

ҚАЗАҚСТАН РЕСПУБЛИКАСЫ ҒЫЛЫМ ЖӘНЕ ЖОҒАРЫ БІЛІМ МИНИСТРЛІГІ

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

**Студенттер мен жас ғалымдардың
«GYLYM JÁNE BILIM - 2024»
XIX Халықаралық ғылыми конференциясының
БАЯНДАМАЛАР ЖИНАҒЫ**

**СБОРНИК МАТЕРИАЛОВ
XIX Международной научной конференции
студентов и молодых ученых
«GYLYM JÁNE BILIM - 2024»**

**PROCEEDINGS
of the XIX International Scientific Conference
for students and young scholars
«GYLYM JÁNE BILIM - 2024»**

**2024
Астана**

УДК 001

ББК 72

G99

«GYLYM JÁNE BILIM – 2024» студенттер мен жас ғалымдардың XIX Халықаралық ғылыми конференциясы = XIX Международная научная конференция студентов и молодых ученых «GYLYM JÁNE BILIM – 2024» = The XIX International Scientific Conference for students and young scholars «GYLYM JÁNE BILIM – 2024». – Астана: – 7478 б. - қазақша, орысша, ағылшынша.

ISBN 978-601-7697-07-5

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

ББК 72

G99

ISBN 978-601-7697-07-5

**©Л.Н. Гумилев атындағы Еуразия
ұлттық университеті, 2024**

Егемендік алғаннан бері төрт құбыласын түгендеп жатқан тәуелсіз Қазақстан үшін ұлттық спорт түрі –қазақ күресі қазақ жұртын күллі әлемге танытар бренд болуы тиіс. Ата-бабамыздан мұра болып қалған рухани құндылықтардың ішінде қазақ күрес спортының орны ерекше. Халқымыздың салт-сана, әдеп-ғұрыпындағы үлгі-өнегені күрес жаттығу барысында бойға сіңіріп, ойға дарыту оқушыларының денсаулығын нығайтумен қатар еліне, ата баба рухына деген құрметін арттырып, отаншылдық, елжандылық, ұлттық тәрбие беру екеніні осы (83%) байқалды.

Зерттеу барысында қол жеткен нәтижелер бойынша төмендегідей қорытындылар жасауға мүмкіндік береді:

Ғылыми педагогикалық әдібеттерге жасалынған талдау негізінде біз өз зерттеуімізде күрес пен халықтық педагогика құралдары арқылы ұлттық тәрбие берудің мазмұнын, әдістері мен ұйымдастыру формаларын айқындап,оны іске асыруды әдістемелік тұрғыдан қамтамасыз еттік:

- 1) күресшілердің оқу процесінде күрес бағдарлама кешені жасалды және секциялық күрес үйірмесіне 1 сағаттық сабақ жоспары құрылды;
- 2) сыныптан тыс уақытта оқушылардың халықтық педагогика құралдары арқылы ұлттық тәрбие бағдарламасы;
- 3) күрес секциясының жаттықтырушыларымен іс –шаралар бағдарламасы жасалды;
- 4) күресшілермен тәрбие сабақтары өткізілді «Мен елімнің патриотымын»;
- 5) «Белдесу» көне күресін үйретіп, жарыс бағдарламасы жасалды.

Күрес –жер шарын мекендеген барлық халықтар арасында кең тараған екі адамның жекпе-жек бәсекесінде күш, әдіс-айла, қажыр-қайрат сыналатын дене тәрбиесінің бір түрін дәлелдедік.Бұдан мындаған жыл бұрын арғы ата-бабаларымыз өздерінің жауларын жеңу үшін белгілі бір күрес тісілдерін пайдалана білгенін орта сынып оқушыларына жеткіздік.

Қолданылған әдебиеттер тізімі

1. З.Ж. Айджанова.Этнопедагогика.Оқу құралы.Ақтау, 2010.-91б.
2. П.Ф. Матушак.,Е.М.Мухидденов Казакша күрес. Алматы: Рауан, 1995.
3. Әбу Насыр әл-Фарабидің ақыл-ой пікірлері мен нақыл сөздері: жинақ / [жалпы ред. басқ. Ғ. М. Мұтанов ; құраст.: Ж. С. Сандыбаев, Ы. М. Палтөре]. – Алматы : Қазақ ун-ті, 2020. – 233б.

УДК 796.325

ЖАС ВОЛЕЙБОЛШЫЛАРДЫ ОҚЫТУ МЕН ЖАТТЫҚТЫРУДЫҢ НЕГІЗДЕРІ

Азамат Аружан

aru.nuko.05@gmail.com

Еуразия Ұлттық Университетінің, әлеуметтік ғылымдар факультетінің, дене шынықтыру және спорт кафедрасы студенті

Ғылыми жетекшісі – п.ғ.к., доцент Базарбаева Клара Конаровна

Волейболды 13-14 жастан бастаған жөн. Бұл жаста жоғары жүйке белсенділігінің даму деңгейі балаларда "волейбол" моторикасын сәтті қалыптастыруға мүмкіндік береді және олардың спорттық техникасын оқыту егде жастағы жаңадан бастаушылар мен ересектерге қарағанда сәтті өтеді. Бұл балалардың жүйке жүйесінің даму сатысындағы үлкен икемділігімен түсіндіріледі. Интеллект, ерік-жігер қасиеттері, назардың тұрақтылығы қабілеттерін дамыту жасөспірім волейболшыларды оқу-жаттығу сабақтарын тиімді өткізуге мүмкіндік береді. Физикалық дамуы мен қозғалыс қасиеттерінің деңгейі (белгілі бір әдістемелік ережелерді сақтай отырып) волейболдың ұтымды техникасын сәтті игеруге

мүмкіндік береді. 13-14 жастағы балаларда жыныстық жетілу кезеңімен салыстырғанда ішкі ағзалардың дамуындағы үйлесімділік пен пропорционалдылықтың арқасында ағзаның қызметі үшін қолайлы физиологиялық жағдайлар бар.

Жалпы, жасөспірім балалар үшін ойындар олардың өмірлік белсенділігінің негізгі формаларының бірі болып табылады. Спорттық ойындардағы қозғалыс белсенділігінің сипаты, ең алдымен, жиі кідіру мен үзілістердің болуы балалар жасына да қолайлы.

13-14 жастағы жасөспірімдердің мектеп жағдайында спорттық дайындығы туралы айта отырып, бұл ұзақ, көпжылдық процесс екенін атап өткен жөн. Ол мектеп жасындағы балалардың жас ерекшеліктерін және олардың әр жас кезеңіндегі физиологиялық мүмкіндіктерін ескере отырып жүргізіледі. Резервтерді көпжылдық даярлау ұзақтығы шекарасы: жоғарысы - жоғары разрядты командалардың құрамына енгізу кезеңі және төмені - арнайы спорттық дайындық міндеттерін сәтті шешуге мүмкіндік беретін шекті жас (ең алдымен спорттық техниканы дұрыс меңгеру) аралығында анықталады.

Волейболмен шұғылдануды бастау үшін оңтайлы төменгі жас шекарасын анықтаған кезде екі маңызды факторды ескеру қажет: сабақтар оқушылардың денсаулығына зиян тигізбеуі керек және спорттық дайындықтың арнайы міндеттерін шешу тұрғысынан айтарлықтай тиімді болуы керек.

Сол себепті, жас шағының белгілі бір кезеңіне тән ерекшеліктерін білу жас волейболшылармен оқу-жаттығу процесін дұрыс ұйымдастырудың қажетті шарты болып табылады. Балалардың спортпен жүйелі шұғылдануы олардың денсаулығын нығайтуға, физикалық және рухани дамуына пайдалы әсерін тигізеді.

Жақсы волейболшы болу үшін тиісті қозғалыстырды меңгеру қажет.

13-14 жасқа қарай балалардың қозғалыстарының дамуы жоғары деңгейге жетеді. Профессор В.С. Фарфель былай деп жазады: «13-14 жас аралығындағы ұл немесе қызды оқытуға болмайтын кез келген қозғалысты (егер ол ерекше күш пен төзімділікті қажет етпесе) атау қиын.

13-14 жас аралығында әсіресе қозғалыс жылдамдығы көрсеткіштерінің айтарлықтай өсуі байқалады. Бұл жаста волейболдағы болашақ жоғары жетістіктердің негізін қалануы тиіс, мұнда жылдамдық, дәл үйлестіру өте маңызды және біркелкі әрекеттер төзімділікті қажет етеді.

Мектеп жасындағы балалардың интеллектінің өсуі оларға механикалық еліктеу жолмен қайталаудың орнына, оқу материалын саналы түрде игерулеріне мүмкіндік береді.

Жас волейболшыларды оқытуда арнайы жаттығуларға үлкен мән беріледі. Олардың рөлі мынада: балалар техникалық тәсілді үйрену кезінде қозғалысты орындауда бірқатар қателіктер мен дәлсіздіктердің пайда болуына жол бермеу үшін арнайы талаптар қойылады.

Сондықтан, ойын техникасын оқыту және жетілдіру барысында қозғалыс икемді болып, ойынның тез өзгеретін жағдайларына оңай бейімделуі керек екенін есте ұстаған жөн. Волейболшы қозғалыстарды жылдам өзгерту қабілетіне ие болуы керек, оның алдында туындаған мәселелерді дұрыс шешуге мүмкіндік беретін жаңа қозғалыс әрекеттерін меңгеруі тиіс.

Балалардың даму деңгейі тірек - қимыл жүйесінің жетілу дәрежесіне, организмнің мүшелері мен жүйелерінің үйлесімді дамуына және олардың функционалдық мүмкіндіктеріне байланысты болады.

Дұрыс ұйымдастырылған жүйелі спорт балалар мен жасөспірімдердің сүйек-буын аппараттарының дамуына оң әсер етеді.

13-14 жаста қол басы белгілі күш пен тұрақтылыққа ие болады, бұлшықет талшықтарының диаметрі едәуір артады. Волейболда допқа қатысты барлық әрекеттер қолдармен жасалады, сондықтан балалармен волейбол сабақтарын дұрыс ұйымдастыру үшін олардың жасына байланысты қолдың даму деректерін ескеру керек.

Осылайша, егер мектеп жасында балалардың физикалық қасиеттері жеткілікті түрде дамып, денесінің функционалдық мүмкіндіктері артса, онда бұл орта мектеп жасындағы

балалармен волейбол сабақтарын өткізуге белгілі бір дәрежеде қолайлы мүмкіндіктер туғызады.

Жас волейболшыларды психологиялық даярлау - бұл педагогикалық процесс және жас ойыншыны даярлау процесін басқарудың бүкіл жүйесінің ажырамас бөлігі болып табылады және оны қамтамасыз ету жөніндегі іс-шаралар кешеніне жатады.

Психологиялық-педагогикалық дайындық жас волейболшылардың спорттық іс-әрекетіне қажетті психикалық қасиеттерін, кәсіби маңызды білімдерін, шеберлігі мен дағдыларын қалыптастыруға және жарыс қызметі барысында қойылған міндеттерді шешуге мүмкіндік береді.

Психологиялық дайындықтың мақсаты – волейболшының бойында спорттық шеберліктің жоғары деңгейіне қажетті психикалық тұрақтылыққа және жарыс жағдайына қажетті психикалық қасиеттерді дамыту.

Психологиялық дайындықтың негізгі міндеттері - волейболмен айналысуға деген қызығушылық пен сүйіспеншілікті, сыртқы және ішкі кедергілерді еңсеру үшін ерік-жігерді талап ететін жаттығу және жарысқа дайындықты қалыптастыру, тұлғаның эмоционалдық қасиеттерін жетілдіру, волейболшының интеллектісін дамыту және жетілдіру.

Жас волейболшыларды психологиялық даярлаудың жеке міндеттері келесідей анықталуы мүмкін:

1. Оқу-жаттығу мен жарыс қызметінде психикалық процестерді жақсартуға ықпал ету.

2. Ойыншының жеке тұлға ретінде психикалық қасиеттерін және спорттық қызметтегі тұрақтылығын қалыптастыру.

3. Жаттығу және жарыс процесінде оңтайлы психикалық күйлерді құру.

Осы мәселелерді шешуде спорт психологының көмегі өте қажет екенін аңғаруға болады. Психологтың міндеті - жаттықтырушыға спортшыларды іріктеу мен спорттық кәсіптік бағдар беруге көмектесу.

Бірінші кезеңде жалпы даму жаттығуларының көмегімен негізгі физикалық қасиеттердің: күш, жылдамдық, ептілік, төзімділік, икемділіктің даму деңгейін жоғарылатады. Бастапқы дайындық жаттығуларының көмегімен физикалық қасиеттердің даму деңгейі жоғарылайды, шабуылдаушы соққының сәтті дамуы және оны жетілдіру осыған байланысты. Бұл ретте білім алушылар шабуылдаушы соққы туралы дұрыс ұғымды, оның техникасының «сипатын» қалыптастырады. Ол үшін білікті волейболшылардың ойынының бейнежазбаларын қарау, тоқтатып қою (стоп-кадр), қозғалысты баяулату, бейнетүсірілімді талдау, жаттықтырушының, шақырылған білікті волейболшының тәсілді орындап көрсетуі қолданылады.

Екінші кезеңде үйрену - шабуылдаушы соққыны практикалық игеру, оны бірінші кезеңде көрсеткен үлгіге сәйкес орындау іске асырылады. Осы күрделі қозғалыс әрекетін үйрену кезінде бөлшектеп (бөліктер бойынша) оқыту әдісі қолданылады. Соңғы қозғалысты (ақырғы күш салу), тіректен серпілу және допты соғу; орнынан екі аяқпен секіру және жүгіріп барып жоғары секіру арқылы; тірексіз қалыпта (секіруде) және орнынан бір, екі және үш қадам аттап барып; қашықтығы мен биіктігі бойынша әртүрлі беріс арқылы; блок қоюшылардың тосқауылынан асырып соққы жасауды бөлек зерттелінеді.

Оқу кезінде қозғалыстың қалыптасуына, оның қалыптасуына дейінгі функционалды қозғалыстың құрылымға қолайлы жағдай жасайтын жетекші жаттығулар жасау өте маңызды.

Үшінші кезеңнің негізгі мазмұны - бұл шабуыл соққысы ойында болатындай жағдайда орындалатын техника жаттығулары.

Үшінші кезеңдегі жұмыстың негізгі нәтижесі - қозғалысты қалыптастыру, шабуылдаушы соққыны шыңдау; ойын жағдайында тиімді өзгеретін икемді дағды, жаңылдыру факторларына төзімді және ойынның әртүрлі кезеңдерінде (партияның басталуы, ортасы, аяқталуы, тең есеппен және т.б.) тұрақты сенімді дағдыны қалыптастыру [16].

Төртінші кезеңде шабуылдаушы соққы техникасы мен оған қажетті жетекші физикалық қасиеттер жетілдіріледі, сонымен қатар бұл техниканы жоғары тиімділікпен ойын және жарыс әрекеттеріне қосады.

Осы кезеңдегі жұмыстың негізгі нәтижесі - супершеберлікті, жоғары дәрежелі шабуылшы соққыны орындау шеберлігін қалыптастыру. Төртінші кезеңнің ерекшелігі (шабуылдаушы соққыға қатысты) - бұл шабуылдаушы соққының негізгі тәсілдерін күшті және әлсіз қолмен орындауды игеру, оларды жарыс кезіндегі нақты ойын жағдайларын ескере отырып тиімді қолдана білу.

Осылайша, техника мен тактиканы оқытудың төрт сатылы құрылымы техника мен тактиканың әрбір тәсілі бойынша жеке қолданылады.

Волейбол дағдыларын оқыту процесін жасауда жарыс әрекетінің құрылымы және оның волейболдағы тиімділігін анықтайтын факторлар маңызды рөл атқарады. Осындай негізгі ережелерді бөліп көрсету керек.

Волейболдың негізі ережелердің арнайы кодексмен реттелетін жарыс сайысы сипатына ие ойын әрекеті болып табылады. Әңгіме жасөспірім волейболшылардың жарыс ойыны әрекеттері туралы болып отыр.

Ойын әрекеті алаңдағы сайыстың үнемі өзгеріп отыратын жағдайымен сипатталады, өйткені ойыншылар мен команданың әрекеттері қарсыластың үздіксіз бақылауында, қорғанысты, шабуылды және т.б. бұзуға, ойын жоспарын анықтауға және сол арқылы жеңіліске ұшырауға тырысады. Бұл волейболға тән ерекшелікті - үздіксіз өзгеріп отыратын жағдайларда қозғалыс әрекеттерін тиімді шешудің күрделілігі мен жылдамдығымен түсіндіріледі.

Волейболда команда ойыншыларының іс-әрекеттерінің ұжымдық сипаты олардың ойынды ұйымдастыруына қойылатын талаптарды анықтайды. Техниканы, жеке тактиканы меңгеру және ойыншылардың физикалық дайындығының жеткілікті болуы команданың ойдағыдай ойнауы үшін маңызды көрсеткіштер болып табылады, бірақ жоғары жетістіктер үшін бұл жеткіліксіз. Сонымен қатар, звенолар ішіндегі, жеке ойыншылар арасындағы байланыстар және звенолар арасындағы жалпы командаданың өзара әрекеттесуі мен қарым-қатынас дағдылары қажет.

Жарыс ойыны қызметінің құрылымдық ерекшелігі - көптеген жарыс әрекеттерінде (арсеналы) - техникалық тәсілдер мен тактикалық әрекеттер, сондай-ақ жоғары спорттық нәтижеге жету үшін оларды жарыс процесінде (бір кездесуде, бірнеше кездесулерде) бірнеше рет орындау қажеттілігі (кездесуде, жарыста жеңіске жету) болып табылады.

Осылайша, ойынның ерекшелігі волейболды оқыту әдістемесінің келесі негізгі бағыттарын анықтайды:

1. Волейболшының доптың ұшу бағыты мен жылдамдығын ескере отырып, өз іс-әрекеттерін үйлестіру қабілетін дамыту (кеңістіктік-уақыттық қатынастарда бағдарлану).

2. Арнайы физикалық қасиеттерін дамыту, негізінен бұлшықеттердің жиырылу күші мен жылдамдығы, оған бірінші кезекте қолдың допқа нақты жанау сәтін дәл келтіру мүмкіндігі әсер етеді.

3. Тактикалық қабілеттердің негізінде жатқан күрделі реакциялардың жылдамдығын, визуалды бағдарлауды, байқауды және басқа қасиеттерін дамыту.

4. Ойынды ойдағыдай жүргізу үшін қажетті техникалық-тактикалық іс-қимылдардың кең арсеналын (жиынтығын) меңгеру.

Осылайша, көріп отырғанымыздай, волейбол ойынының арнайы ерекшеліктері шұғылданатын жасөспірімдердің жан-жақты дайындығына: олардың физикалық және интеллектуалдық қасиеттеріне, ойын шеберлігі мен дағдыларына өте жоғары талаптар қояды. Сондықтан волейболдағы шеберлік пен дағдылардың жоғары дәрежесіне бала кезінен бастап ұзақ жоспарлы және білікті оқыту арқылы ғана қол жеткізуге болатыны түсінікті.

Қорытынды

Жас волейболшыларды оқытуда арнайы жаттығуларға үлкен мән беріледі. Олардың рөлі мынада: балалар техникалық тәсілдерді зерделеу кезінде қозғалысты орындауда бірқатар қателіктер мен дәлсіздіктердің пайда болуын әдейі болдырмайтын шарттар қойылады. Жас волейболшылардың ойын техникасы мен тактикасын меңгерудегі жетістігі көбінесе арнайы жаттығуларды шебер таңдауға және қолдануға байланысты, олардың кейбіреулері волейбол

ойнауға қажетті физикалық қабілеттерді дамытуға бағытталған, ал басқалары техникалық тәсілдердің құрылымын тезірек және дұрыс игеруге ықпал етеді.

Сондай-ақ, балалармен волейболдан оқу-жаттығу сабақтарын өткізу ерекшеліктерінің бірі - оқу кезіндегі жағдайлардың әртүрлілігі. Оқу-жаттығу сабақтарында жағдайды жиі өзгерту керек, әсіресе бірдей техникалық әдістерді жетілдірген кезде, өйткені балалар біркелкі жұмыстан тез шаршайды.

Кез-келген оқыту оқушылардың жас және физикалық ерекшеліктерін ескере отырып құрылған кезде ғана сәтті болады. Жасөспірім шақтың белгілі бір кезеңіне тән физикалық және физиологиялық ерекшеліктерді білу жас волейболшылармен оқу-жаттығу процесін дұрыс ұйымдастырудың қажетті шарты болып табылады.

Қолданылған әдебиеттер тізімі

1. Барбара Л.В., Фергюсон Б.Ж.; Волейбол. - М.: ООО «Издательство АСТ»: «Издательство Астрель», 2004.
2. Васильев Г.В.; Значение общей физической подготовки для спортсмена. ФиС, 2004.
3. З.Ивойлова А.В. Волейбол для всех.- М.: Физкультура и спорт, 2005.
4. Қасымбекова С., - Әдістемелік құрал, Волейбол, Алматы, “Атамұра”, 2017.
5. Осколкова В.А., М.С. Сунгуров; Техника и тактика игры в волейбол. ФиС, 2005

УДК 347.232

МЕКТЕП ЖАСЫНДАҒЫ ОҚУШЫЛАРДЫҢ ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ САБАҒЫНА ҚЫЗЫҒУШЫЛЫҚТАРЫНЫҢ ЖОҒАЛУ СЕБЕПТЕРІ

Қайқыбек Әлішер Қайратұлы

kayratuly1999@bk.ru

Еуразия Ұлттық Университеті Әлеуметтік ғылымдар факультетінің Дене шынықтыру
және спорт кафедрасының студенті

Ғылыми жетекшісі – Базарбаева Клара Конаровна

Бұл мақалада мектеп жасындағы оқушылардың дене шынықтыру сабақтарына деген ынтасы мен қызығушылығын төмендеу мәселесі қарастырылады. Оқушыларды дене шынықтырумен айналысуға ынталандыратын әртүрлі мүмкіндіктерді зерттей отырып, тәжірибебелік зерттеу жүргізілді. Біз жүргізген ғылыми-әдістемелік әдебиеттерді зерттеу және талдау негізінде осы мәселені шешудің нәтижелері ұсынылады.

Дене тәрбиесі-адамның жан-жақты тәрбиесінің басты қабілеті. Жас кезінде оқушылардың күштік дамудың бастапқы негіздері қаланады, қимыл-қозғалыс дағдылары қалыптасады және дамиды, балалардың барлық күштік қабілеттері мен қасиеттерін тәрбиелеуге негіз жасалады. Жалпы мектеп жасындағы оқушылар дене шынықтырумен үлкен қызығушылықпен айналысуды қажет етеді. Ғылыми тұрғыдан қызығушылық - бұл кез-келген тақырыпқа жағымды көңіл-күйді назар аудару.

Қазіргі уақытта оқушылардың дене шынықтыру сабақтарына деген қызығушылығын дамыту өзекті бола түсуде. Бұл, ең алдымен, қоғамның сау ұрпаққа деген қажеттілігімен байланысты, ол тек белсенділікті ғана емес, сонымен қатар қалыпты мінез - құлық қабілеттерін де қажет етеді. Мұғалімнің міндеті - оқушылардың бойында адалдықты қалыптастыру. Бұл тапсырма оқушының мақсатқа жетуге деген қызығушылығы оянған кезде ғана қол жетімді болады. Оқу барысында балалардың өздері белсенді болуы маңызды. Оқушылар мұғалімнің пассивті нысаны болуы міндетті емес. Осы себепті мұғалімге жоғары белсенділікті барлық мүмкін тәсілдермен және құралдармен қамтамасыз ету міндеті жүктеледі. Ол үшін мұғалім