

**ҚАЗАҚСТАН РЕСПУБЛИКАСЫ ҒЫЛЫМ ЖӘНЕ ЖОҒАРЫ БІЛІМ МИНИСТРЛІГІ**

**«Л.Н. ГУМИЛЕВ АТЫНДАҒЫ ЕУРАЗИЯ ҰЛТТЫҚ УНИВЕРСИТЕТІ» КЕАҚ**

**Студенттер мен жас ғалымдардың  
«GYLYM JÁNE BILIM - 2023»  
XVIII Халықаралық ғылыми конференциясының  
БАЯНДАМАЛАР ЖИНАҒЫ**

**СБОРНИК МАТЕРИАЛОВ  
XVIII Международной научной конференции  
студентов и молодых ученых  
«GYLYM JÁNE BILIM - 2023»**

**PROCEEDINGS  
of the XVIII International Scientific Conference  
for students and young scholars  
«GYLYM JÁNE BILIM - 2023»**

**2023  
Астана**

**УДК 001+37**  
**ББК 72+74**  
**G99**

**«GYLYM JÁNE BILIM – 2023» студенттер мен жас ғалымдардың XVIII Халықаралық ғылыми конференциясы = XVIII Международная научная конференция студентов и молодых ученых «GYLYM JÁNE BILIM – 2023» = The XVIII International Scientific Conference for students and young scholars «GYLYM JÁNE BILIM – 2023». – Астана: – 6865 б. - қазақша, орысша, ағылшынша.**

**ISBN 978-601-337-871-8**

Жинаққа студенттердің, магистранттардың, докторанттардың және жас ғалымдардың жаратылыстану-техникалық және гуманитарлық ғылымдардың өзекті мәселелері бойынша баяндамалары енгізілген.

The proceedings are the papers of students, undergraduates, doctoral students and young researchers on topical issues of natural and technical sciences and humanities.

В сборник вошли доклады студентов, магистрантов, докторантов и молодых ученых по актуальным вопросам естественно-технических и гуманитарных наук.

**УДК 001+37**  
**ББК 72+74**

**ISBN 978-601-337-871-8**

**©Л.Н. Гумилев атындағы Еуразия  
ұлттық университеті, 2023**

- Губа В.П., Лексаков А.В. Теория и методика футбола: учебник. - М.: Советский спорт, 2013. - 536с.
5. Кузнецов А.А. Футбол. Настольная книга детского тренера. I этап(8-10 лет) - М.: Олимпия, Человек, 2007. - 112 с.
6. Сухобский, А. В. Начальная техническая подготовка юных футболистов / А. В. Сухобский, С. С. Огородников. — Текст: непосредственный // Молодой ученый. — 2014. — № 6 (65). — С. 851-855. — URL: <https://moluch.ru/archive/65/10742/>

УДК-796

## **СПОРТИВНАЯ ОРИЕНТАЦИЯ И СОЦИАЛИЗАЦИЯ ПАРАЛИМПИЙЦЕВ В СПОРТЕ С УЧЕТОМ ИХ ИНДИВИДУАЛЬНЫХ ОСОБЕННОСТЕЙ**

**Мураткызы Сагина, Умурзакова Зарина Азаматовна**

[Sagina2003456@gmail.com](mailto:Sagina2003456@gmail.com)

[Zarinaumurzakova8@gmail.com](mailto:Zarinaumurzakova8@gmail.com)

Студентки 3-го курса факультета социальных наук Евразийского национального университета имени Л.Н. Гумилева, Астана, Казахстан  
Научный руководитель - У. Марчибаева

### **Введение**

Спортивная ориентация и социализация считаются ключевыми аспектами в жизни каждого спортсмена, в особенности у людей с ограниченными возможностями. Эти факторы помогают людям адаптироваться в обществе, строить отношения с другими людьми и выбирать самый подходящий вид спортивной деятельности.

Спорт является одним из важнейших инструментов для социализации, однако у спортсменов с ограниченными возможностями, таких как паралимпийцы, процесс социализации может быть сложным и требующим дополнительной поддержки.

При желании записаться в секцию не всегда учитывают индивидуальные особенности и психотип спортсмена. Тем самым это может затруднить его социализацию через спорт и это может произойти из-за попадания в секцию, которая не подходит ему по его психологическим особенностям.

Ведь, как нам известно, существует 3 психотипа людей: экстраверты, интроверты и амбиверты. И каждому спортсмену для более комфортных и результативных занятий спортом необходимо подбирать подходящий вид спорта и категорию с учетом его психотипа.

В данной статье мы рассмотрим вопрос социализации паралимпийцев в спорте с учетом их индивидуальных физических возможностей и психологических типов. Мы обсудим, как их особенности могут помочь и облегчить процесс социализации, какие проблемы могут возникнуть и как их можно решить.

### **Основная часть**

Социализация – это процесс, в котором люди учатся функционировать в обществе, осваивают социальные нормы и общепринятые правила поведения. Для людей с ограниченными возможностями социализация является еще более важной, поскольку они сталкиваются с дополнительными трудностями в общении с окружающими людьми и интеграции в общество.

По мнению исследователей, в спорте и физкультурной деятельности в высшей степени выявляются возможности и права человека, а совместная деятельность является неотъемлемой частью спорта, особенно для лиц с ограниченными возможностями, для которых общение является препятствием в социализации. [3]

Ключевым фактором, определяющим спортивный успех, является спортивная ориентация, то есть психологическая готовность спортсменов к достижению высоких

результатов. В то же время социализация играет важную роль в формировании личности спортсмена и его спортивных качеств. Для паралимпийцев, которые имеют ограниченные возможности, эти аспекты могут иметь еще большее значение.

Спортивная деятельность направлена на развитие и формирование качеств и свойств личности, охватывающих другие виды деятельности человека, которые ценятся так же. [4]

Более того, в спортивных секциях люди с ограниченными возможностями могут находить единомышленников и друзей, с которыми они могут общаться и делиться опытом. Это создает чувство принадлежности к сообществу и способствует развитию социальных навыков, таких как коммуникация, уважение к другим и т. д.

Следующей ступенью после занятий в секциях является участие в соревнованиях. А главными состязаниями для параспортсменов считаются Паралимпийские игры. Это спортивное событие мирового масштаба, проводимое для спортсменов с ограниченными возможностями. Их история начинается с 1948 года, когда впервые были проведены паралимпийские состязания в Англии. С тех пор эти игры регулярно проходят каждые четыре года, и с каждым разом участие в них принимает все больше стран и спортсменов. Целью Паралимпийских игр является повышение уровня инклюзии и социальной ответственности, а также предоставление возможности для спортсменов с ограниченными возможностями реализовать свой потенциал и достичь высоких результатов.

Лица с ограниченными возможностями, с врожденной или же приобретенной инвалидностью, попадают в ситуацию предельного положения по отношению к конкретным общностям с присущим им образом жизни. Это, несомненно, откладывает отпечаток на психике таких людей.

Необходимо знание характерной специфики, присущей каждой группе, при этом выделяя не только физические особенности спортсмена в тренировочном процессе, но и психологические и поведенческие особые качества. [2]

Чтобы помочь паралимпийцам успешно интегрироваться в спортивное сообщество, тренеры и другие специалисты, работающие с ними, должны учитывать их индивидуальные особенности и целенаправленно создавать индивидуально ориентированные программы поддержки и тренировок. Например, тренеры могут адаптировать тренировочные программы, чтобы соответствовать уникальным потребностям и способностям каждого спортсмена.

#### **Учёт индивидуальных особенностей:**

1) учёт психологических особенностей (психотип и т. д.) – будет использоваться для выбора индивидуальных, командных, интеллектуальных и др. направлений, что облегчит социализацию и поможет сориентироваться в нужном направлении по выбору вида спорта;

2) учёт физических особенностей (антропометрические данные) – нужен, чтобы в дальнейшем специалист мог предложить конкретные решения по выбору вида спорта, с учетом этих данных круг будет сужаться, что облегчит задачу паралимпийцу;

3) учёт предпочтений самого спортсмена (желание и его увлечения) – конечно, каждый будущий параспортсмен приходит уже с определенными намерениями в занятии спортом. И желания спортсмена должны учитываться всегда, т. к. занятия спортом без желания самого спортсмена бессмысленны;

4) учёт по возможностям инфраструктуры (ледовые катки, спортивные сооружения с удобствами для людей с особыми потребностями) – к примеру, в нашей столице благодаря Фонду развития спорта «Каспий» действуют как минимум два специализированных спортивных сооружения, которые предназначены для паралимпийцев. Это ледовый каток «Тарлан», где в основном параспортсмены занимаются следж-хоккеем и сурдохоккеем, также здесь проходят массовые катания для желающих людей с особыми потребностями. Второе, немаловажное сооружение для паралимпийцев – Паралимпийский тренировочный центр. Этот объект предназначен для развития массовости и подготовки паралимпийской сборной страны. В центре есть 3 спортивных зала – тренажерный, игровой и зал единоборств, зоны отдыха, медицинский блок, гостиничная зона и т. д.

Учитывая эти факторы, можно помочь спортсмену сориентироваться и выбрать интересный для него и подходящий ему вид спорта и создать предпосылки к его адаптации и социализации на последующих этапах к данной среде.

Также для лучшей социальной ориентации спортсмена мы предлагаем «направлять их стремления и возможности в нужное русло», учитывая их индивидуальные особенности, о которых было сказано выше.

Таким образом, при определенных условиях становится возможным создать для людей с ограниченными возможностями условия для их ориентации и выбора:

- 1) индивидуальных видах спорта: стайеры, спринтеры, единоборства и т. д.;
- 2) командных видах спорта: игровые (с шайбой, с мячом) и т. д.;
- 3) интеллектуальных видах спорта: шахматы, киберспорт и др.

Ведь бывают такие ситуации, когда люди с ограниченными возможностями (будущие спортсмены), приходя в новую для них сферу – сферу спорта, не могут сразу определиться и выбрать подходящий им вид спорта, хотя и попробовали заниматься разными видами, но, к сожалению, не все виды доступны этим уникальным людям, потому что параспорт – это не просто спорт, куда может прийти каждый спортсмен и показать или научиться каким-то навыкам. Параспорт – это как минимум преодоление себя, желание социализироваться и соответственно показывать лучшие результаты. А нам, как людям, окружающим их, непосредственно контактирующим с ними, хочется помочь им для достижения наилучших результатов в спорте научить преодолевать себя, суметь выйти из зоны комфорта.

#### **Учёт психологических особенностей (психотип)**

Результаты исследований показывают, что у спортсменов-экстравертов наблюдаются высокая активная деятельность в работе и общении. Отмечается повышенная степень адаптации и инициативность.

Интровертов же отличают их общение и активность деятельности с духовным миром личности, а также неторопливость в принятии каких-либо решений, что связано с высокой степенью самоанализа.

Спортсмены-интроверты обычно способны всегда контролировать свои поступки и находиться в постоянном контакте с тренером и прислушиваться к его указаниям.

Амбиверты в спорте отличаются своей соразмерностью активности в общении и деятельности, обдуманной инициативностью в различных ситуациях, умеренной осторожностью в принятии решений. [1]

Индивидуальные особенности паралимпийцев часто влияют на процесс социализации и интеграции в спортивное сообщество. Например, некоторые паралимпийцы могут иметь ограниченный доступ к тренировочным объектам или социальным мероприятиям, что может привести к изоляции от общества. Другие могут иметь психологические или эмоциональные трудности, которые могут препятствовать успешной социализации.

Мы разработали и провели «Социальное анкетирование среди параспортсменов» для выявления психотипа и уровня их социализации через спорт, где были задействованы 10 человек (5 женщин, 5 мужчин), в возрасте от 18 до 35 лет, проживающих в г. Астане. Были заданы 6 вопросов, по 3-4 варианта ответа в каждом. Ответы представлены в количественных процентах % в виде круговых диаграмм.

Таблица 1



Таблица 2



Таблица 3



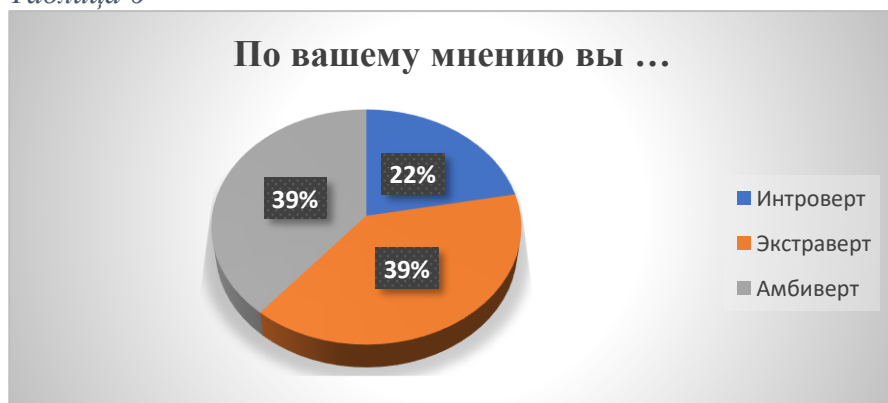
Таблица 4



Таблица 5



Таблица 6



По мнению исследователей, в спорте и физкультурной деятельности в высшей степени выявляются возможности и права человека, совместная деятельность является неотъемлемой частью спорта, особенно для лиц с ограниченными возможностями, для которых общение является препятствием в социализации. [3]

Важную роль в процессах адаптации и социализации спортсменов с ограниченными возможностями (паралимпийцев) играют специалисты по физической реабилитации, которые могут помочь спортсменам преодолеть физические препятствия и улучшить свои физические возможности, что в свою очередь, может привести к повышению уверенности и самооценки. Они также могут помочь спортсменам в борьбе с эмоциональными и психологическими трудностями, которые могут препятствовать успешной социализации.

В целом социализация паралимпийцев в спорте является сложным и многогранным процессом, который требует индивидуального подхода и дополнительной поддержки. Однако с помощью правильной подготовки, тренировок и социальной поддержки, паралимпийцы могут успешно интегрироваться в спортивное сообщество и достичь всех поставленных целей.

### **Заключение**

В заключение можно сказать, что спортивная ориентация и социализация являются важными аспектами для любого спортсмена, а для паралимпийцев – особенно значимыми. Их индивидуальные особенности, должны быть всегда учтены. Благодаря Паралимпийским играм и другим спортивным мероприятиям спортсмены-паралимпийцы имеют возможность проявить свой потенциал в спорте и достичь высоких результатов. Важно также отметить, что спортсмены с ограниченными возможностями могут стать примером для других людей, которые сталкиваются с трудностями, но продолжают бороться и стремиться к своим целям. Поэтому внимание к развитию паралимпийского спорта и его поддержка являются необходимыми составляющими для создания более инклюзивного и равноправного общества.

### Список использованных источников

1. Абдурасулов Р.А. Индивидуально-психологические особенности учащихся занимающихся различными видами спорта // Известия Самарского научного центра РАН. 2009. №4-2.
2. Булгакова Кристина Григорьевна Паралимпийские игры // Научный журнал. 2017. №10 (23).
3. Евсеев Сергей Петрович, Абалян Авак Геньевич Спорт как фактор самореализации и повышения качества жизни лиц с ограниченными возможностями // Вестник спортивной науки. 2016. №2.
4. Паначев В. Д. Социализация и спорт // Аналитика культурологии. 2011. №21.

УДК 796.2

## ВОЛЕЙБОЛ СПОРТЫНДАҒЫ 15-16 ЖАСТАҒЫ БАЛАЛАРДЫҢ СЕКІРУ ЖЫЛДАМДЫҚ ТАРЫН АРТТЫРУ

Нурмуханов Аян Руланович

[nurmukhanov\\_ar@enu.kz](mailto:nurmukhanov_ar@enu.kz)

Л.Н.Гумилев атындағы ЕҰУ Дене шынықтыру және спорт кафедрасы, Астана, Қазақстан  
Ғылыми жетекшісі – Н. Соловьева

### Кіріспе

2015 жылы спорт жұртшылығы волейболдың 120 жылдығын атап өтті. Бұл ойынның ресми туған күні 1895 жыл болып саналады. Гелиокс колледжінің (Массачусетс штаты) американдық дене шынықтыру мұғалімі Уильям Дж. Морган ойынның өнертабысы туралы жариялады волейбол. Ережелер 1897 жылы жария етілді, олар он тармақтан тұрды:

1. Сайтты белгілеу.
2. Ойынға арналған керек-жарақтар.
3. Алаңның өлшемі 25x50 фут (7,6x15,1 м).
4. Тор өлшемі 2x27 фут (0,61x8,2 м). Тордың биіктігі 6,5 фут (198 см).
5. Доп-былғарыдан немесе зығырдан жасалған корпустағы резеңке камера, доптың шеңбері 25-27 дюйм (63,5-68,5 см), салмағы 340 г.
6. Беру. Қызмет көрсететін ойыншы бір аяғымен сызықта тұрып, допты ашық алақанмен ұруы керек. Егер бірінші рет қате жіберілсе, онда беру қайталанады.
7. Шот. Ойыншы қабылдамаған әрбір қадам бір ұпай береді. Ұпайлар тек өз ұсыныстарымен есептеледі. Егер қызмет көрсеткеннен кейін доп қызмет көрсетушілердің жағында болса және олар қателік жіберсе, онда қызмет көрсетуші ауыстырылады.
8. Егер доп ойын кезінде болса (қызмет көрсету кезінде емес!) торға түседі-бұл қате.
9. Егер доп сызыққа соғылса, бұл қате болып саналады.
10. Ойыншылардың саны шектеулі емес.

Оны жасаушы ойынның күрделі жабдықты қажет етпейтінін, қарапайым ережелерге ие болғанын, сондықтан барлық жастағы адамдар үшін қол жетімді болғанын қалады.

Волейбол - жалпыхалықтық тануға ие болған ең қызықты және бұқаралық спорт түрлерінің бірі. Ол бай және әртүрлі мотор мазмұнымен ерекшеленеді. Волейбол ойнау үшін жылдам жүгіре білу, бағыт пен қозғалыс жылдамдығын бірден өзгерту, жылдам секіру, күш, ептілік пен төзімділікке ие болу керек. Ойын кезінде пайда болатын эмоционалды шиеленістер қатысушылардың денесінде жүрек-тамыр және тыныс алу жүйелерінің белсенділігінде жоғары өзгерістер тудырады. Сапалық өзгерістер қозғалтқыш аппаратында да болады. Допты беру кезінде секіру, соққылар мен бұғаттау сүйек жүйесін нығайтады, буындар қозғалмалы болады, бұлшықеттердің күші мен серпімділігі артады.