовала в течение нескольких десятилетий, и в ней было представлено



несколько дискретных направлений, отнесенных к конкретным структурным подразделениям вуза с жестко регламентированными функциями. Актуальность исследования обусловлена тем, что в настоящее время, в период перестройки самой отрасли спорта, геополитической системы международных отношений, образовательной системы (в связи с выходом из Болонского процесса) необходимо осуществить согласование и новую дифференциацию направлений международного сотрудничества и соответствующих функций структурных подразделений вуза, осуществляющих такую деятельность [14, 15]. Для решения этой проблемы необходимо создать координирующую структуру по примеру холдинга международного образовательного профессионального сотрудничества.

**Цель** представленной работы – определить теоретические основы проектирования холдинга международного профессионального взаимодействия в спортивном вузе и выявить роль кафедры иностранных языков в этом процессе.

Среди наиболее важных **задач исследования** выделим следующие:

- представить обзор уже имеющейся структуры международного профессионального взаимодействия вуза;

- разработать теоретические основы проектирования холдинга международного профессионального взаимодействия;

- провести экспертную оценку функций холдинга международного образовательного профессионального сотрудничества в спортивном вузе и роли в этом процессе кафедры иностранных языков.

В рамках данной статьи авторами будет представлен опыт функционирования холдинга международного профессионально-образовательного сотрудничества на базе ГАОУ ВО МГУСиТ (Государственное автономное образовательное учреждение высшего образования города Москвы «Московский государственный университет спорта и туризма»), а также проведена экспертная оценка его некоторых функций.

**Материалы и методы.** В исследовании были использованы методы анализа информационных источников, экспертной оценки, педагогическое проектирование. Исследование проводилось на базе ГАОУ ВО МГУСиТ с сентября 2020 по август 2023 года. Экспертами выступили представители управления образования в отрасли спорта, высококвалифицированные научно-педагогические кадры, а также специалисты центра инновационного развития «Sostaff.io», имеющие многолетнюю практику международного профессионального сотрудничества.

**Результаты.** В контексте данного исследования были определены структура и содержание понятия «Холдинг международного сотрудничества спортивного вуза». На основании анализа российского и международного опыта выявлено, что Холдинг международного сотрудничества спортивного вуза представляет собой структурное подразделение отраслевого университета, деятельность которого направлена на организацию, управление, анализ и популяризацию передового опыта взаимодействия заинтересованных субъектов, находящихся в разных странах, в интересах паритетного взаимодействия и взаимовыгодной оптимизации академической мобильности, научной и проектной деятельности, методического обеспечения учебного процесса, актуализации передовых практик профессионального воспитания.

Ключевым элементом в предлагаемой авторами структуре Холдинга является кафедра иностранных языков, которая обеспечивает эффективность большинства указанных видов целенаправленной деятельности университета и направлений сотрудничества, среди которых: подготовка обучающихся к академической мобильности, мониторинг и организация включения студентов и ППС вуза в международную научную и проектную деятельность, совершенствование методического обеспечения языковой подготовки обучающихся в интересах их включения в международное профессиональное сообщество, анализ и инкорпорация передовых практик профессионального воспитания в образовательный процесс университета и сетевых партнеров.

Функции кафедры в отношении академической мобильности:

- дополнительная языковая подготовка обучающихся и профессионалов (предоставление базовых и продвинутых курсов по различным иностранным языкам, адаптированных к специфике спортивной, туристической и креативной индустрий);

- распространение среди обучающихся и профессионалов информации о возможных вариантах академической мобильности и оказание необходимой помощи в дополнительной языковой подготовке.

Функции кафедры в отношении международной научной и проектной деятельности:

- консультации по языковым аспектам при организации международных коллективов и проектных команд;

- организация тренингов, презентаций результатов научной и проектной деятельности для международных партнеров;

- интенсификация международной публикационной активности ППС кафедры;

- обновление научных основ профессионально-ориентированной языковой подготовки на основании передовых практик.

Функции кафедры в отношении методического обеспечения практико-ориентированной языковой подготовки обучающихся спортивной отрасли:

- взаимодействие с иностранными университетами для обмена передовыми методами и методиками преподавания;

- проведение исследований, направленных на улучшение методик обучения иностранным языкам в контексте спорта, туризма, гостеприимства, рекламы и связей с общественностью.

Функции кафедры в отношении инкорпорации передовых практик профессионального воспитания

в образовательный процесс университета и сетевых партнеров:

- взаимодействие с иностранными университетами для обмена передовыми методами и методиками профессионального воспитания;

- проведение исследований, направленных на выявление результатов и планирование деятельности по оптимизации профессионального воспитания с учетом требования работодателей РФ и дружественных стран.

Указанные функции доказывают ключевую роль кафедры иностранных языков в построении и обеспечении деятельности Холдинга. Рассмотрим теоретические основы проектирования Холдинга, структура которого представлена на рисунке 1.

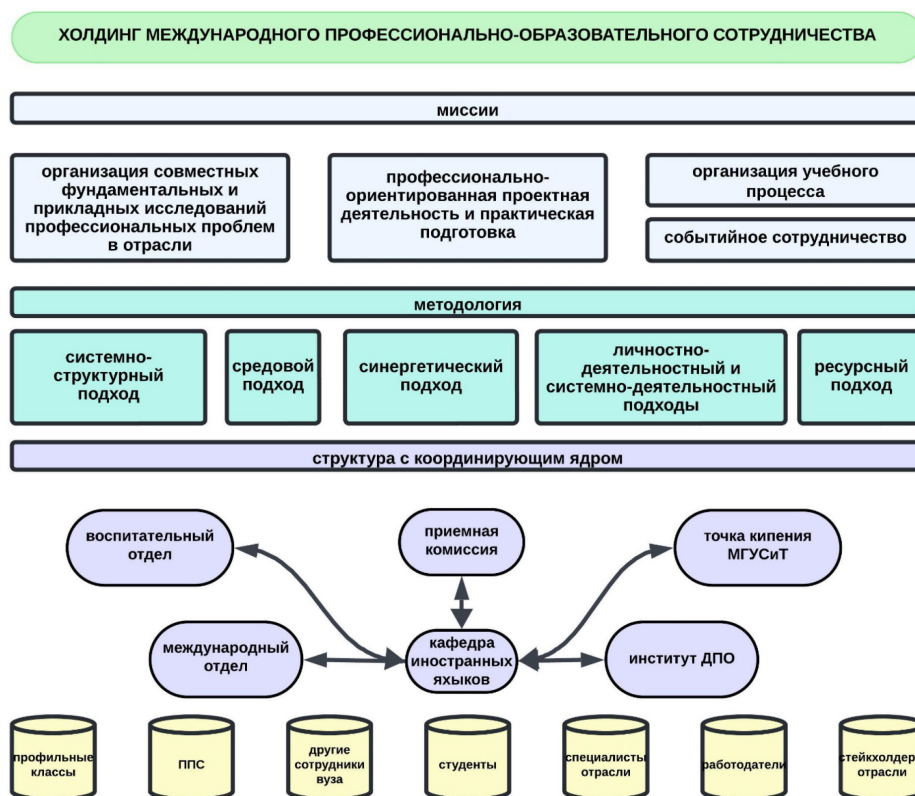


Рисунок 1 - Методология и технология проектирования холдинга международного профессионально-образовательного сотрудничества, а также его структура (составлено авторами)

Штатно общеуниверситетская кафедра иностранных языков МГУСиТ состоит из 11 человек: 1 – заведующий кафедрой, 2 – профессора, 3 – доцента, 3 – старших преподавателя и 2 ассистента. Несомненно, основное предназначение кафедры – это языковая подготовка будущих специалистов отрасли. Причем в связи с изменением геополитических, социальных и экономических контуров меняются пределы международного образователь-

ного сотрудничества, что привело к смене ранее традиционно изучаемых европейских языков (французский, немецкий, а иногда и английский) на языки Великого Востока - китайский, арабский, фарси и других.

Так как кафедра иностранных языков при спортивном вузе не является выпускающей, то ППС кафедры, как правило, обладает необходимой степенью мобильности и при этом широким

охватом обучающихся всех профилей и уровней подготовки, включая систему дополнительного профессионального образования, которые необходимы для координирования функций в рамках международного образовательного профессионального сотрудничества. Логично, что руководителем Холдинга должен быть заведующий кафедрой иностранных языков, который отвечает за планирование и организацию его работы. Взаимодействие структурных подразделений (куда входят приемная комиссия, Точка кипения, воспитательный отдел, международный отдел, институт ДПО), их функциональные обязанности закреплены в Положении работы Холдинга на календарный год. Отчет и план о работе Холдинга, а также перспективы дальнейшего его роста и развития заслушивают на январском заседании Ученого совета.

Представим уникальные функции холдинга международного профессионально-образовательного сотрудничества:

- стратегическое управление: разработка и реализация единой стратегии международного сотрудничества для всех субъектов, задействованных в этом процессе;

- координация международного образовательного взаимодействия: проектирование совместных образовательных программ с вузами-партнерами дружественных стран;

- инкорпорация фундаментальных научных и прикладных исследований профессионального поля;

- активизация грантовой и проектной деятельности: разработка и сопровождение инновационных стартапов и венчурных проектов, ориентированных в глобальное профессиональное пространство;

- продвижение вузовских продуктов на мировой рынок: публикация и распространение результатов фундаментальных и прикладных исследований,

проектов, образовательных и других продуктов, созданных в вузе, среди зарубежной целевой аудитории;

- содействие профессиональному и карьерному росту: организация международных конкурсов профессионального мастерства, ярмарок профессий и других мероприятий с привлечением потенциальных зарубежных работодателей;

- поддержка академической мобильности: организация стажировок для обучающихся и преподавателей в зарубежных учреждениях, привлечение зарубежных партнеров к реализации образовательного процесса и других направлений деятельности;

- сетевое взаимодействие: установление и поддержка связей с международными профессиональными организациями, спортивными ассоциациями и другими стейкхолдерами;

- мониторинг и анализ международной деятельности других организаций, а также внедрение наиболее успешных практик в собственную среду международного образовательного взаимодействия.

**Обсуждение.** Авторами была проведена экспертная оценка значимости функций холдинга международного профессионально-образовательного сотрудничества. В качестве экспертов выступали представители управления образования в отрасли спорта, высококвалифицированные научно-педагогические кадры, а также специалисты центра инновационного развития «Sostaff.io», имеющие многолетнюю практику такого вида сотрудничества. Более 40 экспертов представили свой рейтинг наиболее значимых функций холдинга международного профессионально-образовательного сотрудничества спортивного вуза, выбрав их из списка предложенных. Также экспертам была предоставлена возможность предложить свои варианты функций. Результаты этой экспертной оценки представлены на рисунке 2.



Рисунок 2 - Результаты экспертной оценки значимости функций холдинга международного образовательного профессионального сотрудничества в спортивной отрасли, % (составлено авторами)

Сотрудничество кафедры иностранных языков с другими элементами представленной системы имеет не аддитивный эффект. Рассмотрим это взаимодействие на примере коворкинг-пространства «Точка кипения МГУСиТ».

При таком широком международном научно-языковом взаимодействии должен присутствовать некий катализатор инноваций, коопераций и венчурных проектов. В Университете таким инструментом является точка кипения «МГУСиТ». Этот ключевой элемент фокусируется на развитии инноваций, поддержке стартапов и продвижении международного сотрудничества. «Точка кипения МГУСиТ» функционирует в данной среде через:

- Создание и поддержка стартапов: «Точка кипения МГУСиТ» служит платформой для создания и развития международных стартап-команд, которые разрабатывают венчурные проекты в профессиональных отраслях. Это включает в себя не только спортивную индустрию, но и туризм и креативные индустрии.

- Продвижение инновационного опыта: «Точка кипения МГУСиТ» способствует продвижению инновационного опыта в международных профессиональных сообществах, что помогает университету оставаться на передовой линии в своей области. Руководящая роль кафедры иностранных языков позволяет участникам проектных сообществ представлять и популяризировать свои проекты на русском и иностранных языках, что потенциально расширяет их целевую аудиторию и способствует их окупаемости.

- Обмен и внедрение успешных практик: через «Точка кипения МГУСиТ» Университет транслирует успешные венчурные стартап-проекты, совершенствуя механизмы функционирования университета и развивая спортивную отрасль в целом. Это включает обмен эффективными практиками с международными партнерами и внедрение прогрессивных зарубежных проектов, в поиске, анализе и презентации которых ведущую роль играют высококвалифицированные специалисты кафедры иностранных языков.

Это же подразделение как образовательное в триумvirате с «Точкой кипения МГУСиТ» и международным отделом обеспечивает синхронизацию образовательного процесса и координацию основного и дополнительного образования, позволяя включить международное партнерство во все направления целевой деятельности Университета.

Опыт кафедры иностранных языков в организации практической подготовки обучающихся закрепленного за ней направления позволяет участвовать в создании и запуске стажировочных площадок, базируясь на результатах проведения фундаментальных и

прикладных научных исследований. Это позволяет участникам погружаться в практическую среду и приобретать ценные профессиональные навыки.

**Заключение.** Обзор существующих структур взаимодействия вузов с другими образовательными и профессиональными организациями показал, что на данный момент в нашей стране не существует моделей международного профессионального образовательного сотрудничества, а сам процесс такого сотрудничества является раскоординированным в соответствии с тем, что разные направления взаимодействия спортивного вуза с международными партнерами организуют и сопровождают независимые друг от друга структурные подразделения вуза.

Теоретические основы проектирования холдинга международного профессионального взаимодействия состоят в применении к его созданию и организации деятельности постулатов педагогики сотрудничества и принципов системно-структурного, лично-деятельностного и системно-деятельностного, контекстного, синергетического подходов. Структурное отображение авторских идей представляет собой модель Холдинга, где реляционным ядром является кафедра иностранных языков. Модель выстроена на управленческих принципах гетерархичности, подразумевающих переход управленческой функции от одного структурного звена модели к другому в соответствии с целевыми направлениями его деятельности.

Проведенная авторами экспертная оценка ведущих функций создаваемого на базе ГАОУ ВО МГУСиТ холдинга международного профессионально-образовательного сотрудничества показала, что среди лидеров выбора функций Холдинга, наиболее значимых для повышения эффективности стратегических направлений работы вуза, оказались: расширение международной академической и проектной мобильности, как студентов, так и преподавателей спортивного отраслевого университета; оптимизация методического базиса и усиление практико-ориентированного характера языковой подготовки обучающихся в целях их профессиональной мобильности; а также инкорпорация передового международного опыта в систему подготовки и переподготовки кадров отрасли с учетом требований работодателей разных стран.

Таким образом, создание холдинга международного профессионально-образовательного сотрудничества является стратегически важным шагом для университета спортивной отрасли. Такой холдинг объединяет координацию международной деятельности, обмена знаниями и инновационного развития, что способствует глобальной интеграции

и повышению конкурентоспособности университета на международной арене. При этом доказано, что значимость функций холдинга в соответствии с разными направлениями его деятельности изменяется в широких пределах, и их структура является

гетерархической, что требует от сотрудников кафедры иностранных языков как ключевого элемента холдинга специфических компетенций, которые будут представлены в следующих публикациях авторов.

## Список литературы

- 1 Микрюкова О.В., Зацепина С.Г. Международное сотрудничество как одно из направлений развития системы образования // *Техник транспорта: образование и практика*. – 2022. – Т.3, №2. – С. 136-141. DOI 10.46684/2687-1033.2022.2.136-141.
- 2 Гаврилов П.С. Международное образовательное сотрудничество: современные тренды и перспективы развития // *Caucasian Science Bridge*. – 2022. – Т.5, №1(15). – С. 54-56. DOI 10.18522/2658-5820.2022.1.5.
- 3 Ридигер А.В. О российско-китайском научно-образовательном сотрудничестве на современном этапе // *Информация и инновации*. – 2022. – Т.17, №2. – С. 20-35. DOI 10.31432/1994-2443-2022-17-2-20-35.
- 4 Рябова Е.О. Взаимодействие образовательных организаций, профессиональных образовательных организаций и вузов в реализации национального проекта «Образование» // *Источник*. – 2021. – №2. – С. 2-7.
- 5 Черствая О.Е. Взаимодействие вуза и некоммерческой организации // *Вестник Костромского государственного университета им. Н.А. Некрасова*. – 2012. – Т.18, №1. – С. 113-116.
- 6 Разноглазова А.К., Добрынина М.В., Коваленко Д.Г. Взаимодействие социально ориентированных некоммерческих организаций со студентами вузов в социальных сетях // *Экономические и социально-гуманитарные исследования*. – 2018. – №4(20). – С. 152-156. DOI 10.24151/2409-1073-2018-4-152-156.
- 7 Альбов А.П., Береговая Е.Б. Потенциал взаимодействия педагогических вузов и некоммерческих общественных организаций (на примере социально-культурной деятельности студентов) // *Педагогика искусства*. – 2019. – №4. – С. 218-226.
- 8 Захарова Л.М. Сетевое взаимодействие дошкольной организации и вуза в условиях социального партнерства / *Международ. науч.-практич. конф. «Социальное партнерство в деятельности психолога: теория и практика»: мат.* – Тольятти: Тольяттинский государственный университет, 2015. – С. 61-65.
- 9 Зиятдинова Ю.Н., Кочнев А.М., Кхоа К.Д., Ньи Б.Д. Сетевое взаимодействие в организации подготовки преподавателей инженерных вузов Вьетнама / *Международ. форум «Модернизация педагогического образования»: сб. науч. трудов*. – Казань: Бриг, 2015. – С. 120-124.
- 10 Токмовцева М.В., Карабанова О.В. Сетевое взаимодействие образовательных организаций на основе модели «школа-колледж-вуз». - М.: ООО «Научный консультант», 2015. – 194 с.
- 11 Намсинк Е.В., Мурзина Н.П. Сетевое взаимодействие вуза и образовательных организаций в разработке программы патриотического воспитания дошкольников // *Наука о человеке: гуманитарные исследования*. – 2021. – Т.15, №3. – С. 128-134. DOI 10.17238/issn1998-5320.2021.15.3.15.
- 12 Семенова Л.В., Шубович М.М., Основина В.А. Поиск путей профессионального самоопределения обучающихся общеобразовательных организаций в условиях сетевого взаимодействия с педагогическим вузом // *Поволжский педагогический поиск*. – 2021. – №1(35). – С. 14-21. DOI 10.33065/2307-1052-2021-1-35-14-21.
- 13 Слинкина И.Н., Устинова Н.Н. Организация сетевого взаимодействия на примере реализации модели «Школа-вуз» // *Антология современного образования*. – 2021. – № 1(1). – С. 3-6.
- 14 Богданова И.И. Отмена Болонской системы: проблемы и перспективы высшего образования в России // *Актуальные проблемы педагогики и психологии*. – 2022. – Т.3, №8. – С. 11-16.
- 15 Каткова А.М., Быстрицкая Е.В., Пустошило П.В. К проблеме реновации отечественной системы спортивного образования // *Теория и практика физической культуры*. – 2024. – №8. – С. 33.

## References

- 1 Mikrjukova O.V., Zacepina S.G. Mezhdunarodnoe sotrudnichestvo kak odno iz napravlenij razvitija sistemy obrazovanija // *Tehnik transporta: obrazovanie i praktika*. – 2022. – T.3, №2. – S. 136-141. DOI 10.46684/2687-1033.2022.2.136-141.
- 2 Gavrilov P.S. Mezhdunarodnoe obrazovatel'noe sotrudnichestvo: sovremennye trendy i perspektivy razvitija // *Caucasian Science Bridge*. – 2022. – T.5, №1(15). – S. 54-56. DOI 10.18522/2658-5820.2022.1.5.
- 3 Ridiger A.V. O rossijsko-kitajskom nauchno-obrazovatel'nom sotrudnichestve na sovremennom jetape // *Informacija i innovacii*. – 2022. – T.17, №2. – S. 20-35. DOI 10.31432/1994-2443-2022-17-2-20-35.
- 4 Rjabova E.O. Vzaimodejstvie obrazovatel'nyh organizacij, professional'nyh obrazovatel'nyh organizacij i vuzov v realizacii nacional'nogo proekta «Obrazovanie» // *Istochnik*. – 2021. – №2. – S. 2-7.
- 5 Cherstvaja O.E. Vzaimodejstvie vuza i nekommercheskoj organizacii // *Vestnik Kostromskogo gosudarstvennogo universiteta im. N.A. Nekrasova*. – 2012. – T.18, №1. – S. 113-116.
- 6 Raznoglazova A.K., Dobrynina M.V., Kovalenko D.G. Vzaimodejstvie social'no orientirovannyh nekommercheskih organizacij so studentami vuzov v social'nyh setjah // *Jekonomicheskie i social'no-gumanitarnye issledovaniya*. – 2018. – №4(20). – S. 152-156. DOI 10.24151/2409-1073-2018-4-152-156.
- 7 Al'bov A.P., Beregovaja E.B. Potencial vzaimodejstvija pedagogicheskikh vuzov i nekommercheskih obshhestvennyh organizacij (na primere social'no-kul'turnoj dejatel'nosti studentov) // *Pedagogika iskusstva*. – 2019. – №4. – S. 218-226.
- 8 Zaharova L.M. Setevoe vzaimodejstvie doshkol'noj organizacii i vuza v uslovijah social'nogo partnerstva / *Mezhdunar. nauch.-praktich. konf. «Social'noe partnerstvo v dejatel'nosti psihologa: teorija i praktika»: mat.* – Tol'jatti: Tol'jattinskij gosudarstvennyj universitet, 2015. – S. 61-65.

- 9 Zijatdinova Ju.N., Kochnev A.M., Khoa K.D., N'i B.D. Setevoe vzaimodejstvie v organizacii podgotovki prepodavatelej inzhenernyh vuzov V'etnama / Mezhdunar. forum «Modernizacija pedagogicheskogo obrazovanija»: sb. nauch. trudov. – Kazan': Brig, 2015. – S. 120-124.
- 10 Tokmovceva M.V., Karabanova O.V. Setevoe vzaimodejstvie obrazovatel'nyh organizacij na osnove modeli «shkola-kolledzh-vuz». - M.: OOO «Nauchnyj konsul'tant», 2015. – 194 s.
- 11 Namsink E.V., Murzina N.P. Setevoe vzaimodejstvie vuza i obrazovatel'nyh organizacij v razrabotke programmy patrioticheskogo vospitanija doskol'nikov // Nauka o cheloveke: gumanitarnye issledovanija. – 2021. – T.15, №3. – S. 128-134. DOI 10.17238/issn1998-5320.2021.15.3.15.
- 12 Semenova L.V., Shubovich M.M., Osnovina V.A. Poisk putej professional'nogo samoopredelenija obuchajushhihsja obshheobrazovatel'nyh organizacij v uslovijah setevogo vzaimodejstvija s pedagogicheskim vuzom // Povolzhskij pedagogicheskij poisk. – 2021. – №1(35). – S. 14-21. DOI 10.33065/2307-1052-2021-1-35-14-21.
- 13 Slinkina I.N., Ustinova N.N. Organizacija setevogo vzaimodejstvija na primere realizacii modeli «Shkola-vuz» // Antologija sovremennogo obrazovanija. – 2021. – № 1(1). – S. 3-6.
- 14 Bogdanova I.I. Otmena Bolonskoj sistemy: problemy i perspektivy vysshego obrazovanija v Rossii // Aktual'nye problemy pedagogiki i psihologii. – 2022. – T.3, №8. – S. 11-16.
- 15 Katkova A.M., Bystrickaja E.V., Pustoshilo P.V. K probleme renovacii otechestvennoj sistemy sportivnogo obrazovanija // Teoriya i praktika fizicheskoj kul'tury. – 2024. – №8. – S. 33.

<p><b>Хат-хабарларга арналган автор (бірінші автор)</b>                      Пустошило Павел Викторович – педагогика ғылымдарының кандидаты, доцент, Мәскеу мемлекеттік спорт және туризм университеті, Мәскеу қ., Ресей,                      e-mail: <a href="mailto:pustoshilo.pv@mgusit.ru">pustoshilo.pv@mgusit.ru</a>,                      ORCID ID: <a href="https://orcid.org/0000-0002-9860-0674">https://orcid.org/0000-0002-9860-0674</a></p>	<p><b>Автор для корреспонденции (первый автор)</b>                      Пустошило Павел Викторович – кандидат педагогических наук, доцент, Московский государственный университет спорта и туризма, г. Москва, Россия,                      e-mail: <a href="mailto:pustoshilo.pv@mgusit.ru">pustoshilo.pv@mgusit.ru</a>,                      ORCID ID: <a href="https://orcid.org/0000-0002-9860-0674">https://orcid.org/0000-0002-9860-0674</a></p>	<p><b>The Author for Correspondence (The First Author)</b>                      Pustoshilo Pavel – Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor, Head of the Department of Foreign Languages, Moscow State University of Sports and Tourism, Moscow, Russia,                      e-mail: <a href="mailto:pustoshilo.pv@mgusit.ru">pustoshilo.pv@mgusit.ru</a>,                      ORCID ID: <a href="https://orcid.org/0000-0002-9860-0674">https://orcid.org/0000-0002-9860-0674</a></p>
---	--	--

<sup>1</sup>Сейсенбеков Е.К. , <sup>2</sup>Марчибаева М.С., <sup>1</sup>Абишев К.С., <sup>2</sup>Усина Ж.А.,  
<sup>3</sup>Искакова А.Д.

<sup>1</sup>Абай атындағы Қазақ Ұлттық педагогикалық университеті, Алматы қ., Қазақстан

<sup>2</sup>Л.Н. Гумилев атындағы Еуразия Ұлттық университеті, Астана қ., Қазақстан

<sup>3</sup>Абылай хан атындағы Қазақ халықаралық қатынастар және әлемдік тілдер университеті, Алматы қ., Қазақстан

## ОҚУ ҮДЕРІСІНДЕГІ САМБОШЫЛАРДЫҢ ДАЙЫНДЫҚ ТҮРЛЕРІНІҢ ӘДІСТЕМЕСІ (ДЕНЕ ЖӘНЕ ПСИХОЛОГИЯЛЫҚ ДАЙЫНДЫҚТАРЫ МЫСАЛЫНДА)

Сейсенбеков Ерлан Кенжебаевич, Марчибаева Улбосын Саметхановна, Абишев Кендибай Саметович, Усина Жанар Амангельдиновна, Искакова Альмира Джуресовна

**Оқу үдерісіндегі самбошылардың дайындық түрлерінің әдістемесі (дене және психологиялық дайындықтары мысалында)**

**Аңдатпа.** Мақалада балалар мен жасөспірімдердің самбо күресімен айналысуына мүмкіндік жасау жолдары жайлы айтылған. Жалпы білім беретін мекемелерде отырықшы өмір салтына бейімделіп қалған балалар мен жасөспірімдерді самбо күресін үйрету арқылы ағзаларының шынығу қажеттіліктері туындауда. Самбо күресімен айналысу арқылы дене дайындықтарын жетілдіру, білім беру мекемелері мен спорттық мектептердің оқу үдерісінде жалпы және арнайы дене дайындықтарын психологиялық дайындық арқылы үйлестіре отырып, өскелең ұрпақтың шымыр, қуатты, жан-жақты даярланған, елін-жерін сүйетін патриот болып өсуіне жағдай жасайды, жастардың мотивациясы артады. Самбомен айналысушы жастардың психологиялық дайындығының дамуы, ол – күш-қайратын зиянды, жағымсыз әрекеттерден ада болып, үлкендерге көмекші, кішілерге қорған бола алатын адами қасиеттерін оятып, жолдастық пен бауырлық сезімдерін өн бойларында дамытады. Жоғарыда көрсетілген білім ошақтарында самбо күресін жүргізуші дене шынықтыру мұғалімдері мен бапкер мамандар үшін оқу-жаттықтыру үдерісінде пайдалануға болатын әдістемелік нұсқау ретінде ұсынуға болады.

**Түйін сөздер:** оқу үдерісі, жаттықтыру, спорт, дене және психологиялық дайындық, самбошылар, білім беру мекемелері.

Seisenbekov Yerlan, Marchibayeva Ulbossyn, Abishev Kendibay, Usina Zhanar, Iskakova Almira

**Methodology of types of training of sambo wrestlers in the educational process (on the example of psychological training)**

**Abstract.** The article provides examples, methods and possibilities of practicing sambo wrestling for children and young people of school age. In recent years, the sedentary lifestyle trends of the younger generation have been very noticeable, which causes concern for the future, and it is through sambo that the need for hardening the body and leading a healthy lifestyle appears. Improving physical fitness through sambo, the optimal combination of psychological and physical training contribute to the comprehensive preparation of the younger generation, help to be strong, healthy, and hardened. In turn, such qualities increase motivation and instill in children and young people to be a patriot of their country, ready to defend their homeland from a conditional external enemy. A harmonious combination of physical and psychological training encourages those practicing sambo wrestling to be comprehensively developed, an assistant to older people and a protector to younger people, capable of comradely and warm feelings and makes its contribution to the education of the younger generation. It is recommended to use it as a methodological guide used by physical education teachers in sambo wrestling sections in educational institutions and by specialist trainers in the educational and training process of sports schools in various sports.

**Key words:** educational process, workout, sport, physical and psychological preparation, sambists, educational institutions.

Сейсенбеков Ерлан Кенжебаевич, Марчибаева Улбосын Саметхановна, Абишев Кендибай Саметович, Усина Жанар Амангельдиновна, Искакова Альмира Джуресовна

**Методика видов подготовки самбистов в учебном процессе (на примере физической и психологической подготовки)**

**Аннотация.** В статье приведены примеры, способы и возможности занятий борьбой самбо детей и молодежи школьного возраста. За последние годы очень заметны тенденции сидячего образа жизни подрастающего поколения, что вызывает беспокойство в будущем, и именно через занятия самбо появляются потребности закаливания организма, ведения здорового образа жизни. Совершенствование физической подготовки через занятия самбо, оптимальное

сочетание психологической и физической подготовки способствуют всесторонней подготовке подрастающего поколения, помогают быть крепким, здоровым, закаленным. В свою очередь, такие качества повышают мотивацию и прививают у детей и молодежи быть патриотом своей страны, готовым защитить свою Родину от условного внешнего противника. Гармоничное сочетание физической и психологической подготовки побуждает занимающегося борьбой самбо быть всесторонне развитым, помощником старшим и защитой младшим, способным на товарищеские и теплые чувства и вносит свою лепту в воспитании подрастающего поколения. Рекомендуется применять как методические указания, используемые учителями физической культуры на секциях по борьбе самбо в учреждениях образования и тренерами-специалистами в учебно-тренировочном процессе спортивных школ по видам спорта.

**Ключевые слова:** учебный процесс, тренировка, спорт, физическая и психологическая подготовка, самбисты, учреждения образования.

**Кіріспе.** Тақырыптың өзектілігі ретінде, қазіргі таңда өскелең ұрпақтың дене дайындығымен айналысу қызығушылығы (атап айтса, күш, жылдамдық, төзімділік негізгі дене қасиеттерін талап ететін динамикалық-күштік спорт түрлері, соның ішінде, жекпе-жек түріне енетін самбо күресі) төмендеуі, соның есебінен, жалпылай алғанда, білім алушылардың денсаулығының әлсіреуі тікелей ата-аналармен қатар, білім беру және денсаулық саласының мамандарын мазалауда, деп көрсетуге болады [1]. Оның үстіне, «жұт айтып келмейді» дегендей, соңғы уақытта денсаулық тұрғысында әлемде COVID-19 пандемиясына байланысты болып жатқан келеңсіз жағдайлар мен саяси шиеленістер адамдардың, оған қоса, мектеп жасындағы балалардың денсаулығын мүлдем әлсіретіп тастады. Авторлардың пайымдауынша, ғылыми маңызына – бүкіл елдердің, соның ішінде, еліміздің де халқының дене тұрғысындағы хал-ахуалының төмендегені соншалық, алғашқы табиғи қимыл-әрекеттер мен қозғалыстардың жоқтығынан, ұзақ уақыт бойы ғарышта ұшып, жерге енді қонған ғарышкердің кейпіндей, қарапайым қимыл-қозғалыстардың өзін жасау халықтың басым көпшілігіне қиын, күрделі боп қалғанын, оқу үдерісі бойынша сабақтардың бәрі, тіптен, Дене шынықтыру сабағының өзі онлайн түріне, жаппай отырықшылыққа өткенін баса айтып, динамикалық жаттығулардағы күшті қозғалыс факторы самбо күресінің маңызы екенін атап өтуі [2]. Әрине, нақ сол кезде аталмыш кесепатқа айтарлық қуатты тойтарыс бере алатын емдік-медициналық қауқар мен тәжірибенің жоқтығы психологиялық кері ахуалды одан бетер ұшықтырып жіберген-ді. Оның кері әсері – физикалық тұрғыда онсыз да әлсіз өскелең ұрпақ үшін «жығылғанға таяқ» болды [3].

**Зерттеу мақсаты** – самбо күресінен білім алушылар мен спортшылардың дене және психологиялық дайындықтарын оқу үдерісінде дамыту мен жетілдіру мәселелері.

**Зерттеу міндеттері** – дене шынықтыру мұғалімдері мен жаттықтырушы-бапкер алдында тұрған түйткілдерді шешуде кешенді және үйлесімді дамуына қажетті спорттық іс-қызметке деген жаңа

көзқарасты талап ете, аталмыш дайындық түрлерін оқу үдерісінде ұтымды пайдалану.

**Материалдар мен әдістер.** Білім беру мекемелеріндегі Дене шынықтыру пәнінен спорт түрлерінің бөліміндегі жекпе-жек түрі ретінде кіретін самбо күресін оқу үдерісінде қолданудың білімділік, тәрбиелік, сауықтыру міндеттері бар. Соның дәлелі есебі, білімділік тұрғыда төмендегідей дәйектерді қаперге алуға болады [4]:

Соңғы уақыттарда адамзат көбейіп келе жатқан түрлі психологиялық пен ақпараттық жүктемелерден мезі болып, әлжуаздыққа бет бұруда. Заманауи жағдайларда өзгеріп отыратын әлеуметтік, экологиялық және басқа да түйткілдер өскелең ұрпақтың оңтайлы да, үйлесімді дамуын, тез өзгермелі, стандартты емес ахуалдарға бейімделуін және ізденісін талап етеді. Сондай кездерде, нақ спортпен айналысу ғана жеке тұлға мен мәдениет дамуының бөлінбес те, қайталанбас бөлшегі боп табылады [5]. Денсаулықты нығайту мен дене даярлығын жетілдіруден басқа, спортпен айналысу кезінде кәсіби жетілдіру, шеберлікті жоғарылату, құндылықты-ішкі сарындық детерминдеу, әлеуметтік бейімделу мен рухани-моральдік даму міндеттері шешіледі [6].

Айналысушылардың спорттық жаттықтыруында (әсіресе, жекпе-жек түрлерінде) дене даярлығының орны ерекше. Себебі, ол дене қасиеттерінің қайсысын болмасын (жылдамдық, күш, төзімділік, ептілік, икемділік немесе координаттық қабілеттілік) дамуы мен жетілдіруін, сонымен бірге, самбо күресімен шұғылданушылардың жүрек-қан тамыры және тыныс алу жүйелерінің функционалды мүмкіндіктерін (қабілеттіліктерін) қарастырады [7].

Қазіргі заманғы даму кезеңіне орай, қай спорттық жекпе-жек түрлері болмасын, онымен шұғылданушының жан-жақты дайындығының жоғары деңгейдегі сұранысымен, талапшылдығымен және нәтижелерімен ерекшеленеді. Қайсы болмасын, деңгейлі жарыстарда сәтті өнер көрсету үшін, спорттың осы түрімен кәсіби айналысушылардың техникалық іс-қимылдары мен жетілдіру деңгейі, олардың теориялық, психологиялық және дене



дайындықтары түрлеріне байланысты болатынын көптеген мамандар айтуда [8].

Самбо күресіндегі күш дайындығы жекпе-жектің осы түрімен айналысатын барлық мамандардың басты назарында. Спорт теориясында «күш» дене қасиеті деп, бұлшық ет күшенуі есебінен айналысушының сыртқы қарсылықты жеңе алуы немесе оған қарсы қимыл-әрекет жасау қабілеттілігін айтады. Күш дене қасиеті, егерде, изометриялық немесе статикалық тәртібіндегі күш түсіру барысында бұлшық ет талшықтарының ұзындығы өзгермесе, онда динамикалық, яғни, изотоникалық тәртібіндегі күш түсіру барысында аталмыш талшықтардың ұзындығы өзгертінін байқауға болады. Изотоникалық тәртіпте күш түсіру екі нұсқаға бөлінеді: жинақталған (концентрациялық немесе қарсылықты жеңе алу) тәртібінде – бұлшық еттердің күшенуі есебінен олардың талшықтарының ұзындығының қысқаруы, және, эксцентрикалық (көндігу, жол беру) тәртібінде – қарсылықты жеңе алу бұлшық ет талшықтарының ұзындығының ұзаруы арқылы іске асырылады [9].

Спорттың теориясы мен практикасында күшті дамытудың және бұлшық еттерді өзіне ыңғайлы бағытта сапасын өзгертудің негізгі амал-тәсілдеріне ауырлықтармен жаттығулар жасау жатады. Заманауи түсінікте, бұл дененің немесе оның кейбір жеке бөліктерінің әртүрлі қимыл-әрекеттері арқылы қарсылықты жоғарылату мақсатында, спортшы зілтемірді, гантельдерді, снарядтарды және ауырлықтарды, түрлі қондырғыларды, сонымен бірге, өзінің жеке салмағын пайдалана отырып орындалатын, жүйелі түрде, өте жақсы жоспарланған жаттығулар бағдарламасы екені белгілі [9, б. 124].

Спорттық күрестің әр түрлеріндегі палуандардың техникалық шеберлігі жайлы мәселелер туралы дене шынықтыру және спорт саласындағы оқу және ғылыми-әдістемелік әдебиеттерде кеңінен көңіл аударылады. Спортшының техникалық-тактикалық қимыл-әрекет деңгейі, ең алдымен, оның белдесу кезіндегі нәтижесін анықтайды. Бұнымен қоса, жарыстық іс-қызмет барысында едәуір көрсеткіштерге жету үшін, бүгінгі күні барынша маңызды деңгейге жеткен жаттықтыру жүктемесінің жалпы көлемімен байланысты болмақ. Бүгінгі таңда, бұл спорт саласындағы жетекші мамандарды жаттықтыру жүктемесінің көлемін көбейтпей, спортшыларды даярлаудың барынша оңтайландырылған жолдарын іздестіруге мәжбүрлейді [10]. Жоғары білікті палуандарды даярлаудың ғылыми-әдістемелік қамтамасыз етілуі, ең алдымен, неғұрлым әсерлі тиімді техникалық-тактикалық қимыл-әрекеттерді таңдауды және оның одан әрі жетілдіруін қажет етеді. Бұл спорттық практикада

техникалық-тактикалық қимыл-әрекеттердің құрамы мен құрылымының нәтижелілігінің тез өзгеруімен байланысты [11].

Білім алушылардың рухани, күш-еріктік қасиеттерін қалыптастырудың әсерлі тиімділігі оқыту мен тәрбиенің жалпыпедагогикалық қағидаларын іске асырумен, спорттық жаттықтырудың қағидаларымен, әр айналысушы өзі таңдап алған жекпе-жек түрлерінің салт-дәстүрлері туралы білімінің қалыптастырылуымен, бапкер-оқытушы – өзі таңдап алған жекпе-жек түрімен айналысушы арасындағы белгілі бір өзара қарым-қатынастарды тәрбиелеумен қамтамасыз етіледі. Себебі, қазіргі жастардың бәріне белгілі, жекпе-жек түрлерімен айналысу барысында соққы алу, құлау, соққылардан ауырсыну сезімдерін жеңу және т.б. секілді, өзіндік қиыншылықтары кездеседі. Спорттың жекпе-жек түрлерін меңгеру үдерісінде таңдап алынған жекпе-жек түрлеріне байланысты, әртүрлі қимыл-қозғалыс әрекеттерінің дағды-машықтарын қалыптастыру қажеттілігі туындайды. Аталмыш шарттар, көп жағдайларда, өзін-өзі сақтандыру техникасы пайдаланылатын қолданбалы акробатиканың көмегі арқылы орындалады. Сонымен бірге, акробатикалық жаттығулар дененің жалпы дамуына, кеңістікте өзін-өзі бағдарлауды, ептілік пен икемділікті жақсы дамытуға, қимыл-қозғалыстардың координаттығын жасақтауға мүмкіндік береді; қорқыныш сезімін басуға септігін тигізеді, күш-ерік пен алға ұмтылушылықты, өзі-өзіне деген сенімділікті дамытады; әртүрлі кездейсоқ жағдайларда кез келген жерге және кез келген жаққа денені дұрыс жинақтай құлау дағды-машықтарын жетілдіреді [12].

Білім алушылардың оқу үдерісіндегі дене және психологиялық даярлықтарындағы негізгі факторларының бірі ретінде – зерттеу әдістерін атау қажет. Бұл тұрғыда күрес әдістерін сипаттау арқылы, аталмыш міндет ашып көрсетіледі. Білім алушының самбодағы дене даярлығының басты міндеті – жеңіске жету. Оған жету үшін, айналысушының барлық негізгі қимыл-әрекеттерін талдаудан өткізе, күрес әдіс-айласын анықтау керек. Бұл жағдайда қозғалысты орындау кезінде жұмсалатын механикалық күш боп табылады. Қандай да болмасын, қозғалысты орындау кезінде адамның кез келген ағзалары бірқатар өзара қимыл-әрекет етіп, оларды орталық жүйке жүйесі реттеп тұрады. Ал, самбо күресі әдіс-айласын талдау кезінде жеке бұлшық ет қызметі қарастырылмайтыны белгілі. Күрестегі күш жұмсау кезінде оның қысу, тарту күші мен ұзақтығы, жылдамдығы көп пайдаланылады. Бұған қоса: салмақ күші, бұлшық еттің тарту күші, дененің қозғалыссыз тұрған кездегі (инертті) қарсылығы секілді амалдар самбомен айналысушыларға әсер етуші күш есебінде

ескеріледі. Оқу-жаттықтыру үдерісінде әдістерді тура кітаптағыдай етіп орындалсын, деген талап болмайды. Әрбір айналысушы, әсіресе, жаңадан үйреніп келе жатқан спортшы оны өз ыңғайы мен дене құрылысына сәйкестеп орындай жаттығады. Жағдай мен сәтіне байланысты, орындалу траекториясы, әдісі аздар өзгеруі мүмкін. Мүмкіндігінше, үйренген әдісті дұрыс, аса көп күш жұмсамай, техникамен жеңе пайдаланған абзал. Оны тактика дейді. Яғни, өз қарсыласының қарсы қимылын алдын алып, әдіске түсіре, оңтайлы ықтимал сәтті келтіре білу де шеберлікке жатады. Аталмыш әдісті айла-шеберлі меңгеру деп – өзі шаршап қалжырап тұрса да, қарсыласының амал-айласына қарсы әдіспен шабуылдап, жеңіске жетуді айтады. Сонымен бірге, кілемде айлалы орын ауыстыру, кілемде жүру әдіс амал-тәсілдері, күрделі жағдайларда бір болсын, әдіс-айлалық ұпай алу, сол кезде тепе-теңдік сақтау, дұрыс жүре, орын ауыстырып тұру да үлкен шеберлікті көрсетеді. Орын ауыстырулар, дұрыс жүрулер – қарсыластың шабуылынан қорғану, ыңғайы кеп шабуылға шығу үшін өзіне ыңғайлы жүрістер жасау керек. Самбо күресінен білікті маман, шебер болу үшін, дене және психологиялық даярлықтың жан-жақты адамгершілік, рухани-патриоттық, моральдік, мінез-құлықтық, қайсарлық, шыншылдық, әлсізге қорған, үлкенге құрмет секілді тұстарын, әдіс-тәсілдер мен амалдарын жетік білген абзал [13].

Тақырыпты ашу барысында әдіс негізі, оның анықтаушы бөлімі және әдіс бөлшектері болып, үш бөлімге бөлінеді:

Әдіс негізі – қозғалыс міндеттерін іске асырушы ерекшеліктеріне жататын ырғақты, кинематикалық, динамикалық қозғалыстардың сәйкестіктері. Әлбетте, әдіс негізін айна-қатесіз жасай, оның жалпы шарттарын бұлжытпай орындаған жөн. Әрбір айналысушы берілген жаттығуды күшті игерген жағдайда ғана, аталмыш әдісті өзіне ыңғайлы нұсқамен орындай береді, өз дене бітімінің ерекшелігін ескере, қателікке бой алдырмайды.

Әдістің анықтаушы бөлігі – іске асырылатын әдістің басты қозғалыс амалы. Аз уақыт ішінде орасан зор мөлшердегі дене күші жұмсалғанда әдістің аталмыш бөлігі орындалады.

Әдіс бөлшектері – орындалған кезінде әдістің бүтіндей көрінісін бұзуға әсер етпейтін, орындалуы біткен қозғалыстың аса маңызды емес, қосымша қимыл-әрекеттер жатады.

Әдістерді меңгеру нәтижесінде қимыл ептілігі яғни, оқу үдерісіндегі айналысушының дене және психологиялық дайындығына оң ықпал беретін қимыл іскерлігі пайда болады.

Әдістерді жаңадан үйрену барысындағы алғаш рет орындау кезіндегідей, айналысушы аз

болса да, үйреніп жатқан қимыл-қозғалыс жайлы алған қимыл-әрекет тәжірибесі, білімі, жалпы дене даярлығы арқылы саналы түрде әдістер негізін орындауына жағдай жасайды. Хас шеберлікпен орындалған әдістер мен оны үйлесімді басқару арқылы ара байланыс күшейеді. Ақыл-ес, сананың бақылауы бойынша берілген әдістер, тұрақсыз айла-тәсілдер арқылы орындалғанның әсерінен, негізінде, алғаш кездерде ауытқулар болуы – заңды құбылыс. Жаттықтыру барысында бірте-бірте үйреншікті қалыпқа келіп, жүйелі түрде көп мәрте қайталанған әдістер, дененің тепе-теңдік механизмінің қозғалысы оның құрамына енетін болғандықтан, уақыт өте келе автоматты түрге еніп, қимыл іскерлігі дағды-машыққа айналады [14].

**Нәтижелер.** Білім беру мекемелері мен балалар және жасөспірімдер спорттық мектептеріндегі оқу үдерісінде самбо күресімен айналысушылардың психологиялық және дене дайындықтары, олардың жан-жақты дамуына үлесін қосты. Келмеске кеткен кеңестік жүйенің оқу-жаттықтыру жүйесінде кезінде қолданатын тәрбиелік, патриоттық, отансүйгіштік, рухани қасиеттерді қайта жаңғырту және ата-бабамыздан қалған ұлттық салт-дәстүрлерді берік ұстану арқылы өскелең ұрпақты намысшыл, текті, білімді, мәдениетті, өркениетті, табанды етіп тәрбиелеуші психологиялық дайындыққа күшті, қайратты, жылдам, төзімді, ерік-жігері мол, қиыншылықтарға төтеп бере алуды ұштайтын дене дайындығының үйлесімді симбиозын дене шынықтыру мұғалімдері мен жаттықтырушы-бапкерлер әрмен жетілдіре береді, деген сенімдеміз. Өйткені, жоғарыда келтірілген дәйекпен (COVID-19 пандемиясы) қоса, соңғы уақытта мектеп жасындағы орта буын білім алушылары түгілі, бастауыш, тіптен, бала-бақшаға баратын бүлдіршіндердің өздері ұялы телефонға шұқшиып, виртуалды кеңістіктегі қияли әлеммен қауыша, жаппай отырықшыл өмірге ауысушылығы дене шынықтыру мұғалімдері, жаттықтырушы-бапкерлермен қатар, басқа да пәндер мамандарын, дәрігерлерді, қоғамды алаңдатуда.

Самбо күресі арқылы білім алушылардың дене және психологиялық дайындықтарын жетілдіру – өскелең ұрпақты салауатты өмір салтына үйрету, дене иммунитетін жоғарылату, ұмытыла бастаған салт-дәстүрімізді берік ұстану және сол арқылы мектеп жасындағы ұл-қыздардың ұлтжандылығын бойына сіңіру. Мамандардың даярлауымен жасақталған оқу-жаттықтыру үдерісінде кешенді жалпы, жақындататын және арнайы жаттығулар жасай отырып, дене күшімен қатар, қайратын, ерік-жігерін, адамгершілік, рухани қасиеттерін жетілдіреді.

**Талқылау** барысында самбо күресінің шығу тарихына көз жүгірте, оның спорт түрі ретінде дамуына шығыс елдерінің жекпе-жек түрлерінің ең сапалы, қажетті, практикалық маңызы зор, соның ішінде, қазақ күресінің ең ұтымды әдіс-тәсілдерін алуы есебінен пайда болған жас спорт түрі екенін есте сақтаған абзал. Соған қарамастан, кейбір мамандар спорттың кей көлеңкелі тұстарын майын тамыза, от жағып, «әлімжеттік жасап, бұзақылардың тобын көбейтеді, оқу-жаттықтыру үдерісінде үйренген арнайы жауынгерлік әдіс-тәсілдерді өз пайдасына жұмсайды» немесе «жарақат алу қаупі өте мол спорт түрі, онымен арнайы дайындығы бар ұл-қыздар ғана айналысу керек», тағы бір тұста жаттықтырушы-бапкердің кәсіби білімділігіне шәк келтіріп, «өзінің арам пиғылды ойларын іске асырып, бұзақы топ жинауда», деген кереғар пікірлерден ада болу қажет. Өйтпесе, жоғарыда айтылғандай, дені сау, күш-қайрағы мол, ертең күні ата-бабаларымыздың «найзаның ұшымен, білектің күшімен» аманаттаған ұлан-байтақ жерімізді, елімізді шартты түрдегі сыртқы жаудан қорғарлық азамат таба алмай қаламыз.

**Қорытынды.** Білім беру мекемелерінің оқу үдерісіндегі Дене шынықтыру және балалар мен жасөспірімдер спорттық мектептеріндегі оқу-жаттықтыру сабақтарында Самбо спорт түрін дамыту жұмыстарын жандандыру қажет. Жоғарыда келтірілген мысалдарды есепке ала, білімділік те, сауықтыру да, тәрбиелік те міндеттерді шешетін спорт түрімен айналысу ертең күні дені сау ұрпақтың көбеюіне септігін тигізеді, деп қабылдаған жөн. Бұнымен қоса:

Самбо күресімен айналысу арқасында дене қасиеттерін дамытумен қатар, психологиялық тұрғыда күш-еркін және басқа да адами қасиеттерді өн бойында жетілдіріп, рухы күшті азамат тәрбиелеуге қол жеткізетін спорт түрі екеніне көз жеткізу. Қысқа, орта және ұзақмерзімдік жоспар құрудың, спорт теориясында үнемі қолданылатын микро-мезо-

макроциклдерді үйлесімдеудің нәтижелерінің пайдасын мамандар арасында одан әрмен насихаттау;

Дене даярлығындағы негізгі дене қасиеттерін дамытатын жалпы, жақындататын, арнайы жаттығуларды үйрету және жетілдіру әдістемесін аталмыш сала мамандарымен біріге жасақтау. Дененің кез келген бөлігін әртүрлі күрделі қимылды қозғалыстар жасау кезінде бақылай алу қабілеттілігін дамыту арқылы мәселенің негізгі бір бөлігінің шешімін табу;

Білім беру мекемелерінің орта буын сыныптарынан (5-11 сыныптар) бастап, Дене шынықтыру пәнінің «Жекпе-жек спорт түрлерін», сонымен бірге, спорттық мектептердегі «Самбо» үйірмелерін жандандыру. Айналысу кезінде білім алушыларға ұлттық болмыстағы тәрбие берудің зияткерлік, тектілік, ізеттілік секілді, адами қасиеттерді әрбір сабақ немесе жаттықтыру сайын бойларына сіндіре беру. Вестибулярлық аппарат жаттықтыруын көбейту;

Самбо күресін барынша насихаттау. Ол үшін үйірмелерге қатысушылар саны, олардың түрлі деңгейлі жарыстарға қатысу динамикасы мен антропометриялық ақпараттары зерттелді. Самбо күресімен айналысу пайдасы, өзектілігі, маңыздылығы жайлы ата-аналармен түсіндірме жұмыстарын жүргізу, олардың үйірмеге қатысушы ұл-қыздарының дене және психологиялық даярлықтарын жарасымды, оңтайлы үйлесімдікте дамыту жайлы әңгімелер, сұхбаттар, диспуттар, кездесулер өткізу.

Аталмыш ғылыми еңбекті түйіндей келе, заманауи өскелең ұрпақтың дене даярлығын, оған қоса, психологиялық тұрғыда даму, өрбу, жетілу кезеңдерін атап өту қажет. Өн бойында эмоциялық сезімдері бұрқырап тасып тасып, жастық шақ өтпелі кезеңнің қиын тұсында өз орындарын тауып, кемелденген шағында дені сау ұрпақ ретінде еліміздің гүлденуіне, экономикалық дамуына, бар күшін сала үлес қосады, деген сенімде болайық.

## Әдебиеттер тізімі

- 1 Усина Ж.А. Оздоровительный коэффициент при воспитании физических качеств у студентов-спортсменов, занимающихся спортивной борьбой // Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта. – 2020. – №3-19. – С. 166-172.
- 2 Киселев Ю. Я. Психологическая готовность спортсмена: пути и средства достижения. – М.: Советский спорт, («Спорт без границ»), 2009. – 276 с.
- 3 Сейсенбеков Е.К., Әшімханов Ғ.Р., Исмаилов Э.С., Темирханов Е.М. Қазақтың ұлттық ойындарын мектепке дейінгі мекемелердің дене шынықтыру үдерісінде тиімді қолдану әдістері // Дене тәрбиесінің Жаршысы. – 2018. – №4 – Б. 42-46.
- 4 Самойлов Н.Г. Психофизиологические особенности личности спортсменов занимающихся единоборствами // Психология обучения – М.: СГУ. 2005. – № 6. – С. 33-35.
- 5 Рапопорт О.А. Интеграция физической и психологической подготовки борцов-самбистов на этапе начальной спортивной специализации. автореф. дис... к. п. н. / О.А. Рапопорт. – М.: ФиС. – 2005. – С. 28.
- 6 Nisbel J., Shucksmith. J. Learning strategies. – London; Boston; Henley, 1986. – 104 p.
- 7 Герасимов К.А. Специальная физическая подготовка (самбо): учебное пособие. – Саратов: СЮИ, 1999. – 120 с.

- 8 Trabberer R., Allman J. Introducing study skills: An appraisal of initiatives at 16. – Windsor.: – 1984. – 238 p.
- 9 Сейсенбеков Е.К., Әшімханов Ғ.Р., Телахынов Е.Б. Ақпараттық технологияларды қолдану негізіндегі спорттық жекпе-жек түрлерінің әдіснамасын жетілдіру // ҚарМУ Жаршысы. Педагогикалық серия. – 2017. – №4-88 – Б. 122-129.
- 10 Агафонов Э.В., Хориков В.А. Борьба самбо: учебное пособие. – Красноярск: Красноярская высшая школа МВД России. – 1998. – 120 с.
- 11 Алимханов Е. Ұлттық спорт пен ойындардың теориялық және педагогикалық негіздері: п.ғ.д. ғылыми дәрежесін алу үшін дайындалған диссертация жұмысы. – Алматы, 2010. – 239 б.
- 12 Bacley D.A., et al. The influence of exercise, physical activity, and athletic performance on the dynamics of human growth // Human Growth (Postnatal Growth). F. Folkner, G.M. Janner (eds.). – New York: Plenum Press. – 1978. – P. 475-505.
- 13 Сейсенбеков Е.К., Тастанов Ә.Ж., Сақаева Л.Б., Әшімханов Ғ.Р., Телахынов Е.Б. Спорттық күрестегі арнайы күш дайындығының рөлі. // Дене тәрбиесінің теориясы және әдістемесі. - Алматы, 2019. – №1-55. – Б. 105-109.
- 14 Сейсенбеков Е.К., Сақаев Б.Ә., Тастанов Ә.Ж., Шегенбаев Н.Б. Білім алушылардың кәсіби-қолданбалы даярлық жүйесі аясында спорттың жекпе-жек түрлерін оқыту әдістері // Қазақ Білім беру академиясының Баяндамалары. – 2018. – №1 – Б. 92-97.

## References

- 1 Usina ZH.A. Ozdorovitel'nyy koeffitsiyent pri vospitanii fizicheskikh kachestv u studentov-sportsmenov zanimayushchikhsya sportivnoy bor'boy // Zdorov'ye cheloveka, teoriya i metodika fizicheskoy kul'tury i sporta. – 2020. – №3-19. – S. 166-172.
- 2 Kiselev YU.YA. Psikhologicheskaya gotovnost' sportsmena: puti i sredstva dostizheniya. – M.: Sovetskiy sport («Sport bez granits»), 2009 – 276 s.
- 3 Seisenbekov Yer.K., Ashimchanov G.R., Ismailov E.S., Temirchanov E.M. Qazaqtın ulttıq oyındarın mektepke deyingi mekemelerdin dene shınıqtıru yderisinde tiimdi qoldany adisteri // Dene tarbiesinin Jarshıshı – 2018. – №4 – B. 42-46.
- 4 Samoylov N.G. Psikhofiziologicheskıye osobennosti lichnosti sportsmenov zanimayushchikhsya yedinoborstvami // Psikhologiya obucheniya – M.: SGU, 2005. – № 6. – S. 33-35.
- 5 Rapoport O.A. Integratsiya fizicheskoy i psikhologicheskoy podgotovki bortsov-sambistov na etape nachal'noy sportivnoy spetsializatsii. avtoref. dis... kand. ped. nauk / O.A. Rapoport. – M.: FiS. – 2005. – S. 28.
- 6 Nisbel J. Shucksmith. J. Learning strategies. – London; Boston; Henley, 1986. – 104 p.
- 7 Gerasimov K.A. Spetsial'naya fizicheskaya podgotovka (sambo). ucheb. posobiye. – Saratov: SYUI. – 1999. – 120 s.
- 8 Trabberer R., Allman J. Introducing study skills: An appraisal of initiatives at 16. – Windsor.: – 1984. – 238 s.
- 9 Seisenbekov Yer.K., Ashimchanov G.R., Telachynov E.B. Aqparattıq texnologiyalardı qoldany negizindegi sporttıq jekpe-jek tyrlerinin adisnamasın jetildirı // QarMU Jarshyshy. Pedagogikalyq seriya. – 2017. – №4-88 – B. 122-129.
- 10 Agafonov E.V., Khorikov V.A. Bor'ba sambo. Uchebnoye posobiye. – Krasnoyarsk: Krasnoyarskaya vysshaya shkola MVD Rossii. – 1998. – 120 s.
- 11 Alimchanov E. Ulttıq sport pen oyındarın teoriyalıq jane pedagogikalıq negizderi: p.g. d. ǵilmi darejesin aly yshin dayındalǵan dissertaciya jumısı. – Almaty, 2010. – 239 b.
- 12 Bacley D.A., et al. The influence of exercise, physical activity, and athletic performance on the dynamics of human growth // Human Growth (Postnatal Growth). F. Folkner, G.M. Janner (eds.). – New York: Plenum Press. – 1978. – P. 475-505.
- 13 Seisenbekov Yer.K., Tastanov A.J., Saqaeva L.B., Ashimchanov G.R., Telachynov E.B. Sporttyq kurestegi arnayı kush dayındıǵynyn roli. // Dene tarbiesinin teoriyası jane adistemesi. -Almaty, 2019. – №1-55. – B. 105-109.
- 14 Seisenbekov Yer.K., Saqaev B.A., Tastanov A.J., Shegenbaev N.B. Bilim alushılardıyn kasibi-qoldanbaly dayarlyq juyesi ayasynda sporttyyn jekpe-jek turlerin oqytu adisteri // Qazaq Bilim beru akademiyasynyn Bayandamalary. – 2018. – №1 – B. 92-97.


<b>Хат-хабарларға арналған автор (бірінші автор)</b>	<b>Автор для корреспонденции (первый автор)</b>	<b>The Author for Correspondence (The First Author)</b>
Сейсенбеков Ерлан Кенжебаевич – педагогика ғылымдарының кандидаты, профессор, Абай атындағы Қазақ ұлттық педагогикалық университеті, Алматы қ. Қазақстан, e-mail: Yerlan_fks@mail.ru, ORCID ID: <a href="https://orcid.org/0000-0002-3491-1799">https://orcid.org/0000-0002-3491-1799</a>	Сейсенбеков Ерлан Кенжебаевич – кандидат педагогических наук, профессор, Казахский национальный педагогический университет имени Абая, г. Алматы, Казахстан, e-mail: Yerlan_fks@mail.ru, ORCID ID: <a href="https://orcid.org/0000-0002-3491-1799">https://orcid.org/0000-0002-3491-1799</a>	Seisenbekov Yerlan – Candidate of Pedagogical Sciences, Professor, Abai Kazakh National Pedagogical University, Almaty, Kazakhstan, e-mail: Yerlan_fks@mail.ru, ORCID ID: <a href="https://orcid.org/0000-0002-3491-1799">https://orcid.org/0000-0002-3491-1799</a>

ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУДЫҢ  
МЕДИЦИНАЛЫҚ-БИОЛОГИЯЛЫҚ  
МӘСЕЛЕЛЕРІ

МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ  
ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОЙ  
КУЛЬТУРЫ

MEDICAL AND BIOLOGICAL  
PROBLEMS OF PHYSICAL  
EDUCATION



Сыздыкова С.Ж.<sup>а</sup> , Досжанова Г.Н., Кожемякина Н.Н., Есеева А.А., Оразалиева А.Е.

Научно-исследовательский институт профилактической медицины имени академика Е.Д. Даленова, НАО «Медицинский университет Астана», Астана, Казахстан

## СОСТОЯНИЕ ЗДОРОВЬЯ И ПОТРЕБНОСТЬ СТУДЕНТОВ В ЗАНЯТИЯХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ: АНАЛИЗ И РЕКОМЕНДАЦИИ

Сыздыкова Сауле Жумабаевна, Досжанова Гулнур Нурлановна, Кожемякина Надежда Николаевна, Есеева Айбарша Ахметжановна, Оразалиева Айдана Еркінбекқызы

**Состояние здоровья и потребность студентов в занятиях физической культурой: анализ и рекомендации**

**Аннотация.** В статье представлен анализ состояния здоровья студентов первого курса НАО «Медицинского университета Астана» с использованием метода «Экспресс-оценки здоровья» по Г.Л. Апанасенко. По результатам обследования студенты были распределены на 5 уровней здоровья: низкий, ниже среднего, средний, выше среднего и высокий. Исследование студентов показало, что 40,6% юношей и 55,0% девушек имеют низкий уровень здоровья, что делает необходимым пересмотр рабочей программы по предмету «Физическая культура» с внедрением дифференцированного подхода. Для анализа состояния здоровья студентов с хроническими заболеваниями были изучены медицинские справки о допуске к занятиям физической культурой. Анализ медицинских справок позволил определить характер и частоту заболеваний, что может быть учтено при разработке подходов к организации занятий физической активностью. Установлено, что только каждый десятый студент имеет противопоказания к физической активности во время занятий.

**Ключевые слова:** студенты, уровни здоровья, экспресс-оценка, физическая культура, специальные медицинские группы.

Syzdykova Saule Zhumabaevna, Doszhanova Gulnur Nurlanovna, Kozhemyakina Nadezhda Nikolaevna, Eseeva Aybarsha Akhmetzhanovna, Orzalieva Aidana Erkinbekkyzy

**Health status and students' need for physical education: analysis and recommendations**

**Abstract.** The article presents an analysis of the health status of first-year students at the NAO "Medical University of Astana" using the "Express Health Assessment" method by G.L. Apanasenko. Based on the results of the assessment, students were categorized into five health levels: low, below average, average, above average, and high. The study revealed that 40.6% of male and 55.0% of female students have a low level of health, necessitating a revision of the "Physical Education" curriculum to incorporate a differentiated approach. To analyze the health status of students with chronic illnesses, medical certificates for physical education clearance were examined. The analysis of these certificates helped determine the nature and frequency of illnesses, which can be considered when developing approaches to organizing physical activity sessions. It was found that only one in ten students has absolute contraindications to physical activity during classes.

**Key words:** students, health levels, express assessment, physical activity, special medical groups.

Сыздыкова Сауле Жумабаевна, Досжанова Гулнур Нурлановна, Кожемякина Надежда Николаевна, Есеева Айбарша Ахметжановна, Оразалиева Айдана Еркінбекқызы

**Денсаулық тәрбиесіне оқушылардың денсаулық жағдайы және қажеттілігі: талдау және ұсыныстар**

**Аңдатпа.** Мақалада «Астана медицина университеті» КЕАҚ бірінші курс студенттерінің денсаулық жағдайына Г.Л. Апанасенко. Сауалнама нәтижелері бойынша студенттер 5 денсаулық деңгейіне бөлінді: төмен, орташадан төмен, орташа, орташадан жоғары және жоғары. Студенттерді зерттеу ұлдардың 40,6% және қыздардың 55,0% денсаулығының төмен деңгейін көрсетті, бұл «Дене шынықтыру» пәні бойынша сараланған тәсілді енгізу арқылы жұмыс бағдарламасын қайта қарау қажеттілігін туғызады. Созылмалы аурулары бар студенттердің денсаулық жағдайын талдау үшін дене шынықтыру сабағына жіберілгені туралы медициналық анықтамалар зерттелді. Медициналық анықтамаларды талдау дене шынықтыру жаттығуларын ұйымдастыру тәсілдерін өзірлеу кезінде ескерілетін аурулардың сипаты мен жиілігін анықтауға мүмкіндік берді. Тек әрбір оныншы оқушыда сабақ кезінде дене белсенділігіне қарсы көрсеткіштер бар екені анықталды.

**Түйін сөздер:** студенттер, денсаулық деңгейі, экспресс-бағалау, дене тәрбиесі, арнайы медициналық топтар.

**Введение.** Анализ различных исследований показывает, что здоровье студентов находится под влиянием многочисленных факторов, таких как гиподинамия, частые стрессы и нерегулярный режим дня. Перечисленные факторы исходят из несоблюдения правил здорового образа жизни, что подтверждается статистическими данными многих исследований и положений ВОЗ. Статистика показывает, что люди с низким уровнем физической активности имеют на 20-30% более высокий риск смерти, а также повышенную вероятность развития сердечно-сосудистых заболеваний, диабета и некоторых видов рака [1].

Физическая активность выступает важной составляющей здорового образа жизни и высокого качества жизни. По данным социологического опроса НИЦ «Молодежь», проведенного в 2022 году, только 22,5% молодых людей страны регулярно занимаются физкультурой и спортом. Более 39,1% молодежи не занимается физкультурой и спортом или делает это нерегулярно [2].

Международные исследования подтверждают, что интенсивный образовательный процесс приводит к эмоциональному выгоранию, депрессии и снижению когнитивной гибкости. Исследования E. Voltmer, S. Kösllich-Strumann, J. Voltmer, T. Kötter показывают, что более 50% студентов-медиков испытывают высокий уровень стресса, особенно на первых двух годах обучения, что увеличивает риск хронических заболеваний [3]. T.J. Bugaj, A.Cranz, F. Junne, R. Erschens, W. Herzog, C. Nikendei отмечают факторы, усиливающие психосоциальное напряжение, такие как объем учебного материала и эмоциональное выгорание, и подчеркивают важность программ психологической поддержки и стресс-менеджмента [4]. I. Heinen, M. Bullinger, R.-D. Kocalevent указывают, что уровень стресса, воспринимаемого первокурсниками медицинских вузов, тесно связан с их личностными ресурсами и степенью эмоционального напряжения [5]. P. Smith, R. Merwin показывают, что регулярные физические нагрузки способствуют выработке эндорфинов, улучшают работу сердечно-сосудистой системы и снижают уровень тревожности и депрессии, а также физические упражнения могут быть столь же эффективны, как медикаментозное лечение лёгкой и умеренной депрессии [6].

В исследовании V. Steiner-Hofbauer и A. Holzinger отмечается, что студенты с развитыми навыками совладания со стрессом демонстрируют меньший риск депрессии и эмоционального выгорания [7]. Однако данные научного исследователя А.Ю. Бондаревой показывают, что большинство студентов-медиков не поддерживают систематическую физическую активность.

Более половины студентов-медиков (58,4% первокурсников и 61,3% выпускников) не соблюдают установленный режим дня. Лишь 43% юношей и 43,4% девушек на первом курсе поддерживают активный образ жизни, среди выпускников эти показатели снижаются до 45,2% и 23% соответственно. Отмечена слабая корреляция между курсом обучения и уровнем физической активности студентов, что свидетельствует о низкой вовлеченности в занятия спортом в течение всего периода обучения [8].

Исследования И.Б. Меермановой, Н.Н. Седач, И.А. Большакова, Ж.А. Калбекова показывают, что подавляющее большинство студентов находится в состоянии предболезни, в связи с этим необходима донозологическая диагностика для раннего выявления нарушений здоровья. Подчеркивается важность профилактических мероприятий и создания условий для здорового образа жизни [9].

Авторы С.С. Кубиева, Т.А. Ботагариев и Е.Т. Жетимекова отмечают, что студенты медицинских вузов демонстрируют более низкие показатели физической подготовленности по сравнению с коллегами из педагогических вузов. Это связано с меньшим количеством видов спорта, представленных в учебных программах медицинских вузов, и более низким уровнем двигательной активности студентов. Результаты исследования подчеркивают необходимость совершенствования программ физической культуры в медицинских вузах для повышения уровня физической подготовленности [10].

Анализ отечественных и зарубежных исследований подтверждает, что вышеперечисленные условия увеличивают риск развития хронических заболеваний, эмоционального выгорания и снижения когнитивной функции.

Необходимость совершенствования систем физического воспитания, внедрения программ профилактики и ранней диагностики становится ключевым фактором для улучшения качества жизни студентов и их профессиональной подготовки.

**Цель исследования:** изучить уровни здоровья студентов и их потребности в физической культуре для разработки рекомендаций, направленных на укрепление здоровья и профилактику заболеваний.

**Задачи исследования:**

1. Исследовать состояние здоровья первокурсников медицинского вуза.
2. Изучить образовательные условия и доступные альтернативные варианты для студентов с медицинскими противопоказаниями к занятиям физической культурой.

**Материалы и методы.** Донозологическая оценка состояния здоровья студентов первого курса НАО «Медицинский университет Астана» (НАО МУА)

проводилась на базе лаборатории «Диагностика здоровья» Научно-исследовательского института имени академика Е.Д. Даленова, методом экспресс-оценки состояния здоровья по Г.Л. Апанасенко, на основании суммирования баллов, полученных в результате оценки следующих показателей [11-13]:

- индекс массы тела;
- жизненный индекс;
- силовой индекс;
- индекс Робинсона;
- проба Мартине.

Полученные данные ранжировали на 5 уровней здоровья: низкий, ниже среднего, средний, выше среднего, высокий.

Было проведено документальное исследование, включающее анализ медицинских справок студентов специальных медицинских групп, освобожденных от занятий физической культурой. Данный метод позволил изучить структуру и причины ограничений физической активности, а также выявить наиболее распространенные медицинские противопоказания среди студентов специальных медицинских групп.

В рамках исследования было проведено анкетирование среди студентов специальных медицинских групп, освобожденных от занятий физической культурой. Цель анкетирования заключалась в выявлении уровня интереса студентов к физической активности и их потребностей в

организации физического воспитания с учетом ограничений здоровья.

Опрос охватил 102 студента, обучающихся на первом и втором курсах медицинского университета. Среди опрошенных: 22,5% имеют официальный статус инвалидности, 77,5% не имеют статуса инвалидности, но имеют различные ограничения здоровья и медицинские противопоказания к физической активности. Анкетирование проводилось в анонимной форме и включало вопросы, направленные на оценку мотивации к занятиям физической культурой, предпочтительных видов физической активности, а также препятствий для регулярных занятий спортом. Результаты анкетирования были использованы для анализа образовательных условий и разработки рекомендаций по адаптации программ физического воспитания для студентов с ограниченными возможностями здоровья.

**Результаты.** В ходе исследования установлено, что среди юношей чаще встречался низкий уровень здоровья (40,5%), а также средний (27,2%) и ниже среднего (26,2%) уровни. Низкий уровень здоровья характеризовался низкой массой тела, менее  $17,8 \pm 0,8$ , и сочетался с низким уровнем тренированности, согласно результатам функциональных проб, отражающих работу различных систем организма (таблица 1).

Таблица 1 – Значение уровня здоровья юношей, n=658

Показатели	Высокий		Выше среднего		Средний		Ниже среднего		Низкий	
	норма	n= 2	норма	n=37	норма	n=179	норма	n=173	норма	n=267
Индекс массы Тела	28,1 и >	31,2± 2,4	25,1- 28,09	26,6± 0,9	20,1- 25,09	22,3± 1,3	19,0- 20,09	19,6± 0,3	18,9 и <	17,8± 0,8
Жизненный индекс	≥66	74,3± 11,4	61- 65,99	62,3± 1,3	56- 60,99	58,4± 1,5	51- 55,99	53,3± 1,2	≤50,99	41,1± 7,9
Силовой индекс	≥80	87,46± 6,5	61- 65,99	75,46± 2,5	56- 60,99	63,77± 1,4	61- 65,99	63,27± 1,5	≤60,99	51,47+ 8,01
Функционирование сердечно-сосудистой системы	≤69,99	64,79± 3,0	70- 84,99	78,5± 4,2	85- 94,99	89,9± 2,7	95- 110,99	110,9± 4,6	≥111	124,5± 12,8
Проба Мартине	≤59	40± 10,0	60-89	66± 7,8	90-119	92± 4,7	120- 180	129± 11	≥180	159± 25,6
<b>Примечание - *при значении P≤0, 001</b>										

Оценка состояния здоровья показала, что более половины девушек (55%) имели низкий уровень здоровья, тогда как уровень ниже среднего составил 27,3%, средний – 16%, и выше среднего – 1,87% В

сравнении с юношами, показатели функционирования сердечно-сосудистой системы (ФССС) у девушек с низким уровнем здоровья имели статистически значимые различия (таблица 2).



Таблица 2 – Значение уровня здоровья девушек, n=1119

Показатели	Высокий		Выше среднего		Средний		Ниже среднего		Низкий	
	норма	n= 0	норма	n=21	норма	n=179	норма	n=304	норма	n=615
Индекс массы Тела	26,1 и >	28,2±3,9	23,9-26,09	24,8±0,5	18,1-23,89	21,1± 1,6	17,0-18,69	17,8±0,15	16,9 и <	16,2±0,5
Жизненный индекс	≥56	68,3±11,4	51-55,99	53,9±1,17	46-50,99	48,5±1,4	41-45,99	43,3±6,0	≤40,99	34,6±5,0
Силовой индекс	≥61	93,63±1,7	56-60,99	72,45±6,2	51-55,99	66,31±5,4	41-50,99	60,57±6,4	≤40,99	50,14±7,5
Функционирование сердечно-сосудистой системы	≥111	63,9±3,3	95-110,99	78,5±3,7	85-94,99	89,6±2,4	70-84,99	78,5±3,7	≤69,99	63,9±3,3*
Проба Мартине	≤59	38,1±14	60-89	66,1±8,2	90-119	94,1±6,4	120-180	136±13	≥180,0	159±25,6

Примечание - \*при значении P≤0,001

**Обсуждение.** Низкие показатели функционального состояния организма указывают на слабые адаптационные возможности организма, снижение его резервов и высокую нагрузку на системы. Это может быть ранним признаком формирования предболезненного состояния, что является фактором риска для развития хронических заболеваний.

Применение донозологической диагностики здоровья среди студентов НАО «МУА» выявило значительную долю студентов с низким уровнем здоровья, что подчеркивает необходимость дальнейшего анализа и разработки программ для его улучшения.

Сравнительный анализ уровня здоровья по половому признаку показал значимые различия в показателях у девушек, что является важным фактором при разработке оздоровительных программ.

Среди первокурсников низкий уровень здоровья выявлен у 882 студентов, среди них девушек – 615, юношей – 267. От занятий физической культурой

освобождены 529 студентов (около 60%) с низким уровнем здоровья.

Научно-исследовательский институт профилактической медицины имени академика Е.Д. Даленова НАО «МУА» провел анонимное анкетирование среди студентов специальных медицинских групп, освобожденных от занятий физической культурой, с целью выявления потребности в занятиях физической культурой и предпочтительности видов спорта и физической активности.

Наиболее часто встречающиеся причины освобождения от занятий физической культурой являются проблемы здоровья, связанные с нарушением зрения (32,4%), нарушением опорно-двигательного аппарата (25,5%), проблемы с почками (6,9%), а также проблемы, связанные с различными соматическими заболеваниями (5,9%). Также респонденты назвали отдельные проблемы со здоровьем и иные причины освобождения от занятий физической культурой в ВУЗе (29,8%) (таблица 3).

Таблица 3 – Вид заболевания у студентов, освобожденных от занятий физической культурой, n=102

№	Какое у Вас заболевание?	Количество студентов, %
1	Нарушения зрения	32,4
2	Нарушения опорно-двигательного аппарата	25,5
3	Проблемы с почками	6,9
4	Соматические заболевания	5,9
5	Астма	3,9

Продолжение таблицы 3

6	Идиопатический юношеский сколиоз	2,9
7	Проблемы с коленями	2,0
8	Проблемы ЖКТ	2,0
9	Беременность	2,0
10	Аритмия сердца	2,0
11	Сосудистые заболевания	2,0
12	Проблемы со щитовидкой	1,0
13	Онкология	1,0
14	Изжога	1,0
15	Неспецифический аорта артериит	1,0
16	Синдром Такаясу	1,0
17	Болезнь Келлера	1,0
18	Фиброзная дисплазия челюстно-лицевого отдела	1,0
19	Расстройства вегетативной нервной системы	1,0
20	Зоб	1,0
21	Гипертензия	1,0
22	Миокардит	1,0
23	ХМЛ	1,0
24	Принимаю препараты	1,0
25	Состояние после травмы ноги (перелом)	1,0
	<b>Всего</b>	<b>102</b>

Большинство опрошенных до поступления в ВУЗ имели опыт занятия физической культурой. Среди опрошенных 47,1% занимались физической культурой в рамках школьной программы, 13,7% посещали специализированные спортивные кружки и еще 1% посещали ЛФК. 23,5% респондентов отметили,

что самостоятельно занимались физкультурой, а 14,7% опрошенных студентов указали, что у них нет опыта занятий физкультурой или каким-либо видом спорта. Несмотря на это, 53,9% студентов изъявили желание заниматься физкультурой от 1 до 3 раз в неделю – 53,9 % (рисунок 1).



Рисунок 1 – Запрос на занятия физической культурой среди опрошенных, % (n=102)

По результатам опроса была выявлена потребность на виды спорта и физической активности (таблица 4).

Таблица 4 – Предпочтительные виды физической активности среди опрошенных, n =102

№	Какие виды физической активности Вы предпочитаете?	Количество ответов, %
1	Ходьба, спортивная ходьба, ходьба со скандинавскими палками	14,6
2	Йога	14,2
3	Плавание, аквааэробика и другие водные упражнения	13,1
4	Езда на велосипеде	13,1
5	Физическая активность с минимальной интенсивностью (прогулки, работа в огороде и пр.)	11,9
6	Танцы	11,2
7	Настольные игры (теннис и др.)	9,2
8	Не знаю какими видами спорта мне можно заниматься по состоянию здоровья	6,5
9	Бег трусцой	1,9
10	Нет предпочтений, но хотелось бы заниматься каким-либо видом спорта	1,9
11	Ничего из вышеперечисленного	1,2
12	<i>Затрудняюсь ответить</i>	1,2

Отмечается, что студенты (79,5%) хорошо осведомлены о том, что занятия физической культурой положительно влияют как на физическое, так и на эмоциональное состояние. При этом 3,9% считают, что физкультура действует отрицательным образом, и еще 16,7% затрудняются ответить о влиянии на эмоциональное и физическое здоровье. Для большинства опрошенных студентов (66,9%) главной мотивацией заниматься физкультурой является укрепление здоровья и повышение качества жизни, тогда как для каждого четвертого респондента главной причиной заниматься спортом является желание похудеть и улучшить фигуру (25,2%). Небольшое количество опрошенных (7,2%) формально относится к физкультуре и спорту, их мотивация заключается в получении зачета по дисциплине (5%) либо выполнении разряда (2,2%).

На основании результатов опроса было выявлено, что студенты считают важным внедрение медицинско-оздоровительного сопровождения в вузе для студентов с ограниченными возможностями здоровья.

Среди перечисленных наибольшую долю голосов набрал вариант о необходимости адаптировать дисциплину «Физическая культура» для студентов с ОВЗ (20,2%).

Далее студенты указали о необходимости приобретения спортивного оборудования, адаптиро-

ванного для обучающихся с различными видами нарушений (17,7%) и строительство или адаптация спорткомплекса при ВУЗе для студентов с ОВЗ (17,2%).

Помимо внутривузовской спортивной инфраструктуры и методологии дисциплины, студенты также отметили необходимость отделения поликлиники или медпункта в ВУЗе, адаптированного для студентов с ОВЗ (13,1%), вместе с тем выразили пожелание о возможности поездок в оздоровительный лагерь, который был бы доступен для студентов с ОВЗ (11,1%), и еще 9,1% отметили потребность в профилактории при ВУЗе.

Среди наиболее частых пожеланий было то, что в ВУЗе занятия физической культурой необходимо адаптировать под потребности студентов с ОВЗ, так как на текущий момент основная масса занятий предполагает высокую активность и интенсивность, что не подходит для лиц с ОВЗ. В частности, опрошенные предлагают снизить нагрузку по нормативам, внедрить в программу занятий по физкультуре альтернативные спортивные дисциплины и направления, тем самым увеличив возможность выбора для студентов: йога, спортивные игры, настольный теннис, стретчинг, качественная разминка, и открытие шахматного клуба.

Типовая и рабочая программы по дисциплине «Физическая культура» в основном ориентированы

на студентов основной медицинской (физкультурной) группы. Однако результаты донозологической оценки здоровья студентов первого курса медицинского профиля выявили преобладание студентов с уровнями здоровья ниже среднего и низким. Это подчеркивает необходимость пересмотра рабочей программы по физической культуре с учетом включения практических материалов, адаптированных к потребностям студентов с различным состоянием здоровья, и применения дифференцированного подхода.

В 2024–2025 учебном году для студентов специальных медицинских групп, освобожденных от занятий по дисциплине «Физическая культура», было предложено два формата выполнения учебной программы: написание рефератов на теоретические темы, посвященных основам здорового образа жизни, теоретическим аспектам физической активности и профилактике заболеваний или посещение тренажерного зала.

Анализ медицинских справок студентов показал, что основными причинами освобождения от занятий физической культурой являются нарушение зрения (32,4%), нарушение опорно-двигательного аппарата (25,5%), а также ряд соматических заболеваний. При этом многие из этих нозологий, согласно классификации МКБ-10, не предполагают полного противопоказания физических нагрузок, но требуют их адаптации.

Около 40% студентов выразили желание заниматься в тренажерном зале. Для этой группы была разработана специализированная программа, ориентированная на поддержание и укрепление физического состояния. Программа включает преимущественно циклические нагрузки на тренажерах, в режиме контроля частоты сердечных сокращений (ЧСС) в диапазоне 120–140 уд/мин:

- беговая дорожка: ходьба 3–5 минут;
- велотренажер: 3–5 минут;
- эллиптический тренажер: 3–5 минут.

Дополнительно были подобраны упражнения на тренажерах для укрепления мышц пресса, рук и ног. Все занятия проходят под наблюдением инструктора лечебной физкультуры (ЛФК). Рекомендуемая недельная нагрузка составляет от одного до двух часов.

Данный подход позволил студентам, освобожденным от традиционных занятий, участвовать в физической активности с учетом их индивидуальных особенностей здоровья и способствовал поддержанию общего физического тонуса.

Таким образом, основываясь на анализе литературы и практическом опыте, в образовательный процесс физической культуры для студентов с

медицинскими противопоказаниями необходимо включить следующие мероприятия:

- Организация занятий теоретического характера, посвященных основам здорового образа жизни, теоретическим аспектам физической активности и профилактике заболеваний.

- Разработка и внедрение адаптированных программ физической культуры, ориентированных на индивидуальные особенности и состояние здоровья студентов.

- Проведение лекций и семинаров о значении физической активности для здоровья, с акцентом на профилактические меры и восстановительные практики.

- Предоставление психологической поддержки и проведение тренингов по стресс-менеджменту для студентов с ограниченными возможностями.

- Осуществление регулярного медицинского мониторинга для своевременной оценки состояния здоровья и корректировки образовательных программ.

Эти меры помогут студентам с медицинскими противопоказаниями интегрироваться в образовательный процесс, сохраняя здоровье и повышая качество своей жизни.

#### **Заключение.**

1. Исследование выявило, что значительная часть первокурсников медицинского вуза находится в группе риска по состоянию здоровья, уровень здоровья был особенно низким среди девушек, из которых более половины (55%) продемонстрировали низкие показатели. У юношей данный показатель составил 40,5%. Кроме того, у 60% студентов с низким уровнем здоровья было отмечено освобождение от занятий физической культурой.

Гендерные различия требуют учета специфических потребностей студентов при разработке профилактических и оздоровительных программ. Освобождение от занятий физической культурой у большинства студентов с низким уровнем здоровья указывает на важность внедрения адаптированных форм физической активности для улучшения их физического состояния. Результаты подчеркивают актуальность системного мониторинга здоровья студентов и разработки целевых программ, направленных на повышение адаптационных возможностей организма и профилактику хронических заболеваний. Включение донозологической диагностики в образовательный процесс позволит своевременно выявлять нарушения и эффективно планировать профилактические мероприятия.

2. Анализ образовательных условий и альтернативных вариантов для студентов с медицинскими противопоказаниями к занятиям физической культурой выявил недостаточную адаптацию учебного

процесса к их потребностям. Несмотря на наличие двух форматов выполнения учебной программы (написание рефератов и посещение тренажерного зала), значительная часть студентов выразила необходимость в расширении доступных видов физической активности, таких как йога, плавание, спортивная ходьба, велоспорт и танцы.

Результаты анкетирования показали, что большинство студентов имеют базовый опыт занятий физической культурой, но уровень их вовлеченности в активные виды спорта после поступления в вуз значительно снижен. При этом 79,5% респондентов осознают положительное влияние физической активности на здоровье, что подтверждает их заинтересованность в адаптированных программах.

Разработанная программа для тренажерного зала с умеренными нагрузками позволила студентам участвовать в физической активности с учетом состояния здоровья и индивидуальных особенностей. Тем не менее, остается необходимость пересмотра рабочей программы по дисциплине «Физическая культура» для включения практических материалов, адаптированных к студентам с ограниченными возможностями здоровья, и применения дифференцированного подхода.

Внедрение этих мер способствует не только укреплению физического состояния студентов, но и повышению их мотивации к занятиям физической культурой, улучшению качества жизни и общей учебной успешности.

### Список литературы

- 1 World Health Organization (WHO). Physical Inactivity a Leading Cause of Disease and Disability, Warns WHO. <https://www.who.int/news/item/04-04-2002-physical-inactivity-a-leading-cause-of-disease-and-disability-warns-who> (дата обращения: 15.12.2024).
- 2 Постановление Правительства Республики Казахстан от 28 марта 2023 года № 247. Об утверждении Концепции государственной молодежной политики Республики Казахстан на 2023–2029 годы. <https://adilet.zan.kz> (дата обращения: 15.12.2024).
- 3 Voltmer E., Kösllich-Strumann S., Voltmer J.B., Kötter T. Stress and behavior patterns throughout medical education – a six-year longitudinal study // *BioMed Central. Medical Education*. – 2021. – Article 454. DOI: <https://doi.org/10.1186/s12909-021-02862-x>.
- 4 Bugaj T.J., Cranz A., Junne F., Erschens R., Herzog W., Nikendei C. Psychosocial Burden in Medical Students and Specific Prevention Strategies // *Mental Health & Prevention*. – 2016. – №4(1). – pp. 24–30. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.mhp.2016.01.002>.
- 5 Heinen I, Bullinger M, Kocalevent R-D. Perceived stress in first year medical students - associations with personal resources and emotional distress // *BioMed Central Medical Education*. – 2017. – Volume 17. – Article 4. – DOI: <https://doi.org/10.1186/s12909-016-0841-8>.
- 6 Smith P. J., Merwin R. M. The role of exercise in management of mental health disorders: An integrative review // *Annual Review of Medicine*. – 2024. – Volume 75. – pp. 123–140. DOI: [10.1186/s12909-016-0841-8](https://doi.org/10.1186/s12909-016-0841-8).
- 7 Steiner-Hofbauer V., Holzinger A. How to cope with the challenges of medical education? Stress, depression, and coping in undergraduate medical students // *Academic Psychiatry*. – 2020. – Vol. 44, - №4. – pp. 380–387. DOI: <https://doi.org/10.1007/s40596-020-01193-1>.
- 8 Бондарева А.Ю. Образ жизни и его качество у студентов-медиков // *Молодой ученый*. – 2020. – №15 (305). – С. 12-14.
- 9 Меерманова И.Б., Седач Н.Н., Большакова И.А., Калбеков Ж.А. Современное состояние и проблемы здоровья студенческой молодежи // *Медицина и экология*. – 2019. – С.5-11.
- 10 Кубиева С.С., Ботагариев Т.А., Жетимсков Е.Т. Физическая подготовленность и физическое развитие студентов вузов различного профиля // *Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта*. – 2018. – №2(9). – С. 26-49.
- 11 Апанасенко Г.Л. Медицинская валеология: учебное пособие. – Ростов н/Д: Феникс, 2000. – 243 с.
- 12 Ефремова Т.Г. Оценка состояния здоровья по Г.Л. Апанасенко как метод экспресс-диагностики в процессе физического воспитания / III Междунар. науч.-практ. конф. «Воспитание и обучение: теория, методика и практика»: мат. – Чебоксары, 2015. – С. 326-328.
- 13 Сазанова М.Л. Экспресс-диагностика здоровья первокурсников с разным уровнем двигательной активности // *Фундаментальные и прикладные исследования в современном мире*. – 2015. – № 11-13. – С. 74-77.

### References

- 1 World Health Organization (WHO). Physical Inactivity a Leading Cause of Disease and Disability, Warns WHO. <https://www.who.int/news/item/04-04-2002-physical-inactivity-a-leading-cause-of-disease-and-disability-warns-who> (data obrashhenija: 15.12.2024).
- 2 Postanovlenie Pravitel'stva Respubliki Kazahstan ot 28 marta 2023 goda № 247. Ob utverzhenii Konceptii gosudarstvennoj molodezhnoj politiki Respubliki Kazahstan na 2023–2029 gody. <https://adilet.zan.kz> (data obrashhenija: 15.12.2024).
- 3 Voltmer E., Kösllich-Strumann S., Voltmer J.B., Kötter T. Stress and behavior patterns throughout medical education – a six-year longitudinal study // *BioMed Central. Medical Education*. – 2021. – Article 454. DOI: <https://doi.org/10.1186/s12909-021-02862-x>.
- 4 Bugaj T.J., Cranz A., Junne F., Erschens R., Herzog W., Nikendei C. Psychosocial Burden in Medical Students and Specific Prevention Strategies // *Mental Health & Prevention*. – 2016. – №4(1). – pp. 24–30. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.mhp.2016.01.002>.

- 5 Heinen I, Bullinger M, Kocalevent R-D. Perceived stress in first year medical students - associations with personal resources and emotional distress // *BioMed Central Medical Education*. – 2017. – Volume 17. – Article 4. – DOI: [https://10.1186/s12909-016-0841-8](https://doi.org/10.1186/s12909-016-0841-8).
- 6 Smith P. J., Merwin R. M. The role of exercise in management of mental health disorders: An integrative review // *Annual Review of Medicine*. – 2024. – Volume 75. – pp. 123–140. DOI: [10.1186/s12909-016-0841-8](https://doi.org/10.1186/s12909-016-0841-8).
- 7 Steiner-Hofbauer V., Holzinger A. How to cope with the challenges of medical education? Stress, depression, and coping in undergraduate medical students // *Academic Psychiatry*. – 2020. –Vol. 44, - №4. – pp . 380–387. DOI: <https://doi.org/10.1007/s40596-020-01193-1>.
- 8 Bondareva A.Ju. Obraz zhizni i ego kachestvo u studentov-medikov // *Molodoj uchenyj*. – 2020. – №15 (305). – S. 12-14.
- 9 Meermanova I.B., Sedach N.N., Bol'shakova I.A., Kalbekov Zh.A. Sovremennoe sostojanie i problemy zdorov'ja studencheskoj molodjozhi // *Medicina i jekologija*. - 2019. - S.5-11.
- 10 Kubieva S.S., Botagariev T.A., Zhetimekov E.T. Fizicheskaja podgotovlennost' i fizicheskoe razvitie studentov vuzov razlichnogo profilja // *Zdorov'e cheloveka, teorija i metodika fizicheskoy kul'tury i sporta*. - 2018. - №2(9). - S. 26-49.
- 11 Apanasenko G.L. Medicinskaja valeologija: uchebnoe posobie. - Rostov n/D: Feniks, 2000. - 243 s.
- 12 Efremova T.G. Ocenka sostojanija zdorov'ja po G.L. Apanasenko kak metod jekspress-diagnostiki v processe fizicheskogo vospitanija / III Mezhdunar. nauch.-prakt. konf. «Vospitanie i obuchenie: teorija, metodika i praktika»: mat. – Cheboksary, 2015. - S. 326-328.
- 13 Sazanova M.L. Jekspress-diagnostika zdorov'ja pervokursnikov s raznym urovnem dvigatel'noj aktivnosti // *Fundamental'nye i prikladnye issledovanija v sovremennom mire*. - 2015. - № 11-13. - S. 74-77.

<p><b>Хат-хабарларга арналған автор (бірінші автор)</b> Сыздыкова Сауле Жумабаевна – педагогика ғылымдарының кандидаты, Академик Е. Дәленов атындағы медицина-профилактикалық ғылыми-зерттеу институты, «Астана медицина университеті» КЕАҚ, Астана қ., Қазақстан, e-mail: <a href="mailto:syzdykova59@mail.ru">syzdykova59@mail.ru</a>, ORCID ID: <a href="https://orcid.org/0000-0001-7227-4893">https://orcid.org/0000-0001-7227-4893</a></p>	<p><b>Автор для корреспонденции (первый автор)</b> Сыздыкова Сауле Жумабаевна - кандидат педагогических наук, НИИ профилактической медицины имени академика Е. Даленова, НАО «Медицинский университет Астана», г. Астана, Казахстан, e-mail: <a href="mailto:syzdykova59@mail.ru">syzdykova59@mail.ru</a>, ORCID ID: <a href="https://orcid.org/0000-0001-7227-4893">https://orcid.org/0000-0001-7227-4893</a></p>	<p><b>The Author for Correspondence (The First Author)</b> Syzdykova Saule Zhumabaevna – Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor, Research Institute of Preventive Medicine named after Academician E. Dalenov, NPJSC «Astana Medical University», Astana, Kazakhstan, e-mail: <a href="mailto:syzdykova59@mail.ru">syzdykova59@mail.ru</a>, ORCID ID: <a href="https://orcid.org/0000-0001-7227-4893">https://orcid.org/0000-0001-7227-4893</a></p>
--	--	---

Тазабек Е.Н.<sup>ORCID</sup>, Жунусбеков Ж.И., Саутов Р.Т., Ганибаев Н.С.,  
Токарева С.В.

Казахская академия спорта и туризма, г. Алматы, Казахстан

## ВЛИЯНИЕ ЗНАЧИТЕЛЬНЫХ ФИЗИЧЕСКИХ НАГРУЗОК НА РЕПРОДУКТИВНУЮ ФУНКЦИЮ ОРГАНИЗМА ДЕВУШЕК-БОКСЕРОВ

Тазабек Еркебулан Нурланулы, Жунусбеков Жаксыбек Ибрагимович, Саутов Рахмет Тюлимбаевич, Ганибаев Нурлан Сагидуллаевич, Токарева Светлана Витальевна

### Влияние значительных физических нагрузок на репродуктивную функцию организма девушек-боксеров

**Аннотация.** Данная статья написана в рамках диссертационного исследования «Управление тренировочным процессом девушек-боксеров 17-18 лет с учетом функциональных особенностей». Актуальность темы исследования обусловлена ростом числа женщин, занимающихся профессиональным спортом, и недостаточной изученностью влияния интенсивных физических нагрузок на их репродуктивное здоровье. Целью исследования была всесторонняя оценка влияния значительных физических нагрузок на репродуктивное здоровье женщин, которые занимаются боксом. Исследование проводилось на базе ГККП «Специализированная детско-юношеская школа олимпийского резерва №9» с участием 30 девушек-боксеров в возрасте 18-25 лет, тренирующихся 5-6 раз в неделю. Использовались методы лабораторных анализов крови, ультразвукового исследования, антропометрических измерений. Статистический анализ включал методы описательной статистики. У 40% участниц был выявлен дефицит эстрадиола (средний уровень 70 пг/мл), что связано с интенсивностью тренировок ( $r=-0.42$ ,  $p<0.05$ ). У 50% участниц наблюдался дефицит прогестерона (средний уровень 3 нг/мл), что также коррелировало с интенсивностью тренировок ( $r=-0.47$ ,  $p<0.01$ ). Эти гормональные изменения могут приводить к нарушениям менструального цикла и снижению фертильности. Анемия была выявлена у 20% участниц, со средним уровнем гемоглобина 115 г/л ( $SD=5.5$ ), что ниже нормы (120-160 г/л). Данные выводы подчеркивают необходимость регулярного мониторинга уровней гормонов и микроэлементов у спортсменок, что позволит своевременно выявлять и корректировать дефициты, такие как низкий уровень эстрадиола, прогестерона, магния и витамина D, что поможет сохранить высокие показатели фертильности.

**Ключевые слова:** физическая нагрузка, женский бокс, интенсивность, коррекция, тренировка, репродуктивное здоровье.

Tazabek Yerkebulan Nurlanuly, Zhunusbekov Zhaksybek Ibragimovich, Sautov Rakhmet Tyulimbaevich, Ganibayev Nurlan Sagidullaevich, Tokareva Svetlana Vitalievna

### The effect of significant physical exertion on the reproductive function of the body of female boxers

**Abstract.** This article was written as part of a dissertation research: «Managing the training process of female boxers aged 17-18 years, taking into account functional features». The relevance of the research topic is due to the growing number of women involved in professional sports and the insufficient study of the impact of intense physical exertion on their reproductive health. The purpose of this study was a comprehensive assessment of the impact of significant physical activity on the reproductive health of women who are engaged in boxing. The study was conducted on the basis of the TSMSOE "Specialized Children's and Youth School of the Olympic Reserve No. 9" with the participation of 30 female boxers aged 18-25 years, training 5-6 times a week. Methods of laboratory blood tests, ultrasound, and anthropometric measurements were used. Statistical analysis included methods of descriptive statistics. Estradiol deficiency was detected in 40% of the participants (average level 70 pg/ml), which is associated with the intensity of training ( $r=-0.42$ ,  $p<0.05$ ). Progesterone deficiency was observed in 50% of the participants (average level 3 ng/ml), which also correlated with the intensity of training ( $r=-0.47$ ,  $p<0.01$ ). These hormonal changes can lead to menstrual irregularities and decreased fertility. Anemia was detected in 20% of the participants, with an average hemoglobin level of 115 g/l ( $SD=5.5$ ), which is below normal (120-160 g/l). These findings emphasize the need for regular monitoring of hormone and trace element levels in female athletes, which will allow timely detection and correction of deficiencies such as low levels of estradiol, progesterone, magnesium and vitamin D, which will help maintain high fertility rates.

**Key words:** physical activity, women's boxing, intensity, correction, training, reproductive health.

Тазабек Еркебулан Нұрланұлы, Жунусбеков Жаксыбек Ибрагимович, Саутов Рахмет Тюлимбаевич, Ганибаев Нурлан Сагидуллаевич, Токарева Светлана Витальевна

### **Боксшы қыздар ағзасының репродуктивті жүйесіне дене жүктемелерінің айтарлықтай әсері**

**Аңдатпа.** Бұл мақала диссертациялық зерттеу аясында жазылған: «17-18 жастағы боксшы қыздардың функционалдық ерекшеліктерін ескере отырып жаттығу үрдісін басқару». Зерттеу тақырыбының өзектілігі кәсіби спортпен айналысатын әйелдер санының өсуіне және қарқынды дене белсенділіктің олардың репродуктивті денсаулығына әсерін жеткіліксіз зерттеуге байланысты. Бұл зерттеудің мақсаты бокспен айналысатын әйелдердің репродуктивті денсаулығына айтарлықтай дене күш салудың әсерін жан-жақты бағалау болды. Зерттеу аптасына 5-6 рет жаттығатын 18-25 жас аралығындағы 30 боксшы қыздың қатысуымен «№9 олимпиадалық резервтің мамандандырылған балалар мен жасөспірімдер мектебі» МКҚК базасында жүргізілді. Зертханалық қан анализі, ультрадыбыстық зерттеу, антропометриялық өлшеу әдістері қолданылды. Статистикалық талдау сипаттамалық Статистика әдістерін қамтыды. Қатысушылардың 40% - У эстрадиол тапшылығы анықталды (орташа деңгейі 70 пг/мл), бұл жаттығулардың қарқындылығымен байланысты ( $r = -0.42$ ,  $p < 0.05$ ). Қатысушылардың 50% - прогестерон тапшылығы байқалды (орташа деңгейі 3 нг/мл), бұл жаттығулардың қарқындылығымен де байланысты болды ( $r = -0.47$ ,  $p < 0.01$ ). Бұл гормондарды өзгерістер етеккір циклінің бұзылуына және құнарлылықтың төмендеуіне әкелуі мүмкін. Анемия қатысушылардың 20% - у анықталды, гемоглобиннің орташа деңгейі 115 г / л ( $SD = 5.5$ ), бұл нормадан төмен (120-160 г/л). Бұл тұжырымдар спортшы әйелдердегі гормондар мен микроэлементтердің деңгейін үнемі бақылау қажеттілігін көрсетеді, бұл эстрадиол, прогестерон, магний және D витаминінің төмен деңгейі сияқты тапшылықтарды уақтылы анықтауға және түзетуге мүмкіндік береді, бұл құнарлылықтың жоғары көрсеткіштерін сақтауға көмектеседі.

**Түйін сөздер:** дене жүктемесі, әйелдер боксы, қарқындылық, түзету, жаттығу, репродуктивті денсаулығы.

**Введение.** Изучение влияния интенсивных физических нагрузок на репродуктивное здоровье женщин-спортсменок, в частности, девушек-боксеров, является важной и актуальной темой в спортивной медицине. Рост популярности женского спорта, особенно видов с высокой физической нагрузкой, таких как бокс, требует более глубокого понимания физиологических и медицинских аспектов, связанных с этими видами деятельности. Одним из ключевых аспектов является влияние физических нагрузок на гормональный баланс и репродуктивную функцию, так как нарушения в этой области могут иметь серьезные последствия для здоровья и качества жизни спортсменок.

Проблематика исследования связана с возможными негативными последствиями интенсивных физических нагрузок на женский организм. В данной сфере существует ряд проблем, которые требуют изучения, чтобы предотвратить потенциальные риски для здоровья спортсменок. Эти проблемы включают влияние физических нагрузок на уровни ключевых гормонов, таких как эстрадиол и прогестерон; развитие железодефицитной анемии в связи с интенсивностью тренировок; недостаточную роль витаминов и минералов в поддержании здоровья женщин-спортсменок. Необходимость изучения данной темы обусловлена большим числом женщин, занимающихся профессиональным спортом, и недостаточной изученностью влияния интенсивных физических нагрузок на женский организм.

Ранее этой проблемой занимались различные исследователи. Например, С.Ш. Исенова показала,

что у спортсменок, занимающихся спортом на постоянной основе, наблюдаются нарушения менструального цикла, связанные со снижением уровня эстрадиола [1]. Д.Н. Маханбеткулова при анализе исследования И.И. Иванова определила, что у подростков, проживающих в городской местности, нарушение менструального цикла наблюдается гораздо чаще, чем у жителей сельской местности, что связано со стрессом проживания в большом населенном пункте и дефицитом физических нагрузок [2, 3]. Э. Саипова также отмечает, что профессиональное занятие спортом, сопровождающееся высокой нагрузкой, существенно увеличивает риск бесплодия у молодых женщин [4].

Анализ работ также показывает, что железодефицитная анемия является распространенной проблемой среди женщин-спортсменок. А.Т. Шарман выявил, что недостаток витамина D является распространенной проблемой среди молодого поколения, особенно тех, кто тренируется в закрытых помещениях. Она также подчеркнула необходимость регулярного мониторинга уровня этого витамина для предотвращения развития остеопороза [5]. Д.Д. Мирзахметова показала, что у женщин молодого возраста часто наблюдается дефицит железа, что подтверждается низкими уровнями гемоглобина и ферритина [6].

Важность витаминов и минералов для поддержания здоровья спортсменок подтверждается исследованиями К.С. Нысанбаевой, которая показала, что неконтролируемое применение гормональных препаратов может привести к нарушению фертильности у женщин-спортсменок [7].



Несмотря на значительный вклад этих исследований в изучение данной темы, остается ряд нерешенных вопросов. В частности, необходимы комплексные исследования, учитывающие влияние физических нагрузок на гормональный баланс, уровень железа и витамины и минералы.

**Целью** настоящего исследования является комплексная оценка влияния значительных физических нагрузок на репродуктивное здоровье, уровень железа и общее состояние организма девушек-боксеров. Основные **задачи** включали оценку уровней ключевых гормонов, таких как эстрадиол, прогестерон и тестостерон, у девушек-боксеров и их связь с интенсивностью тренировок. Также было необходимо выявить наличие и степень железодефицитной анемии среди участниц и изучить факторы, способствующие её развитию. Кроме того, исследование было направлено на анализ уровней витаминов и минералов, таких как витамин D и магний, и их взаимосвязь с физическими нагрузками и общим состоянием здоровья спортсменок.

**Материалы и методы.** Исследование проводилось на базе ГККП «Специализированная детско-юношеская школа олимпийского резерва №9» города Алматы. Основными методами исследования были:

1. Лабораторные анализы крови: Для оценки уровней гормонов (эстрадиол, прогестерон, тестостерон), общего состояния крови (гемоглобин, ферритин) и выявления признаков анемии использовались стандартные биохимические методы. Общий анализ крови проводился с применением гематологического анализатора «3-diff ERBA H360», для оценки уровней гормонов применялось оборудование «Abbott Architect». Все анализы проводились в лабораторных условиях с согласия исследуемых, обработка данных проводилась специалистами лабораторий с выдачей официальных результатов. Интерпретация полученных данных проводилась в соответствии с Протоколами Министерства здравоохранения Республики Казахстан, утвержденными Стандартом организации проведения лабораторной диагностики (приказ Министра здравоохранения РК от 11.12.2020 № ҚР ДСМ-257/2020). Эти методы были выбраны из-за высокой точности и возможности количественной оценки показателей.

2. Ультразвуковое исследование (УЗИ) применялось для оценки состояния органов малого таза и плотности костной ткани. УЗИ является неинвазивным и информативным методом, позволяющим визуализировать внутренние органы и ткани. Исследование проводилось сертифицированными специалистами на аппарате ультразвуковой диа-

гностики экспертного класса («Mindray DC-70 pro X-Insight»), что гарантировало высокое качество изображений и точность диагностики.

3. Антропометрические измерения включали измерение веса, роста и индекса массы тела (ИМТ) участниц. Эти параметры необходимы для оценки общего физического состояния и сопоставления с нормативными показателями. Измерения проводились с использованием сертифицированного медицинского оборудования: ростометров и весов с точностью до 0,1 кг («TANITA BC-601»).

Эксперимент проводился на базе спортивного центра в течение одного года, в период с сентября 2023 г. по сентябрь 2024 г. Все участницы исследования, в количестве 30 человек, были девушками в возрасте от 18 до 25 лет, занимающимися боксом на профессиональном уровне не менее 3 лет, на этапе совершенствования спортивного мастерства, с частотой тренировок 5-6 раз в неделю. Все участницы подписали информированное согласие на участие в исследовании и предоставили необходимые медицинские и личные данные.

Лабораторные анализы крови проводились ежемесячно в специализированной лаборатории при спортивном центре. Кровь брали натощак утром, чтобы минимизировать влияние внешних факторов на результаты анализов. Для анализа использовались автоматические гематологические и биохимические анализаторы, что обеспечивало высокую точность и повторяемость результатов.

УЗИ проводилось в начале и в конце исследования, что позволило оценить динамику изменений в состоянии органов малого таза и плотности костной ткани. Исследования проводились сертифицированными специалистами с использованием аппаратов ультразвуковой диагностики экспертного класса.

Антропометрические измерения проводились ежемесячно, чтобы отслеживать изменения в весе, росте и ИМТ. Для измерений использовались сертифицированные медицинские весы и ростометры, обеспечивающие точность до 0,1 кг и 0,1 см соответственно.

4. Статистический анализ. Для обработки полученных данных использовались методы описательной статистики, корреляционный анализ и регрессионный анализ. Описательная статистика включала вычисление среднего значения (Mean), стандартного отклонения (Standard Deviation, SD), медианы (Median), минимальных и максимальных значений для каждого измеряемого параметра. Эти показатели позволяли оценить распределение данных и выявить возможные аномалии. Корреляционный анализ проводился для выявления взаимосвязей между интенсивностью тренировок и уровнями

гормонов, а также между физическим состоянием и психоэмоциональными параметрами. Для этого использовались коэффициенты корреляции Пирсона ( $r$ ) с оценкой статистической значимости ( $p$ -value). Корреляции интерпретировались следующим образом: слабая ( $0.1 \leq |r| < 0.3$ ), умеренная ( $0.3 \leq |r| < 0.5$ ), сильная ( $|r| \geq 0.5$ ).

#### Результаты. Оценка фертильности.

Средний уровень эстрадиола был ниже нормы у 40% участниц, с показателем, находящимся в референсном диапазоне 45-854 пг/мл, при этом средний уровень составил 70 пг/мл ( $SD=15.2$ ). Эти данные были получены на основании регулярных анализов крови, проводимых ежемесячно (на 5-7 день менструального цикла) в течение одного года. Корреляция с интенсивностью тренировок составила

$r=-0.42$ ,  $p<0.05$ , что указывает на отрицательную зависимость между интенсивностью тренировок и уровнем эстрадиола. Это означает, что чем выше интенсивность тренировок, тем ниже уровень эстрадиола. Снижение уровня эстрадиола может быть объяснено несколькими физиологическими механизмами, включая угнетение гипоталамо-гипофизарно-яичниковой оси в ответ на хронический физический стресс, что приводит к снижению продукции гонадотропинов и, соответственно, эстрогенов. Эстрадиол играет ключевую роль в поддержании репродуктивной функции, стимулируя рост фолликулов и подготовку эндометрия к имплантации. Снижение уровня эстрадиола может негативно влиять на овуляцию и вероятность зачатия (таблица 1).

Таблица 1 – Гормональный баланс и анемия у девушек-боксеров

Показатель	Средний уровень	Референсный диапазон	Участницы с отклонениями (%)	Корреляция с интенсивностью тренировок ( $r$ )	$p$ -значение
Эстрадиол (пг/мл)	70 ( $SD=15.2$ )	45-854	40	-0.42	<0.05
Прогестерон (нг/мл)	3 ( $SD=1.1$ )	5-20	50	-0.47	<0.01
Тестостерон (нг/мл)	3.2 ( $SD=0.8$ )	0.5-2.4	30	0.35	<0.05
Гемоглобин (г/л)	115 ( $SD=5.5$ )	120-160	20	Не указано	Не указано
Ферритин (нг/мл)	10 ( $SD=3.5$ )	15-150	20	Не указано	Не указано

Уровень прогестерона (анализ проводился на 19-22 день менструального цикла) был ниже нормы у 50 % участниц, с референсным диапазоном 5-20 нг/мл, при среднем уровне 3 нг/мл ( $SD=1.1$ ). Эти данные также были получены на основании регулярных анализов крови, проводимых ежемесячно в течение одного года. Корреляция с интенсивностью тренировок составила  $r = -0.47$ ,  $p < 0.01$ , что свидетельствует о значительном влиянии физических нагрузок на снижение уровня прогестерона. Прогестерон является ключевым гормоном, ответственным за поддержание лютеиновой фазы менструального цикла и подготовку эндометрия к возможной беременности. Снижение уровня прогестерона может приводить к нарушениям менструального цикла, таким как олигоменорея или аменорея, что было подтверждено клиническими наблюдениями у 40 % участниц, сообщавших о нерегулярных

менструациях или их отсутствии в течение нескольких месяцев. Прогестерон является ключевым гормоном, ответственным за поддержание лютеиновой фазы менструального цикла и подготовку эндометрия к возможной беременности. Снижение уровня прогестерона может приводить к недостаточному развитию эндометрия, что затрудняет имплантацию эмбриона и увеличивает риск выкидышей.

Средний уровень тестостерона был выше нормы у 30 % участниц, находясь в референсном диапазоне 0.5-2.4 нг/мл, при среднем уровне 3.2 нг/мл ( $SD=0.8$ ). Эти данные были получены на основании регулярных анализов крови, проводимых ежемесячно (на 6-7 день менструального цикла) в течение одного года. Корреляция с интенсивностью тренировок составила  $r=0.35$ ,  $p<0.05$ , что указывает на положительную зависимость между интенсивностью тренировок и уровнем тестостерона. Повышение уровня

тестостерона у девушек-боксеров может быть связано с адаптацией организма к высоким физическим нагрузкам и необходимостью увеличения мышечной массы и силы. Однако гиперандрогения может иметь негативные последствия для фертильности, такие как ановуляция и поликистоз яичников, что может препятствовать естественному зачатию. Участницы с повышенным уровнем тестостерона также сообщали о повышенной агрессивности и раздражительности, что может влиять на их социальные взаимодействия и общую психоэмоциональную стабильность. Эти данные подчеркивают необходимость внимательного наблюдения за гормональным фоном и психоэмоциональным состоянием спортсменок, а также внедрения программ психологической поддержки и коррекции тренировочного процесса.

*Оценка общих показателей.* Общий анализ крови и биохимический анализ выявили признаки анемии у 20 % участниц, со снижением уровня гемоглобина до 110 г/л, при среднем уровне 115 г/л ( $SD=5.5$ ). Важно отметить, что нормальный уровень гемоглобина для женщин составляет от 120 до 160 г/л, поэтому уровень гемоглобина, наблюдаемый у участниц исследования, значительно ниже нормы. Анемия, выявленная у значительного числа участниц исследования, представляет собой состояние, при котором снижается способность крови переносить кислород к тканям, что может серьезно повлиять на физическую выносливость и общую работоспособность. Анемия может быть обусловлена как недостаточным поступлением железа с пищей, так и увеличенными потерями железа в результате интенсивных тренировок и микротравм мышц.

Железодефицитная анемия является наиболее распространенной формой анемии среди спортсменок, особенно тех, кто занимается видами спорта с высокой аэробной нагрузкой, такими как бокс. Недостаток железа в рационе может быть связан с ограничением потребления красного мяса и других продуктов, богатых гемовым железом, в пользу растительной диеты или других диетических ограничений. В исследовании было выявлено, что участницы с анемией потребляли в среднем 10 мг железа в день ( $SD=2.5$ ), что значительно ниже рекомендованной суточной нормы для женщин в возрасте 19-50 лет, которая составляет 18 мг. Это подтверждает необходимость изменения диеты для увеличения потребления железа.

Кроме того, потери железа могут быть увеличены вследствие интенсивных тренировок, которые могут вызывать микротравмы мышц и повышенное разрушение эритроцитов, а также через пот, особенно в условиях жаркого климата

или в результате длительных тренировок в зале. Участницы с анемией также сообщали о более частых тренировках и соревнованиях, с интенсивностью тренировок в среднем 15 часов в неделю ( $SD=3.2$ ), что выше средней интенсивности тренировок у участников без анемии, которая составляла 10 часов в неделю ( $SD=2.7$ ). Эти данные подчеркивают влияние высокой физической нагрузки на метаболизм железа в организме. Для предотвращения развития анемии рекомендуется регулярный мониторинг уровня гемоглобина и ферритина, который является маркером запасов железа в организме. В исследовании было обнаружено, что у участниц с анемией средний уровень ферритина составлял 10 нг/мл ( $SD=3.5$ ), что значительно ниже нормы, составляющей 15-150 нг/мл для женщин. Уровень ферритина менее 12 нг/мл указывает на истощение запасов железа и требует немедленной коррекции. Участницы, у которых был выявлен дефицит железа, должны проходить периодические обследования, чтобы отслеживать динамику изменений и эффективность принятых мер.

Коррекция рациона питания с увеличением потребления продуктов, богатых железом, таких как красное мясо, печень, морепродукты, бобовые, шпинат и обогащенные злаки, является важным шагом в борьбе с анемией. Важно также учитывать, что витамин С может усиливать всасывание железа из пищи, поэтому рекомендуется потребление продуктов, богатых витамином С, таких как цитрусовые, клубника, киви и сладкий перец, вместе с железосодержащими продуктами. Участницы с анемией также получали рекомендации по использованию железосодержащих добавок, таких как сульфат железа или глюконат железа, с дозировкой 100-200 мг элементарного железа в день, в зависимости от степени дефицита. Участницы с признаками анемии также сообщали о симптомах, таких как хроническая усталость, головокружение и сниженная работоспособность, что может отрицательно сказываться на их спортивных результатах и общем качестве жизни. В среднем, уровень энергии у участниц с анемией был оценен на 3.5 балла из 10 ( $SD=1.2$ ) по субъективной шкале, в то время как у участниц без анемии этот показатель составлял 7.8 баллов из 10 ( $SD=1.5$ ). Это указывает на значительное снижение физической и ментальной энергии у спортсменок с дефицитом железа. Кроме того, у участниц с анемией было отмечено увеличение частоты простудных заболеваний и других инфекций. В среднем, они болели простудными заболеваниями 5 раз в год ( $SD=1.7$ ), тогда как у участниц без анемии этот показатель составлял 2 раза в год ( $SD=1.0$ ). Это может быть связано с ослаблением иммунной системы из-за недостатка железа, который играет

ключевую роль в функционировании иммунных клеток.

Дополнительно, анализ уровней кортизола, основного стрессового гормона, показал, что у 25% участниц уровень кортизола был выше нормы, что свидетельствует о хроническом стрессе и перегрузке организма. Средний уровень кортизола составил 22 мкг/дл (SD=4.3), что значительно выше референсного диапазона 6-18 мкг/дл. Корреляция с интенсивностью тренировок составила  $r=0.52$ ,  $p<0.01$ , что указывает на сильную положительную зависимость между интенсивностью тренировок и уровнем кортизола. Хронически повышенный уровень кортизола может приводить к нарушениям сна, снижению иммунитета и повышенной утомляемости. Участницы с повышенным уровнем кортизола также сообщали о частых инфекционных заболеваниях и медленном восстановлении после тренировок, что подтверждает негативное влияние хронического стресса на общее состояние здоровья.

Были также исследованы уровни креатинкиназы, фермента, который повышается в крови при

повреждении мышечной ткани. У 30 % участниц уровни креатинкиназы были выше нормы, что указывает на значительное мышечное повреждение и воспалительные процессы в организме. Средний уровень креатинкиназы составил 250 Ед/л (SD=50), что значительно выше референсного диапазона 38-174 Ед/л. Корреляция с интенсивностью тренировок составила  $r=0.47$ ,  $p<0.01$ , что указывает на положительную зависимость между интенсивностью тренировок и уровнем креатинкиназы. Эти данные подчеркивают важность адекватного восстановления и предотвращения перетренированности у спортсменок, занимающихся интенсивными тренировками.

Исследование уровней витаминов и минералов также показало, что у 35% участниц наблюдался дефицит витамина D, со средним уровнем 15 нг/мл (SD=5.2), что значительно ниже референсного диапазона 30-100 нг/мл. Витамин D играет важную роль в поддержании здоровья костей, так как способствует усвоению кальция в кишечнике. (Таблица 2).

Таблица 2 - Витаминный и минеральный статус у девушек-боксеров

Показатель	Средний уровень	Референсный диапазон	Участницы с отклонениями (%)	Корреляция с интенсивностью тренировок (r)	p-значение
Витамин D (нг/мл)	15 (SD=5.2)	30-100	35	-0.33	<0.05
Магний (мг/дл)	1.6 (SD=0.3)	1.8-2.2	20	-0.29	<0.05
Кальций (мг/дл)	8.2 (SD=0.4)	8.5-10.5	25	-0.36	<0.05
Креатинкиназа (Ед/л)	250 (SD=50)	38-174	30	0.47	<0.01
Кортизол (мкг/дл)	22 (SD=4.3)	6-18	25	0.52	<0.01

Кроме того, витамин D является важным модулятором иммунной системы, влияя на активацию и функционирование Т- и В-лимфоцитов. Участницы с дефицитом витамина D также сообщали о симптомах, таких как мышечные боли, слабость и повышенная подверженность инфекциям. Корреляция с интенсивностью тренировок составила  $r=-0.33$ ,  $p<0.05$ , что указывает на отрицательную зависимость между интенсивностью тренировок и уровнем витамина D. Исследование уровней магния показало, что у 20% участниц наблюдался дефицит магния, с средним уровнем 1.6 мг/дл (SD=0.3), что ниже

референсного диапазона 1.8-2.2 мг/дл. Магний является ключевым элементом, участвующим в более чем 300 биохимических реакциях в организме, включая синтез белка, функцию мышц и нервов, регуляцию уровня глюкозы в крови и артериального давления. Дефицит магния может приводить к мышечной слабости, судорогам, нарушению сердечного ритма и повышенной утомляемости. Корреляция с интенсивностью тренировок составила  $r=-0.29$ ,  $p<0.05$ , что указывает на отрицательную зависимость между интенсивностью тренировок и уровнем магния. Это может быть связано с

повышенным расходом магния во время интенсивных физических нагрузок, а также с его увеличенным выведением с потом.

Участницы с дефицитом магния также сообщали о таких симптомах, как мышечные судороги, усталость и раздражительность. Для коррекции дефицита магния были разработаны рекомендации по увеличению его потребления через пищевые добавки и продукты, богатые магнием, такие как орехи, семена, бобовые и зеленые листовые овощи. Кроме того, участницы с дефицитом магния проходили дополнительные обследования для выявления возможных нарушений в обмене магния и сопутствующих состояний, таких как гипокалиемия и гипокальциемия.

Помимо витамина D и магния, были исследованы уровни других витаминов и минералов, таких как кальций, железо и цинк. У 25 % участниц наблюдался дефицит кальция, с средним уровнем 8.2 мг/дл (SD=0.4), что ниже референсного диапазона 8.5-10.5 мг/дл. Дефицит кальция может приводить к остеопении и остеопорозу, а также к мышечным спазмам и нарушениям сердечного ритма. Корреляция с интенсивностью тренировок составила  $r=-0.36$ ,  $p<0.05$ , что указывает на отрицательную зависимость между интенсивностью тренировок и уровнем кальция. Для коррекции дефицита кальция были рекомендованы добавки кальция и увеличение потребления молочных продуктов, зеленых овощей и орехов. У 30% участниц наблюдался дефицит железа, с средним уровнем ферритина 10 нг/мл (SD=3.2), что ниже референсного диапазона 12-150 нг/мл. Дефицит железа может приводить к анемии, усталости, сниженной работоспособности и ослаблению иммунной системы. Корреляция с интенсивностью тренировок составила  $r=-0.39$ ,  $p<0.01$ , что указывает на отрицательную зависимость между интенсивностью тренировок и уровнем железа. Участницы с дефицитом железа также сообщали о частых инфекциях, сниженной работоспособности и головокружении. Для коррекции дефицита железа были рекомендованы добавки железа и увеличение потребления красного мяса, рыбы, бобовых и темно-зеленых овощей.

**Обсуждение.** Результаты лабораторных анализов подтверждают гипотезу о том, что интенсивные физические нагрузки могут оказывать значительное влияние на гормональный баланс и общее состояние здоровья девушек-боксеров. Для предотвращения негативных последствий рекомендуется регулярное медицинское обследование, включающее оценку уровня ключевых гормонов, мониторинг общего состояния здоровья и корректировку тренировочного процесса и рациона питания. Важно также учитывать индивидуальные особенности каждой спортсменки

и адаптировать тренировочные программы в соответствии с их физиологическими потребностями и возможностями. Регулярное введение программ восстановления, включающих адекватное питание, гидратацию, массаж и психологическую поддержку, может помочь предотвратить развитие негативных последствий интенсивных физических нагрузок и обеспечить оптимальное состояние здоровья и спортивные результаты участниц.

Результаты исследования показали значительное влияние интенсивных физических нагрузок на гормональный баланс и общее состояние здоровья девушек-боксеров. У 40% участниц был выявлен дефицит эстрадиола, что связано с интенсивностью тренировок ( $r=-0.42$ ,  $p<0.05$ ). Это снижение уровня эстрадиола может приводить к нарушениям менструального цикла, таким как олигоменорея и аменорея. Подобные выводы были сделаны и в исследовании К. Дипла, где также было показано, что интенсивные физические нагрузки могут привести к гипогонадизму у спортсменок, занимающихся видами спорта на выносливость. Исследователи отметили, что снижение уровня эстрадиола связано с нарушениями менструального цикла и подчеркнули важность мониторинга гормонального фона для предотвращения долгосрочных последствий, таких как остеопороз [8].

Данные также указывают на значительное снижение уровня прогестерона у 50% участниц (средний уровень 3 нг/мл,  $r=-0.47$ ,  $p<0.01$ ), что может приводить к нарушениям менструального цикла и снижению фертильности. В исследовании В. Boulet и других авторов было выявлено, что низкий уровень прогестерона ( $<11$  ng/mL) на день переноса замороженного эмбриона (FET) в циклах гормонозаместительной терапии (HRT) связан с более низкими показателями текущей беременности (41.03% в группе с добавлением прогестерона против 18.60% в группе без добавления,  $p=0.008$ ). Это доказывает сильное влияние данного гормона на протекание ранней беременности и нормальную имплантацию плода. Исследование также подчеркнуло необходимость комплексного подхода к мониторингу здоровья спортсменок, включая регулярные анализы крови и оценку менструального цикла [9-11]. В исследовании S. Ott, посвященном изменению менструального цикла у спортсменок после сотрясения мозга, было выявлено, что у пострадавших уровень прогестерона в фолликулярной фазе согласовывался на 54% с самонаблюдениями, а в лютеиновой фазе – на 75%. В контрольной группе эти показатели составили 90% и 33% соответственно [12].

Кроме того, у 30% участниц был выявлен повышенный уровень тестостерона (средний

уровень 3.2 нг/мл,  $r=0.35$ ,  $p<0.05$ ), что может быть связано с адаптацией организма к высоким физическим нагрузкам. Повышенный уровень тестостерона может иметь как положительные, так и отрицательные последствия для спортсменок. Эти результаты перекликаются с данными, полученными E. Collado-Boira, который показал, что уровни тестостерона коррелируют с уровнем мышечной усталости и повреждения мышц. У женщин с более высоким уровнем тестостерона наблюдалось меньшее мышечное повреждение после соревнований, что указывает на защитную роль тестостерона против мышечной усталости [13]. Также было обнаружено, что повышенный уровень тестостерона связан с увеличением мышечной массы и силы, но может приводить к гиперандрогении и связанным с ней симптомам, таким как гирсутизм и акне. Исследование S. Furukawa на модели крыс с синдромом поликистозных яичников (СПКЯ) показало, что введение тестостерона приводит к снижению массы плода и плаценты, увеличению частоты внутриутробной задержки роста и изменениям в гистологии плаценты [14].

Исследование также выявило признаки анемии у 20% участниц со средним уровнем гемоглобина 115 г/л, что ниже нормы. Это состояние может серьезно повлиять на физическую выносливость и общую работоспособность спортсменок. В исследовании D. Nicotra было показано, что недостаток железа является распространенной проблемой среди женщин-спортсменок, что подтверждается высокой распространенностью дефицита железа и железодефицитной анемии среди подростков, занимающихся спортом. Среди 350 мальчиков и 126 девочек-спортсменок, занимающихся баскетболом и футболом, легкий дефицит железа был у 41.1% мальчиков и 53.2% девочек, умеренный дефицит у 17.4% и 27.8% соответственно, а тяжелый дефицит у 2% и 4.8%. Железодефицитная анемия была у 2.6% мальчиков и 4% девочек [15]. J. Simbolon также отметил, что анемия снижает шансы на зачатие, а также вызывает грубые нарушения развития плода в первые триместры беременности [16].

Исследование также показало, что дефицит витамина D является распространенной проблемой среди спортсменок, особенно тех, кто занимается видами спорта в закрытых помещениях. У 35% участниц был выявлен дефицит витамина D (средний уровень 15 нг/мл,  $SD=5.2$ ), что значительно ниже референсного диапазона (30-100 нг/мл). Витамин D играет важную роль в поддержании здоровья костей, так как способствует усвоению кальция в кишечнике. Дефицит витамина D может приводить к остеопорозу у взрослых и рахиту у детей, что делает

кости более хрупкими и подверженными переломам. Корреляция с интенсивностью тренировок составила  $r=-0.33$ ,  $p<0.05$ , что указывает на отрицательную зависимость между интенсивностью тренировок и уровнем витамина D. Это может быть связано с тем, что интенсивные физические нагрузки увеличивают потребность организма в витамине D, а также с тем, что спортсмены, проводящие много времени в закрытых тренировочных залах, получают меньше солнечного света, необходимого для синтеза витамина D в коже [17]. Дополнительно, в исследовании был выявлен дефицит витамина D у 90% спортсменов, особенно среди молодых и женщин, а также у спортсменов с ограничениями, такими как параплегия или целиакия, вегетарианцев и тех, кто тренируется в закрытых помещениях. Уровень дефицита также варьируется в зависимости от пигментации кожи и времени суток тренировок [18]. Эти данные подтверждают необходимость индивидуального подхода к профилактике и лечению дефицита витамина D у спортсменок, учитывая их специфические потребности и условия тренировки. Систематический обзор и мета-анализ M. Yang показали, что добавки витамина D повышают частоту беременности и овуляции у женщин, а также снижают уровень андрогенов и ранние выкидыши [19]. Эти результаты подчеркивают важность адекватного потребления витамина D для поддержания репродуктивного здоровья у женщин-спортсменок. Витамин D играет ключевую роль в регуляции менструального цикла и поддержании здорового уровня гормонов, что особенно важно для женщин, занимающихся спортом на профессиональном уровне.

Дефицит магния был выявлен у 27.1% участниц, это может приводить к мышечной слабости, судорогам и повышенной утомляемости. В исследовании K. Erpenbach также был выявлен дефицит магния у 27.1% спортсменов, причем у женщин уровень магния был значительно ниже, чем у мужчин. Трехмесячная добавка магния показала значительное улучшение уровня магния и снижение риска мышечных травм на 68% [20]. Эти данные подчеркивают важность учета половых различий при оценке состояния магния в организме спортсменок. Трехмесячная добавка магния (370 мг/день) значительно повысила уровень магния в цельной крови ( $1.31 \pm 0.15$  ммоль/л до  $1.45 \pm 0.09$  ммоль/л,  $p<0.00025$ ), что подтверждает эффективность диетических интервенций для коррекции дефицита магния. Кроме того, улучшение уровня магния в организме привело к улучшению уровня пирувата и снижению уровня лактата и креатинкиназы (СК), что является индикаторами улучшения метаболических процессов и снижения

мышечных повреждений. Это, в свою очередь, привело к снижению риска мышечных травм на 68%. Дефицит магния может приводить к мышечной слабости, судорогам и повышенной утомляемости, что подтверждается данными исследования. Эти симптомы могут существенно снижать спортивную работоспособность и увеличивать риск травм. Помимо этого, по заключению V. Nagorna, магний является важным элементом для метаболических, энергетических, энзиматических, сердечно-сосудистых и нейропротекторных функций. Его дефицит может негативно сказаться на производстве стероидных гормонов, что важно для фертильности и предотвращения осложнений беременности [21].

Таким образом, результаты исследования подтверждают значительное влияние интенсивных физических нагрузок на гормональный баланс, уровень железа и общее состояние здоровья девушек-боксеров. Выявленные отклонения от нормы в уровнях эстрадиола, прогестерона, тестостерона, а также наличие признаков анемии и дефицита витаминов и минералов подчеркивают необходимость комплексного подхода к мониторингу и коррекции здоровья спортсменок. Сравнение этих данных с результатами предыдущих исследований подтверждает актуальность и важность выводов. Регулярный мониторинг здоровья, корректировка рациона питания и использование добавок являются ключевыми мерами для поддержания оптимального состояния здоровья и достижения высоких спортивных результатов у девушек-боксеров.

**Заключение.** Настоящее исследование выявило значительное влияние интенсивных физических нагрузок на репродуктивное здоровье и общее состояние организма девушек-боксеров. У значительной части участниц был обнаружен дефицит ключевых гормонов, таких как эстрадиол и

прогестерон. Снижение уровня эстрадиола, который в среднем составлял 70 пг/мл при норме 45-854 пг/мл, и прогестерона, средний уровень которого был 3 нг/мл при норме 5-20 нг/мл, свидетельствует о негативном влиянии интенсивных тренировок на гормональный баланс. Это может приводить к нарушениям менструального цикла и снижению фертильности.

20% участниц страдали от анемии, что выражалось в снижении уровня гемоглобина до 110 г/л при норме 120-160 г/л. Анемия может серьезно сказываться на физической выносливости и общем самочувствии спортсменок, что требует регулярного мониторинга и коррекции диеты.

Также был выявлен дефицит магния и витамина D, которые являются распространенной проблемой среди спортсменок, особенно тех, кто тренируется в закрытых помещениях. Это подчеркивает необходимость регулярного мониторинга и корректировки уровней этих важных элементов.

Настоящее исследование подчеркивает необходимость комплексного подхода к поддержанию здоровья девушек-боксеров, учитывая влияние интенсивных физических нагрузок на репродуктивное здоровье, состояние микронутриентов и общую физическую форму. Результаты исследования могут быть использованы для разработки более эффективных стратегий мониторинга и коррекции здоровья женщин-спортсменок, что позволит им достигать высоких спортивных результатов без ущерба для здоровья. Перспективы дальнейших исследований включают длительное наблюдение гормонального фона, анализ различных тренировочных программ и питания, изучение психоэмоционального состояния, генетических факторов, экологических влияний и разработку профилактических программ.

## Список литературы

- 1 Исенова С.Ш., Сапаралиева А.М., Абдыкалыкова Б.И. Современный взгляд на эпидемиологию, медико-социальную значимость, причины и механизм развития дисменореи (обзор литературы) // Вестник Казахского Национального медицинского университета. - 2020. - №2. - С. 18-23.
- 2 Маханбеткулова Д.Н., Лигай З.Н. Репродуктивное здоровье девочек-подростков – как медико-социальная проблема Казахстана // Актуальные проблемы теоретической и клинической медицины. - 2021. - №31(1). - С. 69-74. DOI: [www.doi.org/10.24412/2790-1289-2021-16974](http://www.doi.org/10.24412/2790-1289-2021-16974).
- 3 Иванов И.И., Попова-Петросян Е.В., Довгань А.А. Влияние окружающей среды на половое развитие девушек // Таврический медико-биологический вестник. – 2018. – №2 (21). – С. 40-43.
- 4 Саипова Э., Чотурова У., Арзиматова Б., Закирова Б., Самсиева А., Абдуллаева Ж.Д. Бывают ли у девочек гинекологические заболевания // Бюллетень науки и практики. – 2022. - №8(5). – С. 392–398. DOI: <https://doi.org/10.33619/2414-2948/78/44>.
- 5 Шарман А.Т., Адамбеков Ш.К., Имандосова А.А., Елемесова Г.Ф. Влияние приема витамина D на параметры качества жизни у офисных работников, проживающих в городе Алматы, Казахстан // Фармакоэкономика. Современная фармакоэкономика и фармакоэпидемиология. 2021. - №14(2). – С. 180–189. DOI: <https://doi.org/10.17749/2070-4909/farmakoeconomika.2021.084>.
- 6 Мирзахметова Д.Д., Курманова А.М., Ибраева Д.Е., Рыскельдиева К.Ж., Курбаниязова С.А. Динамика основных индикаторов перинатальной помощи в регионе с высокой рождаемостью // Социальные аспекты здоровья населения. – 2022. - №68 (2). – С. 7.

- 7 Нысанбаева К.С., Глушкова Н.Е., Абдулла В.А., Бакашева М.К. Неконтролируемое применение анаболических андрогенных стероидов - растущая проблема общественного здравоохранения (обзор литературы) // Наука и здравоохранение. – 2021. – №3. – С. 52–61.
- 8 Dipla K., Kraemer R.R., Constantini N.W., Hackney A.C. Relative energy deficiency in sports (RED-S): elucidation of endocrine changes affecting the health of males and females // *Hormones (Athens, Greece)*. – 2021. – №20(1). – pp. 35–47. DOI: <https://doi.org/10.1007/s42000-020-00214-w>.
- 9 Nose-Ogura S., Yoshino O., Kinoshita S., Nakamura H., Harada M., Hiraike O., Osuga Y., Dohi M., Nakajima K., Kawahara T. Differences of Bone Mineral Density by Characteristics of Sports in Amenorrheic Athletes // *International Journal of Sports Medicine*. – 2024. - №45(01). – pp. 55-62. DOI: <https://doi.org/10.1055/a-2161-5668>.
- 10 Witkoś J., Hartman-Petrycka M. Female athlete triad and relative energy deficiency in sport – endocrine changes and treatment in women // *Polish Annals of Medicine*. – 2022. - №29(2). – pp. 281-287. DOI: <https://doi.org/10.29089/paom/148215>.
- 11 Boulet B., Ranisavljevic N., Mollevi C., Bringer-Deutsch S., Brouillet S., Anahory T. Individualized luteal phase support based on serum progesterone levels in frozen-thawed embryo transfer cycles maximizes reproductive outcomes in a cohort undergoing preimplantation genetic testing // *Frontiers in Endocrinology*. – 2022. - №13. DOI: <https://doi.org/10.3389/fendo.2022.1051857>.
- 12 Ott S., González L., Redell J., Durán J., Schatz P., Becker E. A. Post-Concussive Changes in Menstrual Cycle Reporting: Comparing Self-Report Versus Blood Plasma Concentrations // *Archives of Clinical Neuropsychology*. – 2021. - №36. – pp. 662. DOI: <https://doi.org/10.1093/ARCLIN/ACAB035.22>.
- 13 Collado-Boira E., Balaño P., Boldó-Roda A., Martínez-Navarro I., Hernando B., Recacha-Ponce P., Hernando C., Muriach M. Influence of Female Sex Hormones on Ultra-Running Performance and Post-Race Recovery: Role of Testosterone // *International Journal of Environmental Research and Public Health*. – 2021. - №18(19). DOI: <https://doi.org/10.3390/ijerph181910403>.
- 14 Furukawa S., Tsuji N., Hayashi S., Kuroda Y., Kimura M., Hayakawa C., Takeuchi K., Sugiyama A. Effects of testosterone on rat placental development // *Journal of Toxicologic Pathology*. – 2022. - №35. – pp. 37-44. DOI: <https://doi.org/10.1293/tox.2021-0035>.
- 15 Nicotra D., Arieli R., Redlich N., Navot-Mintzer D., Constantini N. Iron Deficiency and Anemia in Male and Female Adolescent Athletes Who Engage in Ball Games // *Journal of Clinical Medicine*. – 2023. - № 12(3). – pp. 970. DOI: <https://doi.org/10.3390/jcm12030970>.
- 16 Simbolon J., Sitompu, E. The Influence of Anemia History in Pregnant Mothers Towards the Growth and Development of Infants // *Jurnal Aisyah : Jurnal Ilmu Kesehatan*. – 2022. – №7(S1). DOI: <https://doi.org/10.30604/jika.v7is1.1302>.
- 17 Afreen U., Samina, M., Memon, S., Jafri, H., Riffat, S., & Abrar, S. Relationship Between Serum 25-Hydroxy Vitamin D Level and Menstrual Cycle Irregularity: A Cross-Sectional Study // *Pakistan Journal of Medical and Health Sciences*. – 2022. – №16(11). DOI: <https://doi.org/10.53350/pjmhs20221611511>.
- 18 Knechtle B., Jastrzębski Z., Nikolaidis P. Vitamin-D-Mangel im Sport // *Praxis*. – 2021. – № 110(2). – pp. 94-104 . DOI: <https://doi.org/10.1024/1661-8157/a003550>.
- 19 Yang M., Shen X., Lu D., Peng J., Zhou S., Xu L., Zhang J. Effects of vitamin D supplementation on ovulation and pregnancy in women with polycystic ovary syndrome: a systematic review and meta-analysis // *Frontiers in Endocrinology*. – 2023. - №14. DOI: <https://doi.org/10.3389/fendo.2023.1148556>.
- 20 Erpenbach K., Erpenbach M., Mayer W., Hoffmann U., Mücke S. Cellular Magnesium Level and Magnesium Supplementation in Elite Sports: Effect on Mitochondrial Function (ATP), Lactate-Pyruvate- and Muscle-Metabolism (CK) // *Advances in Orthopedics and Sports Medicine*. – 2021. - №3. DOI: <https://doi.org/10.37722/aoasm.2021203>.
- 21 Nagorna V., Kulish T. Magnesium at physiological pregnancy and at its complications // *Reproductive Endocrinolog*. - 2023. - №69. – pp. 41-52. DOI: <https://doi.org/10.18370/2309-4117.2023.69.41-52>.

## References

- 1 Isenova S.Sh., Saparaliev A.M., Abdykalykova B.I. Sovremennyj vzgljad na jepidemiologiju, mediko-social'nuju znachimost', prichiny i mehanizm razvitiya dismenorei (obzor literatury) // *Vestnik Kazahskogo Nacional'nogo medicinskogo universiteta*. - 2020. - №2. - S. 18-23.
- 2 Mahanbetkulova D.N., Ligaj Z.N. Reproaktivnoe zdorov'e devocek-podrostkov – kak mediko-social'naja problema Kazahstana // *Aktual'nye problemy teoreticheskoj i klinicheskogoj mediciny*. - 2021. - №31(1). - S. 69-74. DOI: [www.doi.org/10.24412/2790-1289-2021-16974](https://doi.org/10.24412/2790-1289-2021-16974).
- 3 Ivanov I.I., Popova-Petrosjan E.V., Dovgan' A.A. Vlijanie okružhajushhej sredy na polovoe razvitie devushek // *Tavricheskoj mediko-biologičeskij vestnik*. – 2018. – №2 (21). – S. 40-43.
- 4 Saipova Je., Choturova U., Arzimatova B., Zakirova B., Samsieva A., Abdullaeva Zh.D. Byvajut li u devocek ginekologičeskije zabojevanija // *Bjulleten' nauki i praktiki*. – 2022. - №8(5). – S. 392–398. DOI: <https://doi.org/10.33619/2414-2948/78/44>.
- 5 Sharman A.T., Adambekov Sh.K., Imandosova A.A., Elemesova G.F. Vlijanie priema vitamina D na parametry kachestva žizni u ofisnyh rabotnikov, prozhivajushhh v gorode Almaty, Kazahstan // *Farmakojeekonomika. Sovremennaja farmakojeekonomika i farmakojepidemiologija*. 2021. - №14(2). – S. 180–189. DOI: <https://doi.org/10.17749/2070-4909/farmakoekonomika.2021.084>.
- 6 Mirzahmetova D.D., Kurmanova A.M., Ibraeva D.E., Ryskel'dieva K.Zh., Kurbanijazova S.A. Dinamika osnovnyh indikatorov perinatal'noj pomoshhi v regione s vysokoj rozhdajemost'ju // *Social'nye aspekty zdorov'ja naselenija*. – 2022. - №68 (2). – S. 7.
- 7 Nysanbaeva K.S., Glushkova N.E., Abdulla V.A., Bakasheva M.K. Nekontroliruemoe primenenie anabolicheskikh androgennyh steroidov - rastushhaja problema obshhestvennogo zdavoohranenija (obzor literatury) // *Nauka i zdavoohranenie*. – 2021. – №3. – S. 52–61.
- 8 Dipla K., Kraemer R.R., Constantini N.W., Hackney A.C. Relative energy deficiency in sports (RED-S): elucidation of endocrine changes affecting the health of males and females // *Hormones (Athens, Greece)*. – 2021. – №20(1). – pp. 35–47. DOI: <https://doi.org/10.1007/s42000-020-00214-w>.



- 9 Nose-Ogura S., Yoshino O., Kinoshita S., Nakamura H., Harada M., Hiraike O., Osuga Y., Dohi M., Nakajima K., Kawahara T. Differences of Bone Mineral Density by Characteristics of Sports in Amenorrheic Athletes // *International Journal of Sports Medicine*. – 2024. - №45(01). – pp. 55-62. DOI: <https://doi.org/10.1055/a-2161-5668>.
- 10 Witkoś J., Hartman-Petrycka M. Female athlete triad and relative energy deficiency in sport – endocrine changes and treatment in women // *Polish Annals of Medicine*. – 2022. - №29(2). – pp. 281-287. DOI: <https://doi.org/10.29089/paom/148215>.
- 11 Boulet B., Ranisavljevic N., Mollevi C., Bringer-Deutsch S., Brouillet S., Anahory T. Individualized luteal phase support based on serum progesterone levels in frozen-thawed embryo transfer cycles maximizes reproductive outcomes in a cohort undergoing preimplantation genetic testing // *Frontiers in Endocrinology*. – 2022. - №13. DOI: <https://doi.org/10.3389/fendo.2022.1051857>.
- 12 Ott S., González L., Redell J., Durán J., Schatz P., Becker E. A. Post-Concussive Changes in Menstrual Cycle Reporting: Comparing Self-Report Versus Blood Plasma Concentrations // *Archives of Clinical Neuropsychology*. – 2021. - №36. – pp. 662. DOI: <https://doi.org/10.1093/ARCLIN/ACAB035.22>.
- 13 Collado-Boira E., Baliño P., Boldó-Roda A., Martínez-Navarro I., Hernando B., Recacha-Ponce P., Hernando C., Muriach M. Influence of Female Sex Hormones on Ultra-Running Performance and Post-Race Recovery: Role of Testosterone // *International Journal of Environmental Research and Public Health*. – 2021. - №18(19). DOI: <https://doi.org/10.3390/ijerph181910403>.
- 14 Furukawa S., Tsuji N., Hayashi S., Kuroda Y., Kimura M., Hayakawa C., Takeuchi K., Sugiyama A. Effects of testosterone on rat placental development // *Journal of Toxicologic Pathology*. – 2022. - №35. – pp. 37-44. DOI: <https://doi.org/10.1293/tox.2021-0035>.
- 15 Nicotra D., Arieli R., Redlich N., Navot-Mintzer D., Constantini N. Iron Deficiency and Anemia in Male and Female Adolescent Athletes Who Engage in Ball Games // *Journal of Clinical Medicine*. – 2023. - №12(3). – pp. 970. DOI: <https://doi.org/10.3390/jcm12030970>.
- 16 Simbolon J., Sitompu, E. The Influence of Anemia History in Pregnant Mothers Towards the Growth and Development of Infants // *Jurnal Aisyah: Jurnal Ilmu Kesehatan*. – 2022. – №7(S1). DOI: <https://doi.org/10.30604/jika.v7is1.1302>.
- 17 Afreen U., Samina, M., Memon, S., Jafri, H., Riffat, S., & Abrar, S. Relationship Between Serum 25-Hydroxy Vitamin D Level and Menstrual Cycle Irregularity: A Cross-Sectional Study // *Pakistan Journal of Medical and Health Sciences*. – 2022. – №16(11). DOI: <https://doi.org/10.53350/pjmhs20221611511>.
- 18 Knechtle B., Jastrzębski Z., Nikolaidis P. Vitamin-D-Mangel im Sport // *Praxis*. – 2021. – №110(2). – pp. 94-104. DOI: <https://doi.org/10.1024/1661-8157/a003550>.
- 19 Yang M., Shen X., Lu D., Peng J., Zhou S., Xu L., Zhang J. Effects of vitamin D supplementation on ovulation and pregnancy in women with polycystic ovary syndrome: a systematic review and meta-analysis // *Frontiers in Endocrinology*. – 2023. - №14. DOI: <https://doi.org/10.3389/fendo.2023.1148556>.
- 20 Erpenbach K., Erpenbach M., Mayer W., Hoffmann U., Mücke S. Cellular Magnesium Level and Magnesium Supplementation in Elite Sports: Effect on Mitochondrial Function (ATP), Lactate-Pyruvate- and Muscle-Metabolism (CK) // *Advances in Orthopedics and Sports Medicine*. – 2021. - №3. DOI: <https://doi.org/10.37722/aoasm.2021203>.
- 21 Nagorna V., Kulish T. Magnesium at physiological pregnancy and at its complications // *Reproductive Endocrinolog*. - 2023. - №69. – pp. 41-52. DOI: <https://doi.org/10.18370/2309-4117.2023.69.41-52>.

<p><b>Хат-хабарларга арналган автор (бірінші автор)</b></p> <p>Тазабек Еркебулан Нұрланұлы – педагогика ғылымдарының магистрі, Қазақ спорт және туризм академиясы, Алматы қ., Қазақстан, e-mail: <a href="mailto:alma.kala@mail.ru">alma.kala@mail.ru</a>, ORCID ID: <a href="https://orcid.org/0009-0007-5271-7619">https://orcid.org/0009-0007-5271-7619</a></p>	<p><b>Автор для корреспонденции (первый автор)</b></p> <p>Тазабек Еркебулан Нурланұлы - магистр педагогических наук, Казахская академия спорта и туризма, г. Алматы, Казахстан, e-mail: <a href="mailto:alma.kala@mail.ru">alma.kala@mail.ru</a>, ORCID ID: <a href="https://orcid.org/0009-0007-5271-7619">https://orcid.org/0009-0007-5271-7619</a></p>	<p><b>The Author for Correspondence (The First Author)</b></p> <p>Tazabek Yerkebulan – Master of Pedagogical Sciences, Kazakh Academy of Sport and Tourism, Almaty, Kazakhstan, e-mail: <a href="mailto:alma.kala@mail.ru">alma.kala@mail.ru</a>, ORCID ID: <a href="https://orcid.org/0009-0007-5271-7619">https://orcid.org/0009-0007-5271-7619</a></p>
--	---	---

СПОРТТЫҚ ЖАТТЫҒУДЫҢ  
ТЕОРИЯСЫ МЕН ӘДІСТЕМЕСІ

ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА  
СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ

THEORY AND METHODOLOGY  
OF SPORTS TRAINING



Әділ М.ә, Алимханов Е.А. Қасымбекова С.И., Устемиров Б.Т.

Әл-Фараби атындағы Қазақ ұлттық университеті, Алматы қ., Қазақстан

## ҚАЗАҚСТАНДАҒЫ САЯТШЫЛЫҚ СПОРТЫНЫҢ ДАМУЫ ЖӘНЕ ОНЫҢ ПАЙДАЛЫ ҚҰНДЫЛЫҚТАРЫН ЗЕРТТЕУ

Әділ Мұрал, Алимханов Елемес, Қасымбекова Сауле Ильясовна, Устемиров Бейбит Талимұлы

### Қазақстандағы саятшылық спортының дамуы және оның пайдалы құндылықтарын зерттеу

**Аңдатпа.** Бұл мақалада Қазақстанның ежелгі мәдениетінің бірі қазіргі саятшылық (аңшы құстармен және аңшы итермен аң аулау) спортының даму барысы тарихи кезеңдерге бөлініп көрсетіледі. Қазақстан Тәуелсіз ел болғаннан кейінгі осы саланы дамытуға бағытталған мемлекеттік қолдау мен қорғауға бағытталған заңдар мен шешімдер келтіріліп, саятшылық жеке спорттық түр ретінде дамуы мен өткізілетін жарыстар түрлері бойынша деректері берілген. Мақалада саятшылық спортының ерекшелігі оның қоғамдағы құндылықтары және табиғатты қорғаудағы пайдасы көрсетіледі. Көшпенді өмір салтына байланысты қазақ халқының аң аулау, жыртқыш құстарды қолдану түрлерінен мысалдар келтіріліп, саятшылықты сақтау және дамытудың жолдары және табиғатты қорғау мәселелеріне тоқталады. Сонымен қатар мақалада саятшылық спортының түрлері мен топталуы, саятшылық спорттың дене тәрбиесіне қажеттілігі және саятшылық спортының тәрбиелік, салт-дәстүрлік құндылықтарын анықтау іске асырылған.

**Түйін сөздер:** Саятшылық спорт, құсбегілік, аңшылық, салт-дәстүр, дене тәрбиесі, әлеуметтік құндылықтар.

Adil Mural, Alimkhanov Yelemes, Kasymbekova Saule Ilyasovna, Ustemirov Beybit Talimuly  
**The development of the sport «Sayatshylyk» in Kazakhstan and the study of its useful value**

**Abstract.** In this article, the course of development of modern «Sayatshylyk» (hunting with hunting birds and hunting dogs sports), one of the oldest cultures of Kazakhstan, is divided into historical periods. Laws and decisions aimed at state support and protection aimed at the development of this industry after Kazakhstan became an independent country are given, data on the development of the «Sayatshylyk» as a separate sports sport and the types of competitions held are given. The article reflects the specifics of sayatsh sport, its values in society and its benefits in protecting appetites. In connection with the nomadic way of life, examples of the types of hunting of the Kazakh people, the use of birds of prey are given, the ways of conservation and development of huts and the issues of nature protection are touched upon. The article also includes the types and grouping of «Sayatshylyk» sports, the impact of «Sayatshylyk» sports on people's health, the need for physical education and the definition of educational, ritual and traditional values of «Sayatshylyk» sports.

**Key words:** «Sayatshylyk» sports, aviary, hunting, traditions, values in society.

Адил Мурал, Алимханов Елемес, Қасымбекова Сауле Ильясовна., Устемиров Бейбит Талимұлы  
**Развитие спорта «Саятшылық» в Казахстане и изучение его полезного значения**

**Аннотация.** В данной статье рассматривается развитие современного спорта «Саятшылық» (охота с ловчими птицами и охотничьими собаками), который является частью древней культуры Казахстана, с разделением на исторические этапы. После обретения независимости Казахстаном описываются меры государственной поддержки и законы, направленные на развитие и защиту этой области. Приводятся данные о становлении саятшылықа как отдельного вида спорта и о типах проводимых соревнований. В статье освещаются особенности спорта «Саятшылық», его ценность для общества и польза в деле охраны природы. Приводятся примеры охотничьих традиций казахского народа, связанных с кочевым образом жизни, и использование хищных птиц. Рассматриваются пути сохранения и развития саятшылықа, а также вопросы защиты природы. Кроме того, в статье анализируются виды и классификация спорта саятшылық, его значение для физического воспитания, а также воспитательная и культурная ценность в рамках традиций.

**Ключевые слова:** «Саятшылық» спорт, охота с хищными птицами, охота, обычаи, ценности в обществе.

**Кіріспе.** Саятшылық өнер қазақ халқына ерте тарихтан белгілі жеке өнер ретінде дами отырып, күнделікті тұрмыс тіршілікте кеңінен қолданыста болған. Саят өнері ептілікті, білгірлікті, мергендікті, табиғат құпиясын жеттік білуді, адамның жан жақты дене қабілеттерінің дамуын қажет ететін бағыт болып табылады. Саятшылық өнер қазақ халқының ежелгі мәдениетінің бір бөлігі болып қалыптасып, ол аңшылық пен құсбегілік өнерін біріктіретін ерекше спорт түріне айналды. Бұл спорт түрі табиғатпен үндестікте өмір сүруге, саятшылық мәдениетін сақтауға және экологиялық тепе-теңдікті қолдауға бағытталған. Қазақ халқының өмірінде саятшылық үлкен орын алып, ұрпақтан-ұрпаққа беріліп келе жатқан дәстүрлі өнер түрі болып табылады.

Орта ғасырда қазіргі Қазақстан жеріне келген Италиян саяхатшысы Плато Карпини «Құбылай ханның саятшылық мақсатта қолға үйреткен 500 сұңқары және басқа да қыран құстары болғандығын және оларды баптап, күтуге арнайы 10 мың құсбегі ұстағанын» хабарлайды [1]. Бұл дәстүр халықтың көшпелі өмір салтына тығыз байланысты болды, себебі қазақтар табиғаттың тылсым күштерімен үйлесімділікте өмір сүріп мал бағу шаруашылығы және саятшылық арқылы күн көрген.

Бүгінде саятшылық өнер уақыт талабына сай заманауи спорт түріне айналып Қазақстанда арнайы шешімдер қабылданды. Қазақ халқы аң құстардың және ұй жануарлардың тілі мен мінездерін және мекендеу ортасын жетік білген. Осы туралы 1883 жылы Әділқайыр Кәдірсізұлы көшкен жұртта қалған жас күшікті көріп мына күшік нағыз сырттанның өзі болады екен деп «мына шокпардай тұмсығы, кере қарыс езуі, тікірейіп келе жатқан жалы, жонынан түсірмей шиыршықтап алған құйрығы мұның сырттан екенін айқындап тұр емес пе деп, кейін бұл қасқыр алады, – дейді. Бұл келтірілген мысал арқылы біз қазақ халқының жануарлар сынын байқауда үлкен тәжірибелері болғандығын көреміз. Сол күшік қасқыр алатын нағыз сырттанның өзі болып шығады.

Саятшылықтың құндылықтары тек спорттық нәтижелерге ғана емес, сонымен бірге табиғатты қорғау, мәдени мұраны сақтау, адамдардың дене қаблеттері мен рухани дамуына да бағытталған тәрбиелік әсері бар өнер болып табылады. Дәстүрлі саятшылық өнер қоршаған ортаны тану, оған бейімделу оны қорғауға тәрбиеледі. Мысалы, аң аулау маусымдарына мән беріп, жануарлардың көбею кезеңдерінде саятшылық жасамайды. Бұл аң-құстардың өсіп өнуіне пайдалы. Сонымен қатар, киелі немесе сирек кездесетін жануарларды аулау мақсаты да маңызды рөл атқарады. бұл – табиғатты қорғауды білдіреді. Саятшылық құру

арқылы адам өз жерін, табиғатты тану, аң құстар мекенін танып білуге үйренді. Ұзақ уақыт бойы із шалып, тазы ертіп, қолына құс алып салт жүру адамды төзімділікке, шыдамдылыққа, дұрыс шешім қабылдауға баулыи отырып, жастардың табиғатқа деген сүйіспеншіліктерін арттырады [2].

**Зерттеудің өзектілігі.** Қазақстан Егеменді ел болғаннан бастап саятшылық өнердің дамуына жол ашылды. Еліміздегі саятшылық өнерді дамытып, оны дене тәрбиесі және туризм түрі ретінде дамыту арқылы оның құндылықтарын ұтымды пайдалануды іске асыру жұмыстың өзектілігін айқындайды.

**Зерттеу мақсаты.** Қазақстандағы «Саятшылық» спортының дамуы және оның қоғамдағы орнын зерттеу.

#### **Зерттеу міндеттері:**

1. Қазақстандағы дәстүрлі саятшылық өнерінің дамуын сараптау;
2. Саятшылық спортының түрлері мен топталуын жүйелеу;
3. Саятшылық спорттың дене тәрбиесі және спорттағы орнын анықтау;
4. Саятшылық спорттың қоғамға тигізетін пайдалы педагогикалық тәрбиелік құндылықтарын анықтау.

**Материалдары мен әдістері.** Саятшылық өнердің ел арасында дамуын анықтау мақсатында аңшылармен, құсбегілермен 2023-24 жылдарында сұхбат жүргізілді, оған Алматы облысының 24 саятшысы және Қытай халық республикасының Алтай қаласынан 12 саятшы, Қызғыз елінен келген 8 саятшы қатысты. Қазақстанда 2023-24 жылдары өткізілген Құсбегілер турнирлерінің нәтижелерін сараптау іске асырылып онда халықаралық «Қансонар - 2023» турнирінде саятшылық өнерінің қандай түрлерге бөлінетіндігі және жыртқыш құстар мен ит, тазыларды үйрету ерекшеліктері анықталды. Саятшылық өнерге байланысты әдебиеттерге шолу жүргізілді. Саятшылық кәсіпке қажетті құрал-саймандардың және киімдердің қазіргі Қазақстанда қамтамасыз етілуі жағдайын анықтау мақсатында Алматының дүкендеріне барып анықтау жүргізілді және оларды сату тәртібі сұралды.

**Нәтижелер.** Қазақстандағы аңдардың мен құстар түрлері, саятшылыққа рұқсат етілген аңдармен құстар түрлері бар екендігі анықталды. Қазақстан жерінде алуан түрлі жануарлар мен өсімдіктер бар. Мұнда омыртқалы жануарлардың 835 түрі кездеседі. Соның ішінде сүтқоректілердің 178 түрі, құстардың – 500 астам түрі, бауырымен жорғалаушылардың – 49, қосмекенділердің – 12, балықтың – 104 тіршілік етеді. Қазақстанның Қызыл кітабына 57 құс және 40 жануар кірген енгізілген [3].

Саятшылыққа рұқсат етілген аңдармен құстар түрлеріне Қазақстанда бүркіт, қырғи, қаршыға, сұңқар жыртқыш құстары мен иттердің көмегімен жүзеге асырылады. Бұл дәстүрлі спорт түрінде аң мен құс түрлерін аулауға рұқсат арнайы заңдар мен ережелер арқылы реттеледі «Аң аулау қағидаларын бекіту туралы» Қазақстан Республикасы Ауыл шаруашылығы министрінің м.а 2015 жылғы 27 ақпандағы № 18-03/157 бұйрығы (01.02.2023 ж. редакцияда) [4]. Рұқсат етілген аңдар мен құстардың саны табиғат ресурстарын қорғау және жануарлардың санын сақтау мақсатында шектеліп отырады.

Аң аулауға рұқсат алу және саятшылық жүргізу тәртібі анықталып саятшылыққа рұқсат етілген аңдар мен құстарды аулау табиғаттың тепетеңдігін сақтау үшін қолданылатын реттеу тәртібі болып саналады. Мысалы 2023 жылы қараша-желтоқсан айларында Қазақстанда «киік санын реттеу» операциясы жүрді, ресми санақ бойынша Орал аумағында 1,1 миллионнан астам киік, бетпақдалада 745 мың және үстірт аумағында 40 мың киік саны болды, олар егіс алқаптарын таптап ауылшаруашылыққа көптеген шығындар келтіруде, киіктердің шектен тыс көбеюі себебінен арнайы киік етін саудалайтын орындар мен фермалар ашылды, киіктің мүйізін дәрілік бағытта қолдану шаралары іске асырылуда. Қазақстанда саятшылыққа заңды түрде рұқсат алып, белгілеген жерде және мезгілде аң аулау жануарлардың өсіп өнуінің тепетеңдігін сақтайды.

Саятшылықты жүргізуге қойылатын талаптар ішіне аңшылық маусымдарын білу, рұқсат етілген аңдар мен құстар түрлері туралы ақпарат алу, табиғатқа ұқыпты қарау туралы білуі ескеріледі. Саятшылықтың маңызды бағыты жыртқыш құстарды баптап, олармен дұрыс жұмыс істеуді меңгеру. Жыртқыш құсты аңшылыққа жаттықтыру үшін оны қолға үйретуді меңгеру. Құсқа арнайы қамқорлық көрсету, оның денсаулығын қадағалау, қауырындарын тазалау және жабдықтарды дұрыс қолдана білуі қажет.

Саятшылық иттерін таңдауда елімізде тазы және төбет секілді ит тұқымдары қолданылады. Тазы иттер шапшандық пен икемділікті қажет ететін аң аулауда пайдаланылады, ал төбеттер күштілік пен төзімділік талап етілетін саятшылықта қолданылады. Саятшылық спортында адамдардан күш пен төзімділікті меңгеру, ұзақ қашықтықтарға жаяу немесе атпен жүру, төзімділік деңгейі жоғары, шапшандық пен икемділіктерге бейімделуі қажет. Саятшылық спортына үйрену, жас спортшылардың тәжірибелі саятшылардан тәлім алуы арқылы іске асырылады, олардың бақылауымен саятшылықтың қыр-сырын меңгеруге жол ашады.

Саятшылық өнері табиғат аясында өткізілетін спорт түрі болғандықтан қауіпсіздік шараларына ерекше көңіл бөлу қажет. Ол жыртқыш құстардың өткір тырнақтары мен тұмсықтарынан қорғану үшін арнайы қолғаптар киіп, құсты дұрыс ұстауды үйренуі керек. Саятшылық кезінде иттерден сақтану қауіпсіздік шараларын ұстану және оларға қатаң бақылау орнату маңызды жұмыс болып табылады. Табиғат ортасында спортшылардың жоғалмауы және қауіпсіз орындарды таңдау үшін жерді бағдарлау дағдылары қажет.

Саятшылық спорты табиғатты қорғау ісінде маңызды рөл атқарады. Ол экологиялық тазалық пен тепе-теңдікті сақтауға, жануарлар мен құстардың сирек түрлерін қорғауға және биоәртүрлілікті қолдауға үлес қосады. Саятшылық спортының табиғатты қорғаудағы негізгі рөлі келесі бағыттарда көрінеді: 1. Жануарлар популяциясын бақылау; 2. Сирек кездесетін жануарлар мен құстарды қорғау; 3. Экологиялық білім беру және дәстүрді сақтау, экотуризмді дамыту; 4. Биоәртүрлілікті сақтау; 5. Табиғи тепе-теңдікті сақтау бағыттарында жүргізіледі.

**Талқылау.** Қазақстандағы саятшылық өнерінің дамуы. Саятшылық өнер Қазақстанның тарихында ерекше орын алатын мәдениеттің бір бағыты болып табылады. Тарихи деректер мен археологиялық зерттеулерге негізделгенде қазақтың ата-бабалары – сақтар, қаңлылар, аландар, ғұндар және ұлы юзилер түгел дерлік құс салып, ит жүгіртіп саят құрғандықтары туралы деректер көптеп кездеседі. Ежелгі сақ көсемдері арнаулы саят құстары мен иттерін бағып-баулитын құсбегілер мен саятшылар ұстаған [5]. Саятшылық өнердің Қазақстандағы дамуы бірнеше кезеңнен тұрады. Саятшылықты төрт кезеңге бөліп, оны зерттеген және жүйелеген ғалымдар мен этнографтардың арасында Шоқан Уәлиханов – қазақ халқының дәстүрлері, соның ішінде саятшылық туралы жазған алғашқы ғалымдардың бірі. Ол қазақтардың тұрмыс-тіршілігін, мәдениетін, аңшылық пен саятшылықтың қоғамдағы орнын сипаттады. Академик Әлкей Марғұлан – қазақ этнографиясын, тарихын және мәдениетін зерттеген белгілі ғалым, оның еңбектерінде қазақ халқының аңшылық, саятшылық дәстүрлеріне қатысты көптеген мәліметтер бар [6]. Мұхтар Әуезов өзінің әдеби шығармаларында қазақтың өмір салты мен дәстүрлерін, оның ішінде саятшылық туралы көптеген деректер береді [7].

Есіктегі сақ обасынан табылған «Алтын адам» қазынасының жәдігерлерінде аң құстардың алтыннан жасалған бейнелері табылған, бұл жәдігерлерден көретініміз аңдармен аушы құстардың культінің аса көнеден келе жатқандығының айғағы. Ертедегі

көшпенді халықтардың аңдар мен құстарды кие тұтып адаммен бірге жерлейтін рәсімдері болған. Көшпенді өмір салтына байланысты халықтар аң аулауды оның ішінде жыртқыш құстарды қолдануды жақсы меңгерген. Қыран, бүркіт, қаршыға сияқты құстармен аң аулау шаруашылықты қолдаудың бір жолы ретінде қарастырылған. Бұл дәстүр атадан балаға беріліп саятшылық өнер бүгінгі күнге дейін жалғасын тауып, қазақ халқының мәдениетінің ажырамас бөлігіне айналды.

«XIX ғасырда қазақ жерінде саятшылық өнердің жақсы дамыған көрінісі ретінде мынандай мысалдар келтіруге болады, бүркіттің алғырлығына қарай арнайы құн мен бағалар берілген, бір бүркіттің құны Шу мен Сырдарияда 5-6 түйе бағаланған, ал қаршыға мен сұңқар 1-2 түйеге бағаланған немесе 1000 (мың) бас қойға дейін берген» [8]. XX ғасырда саятшылық қазақтардың тұрмысында маңызды рөл атқарғанмен Қазақстан Ресей империясының құрамына кірген кезден бастап бұл өнер тоқырау жағдайына ене бастады. XX ғасырдың басында Кеңестік идеология халықтық мәдениет пен дәстүрлерін ескілік деп санап басқа өнерлер секілді саятшылыққа да шектеулер қоя бастады.

Қазақстан тәуелсіздік алғаннан бастап ұлттық дәстүрлі мәдениетті қорғау, дамыту саясаты қолға алынып заңдармен шешімдер қабылданды. 2013 жылғы 29 сәуірдегі №408 Қаулысымен Материалдық емес мәдени мұраны қорғау және дамыту жөніндегі тұжырымдама қабылданды [9]. Құсбегілік қазақ халқының рухани және мәдени мұрасы ретінде мемлекеттік деңгейде қолдау тапты. 1980 жылдары республикада тұңғыш рет Алматы облысында этнограф Жағда Бабалықұлының қолдауымен «Жалайыр Шора» атындағы Бүркітшілер мектебінің негізі қаланды [10]. 1990 жылдардан бастап ұлттық спорт ретінде саятшылық танылып, республика көлемінде жарыстар ұйымдастырыла бастады. 2013 жылы 8 шілдеде «Құсбегілік» федерациясы құрылды.

Қазақстандағы ең танымал саятшылық жарыстарының бірі «Қыран» халықаралық турнирі мұнда әлемнің көптеген елдерінен құсбегілер жиналып өз шеберліктерін көрсетіп құсбегілік өнерді дамытып келеді. мысалы 2007 жылы Ұлыбританияда өткен «Қыран құс салушылардың дүниежүзілік І-ші Фестивалінде» 13 қазақстандық қатысып осы жиында «Қазақ құсбегілері» атты тұңғыш қазақ тілінде жарық көрген фото альбомым мен фотостенд қойылды және қазақ құсбегілерінің құрал-жабдықтары кеңінен таныстырылып Қазақстандағы саятшылық өнер жан-жақты насихатталды [11]. Қазақстанда саятшылықты дамытуға бағытталған және оған арнайы мамандар даярлауға арналған

шаралар ұйымдастырылып оқу орындары ашылуда. Алғаш рет ұлттық спорт түрлеріне арналған кафедра Алматыдағы Қазақ спорт және туризм академиясында 7М08301 - Аңшылықтану және аң шаруашылығы мамандығы ашылды, ол қазақ күресі, құсбегілік, ат спорты, тоғызқұмалақ түрлері бойынша мамандарды даярлауды іске асыруда, оның алғашқы түлектері бұл бағыттағы маманды шамамен 2010-жылдардан бері ұсынып келеді, ал 2018 жылы ресми ұлттық спорт мамандары ретінде дипломдарын алды.

2016 жылғы 5-6 қарашада «Саятшылық» ұлттық спорт түрі бойынша алғаш рет Халықаралық турнир және Астана қаласының ашық біріншілігі болып өтті. Турнирге Моңғолиядан, Қырғызстаннан және Қазақстанның 11 өңірінен қатысқан 30 аса бүркітші спортшылар бүркітпен аң аулау және құсты бағындыру шеберліктерін көрсетті. Барлық өткізілетін жарыстарда саятшылықты сақтау және дамыту арқылы табиғатты қорғау мәселелеріне, ұлттық дәстүрді, мәдени мұраны сақтаудың маңызды жолы ретінде үгіт насихат жұмыстарын жүргізу дәстүрге айналуда.

Елімізде табиғатта жан-жануарларды қорғау және ғылыми зерттеулер жүргізу мақсатында 10 ірі қорықтар бар, олардың жалпы көлемі 1 610 973 га. құрайды. Олардың ішіндегі ірі қорықтарға жататындары:

1. Ақсу-Жабағылы қорығы (1926 жылы құрылған). Орналасқан жері: Оңтүстік-Қазақстан, Жамбыл облыстарында;
2. Наурызым қорығы (1931 жылы құрылған). Орналасқан жері: Қостанай облысы;
3. Алтын Емел ұлттық паркі (1996 жылы құрылған). Орналасқан жері: Алматы облысы, Жетісу Алатауының батыс бөлігі;
4. Қорғалжын қорығы (1968 жылы құрылған). Орналасқан жері: Ақмола облысы;
5. Марқакөл қорығы (1976 жылы құрылған). Орналасқан жері: Шығыс Қазақстан облысы.

Қазақстандағы саятшылық спорт түрі ретінде танылуы – жыртқыш құстар және ит, тазы төбет арқылы аңшылық құру болып бөлінеді. Саятшылық өнер қазіргі кезде тіршілік қамы ғана емес, денсаулықты сақтау, табиғатты қорғау, көңіл көтеру, бойға күш алу ретінде қолданылады. Еліміздің саятшылық өнері ежелден дамып келе ұлтымыздың дәстүрлі спорт түріне айналды. Бұл спорт түрі қазақ халқының мәдени мұрасын сақтап қалуға және табиғатты қорғауға жасаған ортаны түсінуге бағытталған. Саятшылықтың екі негізгі түрі бар, олар құсбегілік және тазы төбет сынды иттермен аң аулау, олардың әрқайсысы өзіндік ерекшеліктерге ие. 2023 жылғы деректерге сәйкес Қазақстанда 400-ден астам спорт мектебі жұмыс

жасайды, соның ішінде Қазақстанда саятшылық және құсбегілік өнеріне байланысты мектептер мен спорт секциялары бар. Мысалы, Алматы қаласындағы №1 Олимпиадалық резервтегі мамандандырылған балалар-жасөспірімдер спорт мектебінде құсбегілік бойынша секциялар жұмыс істейді. Мұнда 12-15 жас аралығындағы балаларға саятшылық өнердің қыр-сырын үйретіледі. Сабақтар тегін өткізіледі және мемлекеттік спорт құралдарымен қамтамасыз етіледі.

Сонымен қатар, құсбегілік өнері ұлттық спорт түрі ретінде бірқатар ұйымдар мен клубтарда дамытылып жатыр. Әсіресе, бұл өнердің байырғы дәстүрін сақтап, жарыстар ұйымдастыру мақсатында жергілікті спорт ұйымдары үлкен үлес қосуда. Ұлттық спорт қауымдастығы мен “Құсбегілік федерациясы” осы бағытта белсенді жұмыс істейді.

Қазақстанда саятшылықпен айналысатын бірқатар федерациялар мен клубтар бар. Ең ірілерінің бірі – «Ұлттық спорт қауымдастығы», ол ұлттық спорт түрлерін, соның ішінде саятшылықты дамытуға бағытталған. Бұл қауымдастыққа көптеген аймақтық және республикалық клубтар кіреді. Саятшылық жарыстары, әсіресе бүркітшілер сайыстары, тұрақты түрде ұйымдастырылып тұрады. 2024 жылы Астанада өтетін 5-ші Дүниежүзілік көшпенділер ойындарына да саятшылық спорттық бағдарлама ретінде қосылған.

Елімізде «Қыран» федерациясы» саятшылық өнерін насихаттап, жарыстар ұйымдастырып, аңшы құстарды баптаумен айналысатын танымал ұйым ретінде қызмет атқарады. Сондай-ақ, Алматы, Ақмола және басқа облыстарда құсбегілік өнеріне қызығушылар мен осы спортты дамытатын шағын клубтар бар.

Құсбегілік спорты. Құсбегілік - жыртықш (бүркіт, қырғи, қаршыға, сұңқар) құстарды пайдаланып аң аулау түрі. Бұл спорт түрі Қазақстандағы саятшылықтың ең танымал бағыты. Құсбегілік жарыстарында құстардың аң аулау шеберлігі, жылдамдығы, қырағылығы және аңды қалай ұстайтыны бағаланады. «Құсбегілік» ұлттық спорт түрінен жарыстар бүркіт, қаршыға және сұңқар түрі бойынша өтеді. Бүркітшілер спортында бүркітті пайдаланып түлкі, қасқыр, қоян секілді аңдарды аулау іске асырылады. Бүркіт салу жарыстары бойынша команда құрамына 3 бүркітші, 1 бапкер, 1 мал дәрігері кіреді, жарысқа 18 жастан асқан спортшылар жіберіледі. Жарыс ережесі бойынша қатысушылар бүркіттерін екі жаттығуда сыналады: бірінші құсты қолға шақыру және жемге қондыру сынақтарынан өтеді. Бұл жарыста бүркіт спортшыдан 500 метр қашықтықта отырады. Төрешінің белгісі бойынша бүркітші қолына жем ұстап, бүркітін

шақыра бастайды, мұнда бүркіттің бүркітшінің қолына келу уақыты есептеледі. Төреші ысқырған кезде уақыт санағы басталады. Егер екі минут ішінде бүркіт иесінің дауысына жауап бермесе, талпыныс есептелмейді. Әр қатысушыға жерде тұрғанда немесе ат үстінде тұрып өзінің бүркітін бір рет шақыруға рұқсат етіледі. Жемге шақыру жарыста әр спортшы өзінің бүркітін шабандоз сүйреп келе жатқан шырға (сүйретпе) бағытына қарай ұшырады. Бүркіт орташа жылдамдықпен келе жатқан шырғаға (сүйретпеге) жетіп оны ұстап алуы қажет. Бүркіттің ұшатын жолының бойына екі жалауша орнатылады. Жалаушалардың ара қашығы 300 метрден болады.

Бұл жалаушалар арасында құстың ұшу уақыты мен жылдамдығы бағаланады. Ережеге сәйкес, аңшы өзінің бүркітін бір рет қана ұшыруына болады. Жарыстар республикалық «Құсбегілік» федерациясының ережесіне сәйкес өткізіледі.

Құсбегілік өнерінде ұсақ аң-құстарды сұңқар және қаршығамен аулайды. Сұңқарды арнайы баптап, жарысқа дайындайтын спортшы – Сұңқаршы деп аталады. Сұңқардың жарысқа дайындығын, жылдамдығын оны жемге жіберу арқылы бағалайды. Әр спортшыға сұңқарының өнерін, қабілетін көрсетуге 3 минут уақыт беріледі. Жарыс алаңында әр жалаушалардың ара қашықтығы 200 м болады. Берілген 3 минут ішінде құс әуеге ұшып, спортшы айналдырып тұрған жемге қырағылық танытып, әуеден шабуылға ұмтылады. Жем кекілік, қырғауыл және көгершіннің құйрығы мен қанатынан алынған қауырсындардан дайындалады. Ережеге сәйкес төрешілер сұңқардың қанша уақытта ұшып келгенін, қырағылығын, жемге еліктеуі бойынша ұпай беріп отырады, сәйкесінше жарыс жеңімпазы ең көп ұпай саны бойынша анықталады. Сұңқарлар құсының аң аулау кезінде жылдамдығын сағатына 322 шақырымға дейін жетеді. Иә, сұңқарлар кейбір әуежайларда ерекше қызмет атқарады. Сұңқарларды әуежайларда құстарды үркіту үшін пайдаланады. Мұндай тәжірибе әсіресе құстардың ұшақтармен соқтығысу қаупін азайту мақсатында қолданылады. Осылайша, сұңқарлар әуежайларда ұшақтардың ұшып-қонуын қауіпсіз етуге көмектеседі. Қаршығашылар ұсақ құстар мен аңдарды аулауға қолданады. Қаршығаны жемге жіберу арқылы оның ұшу жылдамдығын бағалайды. Қаршығасын сынауға әр спортшыға 3 минут уақыт беріледі. Жалаушалардың ара қашықтығы 200 м. Осы уақыт ішінде құс ұшып, әуеден спортшы арқанмен айналдырып жатқан жемге шабуы керек. Ережеге сәйкес, төрешілер қаршығаның жемге ұшып келу жылдамдығын және жемге шабуыл жасау санын есептейді. Жеңімпаз ең көп ұпай саны бойынша анықталады [12].

Тазы және төбетпен аң аулау саятшылық спорты. Тазы және төбет иттермен саятшылық құру ертеден келе жатқан тұрмыстық шаруашылық кәсіп болып табылады. Бұл иттер саятшылық кезінде жыртқыш құстармен бірге қолданылады немесе жеке өздері аңды аулайды [13]. Тазы әртүрлі аңды түрлі тәсілдермен аулайды, кәдімгі тазы түлкіні мойнынан алып, әп-сәтте бұрап тастайды, кейде ыңғайына қарай тұмсығынан, құлағынан, тіпті, жотасынан алатын кезі де болады. Төбет түрі ірі әрі мықты ит болып келеді. Төбет иттің екінші қасиеті малды аң-құстан қорғайды. Төбет итінің үшінші ерекшелігі Қазақстанның алуан түрлі климатына бейімделгіш келеді мысалы, күннің ыстығында алыс жерге баруға төзімді келеді. Төбет ит өз территориясын күзетеді, ол қасқыр және басқа да ірі аңдарды аулауға қолданылады. Саятшылық спортында аң аулауда иттерді пайдалану саятшылықтың маңызды элементті болып табылады, өйткені олар құсбегілермен үйлесімді жұмыс жасайды.

### Қорытынды.

1. Саятшылық қазақ елінде ерте заманнан келе жатқан ұлттық дәстүр мен тәрбие түрі болып саналады. Саятшылықта аң аулау үшін арнайы үйретілген иттер, құстар бүркіт, қаршыға, сұңқар сияқты жыртқыш құстар қолданылады. Қазіргі кезде саятшылық өнері Қазақстанда спорт түріне айналып арнайы мамандар мен спортшылар даярланып

отыр. Саятшылық спортынан арнайы жарыстар өткізіледі, ол жарыстар қазіргі кезде республикалық шеңберден асып халықаралық жарыстар дәрежесінде өткізілуде.

2. Саятшылық спорты көптеген түрлерге бөлінеді, олардың негізгі түрлері: Құсбегілік олар: бүркіт, қаршыға, сұңқар сияқты жыртқыш құстарды аңға салу арқылы саятшылық жасау; Итпен аң аулау - бұл иттердің тұқымы өте жүйрік, иіс сезу қабілеті жоғары және төзімді келеді; Арнайы құрал-жабдықтарды қолданып аң, құс, балық аулау: садақпен немесе мылтықпен, қақпан, қармақ түрлерін пайдалану.

3. Саятшылық заңды түрде аңшы куәлігін алған соң аң мен құстарды әрбір түрлерінің рұқсат етілген уақыттарына қарай аулауға болады. Қазақстанда саятшылықты дамыту және сақтау үшін арнайы құсбегілер мектептері ашылған. Бүгінгі таңда саятшылық өнер спорт ретінде танылып, арнайы жарыстар мен фестивальдер өткізіледі. Қазақстанда жыл сайын «Құсбегілер жарысы» және ұшқыр тазылардың жарыстары өткізіліп тұрады.

4. Саятшылық спорты қоғамға пайдалы тәрбиелік құндылықтарымен ерекшеленеді, ол туризм саласының дамуына әсерін тигізуде. «Саятшылық» спортын насихаттау мен қорғау арқылы қоршаған ортаны, табиғатты сақтауды және ұлттық мәдениетті жаңа деңгейге көтеруге мүмкіндік береді.

### Әдебиеттер тізімі

- 1 Alimzhanova K., Zhumabekov S. Development of hunting sports in Kazakhstan: Historical and cultural perspectives // *Journal of Human Kinetics*. - 2020. - №67(2). - pp. 121-135. DOI: 10.2478/hukin-2020-0060.
- 2 Қазақтың дәстүрлі саятшылық өнері. <https://ehistory.kz/kz/news/show/32329> (дата обращения 13.01.2021).
- 3 Қазақстанның Қызыл кітабы // Алматы DPS, Қазақстан Республикасы Үкіметінің баспа орталығы, 2010. - 10 б.
- 4 Қазақстан Республикасының 2015 жылы 20 мамырда №11091 «Аң аулау қағидаларын бекіту туралы» Заңы. (Қазақстан Республикасы Ауыл шаруашылығы министрінің м.а. 2015 жылғы 27 ақпандағы №18-03/157 бұйрығы). <https://adilet.zan.kz/kaz/docs/V1500011091> (дата обращения: 13.01.2021).
- 5 Satybaldin M., Abilov T. The role of hunting sports in Kazakhstan's national identity and heritage preservation // *International Journal of Sport Management and Marketing*. – 2021. - №19(4)/ - pp. 367-380. DOI: 10.1504/IJSM.2021.1003069.
- 6 Mukhambetov D., Zhumabekov S. Hunting sports in Kazakhstan as a method of character development and leadership // *Physical Education and Sport Pedagogy*. - 2020. - №25(3). – pp. 265-277. DOI: 10.1080/17408989.2020.1806564.
- 7 Әуезов М. Көксерек: оқу-әдістемелік құралы // *Жаңа әдебиет*. – 1929. - №2-3, 25 б.
- 8 Қазақстанның саятшылық өнері. <https://tirshilik-tyyny.kz/kogam/773-azaty-sayatshyly-ner.html> (дата обращения 23.01.2018).
- 9 Қазақстан Республикасының Үкіметінің 2013 жылғы 29 сәуірдегі №408 қаулысы «Қазақстан Республикасында материалдық емес мәдени мұраны қорғау және дамыту жөніндегі тұжырымдама туралы» (2013.04.29. берілген өзгерістер мен толықтырулармен). <https://adilet.zan.kz/kaz/docs/P1300000408/compare> (дата обращения 21.12.2011).
- 10 Құсбегілік - бекзат өнер. <https://ertisoniri.kz/rubrikalar/bizdin-sukhbat/251-kusbegilik-bekzat-oner.html> (дата обращения 27.02.2020).
- 11 Coakley J., Li D. Hunting and community building: Lessons from Kazakhstan // *Sport in Society*. – 2021. - №24(6). – pp. 713-726. DOI: 10.1080/17430437.2021.1891157.
- 12 Қазақстан Республикалық Құсбегілік федерациясы. «Құсбегілік спортының ережесі». – 2022. [Электрондық ресурс]. URL: <https://worldnomadgames.kz/kz/news/vidy-sporta/27>. (Дата обращения: 13.01.2023).
- 13 Қазақ тазысы – ұлттық құндылығымыз. [Электрондық ресурс]. URL: <https://e-history.kz/kz/news/show/338969>. (дата обращения: 30.01.2023).



## References

- 1 Alimzhanova K., Zhumabekov S. Development of hunting sports in Kazakhstan: Historical and cultural perspectives // Journal of Human Kinetics. - 2020. - №67(2). - pp. 121-135. DOI: 10.2478/hukin-2020-0060.
- 2 Qazaqstannyń Qyzyl kitabı // Almaty DPS, Qazaqstan Respublikasy Ұkimetiniń baspa ortalyǵy, 2010. - 10 b.
- 3 Qazaqstan Respublikasynyń 2015 jylы 20 мамырда №11091 «Ан а́лау қағдаларын бекіту т́ралы» Заңы. (Qazaqstan Respublikasy А́ыл шарыашылыǵы министрiniń м.а. 2015 jylы 27 ақпандаǵы №18-03/157 буйрыǵы). <https://adilet.zan.kz/kaz/docs/V1500011091> (data obraennia: 13.01.2021).
- 5 Satybaldin M., Abilov T. The role of hunting sports in Kazakhstan's national identity and heritage preservation // International Journal of Sport Management and Marketing. – 2021. - №19(4)/ - pp. 367-380. DOI: 10.1504/IJSMM.2021.1003069.
- 6 Mukhambetov D., Zhumabekov S. Hunting sports in Kazakhstan as a method of character development and leadership // Physical Education and Sport Pedagogy. - 2020. - №25(3). – pp. 265-277. DOI: 10.1080/17408989.2020.1806564.
- 7 А́yezov M. Kókserek: oqý-ádistemelik quraly // Jańa ádebiet. – 1929. - №2-3, 25 b.
- 8 Qazaqstannyń saiatshylyq óneri. <https://tirshilik-tynysy.kz/kogam/773-azaty-sayatshyly-ner.html> (data obraennia 23.01.2018).
- 9 Qazaqstan Respublikasynyń Ұkimetiniń 2013 jylы 29 sáwirdegi №408 qaýlysy «Qazaqstan Respublikasynda materialdyq emes mádeni murany qorǵaý jáne damytý jónindegi tujyrymdama t́ралы» (2013.04.29. berilgen ózgerister men tolyqtyrylarmen). <https://adilet.zan.kz/kaz/docs/P1300000408/compare> (data obraennia 21.12.2011).
- 10 Qusbegilik - bekrat óner. <https://ertisoniri.kz/rubrikalar/bizdin-sukhbat/251-kusbegilik-bekzat-oner.html> (data obraennia 27.02.2020).
- 11 Coakley J., Li D. Hunting and community building: Lessons from Kazakhstan // Sport in Society. – 2021. - №24(6). – pp. 713-726. DOI: 10.1080/17430437.2021.1891157.
- 12 Qazaqstan Respublikalyq Qusbegilik federatsiiasy. «Qusbegilik sportynyń erejesi». – 2022. [Elektrondyq resýrs]. URL: <https://worldnomadgames.kz/kz/news/vidy-sporta/27>. (Data obraennia: 13.01.2023).
- 13 Qazaq tazysy – ulttyq qundylyǵymyz. [Elektrondyq resýrs]. URL: <https://e-history.kz/kz/news/show/338969>. (data obraennia: 30.01.2023).

<p><b>Хат-хабарларға арналған автор (бірінші автор)</b> Мұрал Әділ ұлы – педагогика ғылымдарының магистрі, Әл-Фараби атындағы Қазақ ұлттық университеті, Алматы қ., Қазақстан, e-mail: dilmural212@gmail.com</p>	<p><b>Автор для корреспонденции (первый автор)</b> Мұрал Әділ – магистр педагогических наук, Казахский национальный университет им. аль-Фараби, г. Алматы, Казахстан, e-mail: dilmural212@gmail.com</p>	<p><b>The Author for Correspondence (The First Author)</b> Adil Mural – Master of Pedagogical Sciences, al-Farabi Kazakh National University, Almaty, Kazakhstan, e-mail: dilmural212@gmail.com</p>
--	---	---

Бронский Е.В.<sup>ORCID</sup>, Мучкин Д.П., Лебедева В.И., Семенова М.В., Сексенов В.А.

Павлодарский педагогический университет имени Әлкей Марғұлан,  
г. Павлодар, Казахстан

## МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ СЛОЖНЫМ ПРЫЖКАМ НА БАТУТЕ С АКЦЕНТОМ НА ОСНОВНЫЕ ОПОРНЫЕ ТОЧКИ

Бронский Евгений Васильевич, Мучкин Дмитрий Павлович, Лебедева Валентина Ильинична, Семенова Марина Васильевна, Сексенов Василий Айтмухамбетович

**Методика обучения сложным прыжкам на батуте с акцентом на основные опорные точки**

**Аннотация.** В статье рассматривается один из подходов в методике обучения гимнастов 13-14 лет элементу двойному твисту согнувшись с поворотом на 180° посредством основных опорных точек. Исследование эффективности различных методик обучения сложному элементу батутной гимнастики проводилось на двух группах юных спортсменов (13-14 лет) с подтвержденным опытом занятий батутной гимнастикой от 5 до 7 лет и спортивными разрядами не ниже кандидата в мастера спорта Республики Казахстан. В исследовании участвовало 13 гимнастов: опытная группа состояла из 6 человек, контрольная – из 7. Обе группы тренировались с одинаковой интенсивностью – 6 раз в неделю по 2,5 часа, что обеспечивало сопоставимые физические нагрузки и уровень подготовки к освоению сложного элемента. Контрольная группа обучалась традиционным методом, предполагающим постепенное усложнение техники выполнения элемента, с акцентом на повторение и коррекцию ошибок тренером. Опытная группа, напротив, обучалась с использованием методики, основанной на формировании ориентировочной основы действий (ООД) посредством детальной проработки каждой основной опорной точки (ООТ) в исполнении двойного твиста. В результате исследования выявлена и доказана эффективность использования в тренировочном процессе опытной методики обучения гимнастов двойному твисту согнувшись с поворотом на 180° посредством формирования ООТ с помощью программ 3D Trampoline и On Form, которая выразилась в сокращении времени овладения данным элементом и включением его в свои соревновательные упражнения.

**Ключевые слова:** батутная гимнастика, ориентировочная основа действий, основные опорные точки, IT технологии, программы 3D Trampoline и On Form.

Bronskiy Evgeny Vasilyevich, Muchkin Dmitriy Pavlovich, Lebedeva Valentina Ilyinichna, Semenova Marina Vasilyevna, Seksenov Vassiliy Aitmukhambetovich

**The methodology of teaching complex trampoline jumps with an emphasis on the main reference points**

**Abstract.** The article considers one of the approaches in the methodology of teaching gymnasts aged 13-14 to the double twist element bent with a 180° rotation by means of the main reference points. The study of the effectiveness of various methods of teaching a complex element of trampoline gymnastics was conducted on two groups of young athletes (13-14 years old) with proven experience in trampoline gymnastics from 5 to 7 years and sports categories not lower than the candidate for master of sports of the Republic of Kazakhstan. The study involved 13 gymnasts: the experimental group consisted of 6 people, the control group consisted of 7. Both groups trained with the same intensity – 6 times a week for 2.5 hours, which provided comparable physical activity and a level of preparation for mastering a complex element. The control group was trained using the traditional method, which involves a gradual complication of the technique of performing the element, with an emphasis on repetition and correction of mistakes by the coach. The experimental group, on the contrary, was trained using a methodology based on the formation of an indicative basis of action (OOD) through a detailed study of each main reference point (OOT) performed by a double twist. As a result of the study, the effectiveness of using in the training process an experimental technique for teaching gymnasts double twist bending with a 180° turn by forming OOT using 3D Trampoline and On Form programs, which was expressed in reducing the time of mastering this element and including it in their competitive exercises.

**Key words:** trampoline gymnastics, indicative basis of actions, main reference points, IT technologies, 3D Trampoline and On Form programs.

Бронский Евгений Васильевич, Мучкин Дмитрий Павлович, Лебедева Валентина Ильинична, Семенова Марина Васильевна, Сексенов Василий Айтмухамбетович.

### Негізгі тірек нүктелеріне назар аударып, батутта күрделі секіруді үйрету әдістемесі

**Аңдатпа.** Мақалада 13-14 жас аралығындағы гимнастарды негізгі тірек нүктелері арқылы 180° бұрылыспен бүгілген қос бұралу элементіне үйрету әдістемесіндегі тәсілдердің бірі қарастырылады. Батут гимнастикасының күрделі элементін оқытудың ертүрлі әдістемелерінің тиімділігін зерттеу 5 жастан 7 жасқа дейінгі батут гимнастикасымен айналысу тәжірибесі расталған жас спортшылардың екі тобында (13-14 жас) және Қазақстан Республикасының спорт шеберіне кандидаттан төмен емес спорттық разрядтарда жүргізілді. Зерттеуге 13 гимнаст қатысты: тәжірибелі топ 6 адамнан, бақылау тобы 7 адамнан тұрды. Екі топ бірдей қарқындылықпен жаттығады – аптасына 6 рет 2,5 сағат, бұл салыстырмалы физикалық белсенділікті және күрделі элементті игеруге дайындық деңгейін қамтамасыз етті. Бақылау тобы жаттықтырушының қателіктерін қайталауға және түзетуге баса назар аударып отырып, элементті орындау техникасының біртіндеп күрделенуін қамтитын дәстүрлі әдіспен оқытылды. Тәжірибелік топ, керісінше, қос бұралуды орындаудағы әрбір негізгі тірек нүктесін (ООТ) егжей-тегжейлі пысықтау арқылы іс-әрекеттің болжамды негізін (ООД) қалыптастыруға негізделген әдістемені пайдалана отырып оқытылды. Зерттеу нәтижесінде гимнастарды 3D Trampoline және On Form бағдарламаларының көмегімен ООТ қалыптастыру арқылы 180° бұрылыспен иілу арқылы қос бұралуды оқытудың тәжірибелік әдістемесін оқу процесінде қолданудың тиімділігі анықталды және дәлелденді, бұл осы элементті игеру уақытын қысқарту және оны бәсекеге қабілетті жаттығуларға қосу арқылы көрінді.

**Түйін сөздер:** батут гимнастикасы, іс-әрекеттің индикативті негізі, негізгі тірек нүктелері, IT технологиясы, 3D trampoline және For Form бағдарламалары.

**Введение.** На сегодняшний день в Республике Казахстан, в соответствии с Национальным планом развития Республики Казахстан до 2025 года, одним из общенациональных приоритетов является «Культивирование ценностей патриотизма». В данном документе отмечается, что «поддержка и развитие спорта высших достижений, и как следствие, повышение уровня результатов выступлений профессиональных спортсменов на международной арене будут способствовать возникновению чувства гордости за свою страну» [1]. Таким образом, можно утверждать, что спорт высших достижений в нашей стране находит поддержку на самом высоком государственном уровне. Одним из таких видов спорта является батутная гимнастика, олимпийский вид, получивший в последнее время у нас в стране широкое распространение.

Актуальность исследования заключается в том, что в настоящее время мир технологий шагнул вперед, но не все тренеры знают о новых возможностях IT в области спорта и умеют пользоваться ими [2]. Отчасти такая ситуация возникла потому, что многие тренеры привыкли работать старыми проверенными методами (традиционный подход). Вместе с тем, мы не нашли литературных источников, подтверждающих применение цифровых технологий обучения двигательным действиям в батутной гимнастике.

Поскольку в Казахстане у тренеров отсутствует реальный опыт применения современных технологий, нами была предпринята попытка разрешить противоречие между наличием теоретической аргументации эффективности применения подобных технологий, способствующих оптимизации решения задач в спорте (на примере батутной гимнастики) и

отсутствием реального практического опыта их применения для проверки эффективности УТП.

В современном спорте батутная гимнастика демонстрирует впечатляющий уровень развития, который характеризуется значительным увеличением как сложности, так и рискованности выполняемых упражнений. Это требует от спортсменов не только высокой физической подготовленности, но и глубокого понимания техники исполнения двигательных действий (ДД). В условиях растущих требований к уровню мастерства, особенно на этапе углубленной специализации, становится очевидным, что необходимо совершенствование всей системы подготовки гимнастов [3, 4].

Техническая подготовленность играет ключевую роль в достижении высоких результатов в батутной гимнастике. Спортсмены должны не только освоить базовые элементы, но и уметь выполнять сложные комбинации с высокой степенью точности. В соревнованиях оцениваются несколько важных аспектов: техника выполнения элементов, уровень сложности, время, затраченное на выполнение упражнения, а также перемещение по сетке батута. Эти критерии позволяют судьям объективно оценивать выступления гимнастов и определять победителей [5, 6].

В определенные периоды развития теории и методики спортивной тренировки как науки приоритетными становились те или иные подходы разучивания техники ДД:

– традиционная методика (Н.Г. Озолин, 1988, Н.С. Безродная, 2002, Л.П. Матвеев, 2005, Е.В. Бронский, 2019 и др.) в основе которой лежит годами выработанная структура обучения двигательному действию, состоящей из этапов формирования

ДД, соответствующих законов, средств, методов и принципов обучения [7-10];

– технологическая схема обучения двигательным действиям, разработанная В.А. Солодяниковым (1996), суть которой заключается в определенных алгоритмах действий тренера и спортсмена при освоении двигательного действия [11];

– технология личностно-ориентированного подхода (Н.Б. Лукманова, 2015, Е.В. Бронский, 2018) предполагает позицию и точку зрения тренера на личность спортсмена как на субъект процесса обучения [12, 13];

– концепция стадийно-фазового подхода (Ю.К. Гавердовский, 2007, В.И. Загrevский, 2012, 2018). Данная концепция предполагает использование в процессе обучения стадийно-фазового подхода как наиболее полно учитывающего биомеханические характеристики технических действий. Благодаря этому подходу двигательные представления гимнаста о разучиваемом ДД становятся ясными и четкими [14-16];

– технологии адаптивного обучения двигательных действий (В.О. Загrevский, 2013). Данный подход предусматривает, что дальнейшее совершенствование методики обучения соревновательным упражнениям в сложно-координационных видах спорта будет осуществляться на основе биомеханического анализа их техники. Особенно актуальна эта задача в таких технически сложных видах спорта, как батутная и спортивная гимнастика, прыжки в воду [17].

Несколько иной точки зрения в процессе обучения двигательным действиям придерживается М.М. Боген (1985). Он обращает внимание, что одним из ключевых условий, от которого значительно зависит формирование качественного двигательного навыка, является ООТ (поза, траектория, движение частями тела) [18]. В то же время вопросы, касающиеся обучения техническим действиям в безопорном положении, особенно в прыжках на батуте, освещены в научной и методической литературе достаточно фрагментарно [19, 20].

Применяя современные ИТ в прыжках на батуте, тренеры будут избавлены от необходимости многократного повторения гимнастом упражнений, что в значительной степени снизит физическую и психическую нагрузку на ЦНС и позволит оптимизировать учебно-тренировочный эффект. Методика многократного повторения двигательного действия, «натаскивание» на элемент без создания должной базы (основы) технической и физической подготовленности не приведет тренера к желаемому результату в короткие временные рамки.

Как правило, подобная методика неприменима в освоении сложных и рискованных элементов в

батутной гимнастике, поскольку высота выполнения прыжков (амплитуда качей) превышает 6,5-7,0 метров, а размеры прыжковой поверхности сетки, на которую должен приземляться гимнаст, равняется 426x213 см, что, в свою очередь, на фоне усталости может привести как к физическим, так и психологическим травмам [6].

Мы считаем, что более целесообразным и результативным будет другой подход к формированию двигательных действий. Этот подход включает в себя использование современных цифровых технологий тренером, а также широкий спектр средств, методов, приемов и условий тренировки. Необходим обязательный учет личных и психологических особенностей гимнастов и безусловное оснащение спортивного зала современным оборудованием и инвентарем.

На этапе углубленной специализации, когда спортсмены числятся в учебно-тренировочных группах и группах спортивного совершенствования, тренеру крайне важно обучить гимнастов рациональной технике выполнения сложных гимнастических элементов. Его задача заключается в создании таких условий, при которых спортсмены смогут с первых попыток выполнять ДД с минимальным количеством ошибок. Достичь этого можно только при условии постановки конкретных, целенаправленных двигательных задач с учетом основных опорных точек на каждой стадии выполнения элемента [22, 23].

**Цель данного исследования** – путем формирования представлений о каждой ООТ в трех стадиях выполнения двойного твиста согнувшись с поворотом на 180° составить и опытным путем доказать преимущество экспериментальной методики перед традиционными методами обучения.

Целевое упражнение, весьма сложное ДД для гимнастов возраста 13-14 лет. По правилам соревнований батутной гимнастики данный элемент описывается как «8-1-1>», где: 8 - это двойное сальто вперед; 1 – поворот кругом в первом сальто; 1 - поворот кругом во втором сальто; > - положение тела гимнаста – согнувшись; трудность составляет 1,4 единицы. Для сравнения – трудность двойного твиста, но в положении тела в группировке, составляет 1,2 единицы [6].

#### **Задачи исследования:**

Разработать опытную методику формирования целевого двигательного действия с акцентом на ООТ в каждой стадии его выполнения.

Определить результативность применения в учебно-тренировочном процессе с батутистами 13-14 лет экспериментальной методики освоения двойного твиста согнувшись с поворотом на 180° с акцентом на ООТ в каждой стадии его выполнения.

**Материалы и методы.** В рамках исследования были применены методы:

– теоретический анализ: систематизация источников информации, относящихся к проблематике исследования, определение уровня разработки исследуемой проблемы;

– эмпирический: экспертная оценка техники выполнения батутистами двойного твиста согнувшись с поворотом на 180° с помощью педагогических наблюдений и тестирования, раскадровка видеозаписи выполнялась с использованием программы On Form;

– экспериментальные: сравнительный педагогический эксперимент с целью выявления эффективности опытной методики обучения целевому двигательному действию (ЦДД) с акцентом на ООТ;

– методы статистической обработки данных: количественная и качественная обработка материалов исследования с помощью методов математической статистики.

Эксперимент выполнялся с гимнастами СДЮ-ШОР №1 г. Павлодара на двух группах юных спортсменов (13-14 лет) со стажем занятий батутной гимнастикой от 5 до 7 лет и спортивными разрядами не ниже кандидата в мастера спорта Республики Казахстан. В исследовании участвовало 13 гимнастов: опытная группа состояла из 6 человек, контрольная – из 7. Обе группы тренировались с одинаковой интенсивностью – 6 раз в неделю по 2,5 академических часа, что обеспечивало адекватные физические, технические и психи-

ческие нагрузки, а также уровень подготовки к исполнению ЦДД.

Контрольная группа обучалась традиционным методом, предполагающим постепенное усложнение техники выполнения элемента, с акцентом на повторение и коррекцию ошибок тренером. В опытной группе была применена экспериментальная методика, основу которой строили на формировании ориентировочной основы действий (ООД) посредством детальной проработки каждой основной опорной точки (ООТ) в исполнении двойного твиста.

**Результаты.** Эффективность разработанной нами методики, ориентированной на основные опорные точки, была предварительно опробована на юных батутистах при обучении более простому двигательному действию (сальто вперед в группировке) [21, с. 125]. В настоящей методике, для более качественного получения информации и раскадровки видеозаписей, применялась программа On Form, что позволило более точно формировать представление спортсменов о каждой ООТ (позы, суставные углы, траектория, движение частями тела).

Для решения первой задачи в основу обучения целевого двигательного действия была положена программа последовательных шагов (алгоритмов), разработанная В.С. Рубиным [24] (рисунок 1) и модель формирования двигательных действий гимнастов на основе создания представления о рабочих позах в ООТ упражнения, составленная В.И. Загревским [25].



Рисунок 1 – Последовательность действий тренера на начальном этапе обучения спортсменов двигательным действиям (по В.С. Рубину, 2006) [24]

Детальный стадийно-фазовый подход к анализу техники выполнения элемента позволил тренеру ставить перед гимнастом задачу - научиться управлять своими действиями во время выполнения элемента, регулировать физические усилия по кинематическим характеристикам в каждой из его стадий.

Процесс обучения сальтовым элементам в батутной гимнастике традиционно состоит из трех этапов, которые отличаются друг от друга не только постановкой перед спортсменом частных задач, но и определенным алгоритмом действий тренера при выборе соответствующей методики. Формирование основ техники разучиваемого ДД, первый этап (этап начального разучивания) для гимнастов является наиболее важным с точки зрения возможности выполнения элемента в общих чертах.

На этапе формирования ориентировочной части действия тренер, опираясь на алгоритмы обучения гимнастическим упражнениям, представленные на рисунке 1, создает у спортсмена целостное представление о целевом двигательном действии (ДД). Это представление включает три ключевых

компонента: зрительный, смысловой и двигательный (кинестетический). Особое внимание на данном этапе уделяется формированию зрительного образа действия. Для его создания используются следующие методы: демонстрация натурального или адаптированного (упрощенного, с учетом уровня подготовленности спортсмена) показа упражнения, видеозаписи, кинограммы, а также визуальные материалы, такие как схемы, плакаты и другие наглядные пособия.

На основе единой смысловой задачи ООТ разучиваемого ДД согласуются между собой. Для реализации поставленной задачи используется традиционный словесный метод (рассказ, объяснение, словесный отчет, методические указания, комментарии тренера). Прежде чем разработать опытную методику формирования целевого ДД на основе учета основных опорных точек в стадиях его выполнения, предварительно определили качество усвоения базового элемента и профилирующего элемента 8-1>, 811о (двойного сальто согнувшись с поворотом на 180° и двойного твиста в группировке с поворотом на 180° (таблица 1).

Таблица 1 – Статистические значения и достоверность различий показателей технической подготовленности гимнастов исследуемых групп,  $\pm$  (баллы,  $n_s = 6$ ,  $n_k = 7$ )

Базовый и профилирующий элемент	Группы				P
	ЭГ		КГ		
Двойное сальто согнувшись с поворотом на 180°	9,70	0,20	9,72	0,15	>0,05
Двойной твист в группировке с поворотом на 180°	9,65	0,15	9,6	0,10	>0,05

Базовый и профилирующий элементы оценивали исходя из 10,0 баллов (максимальная сбавка за ошибки в технике исполнения 0,5 балла). Данные тестирования технической подготовленности батутистов исследуемых групп свидетельствуют о том, что спортсмены с равной степенью успешности владеют базовым и профилирующим элементами. Разница показателей незначительна и недостоверна при  $P > 0,05$ .

В исследовании мы также определили уровень развития основных физических качеств, лимитирующих освоение технических элементов в прыжках на батуте.

Оценку показателей физической подготовленности спортсменов проводили по нормативам учебной программы, составленной Н.Н. Пиллюк

(2012) [25]. Сравнительный анализ результатов предварительного тестирования показал, что между гимнастами исследуемых групп отсутствуют достоверные различия ( $P > 0,05$ ) в уровне развития основных физических качеств (таблица 2).

Результаты анализа показывают, что наблюдаемые спортсмены по показателям технической и физической подготовленности принадлежат к одной выборочной совокупности. Это позволяет с уверенностью утверждать, что последующие изменения в качестве овладения техникой целевого двигательного действия – двойным твистом согнувшись с поворотом на 180° – у спортсменов опытной группы могут быть обусловлены исключительно влиянием экспериментального фактора.

Таблица 2 – Статистические значения и достоверность различий показателей физической подготовленности гимнастов до эксперимента,  $\pm$  ( $n_3 = 6, n_k = 7$ )

№	Тесты	Группы				Р
		ЭГ		КГ		
1	Многоскоки на тумбочку h= 50 см, 60 раз (с)	66,6	3,15	67,1	3,23	>0,05
2	Прыжок в длину с места (см)	194,3	5,12	194,1	5,20	>0,05
3	Челнок (с) (5x10м)	12,43	0,18	12,50	0,30	>0,05
4	Пресс, из виса до касания рейки (кол-во раз)	8,72	1,65	8,81	1,84	>0,05
5	Поднимание туловища из положения лежа на бедрах, руки за головой (кол-во раз)	28,4	3,00	29,5	3,60	>0,05
6	10 качей на сетке батута на t (с)	16,8	1,56	16,8	1,49	>0,05

*Содержание опытной методики обучения.**Средства (подводящие упражнения):*

- 31о - 3/4 твиста в группировке, с приземлением на спину на гимнастический бум;
- 31> - то же, но в положении согнувшись, с приземлением на спину на гимнастический бум;
- 41о - 3/4 твиста в группировке, с приземлением на ноги, на гимнастический бум;
- 41> - то же, но в положении согнувшись;
- 71> - 7/8 ЦДД согнувшись на батуте с приземлением на спину на гимнастический бум;
- 811о - ЦДД в положении группировки, с приземлением в поролоновую яму;
- 811> - двойной твист согнувшись с поворотом на 180° на вылет в поролоновую яму;
- 811> - ЦДД с приземлением на сетку батута;
- 811> - двойной твист согнувшись с поворотом на 180° с включением элемента в связку из одиночного, а затем и двойного сальто;
- 811> - включение ЦДД в соревновательные упражнения.

Согласно технологической схеме обучения двигательным действиям, разработанной В.А. Солодяниковым (1996), суть которой заключалась в определенных алгоритмах действий тренера и спортсмена при освоении двигательного действия, не обязательно, что все подводящие упражнения в равной степени будут необходимы всем гимнастам [11, с. 45].

Основные методы обучения сводились к разработанному комплексу подводящих упражнений и заканчивались целостным методом выполнения ЦДД.

Исходя из целевой установки исследования, за основу экспериментальной методики обучения ЦДД было взято формирование представлений у

гимнастов о каждой основной опорной точке в стадиях выполнения элемента. Сократить время обучения целевому ДД позволило то, что спортсмены имели хорошую техническую базу - владение базовым и профилирующим элементами ЦДД – 8-1> (двойным сальто вперед с поворотом на 180° в положении согнувшись) и 8-1-1о (двойным твистом в группировке с поворотом на 180°).

Для формирования представления о технике ЦДД спортсменам ЭГ предлагалось рассмотреть анимационную кинограмму классической техники выполнения данного элемента, созданную при помощи программы 3D Trampoline. В кинограмме обозначались суставные углы в ООТ, полученные с помощью программы On Form. Технику выполнения гимнастом двойного твиста согнувшись с поворотом на 180° снимали на видеокамеру, обрабатывали с помощью программы On Form и сопоставляли с анимационной кинограммой 3D Trampoline [27, 28].

В качестве примера разберем технику выполнения элемента Из-м Р. – мастера спорта РК по батутной гимнастике из экспериментальной группы.

**Обсуждение.** Исходя из концепции, разработанной Ю.К. Гавердовским и В.И. Загревским, каждое двигательное действие состоит из стадий, или фаз (подготовительной, основной и заключительной). В своем исследовании, в процессе обучения, мы использовали подобный подход как наиболее полно учитывающий биомеханические характеристики технических действий целевого ДД [14, с. 33; 25, с. 148].

Стадии выполнения и ООТ целевого двигательного действия

Первая (подготовительная), или энергообразующая, стадия состоит из трех основных опорных точек (рисунок 2):

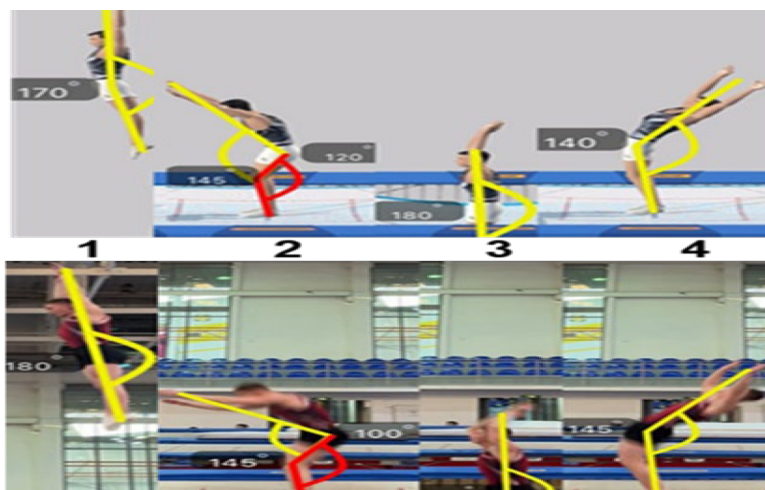


Рисунок 2 – Раскадровка видеозаписи выполнения гимнастом подготовительных действий с помощью программы On Form [28].

– Разгон (выполняется до достижения гимнастом оптимальной высоты, кадр 1);

– ООТ-1 (кадр 2). Приход на сетку. Видна явная ошибка в постановке рук (согнуты в локтях) и чрезмерное сгибание ног в коленных суставах  $100^\circ$ , необходимо  $120^\circ$ ;

– ООТ-2 (кадр 3). Ожидание отхода с сетки батута. Ошибка – чрезмерное сгибание рук;

– ООТ-3 (кадр 4). Завершение толчка и вход в поворот. Согнутые руки гимнаста в ООТ-2 вызвали излишнее прогибание в поясничном отделе.

От правильности выполнения ООТ данной стадии во многом зависит качество исполнения последующего двойного сальто вперед в основной стадии элемента. Во второй, или основной, стадии элемента выделили четыре ООТ (рисунок 3).

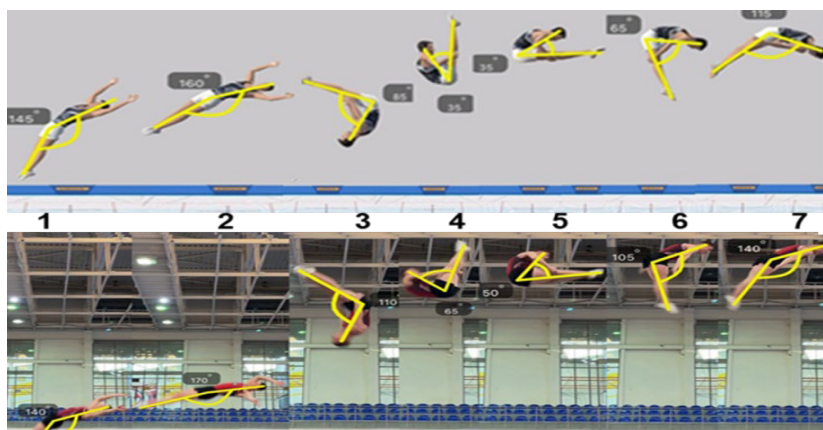


Рисунок 3 – Раскадровка видеозаписи выполнения гимнастом основного действия с помощью программы On Form [28]

– ООТ-1 (кадр 2). Предыдущие две ошибки, допущенные в подготовительной стадии, вызвали последующую ошибку - прогибание в спине до  $170^\circ$  при необходимых  $160^\circ$ ;

– ООТ-2 (кадр 3). Вход в первое двойное сальто недостаточно активный. При необходимых  $85^\circ$  угол сгибания в тазобедренных суставах составил  $110^\circ$ ;

– ООТ-3 (кадр 5). Неполная складка, угол сгибания равен  $50^\circ$  при необходимых  $35^\circ$ ;

– ООТ-4 (кадр 7). Раннее начало раскрывания складки и вход в поворот  $140^\circ$ . В эталоне вход в поворот во времени выполняется позже при угле сгибания в  $115^\circ$ .



Анализ ООТ основной стадии выполнения элемента позволил выявить допущенные индивидуальные ошибки гимнаста и внести коррективы в последующие подходы.

В третьей, или завершающей, стадии выделили две ООТ (рисунок 4):

– ООТ-1 (кадр 2). Завершение поворота и полное разгибание туловища выполнены гимнастом без ошибок;

– ООТ-2 (кадр 4). Приход на сетку батута также выполнен в соответствии с канонами техники.

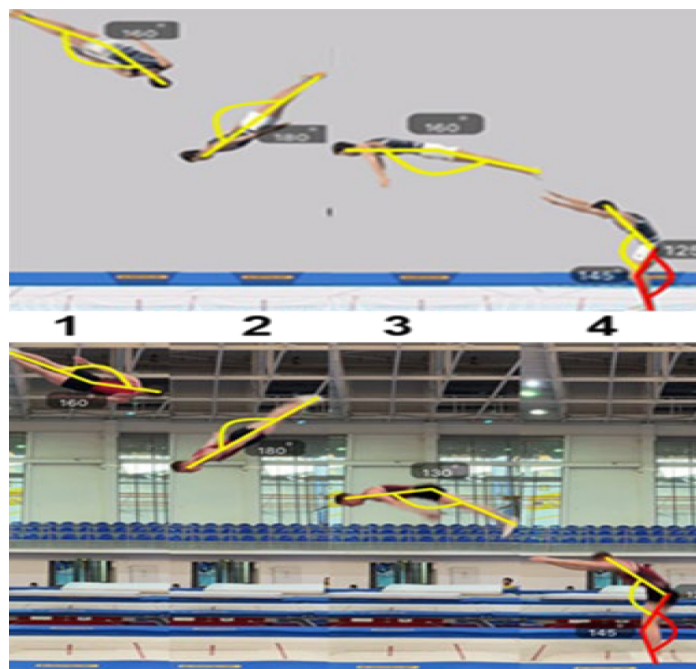


Рисунок 4 – Раскадровка видеозаписи выполнения гимнастом завершающего действия с помощью программы On Form [28]

Таким образом осуществлялась технология обучения и внесение коррективов в технику выполнения данного элемента гимнастами опытной группы.

После окончания эксперимента провели тестирование показателей физической подготовленности гимнастов (таблица 3).

Таблица 3 – Статистические значения и достоверность различий показателей физической подготовленности гимнастов после эксперимента,  $\pm$  ( $n_y=6, n_x=7$ )

№	Тесты	Группы				Р
		ЭГ		КГ		
1	Многоскоки на тумбочку h= 50 см, 60 раз (с)	67,2	3,19	67,5	3,22	>0,05
2	Прыжок в длину с места (см)	195,1	5,21	194,9	5,12	>0,05
3	Челнок (с) (5x10м)	12,38	0,17	12,42	0,30	>0,05
4	Пресс, из виса до касания рейки (кол-во раз)	8,65	1,67	8,83	1,95	>0,05
5	Поднимание туловища из положения лежа на бедрах, руки за головой (кол-во раз)	29,7	3,05	30,1	3,41	>0,05
6	10 качей на сетке батута на t (с)	16,95	1,59	16,88	1,45	>0,05

Достижение гимнастами экспериментальной группы уровня владения техникой целевого двигательного действия (ЦДД) на уровне навыка, а также умения высшего порядка подтверждает высокую эффективность предложенной опытной методики в сравнении с традиционными подходами к обучению. Усвоение техники на уровне навыка

проявляется в уверенном выполнении элемента в связке после предварительного одиночного сальто. Уровень умения высшего порядка характеризуется интеграцией двойного твиста согнувшись с поворотом на 180° в состав собственных соревновательных комбинаций. Эти результаты представлены в таблицах 4 и 5, а также визуализированы на рисунке 5.

Таблица 4 – Статистические значения и достоверность различий показателей технической подготовленности батутистов исследуемых групп на уровне навыка ± (баллы,  $n_s = 6, n_k = 7$ )

Целевое ДД	Группы				P
	ЭГ		КГ		
	М	σ	М	σ	
Двойное твист согнувшись с поворотом на 180° в связке с одиночным сальто	9,75	0,20	9,50	0,30	<0,05

На уровне навыка, выполнение целевого элемента в связке с предварительным одиночным сальто гимнасты экспериментальной группы показали более значимые результаты, разница составила 0,25 балла, при  $P < 0,05$ .

Спортсмены контрольной группы, тренирующиеся по традиционной методике, освоили данный элемент значительно хуже, причем два гимнаста выполнили его с падением на сетку батута (таблица 4).

Таблица 5 – Эффективность опытной методики обучения ( $n_s = 6, n_k = 7, \%$ )

Степень освоения целевого ДД	Исследуемые группы	
	экспериментальная	контрольная
Навык	100	71,4
Умение высшего порядка	83,3	28,6

Из данных, представленных в таблице 5 видно, что у 100% гимнастов опытной группы был сформирован навык выполнения ЦДД, а 83,3% (5 спортсменов из этой группы) смогли

включить его свои соревновательные комбинации, поскольку прочно и стабильно владели данным элементом на уровне умения высшего порядка (рисунок 5).



Рисунок 5 – Результативность экспериментальной методики обучения с акцентом на ООТ (%)

Их сверстники, спортсмены из КГ, в количестве пяти человек смогли овладеть данным элементом на уровне навыка (71,4%), в соревновательные же комбинации смогли включить только два гимнаста, или 28,6%.

#### **Заключение.**

1. Экспериментальная методика обучения, с акцентом на ООТ в каждой из трех стадий выполнения целевого ДД и использованием ИТ технологий значительно расширяет круг возможностей обучения гимнастов данного возраста двойному твисту согнувшись с поворотом на 180°. Вместе с тем, анализ видеозаписи техники выполнения данного элемента с помощью программы On Form и сравнение ее с эталонной техникой, созданной программой 3D Trampoline, позволило значительно оптимизировать процесс обучения, сократить время

усвоения элемента и повысить интерес гимнастов к усвоению трудных и сверхтрудных прыжков.

2. Достоинство разработанной нами экспериментальной методики обучения целевому ДД (8-1-1<>) аргументировано тем, что:

– освоили данный элемент на уровне навыка шесть спортсменов, или 100%. В свои соревновательные комбинации включили ЦДД 83,3%, или пять человек, поскольку у них была сформирована качественная техника выполнения на уровне умения высшего порядка;

– гимнасты контрольной группы по этим показателям показали значительно худшие результаты. Освоили ЦДД 5 спортсменов, или 71,4%, на уровне навыка, и только 2 гимнаста из 7, или 28,6%, смогли вставить двойной твист согнувшись в свои соревновательные комбинации.

#### **Список литературы**

- 1 Об утверждении Национального плана развития Республики Казахстан до 2025 года и признании утратившими силу некоторых указов Президента Республики Казахстан. <https://adilet.zan.kz/rus/docs/U1800000636> (дата обращения: 19.12.2023).
- 2 Болобан В.Н. Современные технологии формирования двигательных умений и навыков в процессе обучения сложнокоординационным спортивным упражнениям // Наука в олимпийском спорте. – 2017. – №4. – С. 45-56.
- 3 Гаранин С.А. Прыжки на батуте: учебное пособие / С.А. Гаранин. – Изд. 2-е, перераб. и доп. – Владивосток: Издательство Дальневосточного федерального университета, 2023. – 191 с.
- 4 Попов Ю.А. Прыжки на батуте: начальное обучение: методические рекомендации / под ред. Ю.А. Попова. - М.: Физическая культура, 2010. - 35 с.
- 5 Попов Ю.А. Прыжки на акробатической дорожке и батуте: учебное пособие / под ред. Ю.А. Попова. – Москва: Физическая культура, 2015. – 132 с.
- 6 The International Gymnastics Federation (FIG). <https://www.gymnastics.sport/site/> (дата обращения: 21.11.2024).
- 7 Озолин Н.Г. Молодому коллеге. – Москва: Физкультура и спорт, 1988. – 286 с.
- 8 Безродная, Н.С. Управление процессом формирования готовности акробатов высокой квалификации к соревновательной деятельности: Автореф. дис. на соиск. учен. степ. канд. пед. наук: 13.00.04 / КГУФКСТ. – Краснодар, 2002. - 24 с.
- 9 Матвеев Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты. / под ред. Л.П. Матвеева. – Изд. 4-е. – СПб: Лань, 2005. – 384 с.
- 10 Бронский Е.В. Теория и методика детско-юношеского спорта: учебное пособие / Е.В. Бронский. - Изд. 2-е, перераб. и доп. – Павлодар: ПГПУ, 2019. – 289 с.
- 11 Солодяников В.А. Технология обучения гимнастическим упражнениям // Теория и практика физической культуры. – 1996. – №12. – С. 41-46.
- 12 Лукманова Н. Б. Личностно-ориентированный подход как компонент психолого-педагогического сопровождения спортивной тренировки юных гимнасток / III Междунар. науч.–практ. конф. «Школа XXI века: тенденции и перспективы»: мат. – Чебоксары: ЦНС «Интерактив плюс», 2015. – С. 71–72.
- 13 Бронский Е.В. Реализация личностно ориентированного подхода в тренировке юных батутистов // Теория и практика физической культуры. – 2019.– №3. – С. 55-57.
- 14 Гавердовский Ю. К. Обучение спортивным упражнениям: биомеханика, методология, дидактика. – М.: Физкультура и спорт, 2007. – 911 с.
- 15 Загrevский В.И. Влияние фазового состава биомеханических событий в спортивных упражнениях на структурный компонент двигательных действий // Теория и практика физической культуры. – 2012. - №12. – С. 33-37.
- 16 Загrevский В.И., Загrevский О.И. Биомеханика физических упражнений: учебное пособие / В.И. Загrevский, О.И. Загrevский. – Томск: Томский государственный университет, 2018. – 262 с.
- 17 Загrevский В.О. Структура гимнастического упражнения // Вестник Томского государственного университета. – 2013. – №372. – С. 152-155.
- 18 Боген М. М. Обучение двигательным действиям. – М.: Физкультура и спорт, 1985. – 192 с.
- 19 Болобан В.Н., Митусова Т.Е. Дидактическая система обучения спортивным упражнениям, сложным по координации // Наука в олимпийском спорте. – 1995. – №1 (2). – С. 21-29.
- 20 Караваева И.В. Теория и практика системы подготовки спортсменов в прыжках на батуте // Физическая культура, спорт - наука и практика. – 2008. – №2.– С. 16-19.
- 21 Бронский Е.В., Бронская Е.П., Кириченко О.Е. Методика обучения базовым двигательным действиям в прыжках на батуте посредством основных опорных точек / Е.В. Бронский, Е.П. Бронская, Кириченко О.Е. [Текст] / XII Междунар.


- науч.-практич. конф. «Актуальные проблемы физической культуры и спорта»: мат. – Чебоксары: Чувашский государственный педагогический университет им. И.Я. Яковлева, 2022. – С. 122-129.
- 22 Бронский Е.В. Технология восстановления техники «утраченных» двигательных действий в сложно-координационных видах спорта / Всерос. науч.-практич. конф. «Современные методы организации тренировочного процесса, оценки функционального состояния и восстановления спортсменов»: мат. – Челябинск: УралГУФК, 2017. – Том 1. — С. 29-32.
  - 23 Пилюк Н.Н. Программа спортивной подготовки. Прыжки на батуте, средство совершенствования специальной физической подготовки юных акробатов / Труды НИИ проблем физической культуры и спорта КГУФКСТ «Актуальные вопросы физической культуры и спорта». – Краснодар: КГУФКСТ, 2011. – Т13. – С. 52-58.
  - 24 Рубин В.С. Разделы теории и методики физической культуры: учеб, пособие. – М.: Физическая культура и спорт, 2006. – 206 с.
  - 25 Загrevский О.И. Формирование двигательных действий гимнастов на основе создания представления о рабочих позах в основных опорных точках упражнения // Вестник Томского государственного университета. – 2013. - №369. – С. 147-150.
  - 26 Пилюк Н.Н. Программа спортивной подготовки. Прыжки на батуте, акробатической дорожке и двойном минитрампе: типовая учебно-тренировочная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ (ДЮСШ), специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва (СДЮШОР) и школ высшего спортивного мастерства (ШВСМ) / Под общ. ред. Н.В. Макарова и Н.Н. Пилюка. ЦСП Минспорта. - М.: Советский спорт. - 2012. -112 с.
  - 27 The Ultimate Mobile Video Coaching Platform. In lessons, at practice and remote. <https://www.onform.com/> (дата обращения 19.12.2023).
  - 28 3D Trampoline on the App Store. <https://apps.apple.com/app/id6464057542> (дата обращения 19.12.2023).

## References

- 1 Ob utverzhenii Nacional'nogo plana razvitiya Respubliki Kazahstan do 2025 goda i priznanii utrativshimi silu nekotorykh ukazov Prezidenta Respubliki Kazahstan. <https://adilet.zan.kz/rus/docs/U1800000636> (data obrashheniya: 19.12.2023).
- 2 Boloban V.N. Sovremennye tehnologii formirovaniya dvigatel'nykh umeniy i navykov v processe obucheniya slozhno-koordinacionnym sportivnym uprazhnenijam // Nauka v olimpijskom sporte. – 2017. – №4. – S. 45-56.
- 3 Garanin S.A. Pryzhki na batute: uchebnoe posobie / S.A. Garanin. – Izd. 2-e, pererab. i dop. – Vladivostok: Izdatel'stvo Dal'nevostochnogo federal'nogo universiteta, 2023. – 191 s.
- 4 Popov Ju.A. Pryzhki na batute: nachal'noe obuchenie: metodicheskie rekomendacii / pod red. Ju.A. Popova. - M.: Fizicheskaja kul'tura, 2010. - 35 s.
- 5 Popov Ju.A. Pryzhki na akrobaticeskoi dorozhke i batute: uchebnoe posobie / pod red. Ju.A. Popova. – Moskva: Fizicheskaja kul'tura, 2015. – 132 s.
- 6 The International Gymnastics Federation (FIG). <https://www.gymnastics.sport/site/> (data obrashheniya: 21.11.2024).
- 7 Ozolin N.G. Molodomu kollege. – Moskva: Fizkul'tura i sport, 1988. – 286 с.
- 8 Bezrodnaja, N.S. Upravlenie processom formirovaniya gotovnosti akrobatov vysokoi kvalifikacii k sorevnovatel'noj dejatel'nosti: Avtoref. dis. na soisk. uchen. step. kand. ped. nauk: 13.00.04 / KGUFKST. – Krasnodar, 2002. – 24 s.
- 9 Matveev L.P. Obshhaja teorija sporta i ee prikladnye aspekty. / pod red. L.P. Matveeva. – Izd. 4-e. — SPb: Lan', 2005. – 384 с.
- 10 Bronskij E.V. Teorija i metodika detsko-junosheskogo sporta: uchebnoe posobie / E.V. Bronskij. - Izd. 2-e, pererab. i dop. – Pavlodar: PGPU, 2019. – 289 s.
- 11 Solodjanikov V.A. Tehnologija obucheniya gimnasticheskim uprazhnenijam // Teorija i praktika fizicheskoj kul'tury. – 1996. – №12. – S. 41-46.
- 12 Lukmanova N. B. Lichnostno-orientirovannyj podhod kak komponent psihologo-pedagogicheskogo soprovozhdenija sportivnoj trenirovki junyh gimnastok / III Mezhdunar. nauch.–prakt. konf. «Shkola XXI veka: tendencii i perspektivy»: mat. – Cheboksary: CNS «Interaktiv plus», 2015. – S. 71–72.
- 13 Bronskij E.V. Realizacija lichnostno orientirovannogo podhoda v trenirovke junyh batutistov // Teorija i praktika fizicheskoj kul'tury. – 2019.– №3. – S. 55-57.
- 14 Gaverdovskij Ju. K. Obuchenie sportivnym uprazhnenijam: biomehanika, metodologija, didaktika. – M.: Fizkul'tura i sport, 2007. – 911 с.
- 15 Zagrevskij V.I. Vlijanie fazovogo sostava biomehanicheskikh sobytij v sportivnykh uprazhnenijah na strukturnyj komponent dvigatel'nykh dejstvij // Teorija i praktika fizicheskoj kul'tury. - 2012. - №12. - S. 33-37.
- 16 Zagrevskij V.I., Zagrevskij O.I. Biomehanika fizicheskikh uprazhnenij: uchebnoe posobie / V.I. Zagrevskij, O.I. Zagrevskij. – Tomsk: Tomskij gosudarstvennyj universitet, 2018. – 262 s.
- 17 Zagrevskij V.O. Struktura gimnasticheskogo uprazhnenija // Vestnik Tomskogo gosudarstvennogo universiteta. – 2013. – №372. – S. 152-155.
- 18 Bogen M. M. Obuchenie dvigatel'nykh dejstvijam. – M.: Fizkul'tura i sport, 1985. – 192 s.
- 19 Boloban V.N., Mitusova T.E. Didakticheskaja sistema obucheniya sportivnym uprazhnenijam, slozhnym po koordinacii // Nauka v olimpijskom sporte. – 1995. – №1 (2). – S. 21-29.
- 20 Karavaeva I.V. Teorija i praktika sistemy podgotovki sportsmenov v pryzhkah na batute // Fizicheskaja kul'tura, sport - nauka i praktika. – 2008. – №2.– S. 16-19.
- 21 Bronskij E.V., Bronskaja E.P., Kirichenko O.E. Metodika obucheniya bazovym dvigatel'nykh dejstvijam v pryzhkah na batute posredstvom osnovnykh opornykh toček / E.V. Bronskij, E.P. Bronskaja, Kirichenko O.E. [Tekst] / XII Mezhdunar. nauch.-praktich. konf. «Aktual'nye problemy fizicheskoj kul'tury i sporta»: mat. – Cheboksary: Chuvashskij gosudarstvennyj pedagogicheskij universitet im. I.Ja. Jakovleva, 2022. – S. 122-129.
- 22 Bronskij E.V. Tehnologija vosstanovlenija tehniki «utrachennykh» dvigatel'nykh dejstvij v slozhno-koordinacionnykh vidah sporta / Vseros. nauch.-praktich. konf. «Sovremennye metody organizacii trenirovochnogo processa, ocenki funkcional'nogo sostojanija i vosstanovlenija sportsmenov»: mat. – Cheljabinsk: UralGUFK, 2017. – Tom 1. — S. 29-32.

- 23 Piljuk N.N. Programma sportivnoj podgotovki. Pryzhki na batute, sredstvo sovershenstvovanija special'noj fizicheskoj podgotovki junyh akrobatov / Trudy NII problem fizicheskoj kul'tury i sporta KGUFKST «Aktual'nye voprosy fizicheskoj kul'tury i sporta». – Krasnodar: KGUFKST, 2011. – T13. – S. 52-58.
- 24 Rubin V.S. Razdely teorii i metodiki fizicheskoj kul'tury: ucheb, posobie. – M.: Fizicheskaja kul'tura i sport, 2006. – 206 s.
- 25 Zagrevskij O.I. Formirovanie dvigatel'nyh dejstvij gimnastov na osnove sozdaniya predstavlenija o rabochih pozah v osnovnyh opornyh tochkah uprazhnenija //Vestnik Tomskogo gosudarstvennogo universiteta. – 2013. – №369. – S. 147-150.
- 26 Piljuk N.N. Programma sportivnoj podgotovki. Pryzhki na batute, akrobaticeskoi dorozhke i dvojnomoj minitrampe: tipovaja uchebno-trenirovochnaja programma sportivnoj podgotovki dlja detsko-junosheskih sportivnyh shkol (DJuSSh), specializirovannyh detsko-junosheskih shkol olimpijskogo rezerva (SDJuShOR) i shkol vysshego sportivnogo masterstva (ShVSM) /Pod obshh. red. N.V. Makarova i N.N. Piljuka. CSP Minsporta. – M.: Sovetskij sport. – 2012. – 112 s.
- 27 The Ultimate Mobile Video Coaching Platform. In lessons, at practice and remote. <https://www.onform.com/> (data obrashhenija 19.12.2023).
- 28 3D Trampoline on the App Store. <https://apps.apple.com/app/id6464057542> (data obrashhenija 19.12.2023).

<p><b>Хат-хабарларга арналган автор (бірінші автор)</b></p> <p>Бронский Евгений Васильевич – педагогика ғылымдарының кандидаты, Әлкей Марғұлан атындағы Павлодар педагогикалық университеті, Павлодар қ., Қазақстан. e-mail: <a href="mailto:Evena_salto@mail.ru">Evena_salto@mail.ru</a>, 77776003876. ORCID ID: <a href="https://orcid.org/0000-0002-5905-771X">https://orcid.org/0000-0002-5905-771X</a></p>	<p><b>Автор для корреспонденции (первый автор)</b></p> <p>Бронский Евгений Васильевич – кандидат педагогических наук, Павлодарский педагогический университет им. Әлкей Марғұлан, г. Павлодар, Казахстан. e-mail: <a href="mailto:Evena_salto@mail.ru">Evena_salto@mail.ru</a>, ORCID ID: <a href="https://orcid.org/0000-0002-5905-771X">https://orcid.org/0000-0002-5905-771X</a></p>	<p><b>The Author for Correspondence (The First Author)</b></p> <p>Bronskiy Evgeny Vasilyevich – Candidate of Pedagogical Sciences, Pavlodar Pedagogical University named after Alkey Margulan; Pavlodar, Kazakhstan. e-mail: <a href="mailto:Evena_salto@mail.ru">Evena_salto@mail.ru</a>, 77776003876. ORCID ID: <a href="https://orcid.org/0000-0002-5905-771X">https://orcid.org/0000-0002-5905-771X</a></p>
---	---	---

<sup>1</sup>Қуспанов Н.С.<sup>а</sup>, <sup>1</sup>Дошыбеков А.Б., <sup>2</sup>Ботагариєв Т.Ә, <sup>2</sup>Кубиева С.С.,  
<sup>3</sup>Рыскалиев С.Н.

<sup>1</sup>Қазақ спорт және туризм академиясы, Алматы қ., Қазақстан

<sup>2</sup> Қ. Жұбанов атындағы Ақтөбе өңірлік университеті, Ақтөбе қ., Қазақстан

<sup>3</sup> 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, Ботагариєв 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, Ryskaliyev 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 6B01401 – «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 казак күресінен жаттықтырушыларды дайындау мазмұнына ғылыми-әдістемелік негіздеме беру қажет.

**Зерттеудің өзектілігі.** Зерттеу Қазақстандағы дене шынықтыру және спорт бағытында жоғары оқу орындарында, атап айтқанда казак 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 (казак күресінің мысалында) және оны тәжірибе жүзінде негіздеу.

#### **Зерттеу міндеттері:**

Қазак күресі бойынша жаттықтырушыларды даярлауды жетілдіру бойынша теориялық сараптама жасау;

Қазак 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

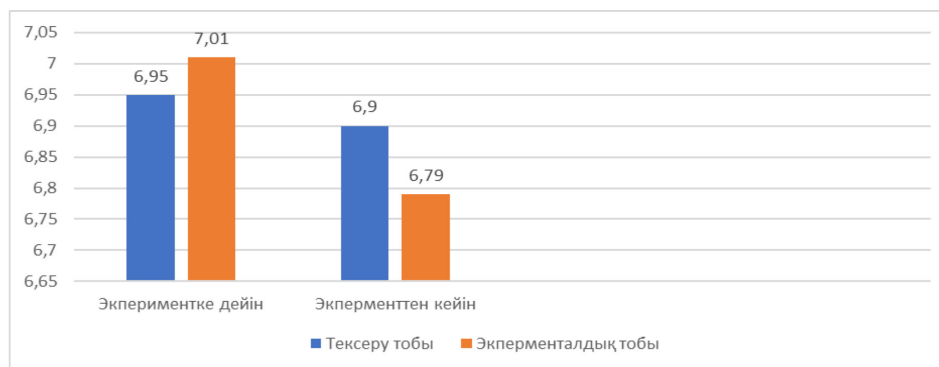
6,81 секундтан 6,80 секундқа дейін өсті.

«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).

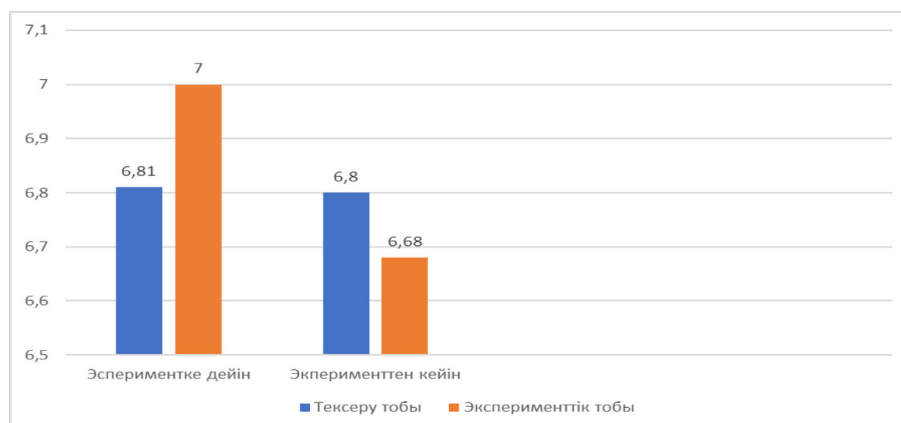


Сурет 1 - Педагогикалық эксперимент кезіндегі болашақ қазақ күресі жаттықтырушыларының дене дайындығы дәрежесінің динамикасы (өңгеріп лақтыру)

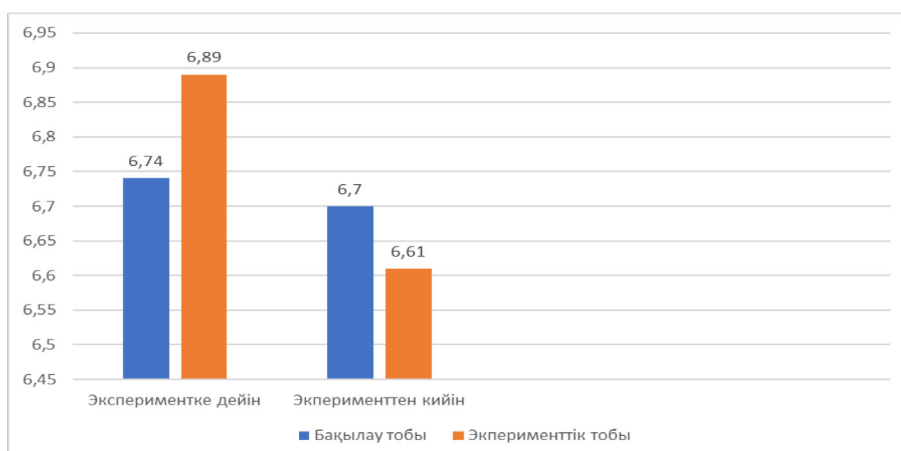
Эксперименттік топта екінші жүктеменің соңында 30 секундта жүрек соғу жиілігінде мәндер минутта 162,1-ден 171,5 соққыға дейін өсті (минутына 161,4-163,5 соққыға қарсы).

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. Пиккулева. – 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](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](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](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](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 Orynbeckyzy 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).

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



<sup>1</sup>Кулбаев А.Т.<sup>ORCID</sup>, <sup>2</sup>Шепетюк М.Н., <sup>1</sup>Тен А.В., <sup>1</sup>Бауржан М.Б., <sup>3</sup>Шепетюк Н.М.

<sup>1</sup>Академия физической культуры и массового спорта, г. Астана, Казахстан

<sup>2</sup>Казахская академия спорта и туризма, г. Алматы, Казахстан

<sup>3</sup>Казахский национальный университет им. аль-Фараби, г. Алматы, Казахстан

## СОДЕРЖАНИЕ ПЕРСОНИФИЦИРОВАННОГО ПОДХОДА К ТРЕНИРОВОЧНО-СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В КАЗАХ КУРЕС

Кулбаев Айбол Тиналович, Шепетюк Михаил Николаевич, Тен Алина Владимировна,  
Бауржан Мадина Бауржанқызы, Шепетюк Наталья Михайловна

**Содержание персонализированного подхода к тренировочно-соревновательной деятельности в казах курес**

**Аннотация.** Авторы обобщают проблемы организации индивидуальной подготовки спортсменов, специализирующихся в казах курес, обосновывают необходимость проведения обследований и исследований медико-биологической и педагогической направленности в рамках научно-методического обеспечения тренировочно-соревновательной деятельности для получения объективных данных о функционально-физическом состоянии спортсмена, уровне его физической подготовленности, реакции сердечно-сосудистой системы на тренировочные нагрузки различной мощности и направленности, посредством применения соответствующего портативного оборудования. Описываются апробированные методики оценки различных сторон подготовленности спортсменов, практически применимых в казах курес; представлены данные о нормативах физической подготовленности мужчин и женщин, занимающихся казах курес на уровне высшего спортивного мастерства. В статье представлен анализ вариативности оценок за технические действия спортсменов по казах курес в ходе их участия в соревнованиях республиканского масштаба.

**Ключевые слова:** казах курес, обследование, тестирование, нормативы, техническая подготовленность, индивидуальный стиль

Kulbaev Aibol Tinalovich, Shepetyuk Mikhail Nikolaevich, Ten Alina Vladimirovna, Baurzhan Madina Baurzhankyzy, Shepetyuk Natalia Mikhailovna

**The content of a personalized approach to training and competitive activities in Qazaq kuresi**

**Abstract.** The authors put under a general umbrella the organizational problems of individual training among athletes with majors in Qazaq kuresi, justify the need to conduct investigations and medical, biological and pedagogical research for the purpose of scientific and methodological support of training and competitive activities in order to obtain objective data on the functional and physical state of an athlete, the level of his or her physical condition, the reaction of the cardiovascular system to training loads of various muscular power and directions, by applying appropriate portable equipment; the pilot methods for assessing various aspects of athletes' physical condition, which are of practical use in Qazaq kuresi, are described; data on the standards of physical condition of men and women, who are involved in Qazaq kuresi at the level of the top sport mastery, are presented. The article displays an analysis of the assessment variability for the technical activities of Qazaq kuresi athletes during their participation in a republican sporting competition.

**Key words:** Qazaq kuresi, examination, testing, standards, technical preparedness, individual style.

Кулбаев Айбол Тиналович, Шепетюк Михаил Николаевич, Тен Алина Владимировна,  
Бауржан Мадина Бауржанқызы, Шепетюк Наталья Михайловна

**Қазақ күресіндегі жаттығу-жарыс қызметіне дербестендірілген тәсілдің мазмұны**

**Аңдатпа.** Авторлар қазақ күресінде маманданған спортшыларды жеке даярлау кезінде ұйымдастыру мәселелері қорытындыланды, сонымен қатар спортшының функционалдық-физикалық жай-күйін, оның дене дайындығының деңгейін, жүрек-қантамыр жүйесінің әртүрлі қуаттылықтағы жаттығу жүктемелеріне жауабы туралы объективті деректер алу үшін тиісті портативті жабдықты қолдану арқылы оқу-жарыс қызметін ғылыми-әдістемелік қамтамасыз ету шеңберінде медициналық-биологиялық және педагогикалық бағыттағы зерттеулер мен зерттеулер жүргізу қажеттілігін негізделінді; қазақ күресінде іс жүзінде қолданылатын спортшылардың дайындығының әртүрлі жақтарын бағалау кезінде сыналған әдістемелер сипатталған; қазақ күресімен жоғары спорт шеберлігі деңгейінде айналысатын ерлер мен әйелдердің дене дайындығы нормативтері туралы ұсынылған. Мақалада спортшылардың республикалық ауқымдағы жарысқа қатысуы барысында қазақ күресі бойынша техникалық іс-әрекеттері үшін бағалаудың вариативтілігін талдау ұсынылған.

**Түйін сөздер:** қазақ күресі, зерттеу, тестілеу, нормативтер, техникалық даярлық, жеке стиль.

**Введение.** В настоящее время в Республике Казахстан растет популярность национального вида борьбы казах курес, которая является историческим и культурным достоянием казахского народа, представляет собой результат формирования морально-волевых и физических качеств молодежи, с каждым годом расширяя географию своей популярности на международной арене. В 2016 году ЮНЕСКО включила казахскую борьбу в Репрезентативный список нематериального культурного наследия человечества. С 2010 года, после включения казах курес в Международную федерацию объединённых стилей борьбы (FILA), спортсмены по казах курес стали официально участвовать в соревнованиях на континентах Азии, Африки, Америки, Австралии, Европы. В более чем 40 странах мира функционируют Федерации по казах курес наряду с 20 региональными казахстанскими федерациями по казах курес, работающими под непосредственным руководством Ассоциации «Qazaq kuresi». За период с 2005 по 2024 годы успешно проведено 10 чемпионатов мира по казах курес, 12 чемпионатов Азии, 6 Кубков мира, 6 первенств Европы. Эти достижения подчеркивают необходимость совершенствования технико-тактической подготовки, функционально-физических показателей спортсменов и обновления подходов к планированию тренировочного и соревновательного процесса. Анализ научной и учебной литературы показывает недостаток источников, посвященных описанию средств и методов планирования и управления тренировочным процессом в национальной борьбе казах курес, особенно по сравнению с другими видами единоборств; полностью отсутствуют данные об организации научно-методического сопровождения в казах курес [1, 2]. Требуют дальнейшего изучения вопросы организации тренировочного процесса, в частности, подготовительного периода к соревнованиям со спортсменами по казах курес в сочетании с систематическими обследованиями медико-биологической и педагогической направленности [3, 4].

Сегодня в практике спортивной тренировки в различных видах единоборств и спорта в целом применяются различные средства и методы, позволяющие получать обширный объем данных о состоянии спортсмена, что дает возможность индивидуализировать тренировочные нагрузки, своевременно проводить восстановительные мероприятия, повышать спортивный результат.

В работе З. Наурина и соавторов, посвященной вопросам генетических тестов для персонализации спортивных тренировок, отмечается, что спортивные

результаты - это сложное многофакторное явление, определяемое такими внутренними факторами, как генетический полиморфизм, психомоторные навыки, физическая подготовка, на которые большое влияние оказывают внешние факторы, такие как диета, тренировки и состояние здоровья. При этом существуют определенные требования физиологических и психологических, а также биохимических и антропометрических качеств для формирования общего фенотипа работоспособности спортсмена, кодируемого наследственными генетическими признаками [5]. Синхронность работы сердечно-сосудистой системы и мышечного метаболизма, включающего транспортировку кислорода и его утилизацию мышцами в тренировочном процессе отмечают С. Кодама с соавторами [6].

Рядом ученых и специалистов отмечается, что показатели функционально-физического состояния спортсменов в видах единоборств дают возможность обоснованно применять средства и методы для индивидуализации тренировочных нагрузок, а также выстраивать план спортивной подготовки в целом, включая график спортивных соревнований [7-9].

В рамках планируемых исследований актуальна апробация методики персонализированного подхода к координации спортивной подготовки в казах курес, основанной на динамическом научно-методическом обеспечении. Медико-биологические и педагогические данные, полученные в ходе исследований, позволят обоснованно применять средства и методы управления тренировочным и соревновательным процессом, что может быть эффективно интегрировано для всех видов спортивной борьбы [10].

**Цель исследования** – определить и апробировать средства и методы научно-методического сопровождения тренировочного процесса спортсменов по казах курес с учетом персонифицированного подхода.

#### **Задачи исследования:**

- определить практически применимый комплекс педагогических и медико-биологических обследований спортсменов казах курес в ходе тренировочно-соревновательной деятельности;

- сформировать нормативные показатели физической подготовленности мужчин и женщин в казах курес;

- обосновать современные подходы к научно-методическому обеспечению спортивной подготовки в казах курес путем разработки практических рекомендаций по управлению тренировочным процессом, с учетом индивидуальных показателей спортсмена.

**Материалы и методы.** 1) анализ научной и методической литературы; 2) социологический опрос;

3) тестирование физической подготовленности; 4) биоимпедансный анализ состава тела спортсменов; 5) измерение показателей частоты сердечных сокращений в тренировочном процессе; 7) оценка технической подготовки спортсменов по казах курес в период соревновательной деятельности; 8) методы математической статистики.

Исследования проводились со спортсменами высокой квалификации, специализирующимися в казах курес, в период с октября 2023 года по май 2024 года, в ходе учебно-тренировочных сборов и соревнований в г. Астана (09-20.10.2023 г.; 17.12.2023 г.) и в г. Алматы (07-23.02.2024 г.; 13-16.05.2024 г.; 17-30.05.2024 г.). Когорта участников обследований была представлена квалифицированными спортсменами по казах курес: мастера спорта международного класса Республики Казахстан по казах курес – 13 чел., мастера спорта Республики Казахстан по казах курес – 29 чел., кандидаты в мастера спорта Республики Казахстан по казах курес – 22 чел.

Анкетирование спортсменов, занимающихся казах курес, проводилось с целью изучения их отношения к необходимости применения различных методик контроля за тренировочным процессом и соревновательной деятельностью для оценки их эффективности. В опросе приняли участие 50 спортсменов в возрасте от 17 до 35 лет, представляющих разные регионы Казахстана. Среди них 13 мастеров спорта международного класса, 29 мастеров спорта и 8 кандидатов в мастера спорта. Анкета состояла из 7 вопросов с предложением выбрать один из 4 возможных вариантов ответа. Анкетирование проводилось на первом этапе исследования во время учебно-тренировочных сборов в городах Астана и Алматы. Следует отметить, что количество респондентов, принявших участие в анкетировании, отличается от числа участников тестирования функционально-физической и технической подготовки, что связано с различиями в составе контингента на учебно-тренировочных сборах.

Для оценки физической подготовленности были отобраны тесты, позволяющие определить скоростные, скоростно-силовые, силовые возможности спортсменов казах курес с учетом плана подготовки в период учебно-тренировочного сбора и возможностей спортивной базы. Спортсмены выполнили следующие тесты: челночный бег 3x10 метров; прыжок в длину с места; динамометрия кисти (правой, левой); становая сила; наклон на гимнастической скамейке; сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях на скорость (мужчины – 10 раз, женщины – 5 раз); сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях (максимальное количество

раз); подтягивание на перекладине на скорость (мужчины – 5 раз; женщины – 3 раза); жим лежа, максимальный вес (кг); приседание со штангой, максимальный вес (кг); поднимание туловища из положения лежа на спине 10 раз (сек.); удержание угла в виси (сек.).

Оценка состава тела спортсменов проводилась посредством биоимпедансного анализа на оборудовании «Tanita» ежедневно в ходе учебно-тренировочных сборов в г. Астана (12 дней) и г. Алматы (14 и 12 дней). Показатели частоты сердечных сокращений в тренировочном процессе измерялись нагрудными пульсометрами «Polar H10» трижды в неделю в период учебно-тренировочных сборов.

Оценка уровня технической подготовки спортсменов, занимающихся казах курес, проводилась в период проведения турнира сильнейших борцов «Дала қырандары» 17 декабря 2023 г., а также в ходе Республиканского турнира по казах курес 13-16 мая 2024 г. Всего было проанализировано 56 соревновательных встреч. Фиксирование вариативности технико-тактических действий проводилось по методике Е.М. Чумакова, адаптированной М.Н. Шепетюком к современному арсеналу приемов в видах спортивной борьбы [11].

**Результаты.** Педагогическое тестирование и контроль являются важной составляющей системы обеспечения спортивной деятельности. Они охватывают широкий спектр задач, включая мониторинг физического развития и подготовленности, оценку двигательных умений и навыков (технико-тактического мастерства), определение функциональных возможностей и специальной работоспособности, а также анализ результативности и эффективности соревновательной деятельности [12].

Перед началом проведения тестирований и измерений исследовательская группа изучила мнение спортсменов и спортсменок по казах курес о значимости комплексного контроля тренировочно-соревновательной деятельности. Результаты анкетного опроса показали, что 90% респондентов поддерживают необходимость регулярного проведения комплексного контроля. Однако 10% респондентов затруднились с положительным ответом, отмечая, что предлагаемый формат контроля может затруднять тренировочный процесс. К основным причинам такого мнения относятся частые тестирования и обследования, проводимые вне спортивного зала (например, медико-биологические обследования), а также негативное отношение к инвазивным методам диагностики.

Тестирование как форма педагогического контроля продолжает активно развиваться. Это

проявляется в появлении новых тестов и методик, направленных на выявление и учет специфических особенностей различных видов спорта. Однако использование как существующих, так и новых тестов сталкивается с рядом теоретических и методических проблем, включая отсутствие стандартизированных норм [7, с. 4].

В нашей работе мы использовали общедоступные виды нормативов по определению уровня физической подготовленности, широко применяемых в видах спортивной борьбы.

**Обсуждение.** В ходе обобщения результатов тестирования физической подготовленности спортсменов и спортсменок высокой квалификации, занимающихся казах курес, нами были составлены нормативы физической подготовленности, дифференцированные по весовым категориям.

Эти данные представлены в таблицах 1 и 2. На основе анализа полученных результатов тренерскому коллективу была предоставлена подробная информация об уровне развития физических качеств всех участников тестирования. Проведена оценка физической подготовленности спортсменов, что позволило выявить сильные и слабые стороны в развитии ведущих физических качеств. В результате были разработаны рекомендации по корректировке содержания тренировочного процесса. Они направлены на устранение выявленных недостатков, а также на повышение уровня развития ключевых физических качеств спортсменов. Результаты проведенного тестирования будут учтены при разработке модельных характеристик физической подготовленности мужчин и женщин, занимающихся казах курес, с учетом весовых категорий.

Таблица 1 – Нормативы по физической подготовленности спортсменов по казах курес (мужчины), n = 43

Норматив		Весовая категория, кг							
		55	60	66	74	82	90	100	+100
1	Челночный бег 3x10м., сек.	7.00	7.00	7.1	7.2	7.2	7.3	7.3	7.5
2	Прыжок в длину с места, см	240	250	250	250	245	245	240	230
3	Динамометрия правой кисти, кг	43	52	55	58	60	63	65	68
		43	52	55	58	60	63	65	68
4	Становая сила, кг	150	155	155	160	170	175	175	190
5	Наклон на гимнастической скамейке, см	18	18	18	16	16	16	14	10
6	Сгибание и разгибание рук на брусьях 10 раз, сек.	5.0	5.0	5.0	5.5	5.5	6.0	6.5	7.0
7	Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях, к. р.	50	50	50	55	55	50	50	45
8	Подтягивание 5 раз на перекладине, сек.	5.0	5.0	4.7	4.7	4.7	5.0	5.2	5.5
9	Подтягивание на перекладине, к.р.	40	40	35	35	35	35	30	25
10	Жим лежа, максимальный вес, кг	80	90	95	95	100	105	115	130
11	Приседание со штангой (с максимальным весом), кг	120	120	125	130	130	135	145	160
12	Удержание угла в висе, сек.	35	35	40	50	50	45	45	35
13	Поднимание туловища из положения лежа на спине, 10 раз, сек.	7.0	7.0	7.3	7.3	7.3	7.5	7.5	8.5

*Примечание: к.р. – количество раз; сек. – секунд; см – сантиметр; кг – килограмм; м – метров*



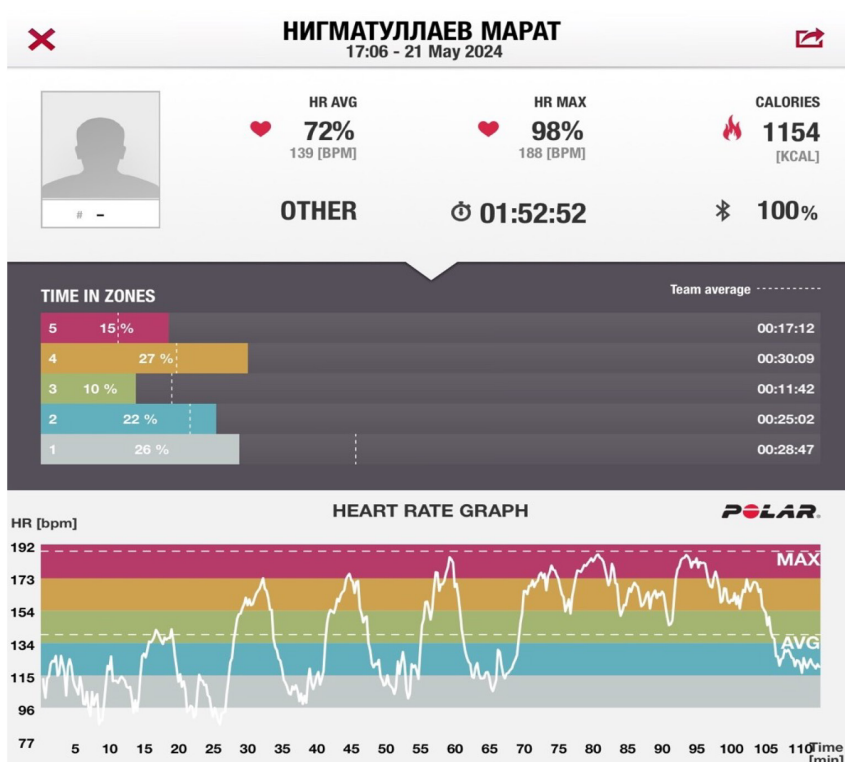


Рисунок 1 – Пример результатов тестирования по методике Полар

С помощью кардиопередатчиков был определен диапазон максимальной часовой мощности в рамках 20-минутного теста и на основе полученной пороговой мощности (FTP) были выявлены все 5 зон мощности [16]. По завершению тренировочного занятия специализированная программа POLAR TEAM в цифровом режиме фиксирует общую таблицу показателей ЧСС по каждому спортсмену и количество килокалорий, затраченных спортсменом в ходе 1 тренировки, а также время работы в различных пульсовых зонах: 1-очень легкая (104-114 уд./мин); 2-лёгкая (114-133 уд./мин); 3-средняя (133-152 уд./мин); 4-тяжелая (152-171 уд./мин); 5-максимальная (171-190 уд./мин). На отдельном рисунке в программе POLAR TEAM фиксируются индивидуальные показатели ЧСС каждого спортсмена во время всего тренировочного занятия. Содержание тренировочного процесса фиксировалось в протоколе с указанием времени выполнения каждого задания и интервалов отдыха. В ходе контроля зарегистрирована интенсивность физических нагрузок в тренировочных занятиях различного содержания.

Данные, полученные в рамках применения кардиодатчиков «Polar H10» были представлены тренерам национальной сборной команды Республики Казахстан по казах курес и позволили обсудить

следующие показатели:

- индивидуальные показатели периода и уровня восстановления спортсменов в ходе выполнения тренировочной нагрузки;
- соотношение между максимальным показателем ЧСС (рассчитан программой на основе антропометрических данных спортсмена) и динамикой ЧСС в ходе всех тренировки;
- периоды нахождения спортсмена в каждой из 5 зон функционально-физической мощности при выполнении тренировочных заданий (выкладывается ли спортсмен максимально или нет);
- функциональное состояние сердечно-сосудистой системы, готовность спортсмена к выполнению тренировочных заданий.

По мнению тренерского штаба национальной сборной команды Республики Казахстан по казах курес и самих спортсменов, принимавших участие в измерениях, данное оборудование удобно к применению в казах курес в тренировочном процессе и дает возможность наглядно отслеживать показатели частоты сердечных сокращений в ходе выполнения нагрузки и период восстановления, так как в практике видов спортивной борьбы традиционно применяется методика измерения ЧСС пальпаторно, что может иметь погрешности в показателях.

Функциональное состояние спортсмена лабильно/неустойчиво, динамически изменяется и зависит от многих факторов: тренировочная нагрузка, повседневная активность, физиологические особенности, метаболизм, циркадные ритмы, а также индивидуальные особенности вегетативной нервной системы, качество и продолжительность сна, бытовые стрессовые факторы, атмосферные влияния (t, P, h). Для проведения оценки функциональных возможностей спортсменов, на основе показателей кардиодатчика «Polar H10» и формирования рекомендаций по внесению обоснованных корректировок в план тренировочного процесса, необходимо более обширное изучение параметров в динамике, что проводится исследовательской группой по настоящее время.

Наряду с функционально-физическими показателями в видах спортивной борьбы, одним из важнейших элементов тренировочной деятельности спортсменов является контроль за технико-тактической подготовкой в условиях соревнований, что также, безусловно, относится к спектру задач научно-методического обеспечения тренировочного и соревновательного процессов. Согласно календарному плану реализации научного проекта, члены исследовательской группы провели

анализ технической подготовленности участников турнира сильнейших спортсменов по казах курес «Дала қырандары» и Кубка Республики Казахстан, которые входят в состав национальной сборной команды Республики Казахстан по казах курес.

Турнир сильнейших спортсменов по казах курес, который состоялся в г. Астане 17 декабря 2023 года, проводился среди 8 лучших спортсменов в восьми весовых категориях (55, 60, 66, 74, 82, 90, 100, +100).

Соревнования проводились по олимпийской системе без утешительных встреч с участием 64 спортсменов из различных регионов Казахстана. Анализ технической подготовленности был проведен по видеозаписям соревновательных встреч (56 встреч) после регистрации всех действий, оцененных судьями.

Анализ технической подготовленности показал, что наибольшее количество оценок было дано за броски через бедро 14 (в весе до 66 кг 5 раз, в весе до 90 кг 4 раза) 13 раз были оценены броски прогибом (в весе до 82 кг 5 раз) и выведение из равновесия (100 кг 3 раза), броски подхватом передней и задней подножкой по 4 раза. Эффективный бросок «обвивом» на этих соревнованиях не был применен (таблица 3).

Таблица 3 – Вариативность оценок за технические действия (17.12.2024 г., г. Астана)

Весовая категория, кг	Техническое действие									всего
	Бросок через бедро	Бросок через спину	Бросок передней подножкой	Бросок задней подножкой	Бросок подсежкой	Бросок зацепом	Бросок подхватом	Бросок прогибом	Бросок выведение из равновесия	
55	1	-	1	1	-	-	2	1	2	8
60	1	1	2	-	2	3	1	1	1	12
66	5	-	-	-	1	-	-	1	1	8
74	1	-	-	1	2	1	-	1	1	7
82	1	-	-	2	-	3	2	5	-	13
90	4	1	-	-	1	2	2	-	2	12
100	1	2	-	-	-	2	-	2	3	10
+100	-	1	1	-	-	1	1	2	2	8
$\Sigma$	<b>14</b>	<b>5</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	<b>12</b>	<b>8</b>	<b>13</b>	<b>12</b>	<b>78</b>
x	<b>2</b>	<b>0,6</b>	<b>1,3</b>	<b>1,3</b>	<b>1,5</b>	<b>2,0</b>	<b>1,6</b>	<b>1,9</b>	<b>1,7</b>	<b>9,8</b>
S	<b>1,7</b>	<b>0,7</b>	<b>0,6</b>	<b>0,6</b>	<b>0,6</b>	<b>0,9</b>	<b>0,5</b>	<b>1,5</b>	<b>0,8</b>	<b>2,3</b>

Исследуя применение технических действий в течении встречи, мы пришли к заключению, что наибольшее количество приемов было оценено в конце встречи: 6 мин – 18 раз; 5 мин – 16 раз; 2 мин – 15 раз; 3 мин – 12 раз;

1 и 4 минуты – 10 раз. Полученные результаты позволяют нам говорить о жесткой конкуренции равных партнеров и их хорошей функциональной подготовленности к этому турниру (таблица 4).

Таблица 4 – Количество оцененных технических действий по минутам (17.12.2024 г., г. Астана)

Весовая категория, кг	Время встречи, мин						Всего
	1	2	3	4	5	6 (белдесу)	
55	4	-	-	2	-	2	8
60	2	4	2	1	3	-	12
66	-	1	1	-	2	4	8
74	-	3	1	-	-	3	7
82	-	2	2	3	5	1	13
90	2	2	3	1	2	2	12
100	1	2	2	1	3	1	10
+100	1	1	1	2	1	2	8
$\Sigma$	<b>10</b>	<b>15</b>	<b>12</b>	<b>10</b>	<b>16</b>	<b>18</b>	<b>78</b>
x	<b>1,8</b>	<b>2,1</b>	<b>1,9</b>	<b>2,0</b>	<b>2,7</b>	<b>2,1</b>	<b>9,8</b>
S	<b>1,2</b>	<b>1,0</b>	<b>0,8</b>	<b>1,2</b>	<b>1,4</b>	<b>1,1</b>	<b>2,3</b>

**Заключение.** На основании данных результатов проведенных исследований можно утверждать, что:

- наиболее значимыми разделами комплексного контроля спортсмены по казах курес считают медико-биологический и психологический, в связи с редким применением этих разделов в практике спортивной деятельности по казах курес, что подтверждает необходимость обеспечения национальных сборных команд специалистами по спортивной психологии и проведения систематических медико-биологических обследований, данные которых будут в доступной форме интерпретированы для тренерских коллективов;

- апробированные методики по оценке общей физической подготовленности, уровня технической подготовленности, а также применение приборов по оценке функционально-физических показателей в ходе тренировочной деятельности, таких как анализатор состава тела «Танита», кардиодатчики «Polar H10», информативны и практически применимы в казах курес в ходе тренировочно-соревновательной деятельности и доступны для интерпретации данных тренерским коллективам и спортсменам;

- объективный и систематический анализ соревновательной деятельности спортсменов,

- особенно ведущих, позволит оперативно оценивать состояние технико-тактической подготовки и более эффективно совершенствовать индивидуальное мастерство спортсменов;

- для получения объективных данных об уровне физической подготовленности спортсменов, специализирующихся в казах курес, необходимо систематически проводить измерение антропометрических данных; тестирование уровня общей и специальной физической подготовленности. Регулярное проведение вышеперечисленных обследований, позволит вносить своевременные коррективы в программу подготовки;

- педагогические методики контроля с персонифицированным подходом в казах курес будут востребованы при внедрении новых разработок оценки результатов тренировочного процесса и соревновательных действий в практику подготовки спортсменов высокой квалификации для получения оперативной и объективной информации о состоянии организма и эффективности проделанной работы;

Проведенный ряд исследований позволил решить поставленные задачи, достигнув поставленную цель исследования в данной научной статье.



**Информация о финансировании.** Статья выполнена в рамках проекта грантового финансирования по научным и (или) научно-техническим проектам на 2023-2025 годы Министерства науки и

высшего образования Республики Казахстан (ИРН AP19678269) «Научно-методическое обеспечение тренировочного процесса спортсменов казах курес с применением персонифицированного подхода».

## Список литературы

- 1 Постановление Правительства Республики Казахстан от 28 марта 2023 года №251 «Об утверждении Концепции развития физической культуры и спорта Республики Казахстан на 2023–2029 годы». <https://adilet.zan.kz/rus/docs/P2300000251> (дата обращения: 04.09.2023).
- 2 Ескерткіш орната бергеннен гөрі, спорт нысандарын салған жөн. - Текст: электронный // Egemen.kz: [сайт]. – URL: <https://egemen.kz/article/327592-eskertish-ornata-bergennen-gori-sport-nysandaryn-salghan-dgon-%E2%80%93prezident> (дата обращения: 20.09.2023).
- 3 Зубкова А.В., Абалян А.Г., Долматова Т.В., Фомиченко Т.Г., Шестаков М.П. Зарубежный опыт организации научно-методического обеспечения спортсменов высокой квалификации // Теория и практика физической культуры. – 2021. – №1. – С. 76-78.
- 4 Брюсов Г.П., Крючков А.С., Хоронюк С.Л., Шиян В.В. Научно-методическое обеспечение подготовки спортсменов сборных команд России: вчера, сегодня, завтра // Теория и практика физической культуры. – 2023. – №6. – С. 12-14.
- 5 Naureen Z., Perrone M., Paolacci S., Enrico Maltese P., Dhuli K., Kurti D., Dautaj A., Miotto R., Casadei A., Fioretti B., Beccari T., Romeo F., Bertelli M. Genetic test for the personalization of sport training // Acta Biomed. – 2020. - Vol. 91 (13-S): e2020012. DOI: 10.23750/abm.v91i13-S.10593.
- 6 Kodama S., Saito K., Tanaka S., et al. Cardiorespiratory fitness as a quantitative predictor of all-cause mortality and Genetic test for the personalization of sport training 11 cardiovascular events in healthy men and women: a meta-analysis // JAMA. – 2009. – №301 (19). – pp. 2024–2035 DOI: 10.1001/jama.2009.681.
- 7 Верхошанский И. Основы специальной силовой подготовки в спорте. – М: Сов. спорт, 2013. – 216 с.
- 8 Karminčić, H., Tocilj, Z., Uljević, O., Erceg, M. Lactate profile during Greco-Roman wrestling match // Journal of Sports Science and Medicine. – 2015. – №8. - pp. 17–19.
- 9 Sybil M.G., Pervachuk R.V., Trach V.M. Personalization of freestyle wrestlers' training process by influence the anaerobic systems of energy supply // Journal of Physical Education and Sport (JPES). - 2015. - №15 (2). – Art 35. - pp. 225-228. DOI:10.7752/jpes.2015.02035.
- 10 Шепетюк М.Н., Мырзабасынов Е.К., Тен А.В., Мырзаев М.О., Туебаева Л.Т. Проблемы и перспективы научно-методического обеспечения тренировочного процесса спортсменов казах курес в Казахстане // Теория и методика физической культуры. – 2023. –№4(74). – С. 138-144.
- 11 Шепетюк М.Н. // Теория и методика спортивной борьбы: учебное пособие. – Изд. 2-е. – Алматы. - 2020. – 362 с.
- 12 Андрущишин И.Ф. Тестирование и контроль в подготовке спортсменов: методические рекомендации. – Алматы, 2011. – 30 с.
- 13 Профессиональный электронный анализатор состава тела Tanita MC-780 MAP (со штативом). <https://tanita-ua.com/item/professionalnyie-elektronnyiy-analizator-sostava-tela-tanita-mc-780-map-so-shtativom-7398> (дата обращения 20.10.2024).
- 14 Карпенко Л.А., Румба О.Г. Теория и методика физической подготовки в художественной и эстетической гимнастике: учебное пособие. – Москва: Советский спорт, 2014. – 264 с.
- 15 Henriksen A., Johansson J., Hartvigsen G., Grimsgaard S., Hopstock L. Measuring Physical Activity Using Triaxial Wrist Worn Polar Activity Trackers: A Systematic Review // International Journal of Exercise Science. – 2020. – №13(4). – pp. 438-454.
- 16 Петухов Р.Н. Применение современных устройств мониторинга состояния спортсменов в подготовке велогонщиков-любителей // Молодой ученый. – 2016. – № 15 (119). – С. 425-427. URL: <https://moluch.ru/archive/119/32967/>.

## References

- 1 Postanovlenie Pravitel'stva Respubliki Kazahstan ot 28 marta 2023 goda №251 «Ob utverzhenii Konceptii razvitiya fizicheskoy kul'tury i sporta Respubliki Kazahstan na 2023–2029 gody». <https://adilet.zan.kz/rus/docs/P2300000251> (data obrashhenija: 04.09.2023).
- 2 Eskertkish ornata bergennen geri, sport nysandaryn salghan zhen. - Tekst: jelektronnyj // Egemen.kz: [sajt]. – URL: <https://egemen.kz/article/327592-eskertish-ornata-bergennen-gori-sport-nysandaryn-salghan-dgon-%E2%80%93prezident> (data obrashhenija: 20.09.2023).
- 3 Zubkova A.V., Abaljan A.G., Dolmatova T.V., Fomichenko T.G., Shestakov M.P. Zarubezhnyj opyt organizacii nauchno-metodicheskogo obespechenija sportsmenov vysokoj kvalifikacii // Teorija i praktika fizicheskoy kul'tury. – 2021. – №1. – S. 76-78.
- 4 Brjusov G.P., Krjuchkov A.S., Horonjuk S.L., Shijan V.V. Nauchno-metodicheskoe obespechenie podgotovki sportsmenov sbornyh komand Rossii: vchera, segodnja, zavtra // Teorija i praktika fizicheskoy kul'tury. – 2023. – №6. – S. 12-14.
- 5 Naureen Z., Perrone M., Paolacci S., Enrico Maltese P., Dhuli K., Kurti D., Dautaj A., Miotto R., Casadei A., Fioretti B., Beccari T., Romeo F., Bertelli M. Genetic test for the personalization of sport training // Acta Biomed. – 2020. - Vol. 91 (13-S): e2020012. DOI: 10.23750/abm.v91i13-S.10593.
- 6 Kodama S., Saito K., Tanaka S., et al. Cardiorespiratory fitness as a quantitative predictor of all-cause mortality and Genetic test for the personalization of sport training 11 cardiovascular events in healthy men and women: a meta-analysis // JAMA. – 2009. – №301 (19). – pp. 2024–2035 DOI: 10.1001/jama.2009.681.

- 7 Verhoshanskij I. Osnovy special'noj silovoj podgotovki v sporte. – M: Sov. sport, 2013. – 216 s.
- 8 Karminčić, H., Tocilj, Z., Uljević, O., Erceg, M. Lactate profile during Greco-Roman wrestling match // Journal of Sports Science and Medicine. – 2015. – №8. - pp. 17–19.
- 9 Sybil M.G., Pervachuk R.V., Trach V.M. Personalization of freestyle wrestlers' training process by influence the anaerobic systems of energy supply // Journal of Physical Education and Sport (JPES). - 2015. - №15 (2). – Art 35. - pp. 225-228. DOI:10.7752/jpes.2015.02035.
- 10 Shepetjuk M.N., Myrzabosynov E.K., Ten A.V., Myrzaev M.O., Tuebaeva L.T. Problemy i perspektivy nauchno-metodicheskogo obespechenija trenirovochnogo processa sportsmenov kazah kures v Kazahstane // Teorija i metodika fizicheskoj kul'tury. – 2023. –№4(74). – S. 138-144.
- 11 Shepejuk M.N. // Teorija i metodika sportivnoj bor'by: uchebnoe posobie. – Izd. 2-e. – Almaty. - 2020. – 362 s.
- 12 Andrushhishin I.F. Testirovanie i kontrol' v podgotovke sportsmenov: metodicheskie rekomendacii. – Almaty, 2011. – 30 s.
- 13 Professional'nyj jelektronnyj analizator sostava tela Tanita MC-780 MAP (so shtativom). <https://tanita-ua.com/item/professionalnye-elektronnyy-analizator-sostava-tela-tanita-mc-780-map-so-shtativom-7398> (data obrashhenija 20.10.2024).
- 14 Karpenko L.A., Rumba O.G. Teorija i metodika fizicheskoj podgotovki v hudozhestvennoj i jesteticheskoj gimnastike: uchebnoe posobie. – Moskva: Sovetskij sport, 2014. – 264 s.
- 15 Henriksen A., Johansson J., Hartvigsen G., Grimsgaard S., Hopstock L. Measuring Physical Activity Using Triaxial Wrist Worn Polar Activity Trackers: A Systematic Review // International Journal of Exercise Science. – 2020. – №13(4). – pp. 438-454.
- 16 Petuhov R.N. Primenenie sovremennyh ustrojstv monitoringa sostojanija sportsmenov v podgotovke velogonshhikov-ljubitelej // Molodoj uchenyj. – 2016. – № 15 (119). – S. 425-427. URL: <https://moluch.ru/archive/119/32967/>.

<p><b>Хат-хабарларга арналган автор (бірінші автор)</b></p> <p>Кулбаев Айбол Тиналович - PhD, қауымдастырылған профессор, Дене шынықтыру және бұқаралық спорт академиясы, Астана қ., Қазақстан, e-mail: <a href="mailto:shirganak_aibol@mail.ru">shirganak_aibol@mail.ru</a>, ORCID ID: <a href="https://orcid.org/0000-0001-8239-0599">https://orcid.org/0000-0001-8239-0599</a></p>	<p><b>Автор для корреспонденции (первый автор)</b></p> <p>Кулбаев Айбол Тиналович - PhD, ассоциированный профессор, Академия физической культуры и массового спорта, г. Астана, Казахстан, e-mail: <a href="mailto:shirganak_aibol@mail.ru">shirganak_aibol@mail.ru</a>, ORCID ID: <a href="https://orcid.org/0000-0001-8239-0599">https://orcid.org/0000-0001-8239-0599</a></p>	<p><b>The Author for Correspondence (The First Author)</b></p> <p>Kulbayev Aibol Tinalovich - PhD, Associate Professor, Academy of Physical Education and Mass Sports, Astana, Kazakhstan, e-mail: <a href="mailto:shirganak_aibol@mail.ru">shirganak_aibol@mail.ru</a>, ORCID ID: <a href="https://orcid.org/0000-0001-8239-0599">https://orcid.org/0000-0001-8239-0599</a></p>
---	--	--

<sup>1</sup>Sautov R.T.<sup>a</sup>, <sup>2</sup>Tyshchenko V.A.

<sup>1</sup>Kazakh Academy of Sport and Tourism, Almaty, Kazakhstan

<sup>2</sup>Zaporizhzhia National University, Zaporizhzhia, Ukraine

## CHANGE OF PHYSICAL FITNESS INDICATORS OF SOCCER PLAYERS AT THE STAGE OF PRELIMINARY BASIC TRAINING

Sautov Rakhmet Tyulimbayevich, Tyshchenko Valeria Alekseevna

### Change of physical fitness indicators of soccer players at the stage of preliminary basic training

**Abstract.** The article presents the research materials confirming the features of the influence of the process of stage-by-stage training of football technique and tactics elements on the dynamics of physical fitness indicators of football team players. The results of the study showed that the conjugate impact technique contributes to a greater extent to improving physical fitness indicators, which are the basic basis for the development of basic and special physical qualities that are most important in football. It was found that the results of the subjects of the first experimental group exceeded the results of the subjects of the second experimental-control group in the following indicators: speed, agility, speed strength, flexibility, abdominal strength. The accuracy of the increased indicators of the first experimental group was noticeable by the end of the third and fourth stages of training, during the period of time when a smooth transition from visible stabilization of motor skills to their further improvement is carried out, but already in a competitive game. Differences in changes in the indicators of the experimental and experimental-control groups of subjects according to such indicators as general endurance and wrist flexor strength were insignificant at all main stages of training.

**Key words:** soccer, general preparatory period of training, technique and tactics of the game, physical qualities, conjugate method.

Саутов Рахмет Тюлимбаевич, Тищенко Валерия Алексеевна

### Футболшылардың алдын ала базалық даярлық кезеңіндегі дене даярлығы көрсеткіштерінің өзгеруі

**Аңдатпа.** Мақалада футбол ойынының техникасы мен тактикасының элементтерін кезең-кезеңімен үйрету процесіндегі футбол командасындағы жаңадан бастап жатқан ойыншыларының дене даярлығы көрсеткіштерінің динамикасына әсерінің ерекшеліктерін растайтын зерттеу материалдары келтірілген. Зерттеу нәтижелері ойын техникасы мен тактикасының негізгі элементтерін үйретуде қолданылатын біріктірілген әсер ету әдісінің мағыналы негіздері футбол сияқты спорттық ойынның ең маңызды негізгі және арнайы дене қасиеттерін дамытудың негізі болып табылатын және дене даярлық көрсеткіштерін арттыруға көбірек ықпал ететінін көрсетті. Атап айтқанда, бірінші тәжірибелік-эксперименттік топтың субъектілерінің нәтижелері шапшаңдық, ептілік, шапшаңдық күші, икемділік, құрсақ тығыршығы сияқты көрсеткіштер бойынша екінші тәжірибелік-бақылау тобының субъектілеріне қарағанда жоғары екендігі анықталды. Бұл ретте бірінші тәжірибелік топтың көрсеткіштерінің мұндай өсуінің дұрыстығы үйретудің үшінші және төртінші кезеңдерінің соңына қарай ерекше байқалады; яғни жарыс ойыны кезіндегі уақыт аралығында қозғалыс дағдылары көрінетін тұрақтандырудан оларды одан ері жетілдіруге тегіс көшу жүзеге асырылады. Үйретудің барлық негізгі кезеңдерінде жалпы төзімділік пен қол иілгіш күштері сияқты көрсеткіштер бойынша субъектілердің тәжірибелік-эксперименттік және тәжірибелік-бақылау топтарының көрсеткіштерінің өзгеруіндегі айырмашылықтар шамалы болды.

**Түйін сөздер:** футбол, жалпы дайындық кезеңі, ойын техникасы мен тактикасы, дене қасиеттері, біріктірілген әдіс.

Саутов Рахмет Тюлимбаевич, Тищенко Валерия Алексеевна

### Изменения показателей физической подготовленности футболистов на этапе предварительной базовой подготовки

**Аннотация.** В статье представлены материалы исследования, подтверждающие особенности влияния процесса поэтапного обучения элементам техники и тактики игры в футбол на динамику показателей физической подготовленности начинающих игроков футбольной команды. Результаты исследования показали, что содержательные основы методики сопряженного воздействия, использованной при обучении основным элементам техники и тактики игры, в большей мере способствуют повышению показателей физической подготовленности, которые являются базовой основой развития как основных, так и специальных физических качеств, наиболее важных в таком игровом виде спорта, как футбол. В частности, было выявлено, что результаты испытуемых первой

опытно-экспериментальной группы оказались выше, чем у испытуемых второй опытно-контрольной группы, такие как быстрота, ловкость, скоростная сила, гибкость, сила брюшного пресса. При этом достоверность такого повышения показателей первой опытной группы особенно заметно к концу третьего и четвертого этапов обучения, то есть в тот промежуток времени, когда осуществляется плавный переход от видимой стабилизации двигательных навыков к дальнейшему их совершенствованию, но уже в соревновательной игре. Различия в изменении показателей опытно-экспериментальной и опытно-контрольной групп испытуемых по данным таких показателей, как общая выносливость и силы сгибателей рук, были незначительны на протяжении всех основных этапов обучения.

**Ключевые слова:** футбол, общий подготовительный период тренировок, техника и тактика игры, физические качества, сопряженный метод.

**Introduction.** In the conditions of teaching certain physical exercises at the initial stage of sports training, especially in the desire to master and consolidate the technical side of this or that type of competitive exercises, the effectiveness of the influence of the methodological order of training is assessed by the external, aesthetic appeal of practising this or that type of selected sport. It means quite visible changes in external, anatomical signs of physical development of the body [1-3]. This is in the first place; in the second place, the objective side of the “effectiveness” of such development is evaluated. And this efficiency, in itself, is perceived by others as physical fitness, i.e. in the form of “visible ability” of a pupil to further master more complex motor actions [4-7]. For this reason, progressive changes in the indicators of physical fitness and physical development, should initially be felt by the student himself; and not only in relation to the somatic signs of the body, but also “deposited” in his thinking as significant successes in the dynamics of mastering the desired exercises; of course, if there is a motivated content of the training process [8-11]. For only on the basis of such “feeling” is possible further successful development of such special physical qualities as speed, agility, endurance [12-14].

**The aim of the study is** to research the dynamics of physical fitness indicators of novice soccer players of the team during the period of step-by-step training in soccer skills.

#### **Study objectives:**

- to compare the features of changes in the indicators of physical preparedness of novice soccer players at different stages of the general preparatory period of training in a comparative study of the effectiveness of the use of two types of methods of teaching skills in soccer - the method of conjugate influence and traditional (separate) teaching methods;

- substantiate the need for in-depth training of the basic elements of technique and tactics of this sports game, in particular, didactic significance of education of the main physical qualities of the students in the conditions of application of the method of conjugate influence.

**Materials and methods.** The players of the KIFS (Kazast International Football School) soccer school

took part in the training experiment. Two experienced groups of subjects, future players of the soccer team with a total of 46 people, were recruited from among the 50 who were engaged in the random sampling method.

The experiment involved young male soccer players aged 12 to 14 years old studying at the KIFS soccer school located in Almaty, Kazakhstan. The study was conducted over a six-month period, from January to June 2024, and included four training stages. Each stage lasted six weeks, which ensured a gradual development and assessment of physical fitness indicators.

In the first experimental group, numbering 24 soccer players, the trainings were conducted on the basis of using the method of conjugate influence in the technology of training, contributing to the successful solution of such pedagogical tasks as:

- 1) to provide a unified interaction of physical training with nominal technical and tactical training; that is, in the training of novice soccer players the following sequence of types of training was determined: a) combining types of physical and tactical training; b) combining types of physical, technical and tactical training (through the rational planning of training, control and competitive games along the way at each stage of the training process);

- 2) to promote the development of special physical qualities against the background of the very process of studying and mastering, firstly, the technique of ball possession; secondly, in the process of mastering the techniques of group and individual tactical actions.

In the second, experimental-control group, numbering 22 soccer players, training was based on the use of standard, “separate” teaching methodology: the main attention was paid to mastering only individual elements of technique and tactics of the game, with the aim of holistic, correct execution of them: these elements with and without the ball were learned out of connection with the development of physical fitness indicators, and therefore out of connection with the development of basic and special physical qualities. Reproductive level of learning was motivated: by instruction, by example: to master first individual details, and then the whole

structure of each technical and tactical element and only typical ways of correcting errors.

In each of the indicated experimental groups, at the end of the first stage of training, and then dynamically - at the end of the second, third and fourth stages of the general preparatory period of training, the following control exercises were used in order to assess the state of the following motor qualities:

- speed qualities - running at a distance of 100 meters;
- agility (coordination of integral motor actions) - shuttle run;
- speed-strength - long jump from a place;
- arm flexor strength - pull-up in hanging on hands with a grip from above;
- general endurance - running at a distance of 3000 meters;
- strength of the abdominal press - exercise in pairs: lifting the torso from the starting position lying on the back with bent legs at the knees for 30 seconds;
- flexibility - mobility of the bone and ligament apparatus of the spinal column. Testing procedure: initial position - sitting on the floor, straightened legs separated by 30 cm; tilting the torso, reach forward folded hands of straightened arms as far from the legs as possible. Determination of the visual "density of inclination" of the torso to the legs: measuring the distance from the heels of the feet to the end of the bones of the fingers of the folded hands.

During the experiment, regular medical monitoring of the participants was conducted to monitor their

health. Medical monitoring included measuring heart rate and blood pressure, as well as general medical examinations before and after each stage. These measures ensured the safety of the participants and allowed for the timely detection of possible negative effects of training loads on their bodies.

**Results.** It is known that the basis of "physiological health" engaged in any sport is the consistency of such indicators as: physical development; physical fitness; readiness of physiological functions of the body to perform the available amount of physical activity [14]. The purpose of our study was to study and evaluate the dynamics of changes in physical fitness indicators of youth soccer team in the structure of stage-by-stage training of technique and tactics of the game, that is, in the conditions of initial formation, stabilization, consolidation, as well as at the stage of preliminary basic training of elements of technique and tactics of playing soccer.

When conducting a comparative analysis of the test results of the subjects of the first and second experimental control groups, which were obtained in the general preparatory period of their training, the following features were identified.

The results of the control test "100m run", reflecting the level of development of speed qualities, in both experimental groups of subjects during all three stages of training, did not differ significantly from each other: the running time in the first experimental group varied within  $13.2 \pm 0.36 - 13.8 \pm 0.41$  seconds, and in the second experimental group - within  $14.2 \pm 1.6 - 14.9 \pm 1.9$  seconds (table 1).

Table 1 - Changes in physical fitness indicators of novice soccer players of the soccer team at the stages of the general preparatory period of training

Indicators	Indicators of the first (I) and second (III) experimental groups ( $\bar{x} \pm m$ )							
	End of the first stage		End of the second stage		End of the third stage		End of the fourth stage	
	I n=24	II n=22	I n=24	II n=22	I n=24	II n=22	I n=24	II n=22
Running 100 m, s	13,8± 0,41	14,2± 1,6	14,6± 0,61	14,9± 1,9	13,2±0,14	14,8± 0,42	13,2±0,36*	14,9± 0,47
Shuttle run, s	8,9± 0,62	9,2± 0,78	8,4± 0,68	8,9± 0,15	7,8±0,12*	9,7± 0,11	7,6 ±0,11*	10,9± 0,14
Long jump from a place, cm	191,5± 2,15	186,2± ,51	192,6±1,95	189,4± 1,9	193,2±1,9*	182,5± 3,6	195,6±4,1*	180,5± 3,9
Strength (pull-up in hanging on hands, number)	7,0± 1,71	7,0± 1,22	6,0± 1,39	7,2± 1,41	8,8± 1,41	6,4± 1,27	8,9± 1,21	6,5± 0,86
Running 3000m, min: s	15:5± 0,8	16:6± 0,61	13:8± 0,18	14:4± 2,6	13:8± 0,5	14:2± 1,4	13:9± 0,63	14:4± 0,81

Abdominal press* (number)	14,6± 1,2	13,2± 1,64	14,2± 0,62	15,7± 1,26	16,8± 1,2*	13,5± 0,7	17,9± 0,8 *	13,2± 0,71
Flexibility**(cm)	8,9± 1,6	7,9± 0,9	8,7± 1,8	8,9± 1,12	8,6± 1,22	6,4± 0,16	9,8±0,56*	6, ±0,21
Note: * - abdominal press (test exercise in pairs): lifting the trunk from the starting position lying on the back with legs bent at the knees (number in 30 seconds); ** - flexibility - starting position sitting on the floor, legs straightened, feet separated by 30 cm: torso tilt to the legs, stretching straightened arms between the legs forward - distance from the heels to the end of the fingers of the folded hands. ♦ - differences between the indicators of the first experimental and the second experimental-control groups are statistically significant ( $P \leq 0, 05$ )								

By the end of the fourth stage of training, the running time for this distance, in the first experimental group fluctuated at the level of  $13.2 \pm 0.36$ , and in the second experimental group -  $14.9 \pm 0.47$  s. That is, in the first experimental group, at this stage of training, the indicators were higher than in the second group by almost 13% (table 1).

The results of the control test "shuttle run", which evaluates the level of agility development (coordination of integral motor actions), in the first experimental group of subjects were higher than in the second experimental group. It is especially noticeable on the data of the end of the third and fourth stages of training. In particular, by the end of the third stage of training the subjects of the first experimental group performed this test task on average for  $7.8 \pm 0.12$  s, and by the end of the fourth stage - for  $7.6 \pm 0.11$  s (Table 1). At the same time, against the background of the same stages of training, the results of the second experimental group were lower and averaged  $9.7 \pm 0.11$  and  $10.9 \pm 0.1$  s. This means that during the third and fourth stages of training the performance of the first experimental group remained higher than that of the second group by more than 24 - 43% (table 1).

The results of the control test "long jump from a place", evaluating the development of speed strength, both in the first and in the second experimental groups of subjects differed little from the beginning of the first to the end of the second stages of training; a significant difference in the results was observed by the end of the third and fourth stages of training; by the end of the third stage, this indicator of physical quality in the first experimental group on average reached the level of  $193.2 \pm 1.9$  cm, and in the second -  $182.5 \pm 3.6$  cm; by the end of the fourth stage of training in the first experimental group it reached the level of  $195.6$  cm. So the index of this physical quality in the first experimental group was significantly higher than in the second experimental group - by more than 5-7% (table 1).

In the control test "pull-up in hanging", evaluating the strength of arm flexors, there were no significant

differences between the results of the first and second experimental groups. In particular, the average number of pull-ups during all the main stages of training did not exceed: in the first experimental group -  $6.0 \pm 1.39$  and  $8.9 \pm 1.21$  times; in the second -  $6.4 \pm 1.27$  and  $7.2 \pm 1.41$  times (table 1).

According to the data of performing the control test "abdominal press", evaluating the functional essence of abdominal muscles, there were revealed non-significant differences between the results of the studied groups from the beginning of the first to the end of the second stage of training: the number of trunk lifts, during the mentioned stages, did not exceed: in the first experimental group -  $14.6 \pm 1.2$  and  $14.2 \pm 0.62$  times; in the second -  $13.2 \pm 1.64$  and  $15.7 \pm 1.26$  times. Significant differences were observed by the end of the third and fourth stages of training; in particular, by the end of the third stage of training, the subjects of the first experimental group performed this test exercise on average  $16.8 \pm 1.2$ , and by the end of the fourth stage -  $17.9 \pm 0.8$  times; the subjects of the second experimental group, at the same stages of training, performed the same task on average no more than  $13.5 \pm 0.70$  and  $13.2 \pm 0.71$  times (table 1).

The use of the author's method did not have a negative impact on the health of the participants, both in the first and second groups. The medical monitoring and analysis of health indicators confirmed the safety of the training methods used. Participants in both groups demonstrated stable physiological indicators corresponding to age and physical norms at all stages of the study.

**Discussions.** It is known that when teaching technical and tactical elements of a particular sports game, all the applied exercises are divided into several types [1, p. 2675]:

Training exercises, which include: a) general physical training exercises (GTP), designed for the development of basic physical qualities (quickness, agility, strength, endurance, flexibility); b) special physical training exercises (SPT), designed for the

development of special physical qualities; c) specially - preparatory; d) underwater exercises.

The main means of physical fitness, mostly contributing to the development of basic physical qualities include such natural motor skills as walking, jumping, running, exercises with the use of weights, mobile sports games, dosed loads performed on simulators, exercises borrowed from various sports.

To the main means of SPT, mostly contributing to the development of necessary physical qualities for this sport include: competitive exercises, performed in light conditions and in a gentle mode; exercises used as underpinning, preparatory.

Competitive exercises include motor actions that form the basis of the technique and tactics of the game in defense and offense.

Special preparatory exercises include combinations of motor actions with a different structure of coordination complexity, contributing to the holistic perception of the studied exercise.

The underwater exercises include motor actions simplified in terms of coordination, contributing to the separate study of the details of a technical technique or tactical action.

Technical training in sports games provides for the mastering of sports technique taking into account the improvement of its indicators such as: efficiency, effectiveness, stability, variability, economy. Therefore, the main means of technical training are: elements of each competitive exercise; combinations of competitive exercises; imitation exercises; exercises of related sports.

Tactical training in sports games provides: consolidation of known norms and general provisions of sports tactics in sports games; study of private provisions of soccer tactics; study of tactical techniques used by masters of the game; consolidation and updating of already mastered tactical skills; search for opportunities to update private techniques of soccer tactics (defensive, offensive tactics; tactics of individual and team actions, etc.).

In our research, the known stages of teaching soccer skills, as well as in other sports, also provided characteristic goals that contribute to the solution of specific pedagogical tasks [2, p. 136; 6, p. 2227; 8, p. 483].

The main goal of the first stage of training - familiarization with technical and tactical techniques of the game; the main task: the acquisition of experience of motor actions, increasing the indicators of basic physical qualities, to optimize the indicators of special physical qualities necessary for this sports game; formation of an idea of the game techniques; modeling of basic techniques in the conditions of a two-way training game.

The main goal of the second stage of training is learning and stabilization of technical techniques and tactical actions. The main tasks included clarification and perception of the studied technique as a whole, mastering it as a special motor skill.

The main goal of the third stage of training - improvement of technical techniques; tactics of using each of them in the conditions of realization of training games. The main tasks included improving the details of technical elements of the game reception.

The main goal of the fourth, in-depth stage of training - development of sustainable skills of the game; evaluation of the effectiveness of the use of technical techniques and tactical actions in the conditions of implementation of competitive games. Among the main tasks included the formation and manifestation of integrated skills, that is, the manifestation of sustainable skills for the merged execution of technical and tactical techniques of the game.

The use of the method of conjugate influence, along with the use of other, already known, methods of training in soccer as game and competitive methods, contributed to a rational combination of these goals and objectives, which clearly reflected in the improvement of interaction between technical and tactical training with coordination and physical training.

In addition, this methodology also provides for the rational use of such means as GPT, SPT, as well as preparatory and training exercises: "separately" or in their combination. Especially to maintain the optimal level of development of basic and special physical qualities.

Increase in the indices of basic physical qualities in the subjects of the first experimental group, at the second stage of training, when there is a systematic stabilization of details of technical techniques and tactical actions occurred through the use of underwater exercises in various combinations. As it is known, different kinds of motor actions are selected as underpinning exercises, which are less complex in terms of coordination and, therefore, are often performed for a longer period of time.

Significant progressive changes in the speed indicators of the subjects of the first experimental group were also observed by the end of the third stage of training, namely, at the stage of improving skills; agility - by the end of the third and fourth stages of training, namely, at the stages of in-depth training of game skills and improvement. The same changes were also observed in the speed-strength indicator by the end of the fourth stage of training. Consequently, at the stages of improvement and in-depth training of technical techniques, as well as tactics of their rational use, was carried out: firstly, in game situations,

especially in training games; secondly, mastering the details of the game technique and the development of stable-integrated skills of the game was carried out against the background of the use of preparatory and leading exercises, most often used at the third stage of training, that is, at the stage of improvement of motor skills. The increase in such special physical qualities as speed, agility and speed-strength qualities, in this same group, which are more noticeable at the fourth stage of training, i.e. at the advanced training stage, can be associated with the rational use of preparatory and imitation exercises that contribute to the development of coordination endurance.

The comparative growth of such indicators of physical qualities as speed, agility, speed-force, flexibility in the same subjects of the first experimental group, by the end of the fourth, in-depth mastering of skills, indicates the fact that out of all the variety of exercises, inherent to OFP and SPP, the complexes of exercises, promoting the development of such special qualities as speed, agility, had a significant efficiency. This was promoted by the long-term and continuously

integrated performance of not only speed, but also speed-force exercises, especially in the conditions of “conjugated”, combined performance of speed-force and tactical exercises of a soccer player.

### Conclusions.

1. In soccer, when using the conjugate impact method, there is an integrated use of general preparatory, special and underwater exercises, which helps maintain the optimal level of development of such special physical qualities as general endurance, agility and speed-strength qualities.

2. The method of conjugate influence in soccer promotes the interaction of physical training with the nominal technical and tactical training, especially when teaching beginner soccer players: the combination of types of physical and tactical training; the combination of types of physical, technical and tactical training; the consistency of such associations have a positive impact on the dynamics of development of basic physical qualities, especially at the stages of improvement and in-depth mastering of elements of technique and tactics of the game in soccer.

### References

- 1 Crisco J.J., Wilcox B.J., Beckwith J.G., Chu J.J., Duhaime A.C., Rowson S., & Greenwald R.M. Head impact exposure in collegiate football players // *Journal of biomechanics*. – 2011. – №44(15). – pp. 2673-2678. <https://doi.org/10.1016/j.jbiomech.2011.08.003>.
- 2 Dzhur O.Y., Sokolova O.V., Tyshchenko V.O., Novytska S.O., Bakanova O.F. An innovative approach to the methodology of improving the physical fitness of football players // *Physical education and sports* – 2021. – №1. – pp. 133-139. <https://doi.org/10.26661/2663-5925-2021-1-19>.
- 3 Joodaki H., Bailey A., Lessley D., Funk J., Sherwood C., & Crandall J. Relative motion between the helmet and the head in football impact test // *Journal of biomechanical engineering* - 2019. - №141(8). <https://doi.org/10.1115/1.4043038>.
- 4 Lebediev S., Zhurid S., Koval S., & Shalenko V. Control of physical and technical readiness of football players at the stage of specialized basic training // *Slobozhanskyi Herald of Science & Sport*. - 2022. - №1(26). – pp. 14-19. <https://doi.org/10.15391/snsv.2022-1.003>.
- 5 Lisenchuk H., Tyshchenko V., Leibo V., & Shekhovtsova K. Directions for improving the technology of current management in football // *Theory and methodology of physical education and sports*. - 2020. - №3. – pp. 31-37.
- 6 Nakonechnyi R., Khimenes K., Antonov S., Pityn M., Zadorozhna O., & Karpa I. Effectiveness of interactive tasks in tactical training of 11-12-year-old football players // *Journal of Physical Education and Sport*. - 2023. - №23(8). – pp. 2220-2229. <https://doi.org/10.7752/jpes.2023.08254>.
- 7 Nikolaenko V.V., Shamardin V.N. *Dolgosrochnaja podgotovka junyh futbolistov* // Put' k uspehu. – Kiev: Sammit–kniga, 2015. – 360 s.
- 8 Paisal P., Samsudin S., Setiawan I., & Rahman A. Development of a shooting training model for football players aged 14-17 years // *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*. - 2024. - №59. – pp. 481-489. <https://doi.org/10.47197/retos.v59.108176>.
- 9 Platonov V.N. *Sistema podgotovki sportsmenov v olimpijskih vidah sporta* // Obshhaja teorija i ee prakticheskie prilozhenija: uchebnik (dlja trenerov). – Kiev: Olimp. literatura, 2015, – 680 s.
- 10 Polevoy G. Comprehensive development of physical qualities of football players in the preparatory period // *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*. - 2024. - №57. – pp. 172-178. <https://doi.org/10.47197/retos.v57.105912>.
- 11 Riansoi Y., Tongnillpant N., Thammawong S., Ribeiro J., Zacca R., & Chainok P. Follow-Up Weekly Training Distribution and Accumulated Internal Load Effects on Young Football Players' Well-Being, Physical Fitness, and Technical Performance // *Sports*. - 2024. - №12(1). – p. 23. <https://doi.org/10.3390/sports12010023>.
- 12 Silva H., Nakamura F.Y., Beato M., & Marcelino R. Acceleration and deceleration demands during training sessions in football: a systematic review // *Science and Medicine in Football*. - 2023. №7(3). – pp. 198-213. <https://doi.org/10.1080/24733938.2022.2090600>.
- 13 Thomakos P., Spyrou K., Katsikas C., Geladas N. D., & Bogdanis G.C. Effects of concurrent high-intensity and strength training on muscle power and aerobic performance in young soccer players during the pre-season // *Sports*. – 2023. – №11(3). <https://doi.org/10.3390/sports11030059>.



- 14 Tsyupak Y., Tsyupak T., Shvay A., Gnitetsky L., Kovalchuk A., Tsyupak Y. Influence of Employment by Mobile Games on Indicators of Physical and Technical-Tactical Readiness of Young Football Players in the Preparatory Period // Physical Education, Sport and Health Culture in Modern Society. - 2018. - №2(42). – pp. 149–154. <https://doi.org/10.29038/2220-7481-2018-02-149-154>.

<p><b>Хат-хабарларға арналған автор (бірінші автор)</b> Саутов Рахмет Тюлимбаевич – педагогика ғылымдарының магистры, Қазақ спорт және туризм академиясы, Алматы қ., Қазақстан, e-mail: rakhmet@bk.ru, ORCID ID: <a href="https://orcid.org/0009-0007-5327-9251">https://orcid.org/0009-0007-5327-9251</a></p>	<p><b>Автор для корреспонденции (первый автор)</b> Саутов Рахмет Тюлимбаевич – магистр педагогических наук, Казахская академия спорта и туризма, г. Алматы, Казахстан, e-mail: rakhmet@bk.ru, ORCID ID: <a href="https://orcid.org/0009-0007-5327-9251">https://orcid.org/0009-0007-5327-9251</a></p>	<p><b>The Author for Correspondence (The First Author)</b> Sautov Rakhmet – Master of Pedagogical Sciences, Kazakh academy of sport and tourism, Almaty, Kazakhstan, e-mail: rakhmet@bk.ru, ORCID ID: <a href="https://orcid.org/0009-0007-5327-9251">https://orcid.org/0009-0007-5327-9251</a></p>
--	---	---

ТУРИЗМНІНҒ БЕЛСЕНДІ ТҮРЛЕРІНІНҒ  
ТЕОРИЯСЫ МЕН ӘДІСТЕМЕСІ

ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА АКТИВНЫХ  
ВИДОВ ТУРИЗМА

THEORY AND METHODOLOGY  
OF ACTIVE TYPES OF TOURISM



<sup>1</sup>Авсиевич В.Н.<sup>а</sup><sup>б</sup>, <sup>2</sup>Агелеуова А.Т., <sup>2</sup>Жуманова А.С., <sup>3</sup>Мухамбет Ж.С.,  
<sup>2</sup>Жидовинова А.В.

<sup>1</sup>Сеть фитнес клубов «Банзай фитнес», г. Алматы, Казахстан

<sup>2</sup>Казахская академия спорта и туризма, г. Алматы, Казахстан

<sup>3</sup>Академия физической культуры и массового спорта, г. Астана, Казахстан

## ВЕЛОТУРИЗМ: ОПЫТ ЕВРОПЫ И СОСТОЯНИЕ РАЗВИТИЯ В КАЗАХСТАНЕ (НА ПРИМЕРЕ Г. АЛМАТЫ И АЛМАТИНСКОЙ ОБЛАСТИ)

Авсиевич Виталий Николаевич, Агелеуова Айгуль Токтархановна, Жуманова Алия  
Султангалиевна, Мухамбет Жасын Серикбайұлы, Жидовинова Анна Вячеславовна

**Велотуризм: опыт Европы и состояние развития в Казахстане (на примере г. Алматы и Алматинской области)**

**Аннотация.** В статье было уделено обширное внимание анализу развития велосипедного туризма в таком регионе как Европа, где велотуризм развивается уже довольно продолжительное время и имеет свою положительную и достойную для воспроизведения специфику как в плане организации инфраструктуры, так и в плане велосипедной культуры. Исследование проводилось на основе систематического обзора литературы, опубликованной на английском и русском языках за последние 16 лет. Отражены имеющиеся на сегодняшний момент определения понятия велотуризма и велотуриста исходя из данных научных статей. Раскрыты проблемы развития велотуризма в Европе и в Казахстане. На основе проведенного анализа научных данных и собственного практического опыта в велотуризме разработаны и представлены теоретические и практические рекомендации по совершенствованию развития велотуризма в Казахстане (на примере г. Алматы и Алматинской области).

**Ключевые слова:** велотуризм, развитие, веломаршрут, передвижение на велосипеде, Европа, Казахстан.

Avsiyevich Vitaliy Nikolaevich, Ageleuova Aigul Toktarkhanovna, Zhumanova Aliya  
Sultangalieva, Mukhambet Zhassyn Serikbayuli, Zhidovinova Anna Viacheslavovna

**Cycling tourism: European experience and the state of development in Kazakhstan (using the city of Almaty and the Almaty region as an example)**

**Abstract.** The article paid extensive attention to the analysis of the development of bicycle tourism in such a region as Europe, where bicycle tourism has been developing for quite a long time and has its own positive and worthy of reproduction specifics both in terms of infrastructure organization and in terms of bicycle culture. The study was conducted on the basis of a systematic review of literature published in English and Russian over the past 16 years. The article reflects the currently available definitions of the concept of bicycle tourism and a bicycle tourist based on scientific articles. The problems of developing bicycle tourism in Europe and Kazakhstan are revealed. Based on the analysis of scientific data and our own practical experience in bicycle tourism, theoretical and practical recommendations for improving the development of bicycle tourism in Kazakhstan (using the city of Almaty and the Almaty region as an example) have been developed and presented.

**Key words:** cycling tourism, development, cycling route, cycling, Europe, Kazakhstan.

Авсиевич Виталий Николаевич, Агелеуова Айгуль Токтархановна, Жуманова Алия  
Султангалиевна, Мухамбет Жасын Серикбайұлы, Жидовинова Анна Вячеславовна

**Велотуризм: Еуропаның тәжірибесі және Қазақстандағы даму жағдайы (Алматы қаласы мен Алматы облысының мысалында)**

**Аңдатпа.** Мақалада велотуризм ұзақ уақыт бойы дамып келе жатқан және инфрақұрылымды ұйымдастыру тұрғысынан да, велосипед мәдениеті жағынан да өзінің жағымды және қайталануға лайықты ерекшелігі бар Еуропа сияқты аймақта велосипед туризмінің дамуын талдауға үлкен кеңілі шолу негізінде жүргізілді. Осы ғылыми мақалаларға сүйене отырып, велотуризм мен велотурист ұғымының қазіргі кездегі анықтамалары көрсетілген. Еуропа мен Қазақстанда велотуризмді дамыту мәселелері ашылды. Ғылыми деректерді және велоспорт туризміндегі өзіміздің тәжірибелік тәжірибемізді талдау негізінде Қазақстандағы велотуризмді дамытуды жақсарту бойынша теориялық және практикалық ұсыныстар өзірленді және ұсынылды (Алматы қаласы мен Алматы облысының мысалында).

**Түйін сөздер:** велотуризм, даму, веломаршрут, велосипедпен жүру, Еуропа, Қазақстан.

**Введение.** В последние годы малоподвижный образ жизни, трудовая деятельность без активной физической составляющей и устойчивые экологические цели повысили важность езды на велосипеде. Существует множество экономических, медицинских и экологических преимуществ передвижения на велосипеде. Значительное количество людей всех возрастов во всем мире осознали эти преимущества и приняли езду на велосипеде как образ жизни. Они используют свои велосипеды для путешествий. Некоторые люди совершают все свои поездки на велосипедах внутри городов, где они проживают, а другие путешествуют в разные города и даже в разные страны, используя велосипеды. Данный вид активной деятельности, осуществляемый с использованием такого транспортного средства как велосипед, представляет собой велосипедный туризм. Этот тип активного туризма, который занимает важное место среди альтернативных видов туризма, также вносит вклад в развитие, разнообразие и распространение видов туризма во времени и пространстве, что в свою очередь и определяет **актуальность исследования.**

При этом велотуризм можно рассматривать и интерпретировать через несколько линз, каждый подход привносит свое собственное дисциплинарное понимание для разъяснения аспектов рассматриваемой деятельности [1].

Изучение деятельности велотуризма до сих пор не получило серьезного внимания со стороны исследователей для проведения глубокого анализа. Существующая теоретическая основа для понимания велотуризма получена почти полностью из литературы по отдыху на природе и образованию с очень небольшим анализом коммерциализации этой деятельности. Среди основных факторов, способствующих этой ситуации, – неоднозначность определений и концепций между велотуризмом, экотуризмом, отдыхом на природе и природным туризмом [2].

**Цель исследования** – провести обзорный анализ опыта Европы по развитию велотуризма и разработать рекомендации по совершенствованию развития велотуризма в Казахстане (на примере г. Алматы и Алматинской области).

#### **Задачи исследования:**

1. Провести теоретический анализ опыта европейских стран в развитии велотуризма.
2. Представить имеющиеся на сегодняшний момент определения понятия велотуризма и велотуриста исходя из данных научных статей.
3. Разработать рекомендации по совершенствованию развития велотуризма в Казахстане на примере г. Алматы и Алматинской области.

**Материалы и методы.** Исследование проводилось на основе систематического обзора литературы, опубликованной на английском и русском языках за последние 16 лет (2009–2024 гг.). Систематический обзор состоял из 4 этапов: поиска, оценки, синтеза и анализа данных. Проведен количественный анализ документов (предполагающий систематическую и надежную фиксацию определенных элементов содержания текста), выявленных с помощью наукометрических баз данных (Web of Science, Scopus, Google Scholar, РИНЦ) с использованием комбинаций ключевых слов или одно- или двухсловных терминов по отдельности (велотуризм или велосипедный туризм). Поиск литературы выявил 214 записей (научных статей и данных сайтов туроператоров услуг по велотуризму и сайтов, отражающих проблемы развития велосипедной инфраструктуры). После удаления дубликатов, проверки названий/ключевых слов и оценки аннотаций, 29 источников были сохранены для дальнейшего анализа. Каждый включенный источник был критически проанализирован для предоставления основной информации относительно цели и задач исследования. С точки зрения наукометрии, для установления субъективной степени соответствия статей теме данного исследования, было проанализировано наличие ключевых слов в содержании заголовка полученных научных статей, а также содержание аннотации и раздела введение. Описание состояния развития велотуризма в Казахстане (на примере г. Алматы и Алматинской области) было основано на изучении нормативно-правовой базы Концепции развития туристской отрасли Республики Казахстан на 2023–2029 годы и Правил дорожного движения (ПДД) Республики Казахстан, данных туроператоров и собственном многолетнем практическом опыте авторов статьи в велотуризме.

**Результаты.** История возникновения велосипедных дорожек и маршрутов, как правило, берет свое начало с выходом новых законов в Швеции, гласящих разделить движение на дорогах для моторных и не моторных участников движения. В послевоенный период многие страны начали заниматься развитием городской инфраструктуры, и первыми из них были Швеция и Финляндия. Сеть велодорожек в г. Хельсинки до сих пор функционирует и совершенствуется. В результате технического прогресса было сооружено множество новых и разнообразных велодорожек и проложена масса велосипедных маршрутов по всему миру, которые мы можем наблюдать сегодня [3].

Количество передвижений на велосипеде снижалось в Европе с 1960-х г. из-за быстрого роста

использования автомобилей, но в настоящее время езда на велосипеде снова стала обычной практикой во многих городах. Городские автомагистрали и транспортные сооружения мостового типа, построенные в 1960-х годах, были реконструированы для более удобной для пешеходов и велосипедистов городской среды. Лион с Velo'V в 2005 году, Париж с Veli'b в 2007 году и Монреаль с BIXI в 2009 году достигли наилучших практик, удобных для передвижения на велосипеде.

Более активный образ жизни оказывает положительное влияние на здоровье населения, и для его поощрения национальные правительства европейских стран планируют регулярные спортивные мероприятия. Примером может служить Тур Фландрии, самое популярное велосипедное мероприятие в Бельгии. Тур Фландрии мотивирует как социальное спортивное мероприятие для увеличения велосипедного туризма и активного участия в велоспорте в регионе. Национальная велосипедная сеть Великобритании значительно увеличила возможности для людей совершать поездки на велосипеде. Это создало экономические возможности за счет здравоохранения, социальных льгот, туризма и отдыха. Велосипедные маршруты имеют большое значение для велосипедного туризма. В Германии были разработаны конкретные критерии и показатели для обеспечения сопоставимой оценки велосипедных маршрутов.

В Италии был реализован проект велосипедных дорожек на исторических железных дорогах. Инфраструктурная система, состоящая из некоторых исторических железнодорожных линий, туннелей, пунктов взимания платы и станций, больше не могла обеспечивать железнодорожное сообщение по разным причинам. Около 2000 километров путей были оставлены в упадке на итальянской земле, и поскольку они больше не могли использоваться в качестве действующих железных дорог, они использовались в качестве велосипедных дорожек. Существуют европейские и международные примеры реконструкции этих заброшенных сооружений. Старые станции, столовые и приемные были преобразованы в молодежные общежития, отели, рестораны и центры обслуживания велосипедов [4].

Сектор велотуризма в Италии переживает фазу увеличения объема уже несколько лет. В 2020 году, несмотря на ограничения, введенные пандемией COVID-19, и экономические потери, зафиксированные в секторе туризма в целом, почти 5 миллионов итальянцев использовали велосипеды во время отпуска, что соответствует 17% от общего числа туристов. По оценкам, общие расходы велосипедистов составляют 4,6 млрд евро в 2019 году или 5,6% от всех расходов на туризм в Италии.

Что касается иностранных туристов, то преобладали те, кто приехал из стран, близких к Италии: немцы, в частности, составили четверть от общего числа велосипедистов, которые провели свой отпуск в Италии, за ними следовали австрийцы и французы; в общей сложности они составили около 60% от общего числа. Сразу за ними шли британские велосипедисты, в то время как число тех, кто приехал из Восточной Европы, таких как поляки, албанцы и словенцы, показало интересный рост, составив в общей сложности 11% от всех иностранных велосипедистов [5].

Национальная велосипедная сеть Шотландии насчитывает более 1600 миль открытых велосипедных дорожек. Вслед за небольшим падением популярности велотуризма в 2014-2016 гг. произошло восстановление интереса в 2017-2019 гг. И сейчас наблюдается самый высокий уровень велотуризма за последнее десятилетие. Основной поток велотуристов в Шотландию наблюдается из таких стран как: Германия, Индия, Нидерланды, страны Северной Европы. Общие годовые доходы по велотуризму также неуклонно росли на протяжении многих лет. Они достигли рекордного максимума в более чем 266 млн фунтов стерлингов [6].

Более трех миллионов испанцев в настоящее время пользуются общественными велосипедами, что на 5,1% больше, чем в 2017 году. Правительство Испании прилагает все усилия, чтобы сделать передвижение на велосипеде лучше и безопаснее. Строится значительное количество велосипедных дорожек и формируются государственно-частные программы совместного развития велотуризма. В Испании наблюдаются большие изменения. Все больше людей пересаживаются на велосипеды, особенно в городах. В Барселоне количество велопогулок выросло с 30 тыс. до 167 тыс. в день с 2004 г. по 2019 г. В Памплоне велосипедные дорожки выросли с 4,8 км до 10,5 км за два года. Это показывает, что все больше людей пользуются велосипедами. Но все еще есть большие проблемы. Многие люди в Испании считают, что ездить на велосипеде небезопасно. Чтобы исправить это, необходимо изменения законодательной базы и образование в области езды на велосипеде, чтобы достичь такого же уровня как в Нидерландах, где 27% населения ездят на велосипедах [7].

В период с 2000 по 2010 гг. велотуризм развивался активно в различных европейских странах. Францию с 2008 по 2010 год посетили 1 млн зарубежных велотуристов, что принесло доход в размере 2 млрд евро и позволило задействовать 16,5 тыс. рабочих мест. В Германии с 2000 по 2009 год велотуризм позволил получить доход

9 млрд евро, при этом в отрасли велотуризма было задействовано почти 5 тыс. различных организаций. Эти страны традиционно имели высокий уровень культуры передвижения на велосипедах. В Германии и Франции езда на велосипедах распространена не только в туристических или оздоровительных целях, но и для ежедневного использования в качестве средства передвижения жителей к месту работы. По данным на 2012 г. в Европе ежегодно совершается более 2,2 млрд велотуристических поездок, что выразилось в получении дохода в размере 44 млрд евро. Эффект от велотуризма, в социальном и экономическом плане, позволил в значительной степени финансировать и развивать велосипедную инфраструктуру [8].

В настоящее время организованные велотуры представляют собой небольшой сегмент велотуризма в целом, поскольку большинство велотуристов планируют свои поездки самостоятельно. В Германии исследование, проведенное партнером EuroVelo ADFC, показало, что более 90% немецких велотуристов организуют свои поездки самостоятельно, тогда как 6% бронируют через туроператора. Тем не менее, операторы велотуров являются ключевыми игроками в индустрии велотуризма с прямым

доступом к отзывам своих клиентов и знанием новых тенденций его развития.

В настоящее время к числу популярных и ожидаемо растущих туристических направлений относятся различные регионы мира, включая Чили, Колумбию, страны Северной Европы (особенно Норвегию и Финляндию), Японию, Новую Зеландию, а также страны Африки, интерес к которым продолжает расти. Среди всех респондентов США остаются самым популярным исходным рынком для путешествий, за которыми следуют Германия, Великобритания, Нидерланды и Франция.

Доходы от велотуров в европейских странах выросли у большинства операторов в 2023 году и, как ожидается, вырастут еще больше в 2024 году. 58% операторов велотуров получили более высокий доход в 2023 году, чем в 2019 году, 12% получили аналогичный доход, а 20% — более низкий доход в 2023 году, чем в 2019 году. В 2024 году тенденция снова выглядит положительной: 68% операторов ожидают более высокий доход, чем в 2023 году (за счет велотуристов 80% неевропейцев и 63% европейцев).

Распределение велотуристов, проводящих туры в Европе в зависимости от класса велосипедов, по данным состояния отрасли операторов велотуризма в Европе (2024) [9], представлено в таблице 1.

Таблица 1 - Распределение велотуристов, проводящих туры в Европе в зависимости от класса велосипедов (2024 г.) [9].

№	Тип велосипеда	Европейские велотуристы, (n=130)	Неевропейские велотуристы, (n=56)
1	 Туристовый	63%	29%
2	 Горный	10%	34%
3	 Шоссейный	14%	20%
4	 Гравийный	2%	7%
5	 Городской	5%	5%

Италия является самой популярной страной назначения для большинства операторов (15%), за ней следуют Франция (11%), Германия (8%), Австрия (7%) и Испания (7%). В целом, операторы назвали 65 стран назначения как «самые популярные страны назначения среди ваших туров», что показывает, насколько разнообразны направления операторов велотуризма. Несколько операторов также заявили, что им не удалось выделить только одну самую популярную страну назначения. Это показывает разнообразие предложений велотуризма и его потенциал для будущего роста без влияния на чрезмерный туризм.

У 29% операторов большинство клиентов приезжают из США, за которыми следуют Германия (16%), Великобритания (13%), Нидерланды (7%) и Франция (5%). Тенденции различаются, если сосредоточиться исключительно на европейских туроператорах, где Германия является самым популярным исходным рынком (21%), за ней следуют США (20%) и Великобритания (14%); по сравнению с неевропейскими туроператорами, где США являются страной происхождения большинства клиентов (51%) [9].

**Основные проблемы развития велотуризма в Европе.** Инфляция и маркетинг для новых клиентов являются основными внутренними проблемами. 62% операторов выделяют инфляцию как серьезную проблему для своего бизнеса, а 50% испытывают трудности с маркетингом для новых клиентов. Европейские операторы, в частности (46%), считают сезонность проблемной областью, а неевропейские операторы ищут лучшие программные решения (27%). Предложений по размещению не хватает во всех регионах мира. Что касается внешних деловых проблем, то поиск подходящего размещения для гостей (доступность, качество, цена, гибкость и т. д.) является основной проблемой как для европейских (54%), так и для неевропейских операторов (39%). Операторы по всему миру также сталкиваются с проблемами маршрутов, такими как безопасность и логистика, качество дорог и совместное использование, а также общая нехватка инфраструктуры [10].

Снижение выбросов от транспорта является самым большим препятствием для устойчивого туризма. Согласно знаменательному отчету United Nations World Tourism Organization (UNWTO) за 2019 г., на транспорт приходится 75% от общего объема выбросов от туризма. Езда на велосипеде является ключом к улучшению мультимодальной связанности и снижению транспортных выбросов, но это влияние может быть полностью реализовано только в том случае, если индивидуальная свобода и гибкость

езды на велосипеде будут сочетаться со скоростью и эффективностью поездов, автобусов и других видов зеленого транспорта. Связь между велотуризмом и мультимодальностью признается институтами Европейского союза, которые объединяют эти темы в отдельной главе Европейской декларации о велоспорте, принятой в апреле 2024 г. [11].

Европейская федерация велосипедистов (ECF) в настоящее время проводит поиск региона для проведения ведущей в Европе конференции по велотуризму 2026 года. Конференция EuroVelo & Cycling Tourism — ведущее международное мероприятие, посвященное развитию растущего интереса к велоспорту и устойчивому туризму, а также изучению будущего этих секторов. Она служит платформой для информирования, вдохновения и объединения профессионалов по темам, связанным с велотуризмом, сетями веломаршрутов и т. д. Конференция будет являться ключевым пространством для формирования будущего велотуризма. Процедура подачи заявок открыта до 31 января 2025 года [12].

Велотуры, становящиеся все более популярными в европейских странах, и экономический вклад велотуристов обеспечили велотуризму неоспоримое место в доходах от туризма. Поэтому страны, желающие инвестировать в этот туризм, создавать расширенные велосипедные маршруты и быть в тренде велотуризма в международном измерении, делают много работы для развития велосипедного туризма и разрабатывают различные проекты [13].

**Обсуждение.** Велосипедный туризм — это бурно развивающийся сектор и форма туризма, в которой с каждым годом число людей увеличивается. В литературе отмечается быстрый рост числа велосипедных туристов; кроме того, эта форма туризма характеризуется большим разнообразием, целостностью и множественностью (благодаря эффекту мультипликатора); таким образом, сектор меняется очень быстро, адаптируя инновации к социальным и экологическим изменениям. Рабочие места, связанные с велоспортом, варьируются от проектирования и производства велосипедов до создания и поддержания рабочих мест в строительстве и администрации. В том же ключе продвижение велотуризма приводит к созданию различных услуг, что приводит к появлению новых профилей работы, таких как гид по велотуризму, менеджер по мобильности и т. д. [14].

Велосипедный туризм — это новая и растущая модель активного отдыха, которая объединяет преимущества велоспорта и устойчивого развития городов. Это полезная деятельность, которая вносит значительный вклад в физическое и психическое здоровье занимающихся данным направлением

туризма, снижает загрязнение воздуха и шум, выбросы парниковых газов и способствует активному образу жизни, который, в свою очередь, улучшает общественное здоровье. Велосипедный туризм экономит энергию и потенциально способствует сокращению 86% воздействия на окружающую среду из-за транспортных средств туристического сектора. Таким образом, это может уменьшить последствия парадокса «туризм-трафик», то есть уменьшить несовместимость между высокой интенсивностью туризма и высокой чувствительностью окружающей среды, типичной для многих туристических направлений [15].

Независимо от мотивации, езда на велосипеде имеет широкий спектр преимуществ: она поддерживает людей в хорошей физической форме и улучшает их здоровье, помогает предотвращать и бороться с лишним весом и сердечно-сосудистыми заболеваниями, а также снижает преждевременную смертность, что в среднесрочной и долгосрочной перспективе приносит значительную экономию в национальные бюджеты здравоохранения. Таким образом, езда на велосипеде может улучшить как индивидуальное, так и общественное здоровье [16].

Многие ученые отмечают, что число проэкологически настроенных туристов, использующих велосипеды, неуклонно растет также в городском туризме. В частности, во многих странах, ориентированных на велосипед (например, Германия, Дания и Нидерланды), благодаря хорошо налаженным объектам и велосипедным дорожкам, велосипедный туризм обычно не ограничивается одним местом в пределах пункта назначения, поскольку многие микропутешествия, как правило, происходят внутри городов. По сути, рекламные кампании и маркетинговые планы менеджеров городских направлений должны быть сосредоточены на инфраструктуре, направленной на отделение велосипедных туристов от дорожного движения и его вреда, а также на предоставлении услуг, связанных с велосипедами, в разных местах городских территорий [17].

Возрастающий интерес к велотуризму не только привел к сильной конкуренции внутри Европы, но и получил распространение по всему миру. Наличие географических возможностей и рельефа местности, природные красоты, исторические и культурные памятники позволяют развивать велотуризм не только в Европе, но и в Азии. Например, Турция, благодаря своему расположению, природным и историческим достопримечательностям и безопасным веломаршрутам, привлекает внимание как велотуристов, так и организаторов туров. В стране в настоящее время существует

15 веломаршрутов большой протяженности, соединяющих и объединяющих весь европейский континент, образуя европейскую сеть веломаршрутов. Поскольку число велосипедистов в Турции постепенно увеличивается, можно утверждать, что рост спроса на этот вид туризма и его развитие в последнее время положительно влияют на важность исследований, связанных с велотуризмом в Турции в последние годы [18].

Выбор велосипеда вместо других видов транспорта для отпуска – это решение, которое может оказать множество положительных воздействий на природу и местную экономику сельских районов. И поскольку велотуристы отдаляются от традиционных мест массового туризма, эти экономические выгоды могут расширить возможности сельских районов, также являясь стимулом для заботы об охраняемых территориях, поскольку они представляют интерес для многих велотуристов.

Вероятно, когда активные спортивные туристы решают вкладывать финансовые и временные средства в поездку и включать участников, не являющихся участниками мероприятия, тем больше внимания они уделяют получению удовольствия и опыту от места назначения. В то время как активные спортивные туристы, путешествующие менее четырех часов сами или с другими участниками мероприятия, считают пункт назначения относительно неважным [19].

Связь между ездой на велосипеде и туризмом все больше привлекает внимание ученых, поскольку езда на велосипеде переживает возрождение как рекреационная, досуговая и спортивная деятельность. Хотя существует несколько попыток дать определение велосипедному туризму, современная литература фрагментирована из-за использования непоследовательных параметров при характеристике велосипедных туристов. Также существует неравенство в отношении спектра велосипедных мероприятий и характеристик участия, которые отличают велосипедных туристов от других туристов.

Связь между велоспортом и туризмом наблюдается с 1890-х годов, однако эта связь только недавно привлекла научный интерес. Исследования в полном объеме этой связи, по-видимому, ограничены отсутствием дебатов относительно характеристик, которые отличают велотуристов от других туристов. Непоследовательные определения могут привести к фрагментарным знаниям, когда трудно и часто неразумно сравнивать результаты различных исследований. На сегодняшний день существует несколько определений велотуризма, многие из которых ограничены параметрами, которые либо слишком широки, либо слишком узки; отклонениями



от общепринятых концептуальных принципов туризма; ошибочным применением встроенных концепций; или необоснованным исключением велосипедных видов деятельности, имеющих четкую связь с туризмом.

При определении велосипедного туризма предлагается использовать как досуг, так и рекреацию в качестве разграничивающих понятий. Велосипедный туризм можно рассматривать как опыт, полученный в необязательное время, демонстрирующий характеристики досуга. В качестве альтернативы, в зависимости от мотивов участия, велосипедный туризм можно рассматривать как форму отдыха. Например, человек может выбрать велопогулку на выходных в сельской местности, чтобы восстановить физическое и психическое состояние организма от стрессов на работе, что будет представлять собой велосипедный туризм, осуществляемый в рекреационном контексте. И наоборот, человек, который путешествует, чтобы стать свидетелем престижной велогонки, такой как Тур де Франс, может быть мотивирован мечтой всей жизни увидеть это событие лично, в отличие от мотивации физической или психической потребности в восстановлении. Велосипедный туризм в этом случае можно классифицировать как отдых из-за отсутствия мотивации, связанной с физическим или психологическим восстановлением. Поэтому представляется целесообразным использовать понятия «отдых» и «досуг» в качестве разграничивающих понятий для ряда видов велосипедной деятельности в техническом определении велосипедного туризма, чтобы учесть весь спектр мотивов участия в велосипедном туризме [20].

Потенциал езды на велосипеде для внедрения устойчивого туризма широко признан как в академических, так и в административно-управленческих кругах. Фактически, во многих частях мира в велосипедную инфраструктуру вкладываются значительные государственные инвестиции, в значительной степени мотивированные целью улучшения общественного здравоохранения и повышения устойчивости транспортной системы. Делая ставку на велосипедную инфраструктуру, можно достичь двух основных целей. Первая заключается в содействии устойчивой транспортной системе путем продвижения городского велосипедного спорта как альтернативного вида транспорта для выполнения различных видов деятельности в городской местности и достижения мест назначения. Вторая цель, которая может быть достигнута путем продвижения культуры езды на велосипеде и расширения велосипедной инфраструктуры, представляет собой прямую выгоду для туристов, которые хотят передвигаться

на велосипеде, поскольку они повышают свою физическую активность и благополучие. Это так называемый велосипедный туризм. Существует несколько категорий велосипедных туристов: настоящие велосипедные туристы, для которых езда на велосипеде является важной причиной путешествия (для занятий спортом, дальних поездок или для совершения многочисленных экскурсий), и менее заметная категория, называемая велосипедистами-отпускниками, для которых езда на велосипеде является частью отпуска, но не является их основным направлением. Определенно, две концепции городского велоспорта и велосипедного туризма могут быть легко интегрированы между собой, и развитие городского велоспорта и велосипедного туризма может рассматриваться как пример передовой практики [21].

Огромные изменения в велотуризме произойдут в течение следующих 75 лет, включая период с 2020 по 2095 год, благодаря новым технологическим разработкам, включая электровелосипеды и зеленую генерацию энергии, развитию новых городов и экологическим проблемам [22].

Резюмируя понимание велосипедного туризма (велотуризма), необходимо представить отличительные характеристики данного направления туризма непосредственно от велоспорта. Итак, основными отличиями велотуризма от велоспорта являются: 1) отсутствие учета результата времени прохождения дистанции в велотуризме (расстояние, сложность и скорость передвижения могут быть абсолютно разными); 2) отсутствие требований либо разграничений в техническом плане к состоянию велосипедов (в велотуризме одновременно на одной дистанции могут использоваться абсолютно разноплановые по техническим характеристикам велосипеды: шоссейные, горные, туринговые, гибридные, гравийные и т.д.); 3) велотуризм не имеет разделений гендерного характера для участников при прохождении дистанций; 4) велотуризм не требует специальных организационных мероприятий на маршрутах прохождения дистанций (таких как перекрытие или ограничения для движения других транспортных средств или пешеходов, организации системы охраны общественного порядка, организации освещения в средствах массовой информации. При этом велотуризм, являясь средством активного отдыха, несет в себе такие составляющие физкультурно-спортивной деятельности, как формирование здорового образа жизни и повышение уровня физической активности.

Велотуризм может быть туристическим и экскурсионным, при этом варьироваться от

однодневных поездок до длительных путешествий, охватывающих недели или месяцы. Это позволяет посетить большее количество интересных, исторических и туристических мест. Существует два вида велотуризма: велотур и велопоход. Расстояния значительно различаются. В зависимости от уровня физической подготовки, скорости передвижения и наличия запланированных или вынужденных остановок велосипедист обычно проезжает от 30 до 100 км в день. Непродолжительный тур в течение нескольких дней может укладываться в расстояние 200-250 км, а более сложный по расстоянию тур может проходить даже через всю страну.

Велотуризм соответствует философии медленного туризма, которая характеризуется более короткими расстояниями между пунктами назначения, меньшим воздействием на окружающую среду и большим акцентом на качестве, а не на количестве туристических посещений. Благодаря этим характеристикам велотуризм считается выражением устойчивого туризма.

Велотуристами будут считаться туристы, которые совершают поездки как внутри региона проживания, так и за его пределами. При этом велосипед является присущей частью поездки, а мотивацией является участие в каком-либо виде активной двигательной деятельности, связанной с велоспортом и туризмом, и которым обычно требуются услуги по организации поездки, размещения (при длительных путешествиях), организации питания, услуги по ремонту велосипедов, приобретение запасных частей и комплектующих для велосипедов, специальной одежды и обуви для передвижения на велосипеде. Велотурист может осуществлять передвижение как в черте городов, так и за их пределами в сельской местности.

Для велотуристов велосипед – это средство передвижения, мотивация к путешествию и способ заниматься туризмом. Взаимодействие с этим активным видом транспорта становится важной частью туристического опыта и альтернативой доминирующей модели туризма.

Велосипедная культура (Bicycle culture, англ.) – понятие, которое до недавнего времени практически не использовалось в Казахстане, но при этом данное определение давно известно в европейских странах и США, и широко используется в научных статьях, отражающих уровень развития велотуризма [23, 24]. Велосипедная культура – это увлекательное явление, которое можно найти по всему миру. По нашему мнению, велосипедная культура включает в себя следующие компоненты: 1) положительное отношение в обществе к возможности передвижения

на велосипедах, как в черте городов, так и за их пределами; 2) уровень развития и инвестиции в велосипедную инфраструктуру; 3) уровень соблюдения ПДД велосипедистами; 4) уровень соблюдения ПДД водителями автомобилей и пешеходами по отношению к велосипедистам; 5) наличие государственных программ, направленных на поощрение использования велосипеда в качестве средства для передвижения; 6) наличие государственного нормативно-правового регулирования велотуризма. Когда речь заходит о велосипедной культуре, Нидерланды, вероятно, являются самым известным примером. Здесь велосипеды не просто средство передвижения, а настоящий образ жизни. Голландцы используют велосипеды для ежедневных поездок на работу, за покупками или на встречи с друзьями.

***Развитие велотуризма в Казахстане (на примере г. Алматы и Алматинской области).*** Велосипедный сезон в г. Алматы и Алматинской области, как правило длится 7 месяцев с апреля по октябрь, что является достаточно продолжительным периодом с учетом континентального расположения указанного региона. Погодные условия в указанный период позволяют в достаточно комфортной форме проводить велосипедные туры.

Ввиду полного отсутствия статистических данных по уровню развития велотуризма в Казахстане, состояние развития велотуризма, пожалуй, следует рассмотреть начиная с предложений от туроператоров. На данное время в Казахстане работает всего несколько туроператоров по велотуризму («VELOTOURkz», «Kan Tengri Expeditions»), кроме того, велосипедные туры организует «Клуб велосипедных приключений Алматы». В наиболее информативной форме на сайте свои предложения по велотурам представляет оператор «VELOTOURkz». Информация представлена по маршрутам с посещением популярных мест Алматинской области и других регионов Казахстана. При организации велотуров оператор обеспечивает туристов профессиональными водителями и гидами, веломеханиками, медицинским работником и даже полевым поваром. Готовые пакеты велотуров по расписанию включают в себя прокат велосипедов, сопровождение гида, техническую поддержку и даже транспортировку личных вещей от одного пункта к другому. Это позволяет путешественникам сосредоточиться на наслаждении поездкой, не беспокоясь о логистических деталях. На период 2024 г. данный туроператор предлагал 19 веломаршрутов, значительная часть из которых пролегает по Алматинской области [25]. Наиболее популярные из них представлены в таблице 2.

Таблица 2 – Популярные веломаршруты от «VELOTOURKz» [25].

№	Название	Протяженность, км	Уровень сложности	Длительность, дней/условия	Дополнительная информация
1	Дон Жайляо	30	Сложный	1	Высокогорное плато в верховьях Тургенского ущелья, западнее от обсерватории на плато Ассы.
2	Красные горы	30	Сложный	2 (Ночевка в номере гостиницы)	Горы Богуты представляют собой два небольших массива Бала и Улкен Богуты, расположенные в Заилийской долине, между реками Чилик и Чарын.
3	Алаколь -пляжный веломаршрут	60	Средний	4 (Ночевки в номере гостиницы)	Предгорья Джунгарии поражают своей красотой, рельеф отлично подходит для активного велотуризма.
4	Большой Алматинский канал	95	Средний	1	Большой Алматинский канал (БАК) — канал, Алматинская область и г. Алматы в бассейне реки Или.
5	Восток – дело тонкое	200	Средний	5 (Ночевки в номере гостиницы и палатках)	Восточно-Казахстанская область — на границе с Россией и Китаем. Преодоление горных перевалов с хорошим набором высоты среди живописных пейзажей, и элементы пляжного велотуризма.

При обзоре состояния развития велотуризма в Казахстане следует отразить информацию, касающуюся городского велотуризма. На сегодняшний день велосипедная инфраструктура казахстанских городов постепенно развивается. Протяженность велодорожек таких городов Казахстана как Астана составляет - 18,89 км,

Шымкент – 18,55 км, Павлодар – 10,84 км. Лидером по количеству велодорожек является г. Алматы [26]. Карта велосипедных дорожек г. Алматы представлена на рисунке 1, зеленый цвет отражает отличное качество дорожек, желтый – хорошее, оранжевый – удовлетворительное, красный – плохое.

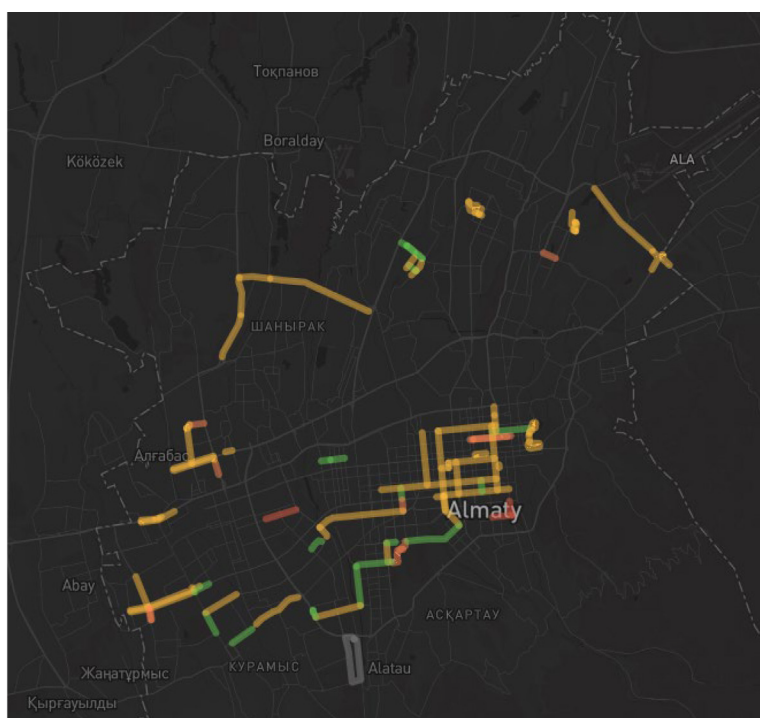


Рисунок 1 – Карта велодорожек г. Алматы [26]

Общая протяженность велодорожек г. Алматы составляет 87,36 км. Из них: 12,8 км отличного качества, 64,16 км хорошего качества, 7,4 км удовлетворительного качества, 3,0 км плохого качества. Самая протяженная велодорожка имеет расстояние 4,6 км.

Кроме инфраструктуры велодорожек, велотуристы в пределах г. Алматы постоянно активно используют для поездок на велосипеде дорогу на высокогорный спортивный комплекс «Медеу» который расположен на высоте 1691 м над уровнем моря. Указанная дорога была полностью отремонтирована в 2024 г., вдоль дороги имеются знаки, предупреждающие водителей автомобилей о передвижении велосипедистов, что положительно влияет на безопасность движения. Также велотуристы используют такие веломаршруты, как поездки на Юннатское озеро, Большое Алматинское озеро, ущелье Бутаковка и передвижение по набережным вдоль рек Большая Алматинка, Малая Алматинка, Есентай (Весновка).

**Проблемы развития велотуризма в Казахстане (на примере г. Алматы и Алматинской области).** Анализ основного отраслевого документа (Концепции развития туристской отрасли Республики Казахстан на 2023–2029 гг.), регулирующего данный вид деятельности, а также имеющийся собственный 11-летней (с 2014 по 2024 гг.) опыт в велотуризме при общем велопробеге 23 925 км (среднем велопробеге 2175 км за годичный велосезон) по г. Алматы и Алматинской области, позволил определить основные факторы, отрицательно влияющие на развитие велотуризма в данном регионе.

1. В Концепции развития туристской отрасли Республики Казахстан на 2023–2029 гг. [25], отсутствует понятие велотуризма как активного вида туристической деятельности. Лишь единожды упоминается о необходимости создания туристских велосипедных маршрутов на территории государственных национальных природных парков.

2. Факторы, которые отрицательно влияют на развитие велотуризма в Алматинской области, прежде всего заключаются в полном отсутствии велосипедной инфраструктуры, а также в значительной перегруженности дорог автомобильным транспортом, особенно в западной части области. В северной и восточной части есть возможность передвигаться по дорогам на велосипеде в направлении г. Конаев, а также по трассе Алматы – Хоргос. Ширина и покрытие дорог позволяет двигаться велосипедистам в относительно безопасном режиме. Но указанные дороги являются автомагистралями и в соответствии с ПДД Казахстана на автомагистралях

запрещается управлять велосипедами и другими транспортными средствами, скорость которых по технической характеристике или их состоянию меньше 40 км/ч. При этом на указанных дорогах отсутствуют знаки, запрещающие движение на велосипедах, и со стороны органов дорожной полиции редко когда отмечаются факты наложения административных взысканий на велосипедистов. Большая Алматинская кольцевая автомобильная дорога (БАКАД) протяженностью 65,8 км, огибающая г. Алматы с западной, северной и восточной сторон, проходит по территориям Талгарского, Илийского и Карасайского районов Алматинской области. Указанная дорога имеет достаточную ширину (от 4 до 6 полос движения, при ширине полосы - 3,75 м), малую загруженность автомобильным транспортом, но также является автомагистралью и на всей протяженности маршрута установлены знаки, запрещающие движение на велосипедах, при этом наблюдается жесткий контроль со стороны дорожной полиции за соблюдением данного запрета. Согласно сложившейся ситуации у велотуристов есть только одна возможность передвигаться в Алматинской области – выезжать на автомобильном транспорте за пределы автомагистралей и далее уже пересаживаться на велосипеды и двигаться по заранее запланированным маршрутам. По данному алгоритму работают все туроператоры, предоставляющие услуги по велотуризму. При этом самостоятельное передвижение на велосипедах по Алматинской области является крайне опасным и таит в себе много непредвиденных ситуаций.

3. Из общей протяженности автомобильных дорог г. Алматы в 3097 км, велодорожками оборудовано всего лишь 2,8%, что указывает на крайне низкий охват города инфраструктурой для передвижения на велосипеде. Кроме того, следует отметить значительные разрывы между отдельными частями велодорожек, если в центре города велодорожки связаны между собой, то на окраинах городской черты велодорожки расположены в разрозненном порядке.

4. В пределах г. Алматы отмечается очень низкая велосипедная культура, отражающаяся в нарушении ПДД со стороны водителей других транспортных средств и пешеходов. непосредственно на велодорожках (рисунок 2). В отдельных местах фиксируется отсутствие специальных дорожных знаков, обозначающих велодорожки, встречается несогласованность по полосам движения при сужении дорог с велодорожками, на велодорожках паркуются, а иногда и просто бросаются электросамокаты [29]. Безусловно имеются факты нарушений ПДД и со стороны велосипедистов, что также негативно отражается на велосипедной культуре в г. Алматы.



Рисунок 2 – Фотофиксация нарушений ПДД на велодорожках г. Алматы [29]

5. За последние несколько лет в г. Алматы снизилось количество организаций, оказывающих услуги по прокату велосипедов. В первую очередь это связано с повышением количества организаций, оказывающих услуги по прокату электросамокатов.

6. Существует проблема качественного обслуживания и ремонта велосипедов. В г. Алматы есть всего 3-4 веломастерских, персонал которых действительно оказывает высококвалифицированную помощь. В магазинах количество запасных частей для велосипедов, как правило, не всегда широко представлено в ассортименте и часто приходится заказывать запасные части из-за рубежа, что при текущем состоянии логистики приводит к 3-5 неделям потери сезонного времени. Выбор велосипедов в магазинах также недостаточно широко представлен как по наименованию производителей, типам велосипедов, так и по размерам велосипедных рам.

**Заключение.** 1. В данной статье было уделено обширное внимание анализу развития велосипедного туризма в таком регионе как Европа, где велотуризм

развивается уже довольно продолжительное время и имеет свою положительную и достойную для воспроизведения специфику как в плане организации инфраструктуры, так и в плане велосипедной культуры.

2. Понятие велотуризма в европейских странах достаточно четко и глубоко сформулировано. Велосипедный туризм как вид активного туризма объединяет преимущества велоспорта и устойчивого развития городской и сельской среды, данный сектор как форма туризма активно развивается, с каждым годом число людей, увлекающихся велотуризмом, увеличивается во всех европейских странах.

3. Касательно рекомендаций по совершенствованию развития велотуризма в Казахстане (на примере г. Алматы и Алматинской области) необходимо отметить, что существующие географические и климатические условия и дорожная инфраструктура региона будут оказывать значительное влияние. Следовательно, одним из основополагающих условий успешного развития велотуризма является

выявление и оценка конкретных условий данного региона. Кроме того, крайне важно и необходимо учитывать социокультурные особенности населения в целом и велосипедную культуру в частности, поскольку это может повлиять на развитие велотуризма. Развитие городского и областного велосипедного туризма прямо пропорционально развитию местной культуры езды на велосипеде и тесно связано с ежедневным катанием на велосипеде местных жителей. Поскольку велотуризм является прекрасной возможностью для развития практически всех районов Алматинской области, местные органы власти, туристические агентства и различные велосипедные организации (инициативная группа «Вело-Алматы», AlmatyBroTeam (спортивная команда любителей велоспорта), Apple city team (спортивная команда любителей велоспорта)), должны продвигать велотуризм на областном уровне из-за его экономических, физиологических, социальных и экологических преимуществ.

4. На основе проведенного анализа научных данных и собственного практического опыта в велотуризме, рекомендуется:

1) изучать и оценивать определенные потребности велотуристов для передвижения в выбранном месте назначения, чтобы иметь возможность предоставлять качественные услуги, связанные с проживанием, ремонтом велосипедов, организацией питания, которые будут соответствовать спросу и предъявляемым требованиям туристов. Развитие велосипедного туризма как формы устойчивого туризма может быть достигнуто только за счет улучшения инфраструктуры и удобств для туристов;

2) на уровне городского и областного акиматов следует составить совместную региональную программу развития велотуризма в г. Алматы и Алматинской области с целью улучшения существующей дорожной-транспортной инфраструктуры для безопасного передвижения на велосипедах. Необходимо ужесточить контроль со стороны государственных органов за образовательным процессом по обучению правилам дорожного

движения в специализированных организациях. Кроме того, необходимо продвижение велосипедной культуры в регионе, поскольку чем выше велосипедная культура, тем больше будет велотуристов и тем выше спрос на различные услуги в велотуризме. Данные инициативы должны осуществляться на основе прочного союза системы государственного управления в области туризма, контроля безопасности дорожного движения и частных структур, связанных с велотуризмом;

3) необходимо разработать и включить в Концепцию развития отрасли или иной нормативно-правовой акт правила, регулирующие деятельность по развитию велотуризма. На основе разработанных правил выработать требования и государственные меры по устойчивому развитию велотуризма. Далее необходимо разработать конкретные турпродукты и предложения, которые включают в себя развитие и укрепление сотрудничества с различными международными организациями, связанными с велотуризмом, организацию специальных мероприятий (конгрессов, велотуров, велопробегов);

4) также необходимо на следующем этапе развития отрасли разработать рекламные направления на местном, национальном и международном уровне, которые будут привлекать всех субъектов процесса, участвующих в казахстанской системе велотуризма, что должно привести к увеличению числа велотуристов, а, следовательно, и к развитию инфраструктуры велотуризма;

5) системы проката велосипедов должны функционировать в соответствии с меняющимися потребностями и спросом велотуристов на рынке туристских услуг;

6) на исключительно практическом уровне изучить возможность и вынести на публичное рассмотрение с участием всех заинтересованных лиц вопрос о разрешении передвижения велосипедистов по БАКАД хотя бы в пределах двух выходных дней в неделю (в субботу и в воскресенье) в светлое время суток.

## Список литературы

- 1 Lamont M. Introduction: Cycling and Tourism // *Tourism Review International*. - 2014. - №18(1). - pp. 1-15. DOI:10.3727/154427214X13990420684365.
- 2 Johari J., Mhd Rashid M. Cycling activities new attraction destination image and response behaviour for sports tourism in terengganu // *International Journal of Social Science Research*. – 2022. - №4(1). - pp. 242-252.
- 3 Гужова Л.Г., Наймушина А.А. Специфика популяризации велосипедного туризма в мире // *Вестник науки*. – 2020. - №5(26). - Т.3. - С. 30-35.
- 4 Derman E., Keles H. A Conceptual Evaluation of Cycling Tourism in the Context of Sustainable Tourism // *Journal of Tourism & Gastronomy Studies*. - 2023. - №11(2). - pp.1382–1394. DOI: 10.21325/jotags.2023.1248.
- 5 Belotti S. Bicycle tourism, from pandemic to sustainability: “Terre di Casole Bike Hub” project, Belgeo [Online], 2022. – №3. URL: <http://journals.openedition.org/belgeo/56063>. DOI:10.4000/belgeo.56063.

- 6 Cycling tourism insights. <https://www.visitscotland.org/research-insights/about-our-visitors/interests-activities/cycling-tourism> (дата обращения 20.10.2024).
- 7 Buddy van Vugt. Cycling Statistics in Spain: Key Data & Trends <https://www.hammernutrition.eu/article/cycling-statistics-in-spain-key-data-trends-231?srsId=AfmBOoq675fUI08ps8lJtR72UhxQCAvzWAO0QDs1Zay76ouTzZFD0Urr> (дата обращения 22.10.2024).
- 8 Mundet L., Marin J., Figueroa A. How to develop a road cycling tourism destination. Girona as a case study // *Journal of Outdoor Recreation and Tourism*. – 2022. - Vol. 39, - Art. 100566. DOI: 10.1016/j.jort.2022.100566.
- 9 Heather K. State of the Cycling Tour Operators Industry (2024) in Europe and Beyond <https://www.adventuretravelnews.com/state-of-the-cycling-tour-operators-industry-2024-in-europe-and-beyond> (дата обращения 12.11.2024).
- 10 Agathe Daudibon Cycling Tour Operators Industry: new global study shows diversity of the market [https://pro.eurovelo.com/news/2024-09-24\\_cycling-tour-operators-industry-new-global-study-shows-diversity-of-the-market](https://pro.eurovelo.com/news/2024-09-24_cycling-tour-operators-industry-new-global-study-shows-diversity-of-the-market)(дата обращения 12.11.2024).
- 11 The tourism industry goes green with climate action plans but must do more to realise the transformative potential of cycling [https://pro.eurovelo.com/news/2024-10-11\\_the-tourism-industry-goes-green-with-climate-action-plans-but-must-do-more-to-realize-the-transformative-potential-of-cycling](https://pro.eurovelo.com/news/2024-10-11_the-tourism-industry-goes-green-with-climate-action-plans-but-must-do-more-to-realize-the-transformative-potential-of-cycling) (дата обращения 01.11.2024).
- 12 Apply now to host the EuroVelo & Cycling Tourism Conference 2026 [https://pro.eurovelo.com/news/2024-10-28\\_apply-now-to-host-the-eurovelo-cycling-tourism-conference-2026](https://pro.eurovelo.com/news/2024-10-28_apply-now-to-host-the-eurovelo-cycling-tourism-conference-2026) (дата обращения 15.11.2024).
- 13 Duran E., Sevinc F., Harman S. Cycle tourism as an alternative way of tourism development in çanakkale, turkey // *Journal of awareness*, - 2018. - № 3(4). - pp. 25–34. DOI: 10.26809/joa.2018445552.
- 14 Ciascai O.R. Dezzi S. Rus K.A. Cycling Tourism: A Literature Review to Assess Implications, Multiple Impacts, Vulnerabilities, and Future Perspectives // *Sustainability*. – 2022. - Vol. 14. - Iss. 15. - Art. 8983. DOI: 10.3390/su14158983.
- 15 Carra M., Pavesi F.C., Barabino B. Sustainable cycle-tourism for society: Integrating multi-criteria decision-making and land use approaches for route selection // *Sustainable Cities and Society*. - 2023. - Vol. 99. - Art. 104905. DOI: 10.1016/j.scs.2023.104905.
- 16 Ovidiu C., Ștefan D., Karina-Alexandra R. Cycling Tourism: A Literature Review to Assess Implications, Multiple Impacts, Vulnerabilities, and Future Perspectives // *Sustainability*. - 2022. - №14. - Art. 8983. DOI: 10.3390/su14158983.
- 17 Crotti D., Maggi E., Pantelaki E., Urban Cycling Tourism. How Can Bikes and Public Transport Ride Together for Sustainability? FEEM Working Paper No. 1, 2022, Available at SSRN: <https://ssrn.com/abstract=4022040>. DOI: 10.2139/ssrn.4022040.
- 18 Duran E., Sevinc F., Harman S. Cycle tourism as an alternative way of tourism development in Çanakkale, Turkey // *Journal of Awareness*. - 2018. - №3. - pp. 25-34. DOI: 10.26809/joa.2018445552.
- 19 Buning R.J., Gibson H.J. The role of travel conditions in cycling tourism: implications for destination and event management // *Journal of Sport & Tourism* - 2016. - № 20(3–4), - pp. 175–193. DOI: 10.1080/14775085.2016.1155474.
- 20 Lamont M. Reinventing the Wheel: A Definitional Discussion of Bicycle Tourism. *Journal of Sport & Tourism*, - 2009. №14(1), - pp. 5–23. DOI: 10.1080/14775080902847363.
- 21 Mazzulla G. Bellizzi MG., Eboli L., Forciniti C. Cycling for a Sustainable Touristic Mobility: A Preliminary Study in an Urban Area of Italy // *International Journal of Environmental Research and Public Health*. – 2021. - №18(24). - Art. 13375. DOI: 10.3390/ijerph182413375.
- 22 Han H., Lho L.H., Al-Ansi A., Yu, J. Cycling tourism: a perspective article // *Tourism Review*. - 2020. - Vol. 75. - №1. - pp. 162-164. DOI: 10.1108/TR-06-2019-0268.
- 23 Angelovski D. Bicycle culture: from aesthetics to politics. 2016. [https://www.researchgate.net/publication/350408845\\_bicycle\\_culture\\_from\\_aesthetics\\_to\\_politics](https://www.researchgate.net/publication/350408845_bicycle_culture_from_aesthetics_to_politics) (дата обращения 29.10.2024).
- 24 Harry O. Bicycle Research between Bicycle Policies and Bicycle Culture // *Mobility in History*. – 2014. - №5. DOI:10.3167/mih.2014.050103.
- 25 Популярные велотуры Казахстана. <https://velotour.kz/> (дата обращения 20.10.2024).
- 26 Velojol. <https://velojol.kz/index.wsgi/almaty> (дата обращения 29.10.2024).
- 27 Постановление Правительства Республики Казахстан от 28 марта 2023 года № 262. Об утверждении Концепции развития туристской отрасли Республики Казахстан на 2023–2029 годы. <https://adilet.zan.kz/rus/docs/P2300000262>.
- 28 Приказ Министра внутренних дел Республики Казахстан от 30 июня 2023 года № 534. Об утверждении Правил дорожного движения, Основных положений по допуску транспортных средств к эксплуатации, перечня оперативных и специальных служб, транспорт которых подлежит оборудованию специальными световыми и звуковыми сигналами и окраске по специальным цветографическим схемам. <https://adilet.zan.kz/rus/docs/V2300033003>.
- 29 Tengrinews. Осторожно, велодорожка! Алматынец показал опасные маршруты в городе. <https://tengrinews.kz/fotoarchive/ostorojno-velodorojka-almatince-pokazal-opasnye-marshrutyi-1450/> (дата обращения 29.10.2024).

## References

- 1 Lamont M. Introduction: Cycling and Tourism // *Tourism Review International*. - 2014. - № 18(1). - pp. 1-15. DOI:10.3727/154427214X13990420684365.
- 2 Johari J., Mhd Rashid M. Cycling activities new attraction destination image and response behaviour for sports tourism in terengganu // *International Journal of Social Science Research*. – 2022. - №4(1). - pp. 242-252.
- 3 Guzhova L.G., Najmushina A.A. Specifica popularizacii velosipednogo turizma v mire // *Vestnik nauki*. – 2020. - №5(26). - Т.3. - S. 30-35.
- 4 Derman E., Keles H. A Conceptual Evaluation of Cycling Tourism in the Context of Sustainable Tourism // *Journal of Tourism & Gastronomy Studies*. - 2023. - №11(2). - pp.1382–1394. DOI: 10.21325/jotags.2023.1248.
- 5 Belotti S. Bicycle tourism, from pandemic to sustainability: “Terre di Casole Bike Hub” project, Belgeo [Online], 2022. – №3. URL: <http://journals.openedition.org/belgeo/56063>. DOI:10.4000/belgeo.56063.

- 6 Cycling tourism insights. <https://www.visitscotland.org/research-insights/about-our-visitors/interests-activities/cycling-tourism> (data obrashcheniya 20.10.2024).
- 7 Buddy van Vugt. Cycling Statistics in Spain: Key Data & Trends <https://www.hammernutrition.eu/article/cycling-statistics-in-spain-key-data-trends-231?srsId=AfmBOoq675fU108ps8IJr72UhxQCAvzWAO0QDs1Zay76ouTZzFD0Urr> (data obrashcheniya 22.10.2024).
- 8 Mundet L., Marin J., Figueroa A. How to develop a road cycling tourism destination. Girona as a case study // *Journal of Outdoor Recreation and Tourism*. – 2022. - Vol. 39, - Art. 100566. DOI: 10.1016/j.jort.2022.100566.
- 9 Heather K. State of the Cycling Tour Operators Industry (2024) in Europe and Beyond <https://www.adventuretravelnews.com/state-of-the-cycling-tour-operators-industry-2024-in-europe-and-beyond> (data obrashcheniya 12.11.2024).
- 10 Agathe Daudibon Cycling Tour Operators Industry: new global study shows diversity of the market [https://pro.eurovelo.com/news/2024-09-24\\_cycling-tour-operators-industry-new-global-study-shows-diversity-of-the-market](https://pro.eurovelo.com/news/2024-09-24_cycling-tour-operators-industry-new-global-study-shows-diversity-of-the-market) (data obrashcheniya 12.11.2024).
- 11 The tourism industry goes green with climate action plans but must do more to realise the transformative potential of cycling [https://pro.eurovelo.com/news/2024-10-11\\_the-tourism-industry-goes-green-with-climate-action-plans-but-must-do-more-to-realize-the-transformative-potential-of-cycling](https://pro.eurovelo.com/news/2024-10-11_the-tourism-industry-goes-green-with-climate-action-plans-but-must-do-more-to-realize-the-transformative-potential-of-cycling) (data obrashcheniya 01.11.2024).
- 12 Apply now to host the EuroVelo & Cycling Tourism Conference 2026 [https://pro.eurovelo.com/news/2024-10-28\\_apply-now-to-host-the-eurovelo-cycling-tourism-conference-2026](https://pro.eurovelo.com/news/2024-10-28_apply-now-to-host-the-eurovelo-cycling-tourism-conference-2026) (data obrashcheniya 15.11.2024).
- 13 Duran E., Sevinc F., Harman S. Cycle tourism as an alternative way of tourism development in çanakkale, turkey // *Journal of awareness*, - 2018. - № 3(4), - pp. 25–34. DOI: 10.26809/joa.2018445552.
- 14 Ciascai O.R. Dezzi Ş. Rus K.A. Cycling Tourism: A Literature Review to Assess Implications, Multiple Impacts, Vulnerabilities, and Future Perspectives // *Sustainability*. – 2022. - Vol. 14. - Iss. 15. - Art. 8983. DOI: 10.3390/su14158983.
- 15 Carra M., Pavesi F.C., Barabino B. Sustainable cycle-tourism for society: Integrating multi-criteria decision-making and land use approaches for route selection // *Sustainable Cities and Society*. - 2023. - Vol. 99. - Art. 104905. DOI: 10.1016/j.scs.2023.104905.
- 16 Ovidiu C., Ştefan D., Karina-Alexandra R. Cycling Tourism: A Literature Review to Assess Implications, Multiple Impacts, Vulnerabilities, and Future Perspectives // *Sustainability*. - 2022. - №14. - Art. 8983. DOI: 10.3390/su14158983.
- 17 Crotti D., Maggi E., Pantelaki E., Urban Cycling Tourism. How Can Bikes and Public Transport Ride Together for Sustainability?. FEEM Working Paper No. 1, 2022, Available at SSRN: <https://ssrn.com/abstract=4022040>. DOI: 10.2139/ssrn.4022040.
- 18 Duran E., Sevinc F., Harman S. Cycle tourism as an alternative way of tourism development in Çanakkale, Turkey // *Journal of Awareness*. - 2018. - №3. - pp. 25-34. DOI: 10.26809/joa.2018445552.
- 19 Buning R.J., Gibson H.J. The role of travel conditions in cycling tourism: implications for destination and event management // *Journal of Sport & Tourism* - 2016. - № 20(3–4), - pp. 175–193. DOI: 10.1080/14775085.2016.1155474.
- 20 Lamont M. Reinventing the Wheel: A Definitional Discussion of Bicycle Tourism. *Journal of Sport & Tourism*, - 2009. №14(1), - pp. 5–23. DOI: 10.1080/14775080902847363.
- 21 Mazzulla G. Bellizzi MG., Eboli L., Forciniti C. Cycling for a Sustainable Touristic Mobility: A Preliminary Study in an Urban Area of Italy // *International Journal of Environmental Research and Public Health*. – 2021. - №18(24). - Art. 13375. DOI: 10.3390/ijerph182413375.
- 22 Han H., Lho L.H., Al-Ansi A., Yu, J. Cycling tourism: a perspective article // *Tourism Review*. - 2020. - Vol. 75. - №1. – pp. 162-164. DOI: 10.1108/TR-06-2019-0268.
- 23 Angelovski D. Bicycle culture: from aesthetics to politics. 2016. [https://www.researchgate.net/publication/350408845\\_bicycle\\_culture\\_from\\_aesthetics\\_to\\_politics](https://www.researchgate.net/publication/350408845_bicycle_culture_from_aesthetics_to_politics) (data obrashcheniya 29.10.2024).
- 24 Harry O. Bicycle Research between Bicycle Policies and Bicycle Culture // *Mobility in History*. – 2014. - №5. DOI:10.3167/mih.2014.050103.
- 25 Populyarnye velotury Kazahstana. <https://velotour.kz/> (data obrashcheniya 20.10.2024).
- 26 Velojol. <https://velojol.kz/index.wsgi/almaty> (data obrashcheniya 29.10.2024).
- 27 Postanovlenie Pravitel'stva Respubliki Kazahstan ot 28 marta 2023 goda № 262. Ob utverzhdenii Konceptii razvitiya turistskoj otrasli Respubliki Kazahstan na 2023–2029 gody <https://adilet.zan.kz/rus/docs/P2300000262>.
- 28 Prikaz Ministra vnutrennih del Respubliki Kazahstan ot 30 iyunya 2023 goda № 534. Ob utverzhdenii Pravil dorozhnogo dvizheniya, Osnovnyh polozhenij po dopusku transportnyh sredstv k ekspluatatsii, perechnya operativnyh i special'nyh sluzhbb, transport kotoryh podlezhit oborudovaniyu special'nymi svetovymi i zvukovymi signalami i okraske po special'nyh cvetograficheskim skhemam <https://adilet.zan.kz/rus/docs/V2300033003>.
- 29 Tengrinews. Ostorozhno, velodorozhka! Almatinec pokazal opasnye marshruty v gorode. <https://tengrinews.kz/fotoarchive/ostorozhno-velodorozhka-almatinets-pokazal-opasnyie-marshrutyi-1450/> (data obrashcheniya 29.10.2024).

<p><b>Хат-хабарларға арналған автор (бірінші автор)</b>                  Авсиевич Виталий Николаевич – PhD, қауымдастырылған профессор, «Banzai Fitness» фитнес клубтар желісі, Алматы қ., Қазақстан, e-mail: qwer75tyu@mail.ru, ORCID ID: <a href="https://orcid.org/0000-0002-6790-726X">https://orcid.org/0000-0002-6790-726X</a></p>	<p><b>Автор для корреспонденции (первый автор)</b>                  Авсиевич Виталий Николаевич - PhD, ассоциированный профессор, Сеть фитнес клубов «Банзай фитнес», г. Алматы, Казахстан, e-mail: qwer75tyu@mail.ru, ORCID ID: <a href="https://orcid.org/0000-0002-6790-726X">https://orcid.org/0000-0002-6790-726X</a></p>	<p><b>The Author for Correspondence (The First Author)</b>                  Avsiyevich Vitaliy Nikolaevich – PhD, Associate Professor, Fitness club chain “Banzai Fitness”, Almaty, Kazakhstan, e-mail: qwer75tyu@mail.ru, ORCID ID: <a href="https://orcid.org/0000-0002-6790-726X">https://orcid.org/0000-0002-6790-726X</a></p>
--	--	--



---

## Сведения об авторах

**Абишев Кендибай Саметович** – кандидат педагогических наук, старший преподаватель, Казахский национальный педагогический университет имени Абая, г. Алматы, Республика Казахстан. e-mail: kendecken@mail.ru, ORCID iD: <https://orcid.org/0009-0006-2662-5350>

**Авсиевич Виталий Николаевич** – PhD, ассоциированный профессор, Сеть фитнес клубов «Банзай фитнес», г. Алматы, Республика Казахстан, e-mail: qwer75tyu@mail.ru, ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0002-6790-726X>

**Агелеуова Айгуль Токтархановна** – кандидат философских наук, Казахская академия спорта и туризма, г. Алматы, Казахстан. e-mail: aigulinskaya@mail.ru, ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0001-9541-5046>

**Алимханов Елемес** – доктор педагогических наук, профессор, Казахский национальный университет им. аль-Фараби, г. Алматы, Республика Казахстан. e-mail: el-2050@mail.ru

**Әділ Мұрал** – магистр педагогических наук, Казахский национальный университет им. аль-Фараби, г. Алматы, Республика Казахстан. e-mail: dilmural212@gmail.com

**Бауржан Мадина Бауржанқызы** – PhD, руководитель отдела науки, Академия физической культуры и массового спорта, г. Астана, Республика Казахстан. e-mail: madina\_baurzhan@mail.ru, ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0003-1244-8673>

**Ботагариев Тулеген Амиржанович** – доктор педагогических наук профессор, Актюбинский региональный университет им. К. Жубанова, г. Актобе, Республика Казахстан. e-mail: Tulegen\_079@mail.ru, ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0002-9099-2060>

**Бронский Евгений Васильевич** – кандидат педагогических наук, ассоциированный профессор высшей школы искусства и спорта Павлодарского педагогического университета имени Әлкей Марғұлан, г. Павлодар, Республика Казахстан. e-mail: Evena\_salto@mail.ru, ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0002-5905-771X>

**Быстрицкая Елена Витальевна** – доктор педагогических наук, профессор, профессор кафедры психологии, Московский государственный университет спорта и туризма, г. Москва, Российская Федерация. e-mail: oldlady@mail.ru, ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0002-1613-1035>

**Ганибаев Нурлан Сагидуллаевич** – магистр педагогических наук, старший преподаватель, Казахская академия спорта и туризма, г. Алматы, Республика Казахстан, e-mail: kafedraboksa1994@mail.ru, ORCID iD: <https://orcid.org/0009-0003-4370-4681>

**Губа Владимир Петрович** – доктор педагогических наук, профессор, профессор кафедры теории и методики волейбола, Российский университет спорта (ГЦОЛИФК), г. Москва, Российская Федерация. e-mail: smolguba67@mail.ru

**Досжанова Гулнур Нурлановна** – Phd, главный научный сотрудник НИИ профилактической медицины имени академика Е. Даленова, НАО «Медицинский университет Астана», г. Астана, Республика Казахстан. e-mail: doszhanova.g@amu.kz, ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0001-8255-6261>

**Дошыбеков Айдын Багдатович** – PhD, Казахская академия спорта и туризма, г. Алматы, Республика Казахстан. e-mail: Doshybekov@mail.ru, ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0002-4284-3722>

**Дукетаев Болатбек Асилбекович** – магистр педагогических наук, и.о. ректора, Академия физической культуры и массового спорта, г. Астана, Республика Казахстан, e-mail: duketaev.bolatbek@mail.ru, ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0002-0706-7721>

**Есеева Айбарша Ахметжановна** – старший преподаватель Научно-исследовательского института профилактической медицины им. Е.Д. Даленова, г. Астана, Республика Казахстан. e-mail: Aibarsha\_72@mail.ru, ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0004-8125-981X>

**Ерданова Гулзинеб Серикбайқызы** – магистр, Казахский национальный педагогический университет имени Абая, г. Алматы, Республика Казахстан, e-mail: gulzi.erdanova@gmail.com, ORCID iD: <https://orcid.org/0009-0005-4181-4400>

**Жидовинова Анна Вячеславовна** – PhD, старший преподаватель, Казахская академия спорта и туризма, г. Алматы, Республика Казахстан, e-mail: skarlettt2020@gmail.com, ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0003-3864-1586>

**Жуманова Алия Султангалиевна** – доктор педагогических наук, профессор, Казахская академия спорта и туризма, г. Алматы, Республика Казахстан. e-mail: alis005@mail.ru, ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0002-7891-5425>

---

**Жунусбеков Жаксыбек Ибрагимович** – кандидат педагогических наук, профессор, заслуженный тренер Республики Казахстан, Казахская академия спорта и туризма, г. Алматы, Республика Казахстан. e-mail: zhakz@mail.ru, ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0003-0349-976X>

**Искакова Альмира Джуресовна** – кандидат педагогических наук, ассоциированный профессор, Казахский университет международных отношений и мировых языков имени Абылай хана, г. Алматы, Республика Казахстан. e-mail: mika-vaka1970@mail.ru, ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0002-3450-7243>

**Касымбекова Сауле Ильясовна** – доктор педагогических наук, профессор, Казахский национальный университет им. аль-Фараби, г. Алматы, Республика Казахстан. e-mail: saule.kassymbekova06@gmail.com

**Кифик Наталья Юрьевна** – кандидат педагогических наук, ассоциированный профессор, Костанайский региональный университет им. А. Байтұрсынұлы, г. Костанай, Республика Казахстан. e-mail: Kifik\_nataly@mail.ru, ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0001-5272-763X>

**Кожемякина Надежда Николаевна** – старший преподаватель Научно-исследовательского института профилактической медицины им. Е.Д. Даленова, г. Астана, Республика Казахстан. e-mail: kozhemyakina-nad@mail.ru, ORCID iD: <https://orcid.org/0009-0007-6451-0711>

**Кубиева Светлана Сарсенбаевна** – кандидат педагогических наук, ассоциированный профессор, Актюбинский региональный университет им. К. Жубанова, г. Актобе, Республика Казахстан. e-mail: Kudieva\_S@mail.ru, ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0002-7237-922X>

**Кулбаев Айбол Тиналович** – PhD, ассоциированный профессор, Академия физической культуры и массового спорта, г. Астана, Республика Казахстан. e-mail: shirganak\_aibol@mail.ru, ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0001-8239-0599>

**Куспанов Нурбол Сагиндыкович** – докторант, Казахская академия спорта и туризма, г. Алматы, Республика Казахстан. e-mail: kuspanov\_82@mail.ru

**Лебедева Валентина Ильинична** – кандидат педагогических наук, ассоциированный профессор, декан высшей школы искусства и спорта Павлодарского педагогического университета имени Әлкей Марғұлан, г. Павлодар, Республика Казахстан. e-mail: lebedeva-vi@mail.ru

**Марчибаева Улбосын Саметхановна** – кандидат педагогических наук, и.о. профессора, Евразийский национальный университет имени Л.Н. Гумилева, г. Астана, Республика Казахстан, e-mail: marchibayeva\_us@enu.kz, ORCID iD: 0000-0003-4697-8904

**Мухамбет Жасын Серикбайұлы** – PhD, ассоциированный профессор, Академия физической культуры и массового спорта, г. Астана, Казахстан, e-mail: zhas\_ski@mail.ru, ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0001-7435-9022>

**Мучкин Дмитрий Павлович** – кандидат педагогических наук, ассоциированный профессор, Павлодарский педагогический университет имени Әлкей Марғұлан, г. Павлодар, Республика Казахстан. e-mail: pochta\_dem\_m@mail.ru, ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0003-2648-2047>

**Оразалиева Айдана Еркінбекқызы** – магистрант второго курса, Научно-исследовательский институт профилактической медицины им. Е.Д. Даленова, НАО «Медицинский университет Астана», г. Астана, Республика Казахстан. e-mail: aidanor2001@gmail.com, ORCID iD: <https://orcid.org/0009-0009-3843-4377>

**Пустошило Павел Викторович** – кандидат педагогических наук, доцент, заведующий кафедрой иностранных языков, Московский государственный университет спорта и туризма, г. Москва, Российская Федерация, e-mail: pustoshilo.pv@mgusit.ru, ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0002-9860-0674>

**Рыскалиев Саят Нурболатович** – магистр, Западно-Казахстанский университет имени М.Утемисова, г. Уральск, Республика Казахстан, e-mail: sayat813@mail.ru, ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0001-7552-5088>

**Саутов Рахмет Тюлимбаевич** – магистр педагогических наук, Казахская академия спорта и туризма, г. Алматы, Республика Казахстан, e-mail: rakhmet@bk.ru, ORCID iD: <https://orcid.org/0009-0007-5327-9251>

**Сейсенбеков Ерлан Кенжебаевич** – кандидат педагогических наук, профессор, Казахский национальный педагогический университет имени Абая, г. Алматы, Республика Казахстан, e-mail: Yerlan\_fks@mail.ru, ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0002-3491-1799>

**Сексенов Василий Айтмухамедович** – магистр педагогики, преподаватель-эксперт, Павлодарский педагогический университет имени Әлкей Марғұлан, г. Павлодар, Республика Казахстан. e-mail: 221988@mail.ru, ORCID iD: <https://orcid.org/0009-0006-2853-9800>

---

**Семёнова Марина Васильевна** – кандидат педагогических наук, ассоциированный профессор высшей школы искусства и спорта Павлодарского педагогического университета имени Әлкей Марғұлан, г. Павлодар, Республика Казахстан. e-mail: [semyonovamv@mail.ru](mailto:semyonovamv@mail.ru)

**Сыздыкова Сауле Жумабаевна** – кандидат педагогических наук, НИИ профилактической медицины имени академика Е.Д. Даленова, НАО «Медицинский университет Астана», г. Астана, Республика Казахстан. e-mail: [syzdykova59@mail.ru](mailto:syzdykova59@mail.ru), ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0001-7227-4893>

**Тен Алина Владимировна** – PhD, и.о. проректора по науке и международному сотрудничеству, Академия физической культуры и массового спорта, г. Астана, Республика Казахстан. e-mail: [alishaten87@mail.ru](mailto:alishaten87@mail.ru), ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0003-0995-9966>

**Тазабек Еркебұлан Нұрланұлы** – магистр педагогических наук, старший преподаватель, Казахская академия спорта и туризма, г. Алматы, Республика Казахстан, e-mail: [alma.kala@mail.ru](mailto:alma.kala@mail.ru), ORCID iD: <https://orcid.org/0009-0007-5271-7619>

**Тищенко Валерия Алексеевна** – доктор наук (физическая культура и спорт), профессор, Запорожский национальный университет, г. Запорожье, Украина. e-mail: [valeri-znu@ukr.net](mailto:valeri-znu@ukr.net), ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0002-9540-9612>

**Токарева Светлана Витальевна** – магистр педагогических наук, старший преподаватель, Казахская академия спорта и туризма, г. Алматы, Республика Казахстан, e-mail: [atevs\\_83@mail.ru](mailto:atevs_83@mail.ru), ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0001-7037-1761>

**Усина Жанар Амангельдиновна** – кандидат педагогических наук, ассоциированный профессор, Евразийский национальный университет имени Л.Н. Гумилева, г. Астана, Республика Казахстан, e-mail: [zhanar100@mail.ru](mailto:zhanar100@mail.ru), ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0001-5897-8173>

**Устемиров Бейбит Талимұлы** – доктор педагогических наук, Казахский национальный университет им. Аль-Фараби, г. Алматы, Республика Казахстан. e-mail: [beubit.ustemirov@bk.ru](mailto:beubit.ustemirov@bk.ru)

**Шелудько Евгения Васильевна** – выпускница образовательной программы «Туризм» Костанайский региональный университет имени Ахмет Байтұрсынұлы, г. Костанай, Республика Казахстан. e-mail: [sheludkoevgenia@gmail.com](mailto:sheludkoevgenia@gmail.com)

**Шепетюк Михаил Николаевич** – кандидат педагогических наук, профессор, Заслуженный тренер Республики Казахстан, Казахская академия спорта и туризма, г. Алматы, Республика Казахстан. e-mail: [sport\\_prorektor@kazast.kz](mailto:sport_prorektor@kazast.kz)

**Шепетюк Наталия Михайловна** – кандидат педагогических наук, старший преподаватель кафедры физического воспитания и спорта, Казахский Национальный университет имени аль-Фараби, г. Алматы, Казахстан. e-mail: [nshepetyuk82@mail.ru](mailto:nshepetyuk82@mail.ru)

**Шкваренко Никита Сергеевич** – магистр туризма, Костанайский региональный университет имени Ахмет Байтұрсынұлы, г. Костанай, Республика Казахстан. e-mail: [nikitasergei4@mail.ru](mailto:nikitasergei4@mail.ru), ORCID iD: <https://orcid.org/0009-0001-7755-2095>

## Құрметті авторлар!

«Дене тәрбиесінің теориясы мен әдістемесі» ғылыми-теориялық журналында мәліметтерді жариялау Open Journal System - ғылыми мақалаларды онлайн-ұсыну және пікір беру жүйесін пайдалану арқылы жүзеге асырылады. Тіркеу немесе авторландыру «Мәліметтерді жіберу» бөлімінде қол жетімді. Журналдың сайты <http://tmfk.kz/>

### МАҚАЛАЛАРДЫ РӘСІМДЕУГЕ ҚОЙЫЛАТЫН ТАЛАПТАР

Редакциялық кеңес журналының ғылыми бағыттары бойынша бұрын жарияланбаған мақалаларды қабылдайды. Мақала электрондық форматта (doc, .docx, .rtf форматта), текжурнал сайтының (Open Journal System) функционалдығымен жүктеу арқылы ұсынылады.

Журналдың пішімі: Microsoft Word (doc). Парақ пішімі: А4. Жоғарғы және төменгі жиегі – 2 см, сол жағы – 3 см, оң жағы – 1 см. Негізгі қаріп: Times New Roman. Негізгі мәтіннің қаріп өлшемі: 12 кегль. Кестелердің, сілтемелердің, сызбалардың, кестелердің, диаграммалар мен суреттердің мәтнінде кіші өлшемдегі қаріпті (12 кегель) пайдалануға рұқсат етіледі. Жоларалық интервал: дара. Мәтінді туралау: ені бойынша, сөз тасымалысыз болу тиіс. Азат жол (қызыл жол): 1,0 см.

Мақалада мәтін суреттердің жанына емес, төмен жағына жазылады. Суреттер анық болуы керек, олардағы жазулар оңай оқылуы керек. Суреттер мен кестелерде қол болмауы керек. Суреттер тұтас пішімде болуы тиіс (жекелеген бөліктерді, фигураларды, жазбаларды және т.б. біріктіріп сурет жасауға болмайды). Барлық суреттер мен кестелер нөмірленуі керек. Кестелер мен суреттерді нөмірлеу бөлек жүргізіледі. Мақала мәтнінде міндетті түрде кестелерге, суреттерге, графиктерге сілтемелер болуы тиіс. Барлық кестелер мен суреттердің дереккөз сілтемелері көрсетілуі тиіс (егер кесте немесе сурет басқа жерден алынған болса) немесе авторлардың суреті болса, қол қойылуы тиіс. Статистикалық деректерді пайдаланған кезде кестелер мен суреттерде көрсетілуі тиіс - (Авторлар .... деректер негізінде құрастырған).

Формуларды жасау үшін тек стандартты Microsoft Office құралдарын пайдаланыңыз.

Мақаланы журналға жариялауға берген кезде төменде көрсетілгендерге жол берілмейді:

- беттерді нөмірлеу;
- мәтінде беттердің алшақтықтарын пайдалану;
- автоматты бет сілтемелерін пайдалану;
- автоматты тасымалдарды пайдалану;
- сирек немесе тығыздалған әріптік аралықты пайдалану;
- мақаланың бөлімдері ішінде қалың қаріппен мәтінді белгілеу.

Әдебиет тізімдерінің сілтемелері тік жақшада рәсімделеді:

Қазақ тілінде – [1]; [1, б. 78]; [189, б. 42-43].

Орыс тілінде – [1]; [1, с.78]; [189, с. 42-43].

Ағылшын тілінде - [1]; [1, б.78]; [189, р. 42-43].

Мақала көлемі – 7 беттен кем болмауы керек.

Мақаланың түпнұсқалығы кем дегенде 60% болуы керек. Түпнұсқалығы 40% және одан жоғары болса, егер мақалада пайдаланылған материал және авторлық қорытындылар толық талданған болса, бір ақпарат көзінен бұрыс және көп көлемде ақпарат алынбаған жағдайда шолу мақалаларына қабылданады.

Мақала келесі ережелерге сәйкес рәсімделуі тиіс: жоғарғы сол жақ бұрышында –FTAMP, бос жолдан кейін, ортасында авторлардың тегі және аты-жөнінің инициалы (5 автордан көп емес), төменірек ЖОО-ның немесе ғылыми мекеменің атауын, мемлекет пен қала атауын жазу керек. Ортасында бос жолдан кейін мақаланың атауы бас әріптермен жазылады. Бос жолдан кейін, парақтың ені бойынша бос жолдан кейін – аңдатпа (100-200 сөз аралығында) және 5-7 түйін сөздер және бос жолдан кейін, мақаланың мәтіні жазылады. Мақаланың соңында бос жолдан кейін әдебиет тізімі көрсетіледі. Әрі қарай, аударылған әдебиеттер тізімі.

Мақала атауы, авторлардың толық аты-жөні, аңдатпа және түйін сөздер үш тілде (қазақ, орыс, ағылшын) болуы тиіс. Аударма сапалы және мамандар тарапынан орындауы керек. Жеке парақта авторлардың толық аты-жөні, ғылыми (академиялық) дәрежелері мен ғылыми атақтары (бар болса), лауазымы, кафедра, ұйым, қызметтік мекен-жайлары, телефондары және e-mail адресі толық көрсетіледі.

Аңдатпа орыс, қазақ және ағылшын тілдерінде **100-200 сөзден** тұрып, мақаланың мазмұнын көрсету керек, себебі көптеген оқырмандар үшін бұл зерттеу туралы негізгі ақпарат көзі болады.

Барлық қысқартулар мақалада бірінші рет қолданған кезде толық жазылуы керек.

**Мақаланың құрылымы:** Кіріспе (зерттеудің өзектілігі, мақсаты мен міндеттері); **Әдістер мен материалдар, Нәтижелер, Талқылау, Қорытындылар, Әдебиет тізімі.**

Автордың (лардың) аты-жөнін\*, мақаланың атауын және «Аңдатпа», «Түйін сөздер», «Кіріспе» (зерттеудің өзектілігі, мақсаты мен міндеттері), «Әдістер мен материалдар», «Нәтижелер», «Талқылау», «Қорытындылар», «Әдебиет тізімі» бөлімдерінің атауларын қалың қаріппен жазып көрсету қажет.

\* Хат - хабарға арналған авторды (бірінші авторды) автордың аты-жөнінен кейін латын әрпімен «а» белгілеу қажет, мысалы, <sup>1</sup>Құлбаев А.Т.<sup>2</sup>, <sup>2</sup>Бектурганов Ө.Е.

«Әдістер мен материалдар» бөлімі мыналарды қамтуы керек:

- зерттеу жүргізу үрдісі;
- үлгі сипаттамасы: эксперимент немесе сауалнама қатысушылардың саны, жынысы, жасы және басқа да сипаттамалары;

- зерттеу барысында қолданылған әдістер мен әдістемелердің сипаттамасы;
- талдау және статистикалық өңдеу әдістері және репродуктивтілікті қамтамасыз етудің басқа тәсілдері.

Сандық деректерді ұсыну кезінде талдау мен статистикалық өңдеудің заманауи әдістерін қолдану қажет

Библиографияда негізгі жұмыстардан және соңғы 5 жылдағы жарияланымдардан басқа, Web of Science, SCOPUS, РҒДИ (РИНЦ) базаларына кіретін жоғары дәйексөзді шетелдік және қазақстандық журналдардың мақалаларына сілтемелер болуы тиіс. Авторлар өз еңбектерін 30%-дан аспайтын көлемде дәйексөз ретінде пайдалана алады. Мәтіндері интернет желісінде қолжетімді болса, барлық дереккөздер үшін URL мекенжайын (сілтемені) және жүгіну күнін көрсету ұсынылады.

17. Әдебиеттер тізімін (алфавит бойынша емес) мәтіндегі дереккөздердің аталуына қарай, мақаланың соңында көрсету керек. Қазақ және орыс тілдерінде әдебиеттер тізімі МС7.1-2003 «Библиографиялық жазба. Библиографиялық сипаттама «Құрастырудың жалпы талаптары мен ережелері» талаптарына сәйкес рәсімделеді (Білім және ғылым саласында сапаны қамтамасыз ету комитетінің тізіміне кіретін басылымдарға қойылатын талаптар).

**Авторлар библиографиялық мәліметтердің дұрыстығына жауап береді.**

Жарияланбаған диссертациялық жұмыстарға сілтеме жасауға жол берілмейді.

Әдебиеттер тізімінде пайдаланылған дереккөздердің дұрыс сипаттамасы келтірілген жарияланым оның авторлары мен олар ұсынатын ұйымдардың ғылыми қызметін бағалау кезінде ескерілетіндігінің кепілі болып табылады.

Әдебиеттер тізімінде кириллицада ұсынылған жұмыстар болған жағдайда, әдебиеттер тізімін екі нұсқада ұсыну қажет:

Біріншісі - түпнұсқада;

Екіншісі - романизацияланған алфавитпен (транслитерация <http://www.translit.ru>).

*Мысалы:*

### **Әдебиет тізімі**

1 Сайлау Т.Б. Теория управления тренировочным процессом в спорте / IX Междунар. науч. конф. «Тенденции развития спорта высших достижений»: сб. науч. тр. – М.: ЦНИИС, 2022. – С. 34-37.

### **References**

1 Sajlau T.B. Teorija upravljenja trenirovochnym processom v sporte / IX Mezhdunar. науч. конф. «Tendencii razvitiya sporta vysshih dostizhenij»: sb. науч. tr. – М.: CNIIS, 2022. – S. 34-37.

Ағылшын тіліндегі мақалаларда әдебиеттер тізімі тек ағылшын тілінде ұсынылады, мысалы:

### **References**

1 Arcelli, E., Canova R. Treirovka v marafonskombege: nauchni podhod [Training in marathon running: a scientific approach]. Moscow, House Terra-Sport Publ. – 2000. – 70 p.

2 Kiryanov M.A., Kalinin I.N., Kharitonova L.G. [Rheographic performance athletes cyclic sports]. Bulletin of the South Ural state University. Ser. Education, Healthcare Service, Physical Education. – 2010. – №24 (200). – pp. 125-128 (in Russ.).

3 Krotee M.L. Management of Physical Education and Sport. McGraw-Hill Humanities / Social Sciences / Languages. – 2006. – 624 p.

### **Авторлар туралы мәліметтер**

Жеке бетте әрбір автор туралы қосымша мәліметтер көрсетіледі: толық аты-жөні қазақ, орыс және ағылшын тілдерінде, ғылыми (академиялық) дәрежелер мен ғылыми атақтары (болған жағдайда), лауазымы, ұйымы, байланыс телефондары, қолданып жүрген e-mail адресі, ORCID цифрлық сәйкестендіргіші URL (сілтеме).

Баспахана, түзету қызметтеріне шығындарды өтеу, РҒДИ және Crossref базаларында орналастыру, DOI-сәйкестендіргішін беру мақсатында мақалаларды жариялау ақылы негізде жүзеге асырылады.

Мақаланы жариялау құны (формат А4, 12 кегль, 1,0 интервал, қаріп Times New Roman) **25 000** теңгені құрайды (сыртқы құпия пікір беруді ескере отырып). Сыртқы құпия пікір берушілерді редакциялық кеңес тағайындайды.

**Мақаланы, редакция жариялауға қабылдау туралы хабарлағаннан кейін ғана, төлем төменде көрсетілген банктік деректемелер бойынша жүзеге асырылады (ҚР азаматтары үшін ағымдағы шот ашу қажет):**

NAO KAZ AKAD SPORTA I TURIZMA (KAZAST)

ABAY AVENUE, 85, ALMATY, KAZAKHSTAN

Account: KZ 07856000000011507 (KZT);

KZ 57856000004009529 (EURO);

KZ 21856000005479598 (USD);

KZ 508562203309006737 (RUB)

RNN 600700016358

BIN 010840001890

SWIFT KCJBKZKX

КБе 16 JSC BANKCENTERCREDIT, ALMATY KZ

Branch: SWIFT KCJBKZ1ALM

---

## МАҚАЛАНЫ РӘСІМДЕУ ҮЛГІСІ

ҒТАМР 77.01.79

<sup>1</sup>Бахтиярова С.Ж. <sup>а</sup>, <sup>2</sup>Андрущишин И.Ф.

<sup>1</sup>Жәңгір хан атындағы батыс қазақстан аграрлық-техникалық университеті, Орал қ., Қазақстан Республикасы

<sup>2</sup>Қазақ спорт және туризм академиясы, Алматы қ., Қазақстан Республикасы

ОЛИМПИАДАЛЫҚ БІЛІМ БЕРУ: МАМАНДАР КӨЗҚАРАСЫМЕН

Бахтиярова Саягуль Жақсыбаевна, Андрущишин Иосиф Францевич  
**Олимпийское образование: взгляд специалистов**

**Аннотация.** 100-200 слов

**Ключевые слова:** 5-7 слов

Бахтиярова Саягуль Жақсыбаевна, Андрущишин Иосиф Францевич  
**Олимпиадалық білім беру: мамандар көзқарасымен**

**Аңдатпа.** 100-200 сөз

**Кілттік сөздер:** 5-7 сөз

Bakhtiyarova Sayagul, Andrusyshyn Iossif

**Olympic education: the view of specialists**

**Abstract.** 100-200 words

**Key words:** 5-7 words

**Кіріспе...** мақала мәтіні

**Әдістер мен материалдар.** ...мақала мәтіні

**Нәтижелер.** ...мақала мәтіні

**Талқылау.** ...мақала мәтіні

**Қорытындылар.** ...мақала мәтіні

### Әдебиет тізімі

1 Закон Республики Казахстан от 3 июля 2014 года № 228-V «О физической культуре и спорте» (с изменениями и дополнениями по состоянию на 20.08.2024 г.). [https://online.zakon.kz/Document/?doc\\_id=31576150](https://online.zakon.kz/Document/?doc_id=31576150) (дата обращения 20.10.2024).

2 Андрущишин И.Ф., Бахтиярова С.Ж. Олимпийское образование в подготовке специалистов в области физической культуры // Теория и методика физической культуры. – 2019. - №3 (57). – С.11-15.

3 Сайлау Т.Б. Теория управления тренировочным процессом в спорте / IX Междунар. науч. конф. «Тенденции развития спорта высших достижений»: сб. науч. тр. – М.: ЦНИИС, 2022. – С. 34-37.

4 Аналитический доклад 2012/2018. – Текст: электронный // Комитет по делам спорта и физической культуры Министерства культуры и спорта РК. – URL: <http://sport.gov.kz/ru/документы/аналитический-доклад-2012/2018-2> (дата обращения: 22.11.2018).

### References

1 Zakon Respubliki Kazahstan ot 3 ijulja 2014 goda № 228-V «O fizicheskoj kul'ture i sporte» (s izmenenijami i dopolnenijami po sostojaniju na 20.08.2024 g.). [https://online.zakon.kz/Document/?doc\\_id=31576150](https://online.zakon.kz/Document/?doc_id=31576150) (data obrashhenija 20.10.2024).

2 Andrushhishin I.F., Bahtijarova S.Zh. Olimpijskoe obrazovanie v podgotovke specialistov v oblasti fizicheskoj kul'tury // Teorija i metodika fizicheskoj kul'tury. – 2019. - №3 (57). – S.11-15.

3 Sajlau T.B. Teorija upravlenija trenirovochnym processom v sporte / IX Mezhdunar. nauch. konf. «Tendencii razvitija sporta vysshih dostizhenij»: sb. nauch. tr. – M.: CNIIS, 2022. – S. 34-37.

4 Analiticheskij-doklad-2012/2018. – Tekst: jelektronnyj // Komitet po delam sporta i fizicheskoj kul'tury Ministerstva kul'tury i sporta RK. – URL: <http://sport.gov.kz/ru/ dokumenty/analiticheskij-doklad-2012/2018-2> (data obrashhenija: 22.11.2018).

---

**АВТОРЛАР ТУРАЛЫ МӘЛІМЕТТЕР:**

**Андрущишин Иосиф Францевич** – педагогика ғылымдарының докторы, профессор; Қазақ спорт және туризм академиясы; Алматы қ., Қазақстан Республикасы.

**Андрущишин Иосиф Францевич** – доктор педагогических наук, профессор; Казахская академия спорта и туризма; г. Алматы, Республика Казахстан.

**Andrushchishin Iosif Frantsevich** – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor; Kazakh Academy of Sport and Tourism; Almaty, Republic of Kazakhstan.

**e-mail:** ifandru2@mail.ru.

**ORCID:** <https://orcid.org/0000-0003-0995-9966>

---

*Пікір берушінің пікіріне сәйкес мақала авторларға қайта өңдеу және түзету үшін қайтарылған жағдайда, мақала 20 жұмыс күні ішінде түзетілген нұсқа түрінде қайтарылуы тиіс. Көрсетілген түзету мерзімінен кейін түскен мақалалар жаңадан түскен мақала ретінде қарастырылады. Редакция қажетті нақтылаулар мен қысқартулар жасау құқығын, сондай-ақ авторларға өз мақалаларын қысқартуды ұсыну құқығын өзіне қалдырады.*

---

## Уважаемые авторы!

Публикация материалов в научно-теоретическом журнале «Теория и методика физической культуры» осуществляется с использованием Open Journal System - системы онлайн-подачи и рецензирования научных статей. Регистрация или авторизация доступны в разделе «Отправка материала». Сайт журнала <http://tmfk.kz/>

### ТРЕБОВАНИЯ К ОФОРМЛЕНИЮ СТАТЕЙ

Редакционный совет принимает ранее неопубликованные статьи по научным направлениям журнала. Статья представляется в электронном формате (в форматах .doc, .docx, .rtf) ТОЛЬКО посредством ее загрузки через функционал сайта журнала (Open Journal System).

Формат файла: Microsoft Word (docx). Формат листа: А4. Поля: верхнее и нижнее — 2 см, левое — 3 см, правое — 1 см. Основной шрифт: Times New Roman. Размер шрифта основного текста: 12 пунктов. Допускается использование шрифта меньшего размера (12 пунктов) в тексте таблиц, ссылок, схем, графиков, диаграмм и рисунков. Межстрочный интервал: одинарный. Выравнивание текста: по ширине, без переноса слов. Абзацный отступ (красная строка): 1,0 см.

Рисунки в тексте статьи располагаются без обтекания текстом. Рисунки должны быть четкими, надписи на них — легко читаемыми. Подписи не должны быть частью рисунков или таблиц. Рисунки должны иметь цельный формат (не допустимо составление рисунка из отдельных частей в виде вставок, фигур, надписей и т.д.). Все рисунки и таблицы должны быть пронумерованы. Нумерация таблиц и рисунков ведется раздельно. В тексте статьи обязательно должны содержаться ссылки на таблицы, рисунки, графики. Все таблицы и рисунки должны иметь ссылку на источник (если таблица или рисунок заимствованы) или подписаны «Рисунок/фото автора (-ов)». При использовании статистических данных в таблицах и рисунках должно быть указано - (Составлено автором (-ами) на основе данных...).

Для составления формул использовать только стандартные средства Microsoft Office.

При подаче статьи для публикации в журнал не допускается:

- нумерация страниц;
- использование в тексте разрывов страниц;
- использование автоматических постраничных ссылок;
- использование автоматических переносов;
- использование разреженного или уплотненного межбуквенного интервала;
- выделение текста жирным шрифтом внутри разделов статьи.

Ссылки на литературу оформляются в квадратных скобках:

На казахском языке - [1]; [1, б. 78]; [189, б. 42-43].

На русском языке - [1]; [1, с. 78]; [189, с. 42-43].

На английском языке - [1]; [1, p. 78]; [189, p. 42-43].

Объем статьи – не менее 7 страниц.

Оригинальность статьи должна быть не менее 60%. Для обзорных статей допускается оригинальность в объеме 40% и выше, при наличии в статье полноценного анализа использованного материала и авторских выводов, отсутствии некорректных заимствований, отсутствии заимствований большого объема из одного источника.

**Статья должна быть оформлена в строгом соответствии со следующими правилами:** в верхнем левом углу – МРНТИ, через пустую строку по центру – фамилия и инициалы автора (-ров) (не более 5 авторов), ниже без пропуска наименование вуза или научного учреждения, город и страна. Через пустую строку по центру прописными буквами – название статьи. Далее через пустую строку по ширине страницы – аннотация (от 100 до 200 слов) и ключевые слова (5-7 слов) и через пустую строку – текст статьи. В конце статьи через пустую строку – «Список литературы». И далее транслитерированный список литературы.

Название статьи, ФИО авторов (полностью), аннотация и ключевые слова должны быть на трех языках (казахский, русский, английский). Перевод должен быть качественным и выполнен специалистами.

**Аннотация**, объемом **100-200 слов**, на русском, казахском и английском языках, должна отражать содержание статьи, поскольку для большинства читателей она будет главным источником информации о проведенном исследовании.

Все аббревиатуры и сокращения должны быть расшифрованы при первом использовании в статье.

**Структура статьи:** Введение (актуальность, цель и задачи исследования); Материалы и методы; Результаты; Обсуждение; Заключение; Информация о финансировании (при наличии); Список литературы.

Необходимо выделить жирным шрифтом **ФИО автора (-ров)\***, **наименование статьи** и наименования разделов: **«Аннотация»**, **«Ключевые слова»**, **«Введение»** (актуальность, цель и задачи исследования), **«Материалы и методы»**, **«Результаты»**, **«Обсуждение»**, **«Заключение»**, **«Список литературы»**.

\*Автора для корреспонденции (первого автора) необходимо отметить латинской буквой «а» после инициалов автора, например, **Иванов И.И.<sup>а</sup>, Петров П.П.**

Раздел **«Материалы и методы»** должен содержать:

- процедуру проведения исследования;
- описание выборки: число участников эксперимента либо опроса, пол, возраст и другие характеристики;
- примененные в ходе исследования методы и методики с их описанием;
- методы анализа и статистической обработки и другие способы обеспечения воспроизводимости.



---

При представлении количественных данных необходимо использовать современные методы анализа и статистической обработки.

Библиография должна содержать, помимо основополагающих работ, публикации последних 5 лет, приветствуются ссылки на статьи из высокоцитируемых зарубежных и казахстанских журналов входящих в базы: Web of Science, SCOPUS, РИНЦ. Самоцитирование допустимо в объеме не более 30% источников. Рекомендуется указывать URL (ссылку) и дату обращения для всех источников, тексты которых доступны в сети Интернет.

Список литературы следует составлять по мере упоминания источников в тексте (не по алфавиту) и размещать в конце статьи. Стиль оформления списка литературы на казахском и русском языках согласно ГОСТ 7.1-2003 «Библиографическая запись. Библиографическое описание. Общие требования и правила составления» (требование к изданиям, входящих в перечень КОКСОН).

**Авторы несут ответственность за верность библиографических данных.**

Не допускаются ссылки на неопубликованные диссертационные работы.

Правильное описание используемых источников в списках литературы является залогом того, что цитируемая публикация будет учтена при оценке научной деятельности ее авторов и организаций, которые они представляют.

В случае наличия в списке литературы работ, представленных на кириллице, необходимо представить список литературы в двух вариантах:

первый – в оригинале;

второй – романизированным алфавитом (транслитерация - <http://www.translit.ru>).

*Например:*

**Список литературы**

1 Сайлау Т.Б. Теория управления тренировочным процессом в спорте / IX Междунар. науч. конф. «Тенденции развития спорта высших достижений»: сб. науч. тр. – М.: ЦНИИС, 2022. – С. 34-37.

**References**

1 Sajlau T.B. Teorija upravljenja trenirovochnym processom v sporte / IX Mezhdunar. nauch. konf. «Tendencii razvitiija sporta vysshih dostizhenij»: sb. nauch. tr. – M.: CNIIS, 2022. – S. 34-37.

В статьях на английском языке список литературы представляется только на английском языке, например:

**References**

1 Arcelli, E., Canova R. Trenirovka v marafonskombege: nauchni podhod [Training in marathon running: a scientific approach]. Moscow, House Terra-Sport Publ. – 2000. – 70 p.

2 Kiryanov M.A., Kalinin I.N., Kharitonova L.G. [Rheographic performance athletes cyclic sports]. Bulletin of the South Ural state University. Ser. Education, Healthcare Service, Physical Education. – 2010. – №24 (200). – pp. 125-128 (in Russ.).

3 Krotee M.L. Management of Physical Education and Sport. McGraw-Hill Humanities / Social Sciences / Languages. – 2006. – 624 p.

**Сведения об авторах.**

На отдельной странице указываются дополнительные сведения о каждом авторе: ФИО полностью на казахском, русском и английском языках\*, ученые (академические) степени и ученые звания (при наличии), должность, организация, контактные телефоны, действующий e-mail, URL (ссылку) цифрового идентификатора ORCID.

В целях возмещения затрат на услуги типографии, корректуры, размещения в базах РИНЦ и Crossreff, присвоения DOI-идентификатора, публикация статей осуществляется на платной основе.

Стоимость публикации статьи (формат А4, 12 кегль, 1,0 интервал, шрифт TimesNewRoman) составляет **25 000 тенге** (с учетом внешнего слепого рецензирования). Рецензентов для внешней рецензии назначает Редакционный совет.

**Оплата за публикацию статьи осуществляется только после сообщения редакции о принятии к публикации и производится по указанным ниже банковским реквизитам (для граждан РК необходимо открыть текущий счет):**

NAO KAZ AKAD SPORTA I TURIZMA (KAZAST)

ABAY AVENUE, 85, ALMATY, KAZAKHSTAN

Account: KZ 07856000000011507 (KZT);

KZ 57856000004009529 (EURO);

KZ 21856000005479598 (USD);

KZ 5085622203309006737 (RUB)

RNN 600700016358

BIN 010840001890

SWIFT KCJBKZKX

КБе 16 JSC BANKCENTERCREDIT, ALMATY KZ

Branch: SWIFT KCJBKZ1ALM

---

## ОБРАЗЕЦ ОФОРМЛЕНИЯ СТАТЬИ

МРНТИ 77.01.79

<sup>1</sup>Бахтиярова С.Ж.<sup>2</sup>Андрущишин И.Ф.

<sup>1</sup>Западно-Казахстанский аграрно-технический университет им. Жангир хана, г. Уральск, Республика Казахстан

<sup>2</sup>Казахская академия спорта и туризма, г. Алматы, Республика Казахстан

### ОЛИМПИЙСКОЕ ОБРАЗОВАНИЕ: ВЗГЛЯД СПЕЦИАЛИСТОВ

Бахтиярова Саягуль Жақсыбаевна, Андрущишин Иосиф Францевич

**Олимпийское образование: взгляд специалистов**

**Аннотация.** 100-200 слов

**Ключевые слова:** 5-7 слов

Бахтиярова Саягуль Жақсыбаевна, Андрущишин Иосиф Францевич

**Олимпиадалық білім беру: мамандар көзқарасымен**

**Аңдатпа.** 100-200 сөз

**Түйін сөздер:** 5-7 сөз

Bakhtiyarova Sayagul, Andrusyshyn Iossif

**Olympic education: the view of specialists**

**Abstract.** 100-200 words.

**Key words:** 5-7 words

**Введение...** текст статьи

**Материалы и методы ...** текст статьи

**Результаты ...** текст статьи

**Обсуждение ...** текст статьи

**Заключение ...** текст статьи

### Список литературы

1 Закон Республики Казахстан от 3 июля 2014 года № 228-V «О физической культуре и спорте» (с изменениями и дополнениями по состоянию на 20.08.2024 г.). [https://online.zakon.kz/Document/?doc\\_id=31576150](https://online.zakon.kz/Document/?doc_id=31576150) (дата обращения 20.10.2024).

2 Андрущишин И.Ф., Бахтиярова С.Ж. Олимпийское образование в подготовке специалистов в области физической культуры // Теория и методика физической культуры. – 2019. - №3 (57). – С.11-15.

3 Сайлау Т.Б. Теория управления тренировочным процессом в спорте / IX Междунар. науч. конф. «Тенденции развития спорта высших достижений»: сб. науч. тр. – М.: ЦНИИС, 2022. – С. 34-37.

4 Аналитический доклад 2012/2018. – Текст: электронный // Комитет по делам спорта и физической культуры Министерства культуры и спорта РК. – URL: <http://sport.gov.kz/ru/документы/аналитический-доклад-2012/2018-2> (дата обращения: 22.11.2018).

### References

1 Zakon Respubliki Kazahstan ot 3 ijulja 2014 goda № 228-V «O fizicheskoj kul'ture i sporte» (s izmenenijami i dopolnenijami po sostojaniju na 20.08.2024 g.). [https://online.zakon.kz/Document/?doc\\_id=31576150](https://online.zakon.kz/Document/?doc_id=31576150) (data obrashhenija 20.10.2024).

2 Andrushhishin I.F., Bahtijarova S.Zh. Olimpijskoe obrazovanie v podgotovke specialistov v oblasti fizicheskoj kul'tury // Teorija i metodika fizicheskoj kul'tury. – 2019. - №3 (57). – S.11-15.

3 Sajlau T.B. Teorija upravlenija trenirovochnym processom v sporte / IX Mezhdunar. nauch. konf. «Tendencii razvitija sporta vysshih dostizhenij»: sb. nauch. tr. – M.: CNIIS, 2022. – S. 34-37.

4 Analiticheskij-doklad-2012/2018. – Tekst: jelektronnyj // Komitet po delam sporta i fizicheskoj kul'tury Ministerstva kul'tury i sporta RK. – URL: <http://sport.gov.kz/ru/ dokumenty/analiticheskij-doklad-2012/2018-2> (data obrashhenija: 22.11.2018).

---

**СВЕДЕНИЯ ОБ АВТОРАХ:**

**Андрущишин Иосиф Францевич** – доктор педагогических наук, профессор; Казахская академия спорта и туризма; г. Алматы, Казахстан.

**Андрущишин Иосиф Францевич** – педагогика ғылымдарының докторы, профессор; Қазақ спорт және туризм академиясы; Алматы қ., Қазақстан.

**Andrushchishin Iosif Frantsevich** – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor; Kazakh Academy of Sport and Tourism, Almaty, Kazakhstan.

**e-mail:** ifandru2@mail.ru.

**ORCID:** <https://orcid.org/0000-0003-0995-9966>

---

*В случае возвращения статьи авторам для переработки и исправления, согласно отзыву рецензента, статья должна быть возвращена в течение **20 рабочих дней** в виде доработанного варианта. Статьи, поступившие с доработки позднее указанного срока, рассматриваются как вновь поступившие. Редакция оставляет за собой право производить необходимые уточнения и сокращения, а также право предложить авторам сократить свою статью.*

---

## Dear Authors!

The publication of materials in the scientific-theoretical journal “Theory and methodology of physical education” is carried out using the Open Journal System - a system of online submission and review of scientific articles. Registration or authorization is available in the section “Submission of Materials”. The journal’s website <http://tmfk.kz/>.

### REQUIREMENTS FOR REGISTRATION OF ARTICLES

The editorial board accepts previously unpublished articles on the scientific areas of the journal. The article is submitted in electronic format (in .doc, .docx, .rtf formats) only by uploading it through the functionality of the journal’s website (Open Journal System).

File format: Microsoft Word (doc). Sheet size: A4. Margins: upper and lower - 2 cm, left - 3 cm, right - 1 cm. Body type: Times New Roman. Body text size: 12 pt size. It is allowed to use a smaller size (12 pt size) in the text of tables, links, diagrams, graphs, diagrams, and figures. Line spacing: single. Text justification: breadthwise, without word break. Paragraph indents (red line): 1.0 cm.

Figures in the text of the article are located without text circumfluence. Figures should be clear and legible. Captions should not be part of figures or tables. Figures should have an integral format (it is not permissible to compose a figure from separate parts in the form of inserts, figures, inscriptions, etc.). All figures and tables should be numbered. Tables and figures are numbered separately. The text of the article must contain references to tables, figures, graphs. All tables and figures must have a link to the source (if the table or figure is borrowed) or signed “Figure/photo of the author (s)”. When using statistical data, tables and figures should indicate - (Compiled by the author (s) based on data ...).

To compose formulas use only standard Microsoft Office tools.

While submitting an article for publication in the journal, it is not allowed:

- pagination;
- use of page breaks in the text;
- use of automatic paging links;
- using automatic hyphenation;
- using sparse or condensed letter spacing;
- text highlighting in bold type within sections of an article.

References to literature are made in square brackets:

In Kazakh language - [1]; [1, б. 78]; [189, б. 42-43].

In Russian language - [1]; [1, с. 78]; [189, с. 42-43].

In English language - [1]; [1, p. 78]; [189, p. 42-43].

The volume of the article – at least 7 pages.

The originality of the article must be at least 60%. If there is a full analysis of the used material and the author’s conclusions in the article, the absence of incorrect borrowings, and the absence of large amounts of borrowing from one source, originality in the amount of 40% is allowed for review articles.

The article must be drawn up in strict accordance with the following rules: in the upper left corner - IRSTI, through an empty line in the center - the surname and initials of the authors (no more than 5 authors), academic degree, and academic title (without abbreviations), below without space the name of the university or scientific institution, city, and country. Through an empty line in the center in capital letters - the title of the article. Then, through an empty line across the width of the page - an Abstract (from 100 to 200 words) and keywords (5-7 words) and an empty line - the text of the article. At the end of the article through an empty line - “References”. Then a transliterated list of references.

The title of the article, full names of authors, abstract, and keywords should be in three languages (Kazakh, Russian, and English). The translation must be of high quality and performed by specialists. On a separate sheet, the full name, patronymic, and surnames of the authors, academic degrees and academic titles (if any), position, organization, telephones, and e-mail are indicated.

**An Abstract, volume 100-200 words** in Kazakh, Russian, English languages should reflect the content of the article, as far as it will be the main source of information about the study for most readers.

All abbreviations must be deciphered when it is used in the article for the first.

Structure of the article: Introduction (relevance, purpose and objectives of the study); Materials and methods, Results, Discussion, Conclusions, References.

It is necessary to observe in bold **the full name of the author\* (s), the title of the articles, and the titles of the sections: “Abstract”, “Keywords”, “Introduction”** (relevance, purpose, and objectives of the study), **“Materials and methods”, “Results”, “Discussion”, “Conclusions”, “References”**.

\* The author for correspondence (the first author) should be marked with the Latin letter “ a “ after the initials of the author, for example, **1Ivanov I.I.**, **2Petrov P.P.**

Section **“Materials and methods”** should contain:

- Research procedure;
- Sample description: the number of participants in the experiment or survey, gender, age, and other characteristics;
- Methods and techniques used in the course of the research with their description;
- Methods of analysis and statistical processing and other methods of ensuring reproducibility.

---

The bibliography should contain, in addition to the fundamental works, publications of the last 5 years, references to articles from highly cited foreign and Kazakh journals included in the bases are welcomed: Web of Science, SCOPUS, and RSCI. Self-citation is permissible in the amount of no more than 30% of sources. It is recommended to indicate the URL (link) and the date of reference for all sources, the texts of which are available on the Internet.

The list of references should be compiled as the sources are mentioned in the text (not alphabetically) and drawn up under 7.1-2003 "Bibliographic record. Bibliographic description. General requirements and rules of drawing up". The authors are responsible for the accuracy of the bibliographic data.

The list of references should be compiled as the sources are mentioned in the text (not alphabetically) and displayed at the end of the article. Style of the references list in Kazakh and Russian languages according to AUSS 7.1-2003 "Bibliographic record. Bibliographic description. General requirements and compilation rules" (the requirement for publications included in the committee for quality assurance in education and science list).

**The authors are responsible for the accuracy of the bibliographic data.**

Links to unpublished dissertations are not allowed.

A correct description of the used sources in the bibliography is a guarantee that the cited publication will be taken into account when evaluating the scientific activities of authors and the organizations that they represent.

If there are works presented in the Cyrillic alphabet in the list of references, it is necessary to submit the list of references in two versions:

- the first is in the original;
- the second - in a Romanized alphabet (transliteration - <http://www.translit.ru>).

*For example:*

**Список литературы**

1 Сайлау Т.Б. Теория управления тренировочным процессом в спорте / IX Междунар. науч. конф. «Тенденции развития спорта высших достижений»: сб. науч. тр. – М.: ЦНИИС, 2022. – С. 34-37.

**References**

1 Sajlau T.B. Teorija upravljenja trenirovochnym processom v sporte / IX Mezhdunar. nauch. konf. «Tendencii razvitija sporta vysshih dostizhenij»: sb. nauch. tr. – M.: CNIIS, 2022. – S. 34-37.

In English articles, the bibliography is presented only in English, for example:

**References**

1 Arcelli, E., Canova R. Trenirovka v marafonskombege: nauchni podhod [Training in marathon running: a scientific approach]. Moscow, House Terra-Sport Publ. – 2000. – 70 p.

2 Kiryanov M.A., Kalinin I.N., Kharitonova L.G. [Rheographic performance athletes cyclic sports]. Bulletin of the South Ural state University. Ser. Education, Healthcare Service, Physical Education. – 2010. – №24 (200). – pp. 125-128 (in Russ.).

3 Krotee M.L. Management of Physical Education and Sport. McGraw-Hill Humanities / Social Sciences / Languages. – 2006. – 624 p.

**Information about the authors**

On a separate sheet, additional information about each author is indicated: full name in Kazakh, Russian and English, academic degrees and academic titles (if any), position, organization, contact numbers, valid e-mail, URL (link) ORCID digital identifier.

To reimburse the costs of printing services, proof, posting in the RSCI and Crossreff databases, assignment of a DOI identifier, the publication of articles is carried out on a paid basis.

The cost of article publication (A4 format, 12-point size, 1.0 spacing, Times New Roman font) is **25 000 tenge** (including external blind review). Reviewers for external review are appointed by the Editorial Board.

Payment for the publication of an article is carried out only after the editorial board informs about acceptance for publication and is made according to the bank details indicated below (for citizens of the Republic of Kazakhstan, you must open a current account):

NAO KAZ AKAD SPORTA I TURIZMA (KAZAST)

ABAY AVENUE, 85, ALMATY, KAZAKHSTAN

Account: KZ 07856000000011507 (KZT);

KZ 57856000004009529 (EURO);

KZ 21856000005479598 (USD);

KZ 5085622203309006737 (RUB)

RNN 600700016358

BIN 010840001890

SWIFT KCJBKZKX

BC 16 JSC BANKCENTERCREDIT, ALMATY KZ

Branch: SWIFT KCJBKZ1ALM

---

## SAMPLE REGISTRATION OF THE ARTICLE

IRSTI 77.01.79

<sup>1</sup>Bakhtiyarova S.M. <sup>2</sup>Andrusyshyn I.F.

<sup>1</sup>West Kazakhstan agrarian-technical university named after Zhangir khan,  
Uralsk, Kazakhstan

<sup>2</sup>Kazakh Academy of Sport and Tourism, Almaty, Kazakhstan

### OLYMPIC EDUCATION: THE VIEW OF SPECIALISTS

Bakhtiyarova Sayagul Zhaksybayevna, Andrusyshyn Iossif Francevich

**Olympic education: the view of specialists**

**Abstract.** 100-200 words.

**Key words:** 5-7 words

Бахтиярова Саягуль Жақсыбаевна, Андрущишин Иосиф Францевич

**Олимпийское образование: взгляд специалистов**

**Аннотация.** 100-200 слов

**Ключевые слова:** 5-7 слов

Бахтиярова Саягуль Жақсыбаевна, Андрущишин Иосиф Францевич

**Олимпиадалық білім беру: мамандар көзқарасымен**

**Андатпа.** 100-200 сөз

**Түйін сөздер:** 5-7 сөз

**Introduction...**the text of an article

**Materials and methods.** ...the text of an article

**Results.** ...the text of an article

**Discussion.** ...the text of an article

**Conclusions...**the text of an article

#### References

1 Choutka M. Stadium struktury sportovich vukonu. - Prague, 1970. - pp. 11-57.

2 Krotee M.L. Management of Physical Education and Sport. McGraw-Hill Humanities / Social Sciences / Languages. – 2006. – 624 p.

3 Ciascai O.R. Dezsi S. Rus K.A. Cycling Tourism: A Literature Review to Assess Implications, Multiple Impacts, Vulnerabilities, and Future Perspectives // Sustainability. – 2022. - Vol. 14. - Iss. 15. - Art. 8983. DOI: 10.3390/su14158983.

4 Cycling tourism insights. <https://www.visitscotland.org/research-insights/about-our-visitors/interests-activities/cycling-tourism> (дата обращения 20.10.2024).

#### INFORMATION ABOUT THE AUTHORS:

**Andrushchishin Iosif Frantsevich** – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor; Kazakh Academy of Sport and Tourism, Almaty, Kazakhstan.

**e-mail:** ifandru2@mail.ru.

**ORCID:** <https://orcid.org/0000-0003-0995-9966>.

---

*In case if the paper is returned to the author for further corrections according to the reviewer's comments it should be reviewed and resubmitted within **20 working days**. The articles resubmitted after the deadline are considered as newly submitted. The Editorial board keeps the right for refinements and reductions. The Editorial board can ask the authors to abbreviate their articles.*