



КОШПАҒА  
КОПИЯ

ISSN 1694-6707

# ДЕНЕ ТАРБИЯ ЖАНА СПОРТ ЖАРЧЫСЫ



## ВЕСТНИК ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА



ДҰРЫС  
ПӘБ БАСТЫҒЫ 20 ж.  
БЕРІО  
НАЧАЛЬНИК ОУП 20 г.

2 1

2017

КОПИРОВАНИЕ  
КОПИЯ

ISSN 1694-6707

# ВЕСТНИК ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

Научно-практический журнал  
Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта

Включен в перечень изданий, рекомендованных Президиумом ВАК КР для  
публикации научных результатов диссертаций.

Индексируется Российским индексом научного цитирования  
(РИНЦ) с 2017 года

2

2017(17)

Бишкек

КӨШІРМЕ  
КОПИЯ

ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР  
Иманалиев Т.Т к.п.н., доцент

ЗАМ. ГЛАВНОГО РЕДАКТОРА  
Тулеев Г.М. д.м.н., профессор

---

#### РЕДАКЦИОННАЯ КОЛЛЕГИЯ

Анаркулов У.Ф. – д.п.н., профессор  
Закирьянов К.Х. – д.п.н., профессор  
Ишмухамедов А.А. – к.п.н., доцент  
Кадыралиев Т.К. - д.м.н., профессор  
Кийизбаев М.С. - к.п.н., профессор  
Мамытов А.М. - д.п.н., профессор  
Мукамбетов А.А. - к.п.н., доцент  
Наралиев А.М. - к.п.н., профессор  
Саралаев М.К. - к.п.н., и.о. профессора  
Турусбеков Б.Т – д.м.н., профессор

#### РЕДАКЦИОННЫЙ СОВЕТ

Алымкулов Р.Д. - д.м.н., профессор  
Белов Г.В. – д.м.н., профессор  
Збарский В.А. - к.п.н., доцент  
Мамбеталиев К.У к.п.н., профессор  
Манжуев С.Х. – к.п.н., и.о. профессора  
Манликова М.Х. – д.п.н., профессор  
Син Е.Е. - д.п.н., доцент  
Чубаков Т.Ч. – д.м.н., профессор  
Шевченко Т.Н. – к.п.н., доцент

---

Учредитель

Кыргызская государственная академия физической культуры и спорта

Журнал зарегистрирован Министерством  
юстиции КР, серия ГР №002605  
регистрационный номер 1556.  
Издается с 2010 года.

Адрес редакции журнала:  
г. Бишкек, ул. Ахунбаева, 97  
Тел.: +996 (312) 574630  
Факс: +996 (312) 570466

E-mail: [prorektor.nauka@mail.ru](mailto:prorektor.nauka@mail.ru)

СОДЕРЖАНИЕ

**I. ВОПРОСЫ ПЕДАГОГИКИ, ПСИХОЛОГИИ, ТЕОРИИ, ПРАКТИКИ  
СПОРТА И ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ**

*Анаркулов Х.Ф., Ахметов Т.А.* ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ СИСТЕМА ВОСПИТАНИЯ НРАВСТВЕННО-ВОЛЕВЫХ КАЧЕСТВ КИКБОКСЕРОВ. ....9

*Анаркулов Б.Х., Минбаев Д.* ПОВЫШЕНИЕ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ КУРЕШИСТОВ (БОРЦОВ) ПУТЕМ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ПОДВОДЯЩИХ УПРАЖНЕНИЙ В ГРУППЕ НАЧАЛЬНОЙ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ. .... 14

*Деркембаев У.У.* ИНТЕГРАЦИЯ СТОРОН (ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНОГО, ПСИХИЧЕСКОГО И ФИЗИЧЕСКОГО) РАЗВИТИЯ СТУДЕНТОВ-ЮРИСТОВ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ. ....17

*Жунисбек Д.Н., Кудашова Л.Р., Кефер Н. Э., Андреюшкин И.Л.* СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ОТБОРА СТУДЕНТОК НА ОСНОВЕ КОНТРОЛЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ НА ЗАНЯТИЯХ ПО ГАНДБОЛУ ....21

*Зауренбеков Б.З., Кудашова Л.Р., Кефер Н. Э., Андреюшкин И.Л.* ВЗАИМОСВЯЗЬ ФИЗИЧЕСКОЙ И ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ЮНЫХ СПОРТСМЕНОВ БАСКЕТБОЛИСТОВ. ....27

*Иманалиев Т.Т., Макиевский И.М., Тынаев А.С.* ХАРАКТЕР ФОРМИРОВАНИЯ ПОТРЕБНОСТЕЙ В ФИЗИЧЕСКОМ СОВЕРШЕНСТВОВАНИИ СТУДЕНТОВ В ПЕДАГОГИЧЕСКОМ ПРОЦЕССЕ. ....34

*Каштабаев А.М., Ташибеков А.А.* ВЫЯВЛЕНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ БЛОЧНОЙ СИСТЕМЫ ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ В ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ СТУДЕНТОВ-ЮРИСТОВ. ....40

*Кольев Е.О., Кравцова Т.М., Сарсенбаев А.С.* ИНТЕГРАЛЬНАЯ ПОДГОТОВКА ФУТБОЛЬНОГО АРБИТРА. ....43

*Мехмет Түркмен, Әмер Қайнар, Абдыбекова Н.А.* ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ОСМАНСКОГО БОРЦА И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ БОРЦОВЫХ АРЕН И ГРЕЧЕСКИХ СПОРТИВНЫХ ЗАЛОВ. ....49

*Мотукеев Б.Дж.* АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ И ПУТИ ИХ РЕШЕНИЯ В СФЕРЕ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ. ....53

**II. ВОПРОСЫ НАЦИОНАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ  
И СПОРТА**

*Абдуллаев М. Т.* ВОЗМОЖНОСТИ ИГРЫ ОРДО В ПОДГОТОВКЕ ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ СПЕЦИАЛИСТОВ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ.59

*Анаркулов Х.Ф., Мырзабосынов Е.* КАЗАХСКАЯ НАЦИОНАЛЬНАЯ СПОРТИВНАЯ БОРЬБА КАЗАК-КУРЕСИ КАК ВИД СПОРТА НА СОВРЕМЕННОМ ЭТАПЕ РАЗВИТИЯ ОБЩЕСТВА. ....63

*Ерменова Б.О.* НАРОДНЫЕ ИГРЫ КАК ЭФФЕКТИВНОЕ СРЕДСТВО РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ ШКОЛЬНИКОВ.....67

*Коротенко В., Фукалов И.* САКРАЛЬНОСТЬ ИГР У ТЮРКСКИХ НАРОДОВ РАННЕГО СРЕДНЕВЕКОВЬЯ И ИХ СВЯЗЬ С ВЛАСТЬЮ. ....70

## НАРОДНЫЕ ИГРЫ КАК ЭФФЕКТИВНОЕ СРЕДСТВО РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ ШКОЛЬНИКОВ

Ерменова Б.О.

Государственный университет им. Шакарима,  
Казахстан, г. Семей, [ermenova61@mail.ru](mailto:ermenova61@mail.ru)

**Аннотация.** В статье приводятся результаты исследования по применению народных игр на уроках физкультуры в целях повышения двигательной активности и развития физических качеств школьников.

**Ключевые слова:** спорт, народная игра, школьники, двигательная активность

## ЭЛДИК ОЮНДАР МЕКТЕП ОКУУЧУЛАРЫНДА ДЕНЕ-ТАРБИЯ САПАТТАРЫН ӨНҮКТҮРҮҮДӨГҮ НАТЫЙЖАЛУУ КАРАЖАТ КАТАРЫ

Ерменова Б.О.

Шакарима атындағы мамлекеттик университет,  
Казахстан, Семей шаары  
E-mail: [ermenova61@mail.ru](mailto:ermenova61@mail.ru)

**Корутунду.** Макалада мектеп окуучуларындагы кыймыл-аракеттерди жогорулатуу жана дене-тарбия сапаттарын өнүктүрүү максатында дене-тарбия сабактарындагы элдик оюндарды колдонуу боюнча жүргүзүлгөн изилдоонун жыйынтыктары көрсөтүлөт.

**Негизги сөздөр:** спорт, элдик оюн, мектеп окуучулары, кыймыл-аракет.

## PEOPLE GAMES AS EFFECTIVE MEANS OF DEVELOPMENT OF PHYSICAL QUALITY OF SCHOOLCHILDREN

Ermenova B.O.

State University named after Shakarim  
Semey, Kazakhstan  
[ermenova61@mail.ru](mailto:ermenova61@mail.ru)

**Abstract.** The article presents the results of a study on the use of folk games in physical education classes in order to increase the motor activity and develop the physical qualities of schoolchildren.

**Keywords:** sport, national games, schoolchildren, motor activity

**Введение:** В настоящее время в Казахстане наблюдается повышенный интерес к истории своего народа и культуре предков, ведется активная деятельность по сохранению, восстановлению различных традиций, обрядов и духовных ценностей национальной культуры.

Весьма эффективным средством для развития разнообразных двигательных навыков и умений, необходимых во всех видах деятельности на протяжении многих веков являлись народные подвижные игры. Преимущество подвижных игр состоит в том, что в комплексе они включают в себя все виды естественных движений человека:

ходьбу, бег, прыжки, борьбу, лазанье, метание, бросание и ловлю, упражнения с предметами и, поэтому, являются самым универсальным и незаменимым средством физического воспитания детей [1]. В основе игр лежат физические упражнения, в ходе выполнения которых, игроки овладевают основными двигательными качествами. Игра способствует развитию таких важных физических качеств человека, как быстрота, сила, выносливость, ловкость, гибкость.

Целенаправленная организация двигательной деятельности ребенка

КОПИРОВАТЬ

способствует улучшению его ловкости, силы и гибкости у школьников 5-9 классов; В этом аспекте культурная ценность народных игр бесспорна. Испокон веков в играх отражается образ жизни людей, их быт, национальные устои, представление о чести, смелости и мужестве, желание обладать силой, ловкостью, быстротой, проявлять выдержку, находчивость, волю и стремление к победе.

Подвижные игры как эффективное средство, способствуют развитию физических качеств и сохранению здоровья школьников.

**Цель исследования** - определить влияние казахских народных подвижных игр на двигательную активность учащихся.

Использование народных игр, физических упражнений и развлечений в воспитательных целях – явление не только историческое, но и уникальное. Эти средства физического воспитания занимали большое место в народном быту, прежде всего, в силу того, что они не только имели военно-патриотическую и оздоровительно-прикладную направленность. Показательным в смысле сказанного являются, в частности, произведения выдающихся деятелей средневековья Махмуд Қашгарского и Юсупа Баласагунского, обусловленные хорошо выбранным исходным материалом, где народные игры и забавы трактуются как продукт участия и потребления естественных благ, с помощью которых можно вести ничем другим незаменимую подготовку здорового и жизнерадостного поколения [2, 184 с.].

В процессе исследования ставились следующие задачи:

1. Изучить и обобщить опыт учителей физического воспитания г Семей;
2. Посредством проведения педагогического эксперимента определить содержание и методику применения на уроках физического воспитания дополнительных упражнений, элементов народных игр для развития быстроты,

3. Экспериментально проверить и оценить эффективность влияния предлагаемых средств и методов на развитие двигательных качеств школьников, а также на повышение их интереса к занятиям, дисциплинированности, организованности с учетом успеваемости.

**Методы** изучения: литературные источники, педагогические наблюдения, педагогический эксперимент, анкетный опрос и другие методы, позволяющие выявить все ценное, что сложилось в народной педагогике физического воспитания и народной спортивной практике.

Исследования проводились в два этапа на базе общеобразовательной школы №39 г.Семей (138 учащихся, в возрасте 11-15 лет).

На первом этапе исследования обрабатывались материалы антропометрических и функциональных данных школьников. Участвующие в эксперименте школьники, как показала предварительная тестовая проверка, не отличались друг от друга как по физическому развитию, так и по физической подготовленности. Бытовые условия так же не имели существенных различий.

В тестовую проверку были включены следующие виды: бег 30 м с высокого старта; бросок веса (1,5 кг) через голову назад; прыжок в длину с места; сила кисти; силы мышц разгибателей туловища; метание тела на дальность (для 5-6 класса – теннисный мяч, для 7-8 классов – граната весом 500 гр.); метание теннисного мяча в цель.

Для экспериментальной группы была составлена специальная программа с включением в нее дополнительного материала национальных средств физического воспитания. Использовалось около 25 различных игр, которые способствовали воспитанию самостоятельности, инициативы, активности, настойчивости, смелости и других качеств. Например такие игры, как

«Сандык» (Сундучок), «Мысык пен тышқан» (Кошка и мышка), «Ақ терек» (Белый тополь, серый тополь), «Орамал тастау» (Бросить платок), «Қасқыр мен тайлак» (Волк и верблюжонок), «Қара құлак» (Черное ухо), «Найза-тақ» (Палка – копье), «Қасқыр мен қойлар» (Волк и овцы), «Аш қасқыр» (Голодный волк) и многие другие.

В контрольной группе занятия проводились без каких-либо изменений, в соответствии со школьной программой. В конце экспериментальной работы был проведен анкетный опрос и беседы с учащимися (98 чел) и учителями (32 чел).

**Результаты исследования.** По результатам опроса, большинство учащихся знают много народных видов спорта и любят их, особенно национальную борьбу. Национальная борьба – традиционный и наиболее доступный вид спорта. Относительно желаний заниматься другими видами спорта получены разнообразные ответы: баскетбол (34%), легкая атлетика (преимущественно бег) 24% футбол (40,8%) и т.д.

С целью определения степени эффективности комплекса упражнений, а также методов проведения занятий было проведено вторичное обследование школьников обеих групп. Результаты которого дали возможность выявить разность между показателями первого и второго тестирования.

Так, например, прирост показателей в беге на 30 м. После вторичного обследования оказался равным в опытных группах у мальчиков 0,3, у девочек 0,4, тогда как в контрольной группе 0,1. Эти различия на сравнительно короткой дистанции весьма существенны (достоверность  $P=0,01$ ). Метание через голову назад в опытных группах увеличилось по сравнению с контрольным у мальчиков на 5,34 м., у девочек – на 3, 10 против 1,78 и 1,31 м. Достоверность межгрупповых различий очевидна ( $P=0,001$ ).

Если в первичном обследовании разность в показанных результатах составляла в силе кисти и становой силы у мальчиков и у девочек в пределах 1-2 кг, то

сейчас в силе кисти в опытной группе составляют у мальчиков от 4,9 до 5,7 кг ( $P=0,01$ ), против 1,3-2,5 кг и 1,1-1,7 кг в контрольной группе.

Аналогичная картина в силе мышц разгибателей туловища в опытной группе у мальчиков 18,4-19,4 кг ( $P=0,01$ ), у девочек 12,7-15,7 кг ( $P=0,01$ ). Против данных в контрольной группе – у мальчиков 5,4-9,2 кг, у девочек 3,4-5,7 кг.

Результаты заключительного исследования по прыжкам в длину с места показали, что в опытных классах у мальчиков этот результат составляет от 11 до 23 см., а у девочек от 15 до 17 см., тогда как в контрольной группе соответственно 6-12 см. и 5-7 см. критерии достоверности различия у мальчиков 5-6 классов составляет  $P=0,01$ , 7-8 классов  $P=0,02$ , у девочек 5-6 классов  $P=0,001$ , 7-8 классов  $P=0,01$ .

Параметры во всех приведенных видах проверки подтверждают эффективность дополнительных упражнений, которые были использованы на занятиях с опытной группой школьников. Это дает основание использовать их в физическом воспитании не только в городских школах Республики Казахстан, но в сельских условиях обучения.

Подводя итоги проведенных исследований, следует отметить, что более высокие темпы прироста показателей скорости, быстроты действий, ловкости и гибкости, устойчивости, равновесия, скоростно-силовых качеств, некоторых навыков, достигнутых в опытных классах, являются результатом правильного применения дополнительных упражнений, элементов народных видов спорта и игр в сочетании с программным материалом в процессе экспериментальной работы.

#### **Выводы:**

- Экспериментальная работа, проведенная в общеобразовательной школе №39 г. Семей показали, что вполне возможно сочетать выполнение обязательного программного материала с элементами народных игр, специальными упражнениями для более эффективного

влияния на развитие физических качеств школьников.

- Исследования установили, что целенаправленное применение специальных упражнений, элементов народных игр повышает эффективность влияния уроков физического воспитания даже при двухразовом их проведении в неделю.

- Применение на уроках физического воспитания в опытных классах специально подобранных упражнений, народных игр дало статистически достоверные улучшения в развитии быстроты, гибкости, равновесия, ловкости и силы у учащихся опытных классов по сравнению с контрольными.

- Используемые средства и методы их применения вызывают не

одинаковые изменения в развитии двигательных качеств у мальчиков, юношей, девочек и девушек, что обуславливает необходимость в дальнейшей конкретизации средств и методов в работе с учащимися разного пола и возраста, повышает интерес к занятиям физическими упражнениями.

### Литература

1 Степаненкова Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка: М.: Издательский центр «Академия», 2006. - 368 с.

2. Таникеев М. Мир народного спорта: Научное издание.- Алматы: Санат, 1998. - 288 с.

УДК 393.79

## САКРАЛЬНОСТЬ ИГР У ТЮРКСКИХ НАРОДОВ РАННЕГО СРЕДНЕВЕКОВЬЯ

*Коротенко В., Фукалов И.*

*Кыргызский национальный университет им. Ж.Баласагына, г. Бишкек.*

**Аннотация.** В статье рассмотрено сакральность игр в религиозных представлениях тюркских народов Центральной Азии периода раннего средневековья.

**Ключевые слова:** тюркские народы, средневековье, игры.

## ОРТО КЫЛЫМДАГЫ ТУРК ЭЛДЕРИНИН ОЮНДАРЫНЫН САКРАЛДУУЛУГУ

*Коротенко В., Фукалов И.*

*Ж.Баласагын ат. Кыргыз улуттук университети, Бишкек ш.*

**Корутунду.** Бул макалада орто кылымдагы Борбор Азиядагы түрк элдеринин оюндарынын диндик ишенимдериндеги сакралдуулугу каралган.

**Негизги сөздөр:** түрк элдери, орто кылым, оюндар.

## SACRALITY OF GAMES OF THE TURK PEOPLES OF THE EARLY MIDDLE AGES

*Korotenko V., Fukalov I.*

*Kyrgyz National University named after J. Balasagyn*

**Abstract.** The article deals with the sacredness of games in the religious representations of the Turkic peoples of Central Asia during the early Middle Ages.

**Keywords:** turkic peoples, middle ages, games.

**Введение.** Образ игровых традициях разных тюркских народов соревнований в традиционных культурных занимает важное место, начиная с



КӨШІРМЕ  
КОПИЯ

ВЕСТНИК ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

Научно-практический журнал

Илмий-практикалық журнал

ДЕНЕ ТАРБИЯ ЖАНА СПОРТ ЖАРЧЫСЫ

Дизайнери Ташташова Р.Т.  
Компьютердік калыпка салған Эргешова Р.К.

Басууга 29.04.2017-ж. кол коюлду. Офсет кагазы.  
Кагаздын форматы А-4. Көлөмү 8.0 б.т. Нускасы 200.

ЖИ Аязбеков А.Б. типографиясында басылды.  
Бийиктик ш., пр. Чүй, 215.



Дұрыс  
ПББ Бастығы 20 ж.  
Верно  
Начальник БУП  
- 12 - 20 г.