



Манаш Қозыбаев атындағы Солтүстік Қазақстан университеті
«Дене шынықтыру және спорт» кафедрасының

Северо-Казхастанский университета им. М.Козыбаева
кафедра «Физическая культура и спорт»



Қазақстан Республикасы Ұлттық Ұламықан академиясы
«Дене шынықтыру даярлығы және спорт» кафедрасының

Академия Национальной гвардии Республики Казахстан
кафедра «Физическая подготовка и спорт»



СБОРНИК МАТЕРИАЛОВ

РЕСПУБЛИКАНСКОЙ НАУЧНО-ТЕОРЕТИЧЕСКОЙ КОНФЕРЕНЦИИ «Иновационные методы обучение в процессе физического воспитания и начальной военной и технологической подготовки»

«Дене тәрбиесі мен алғашқы әскери және технологиялық дайындық үрдісінде оқытудың жаңашыл әдістері» РЕСПУБЛИКАЛЫҚ ҒЫЛЫМИ-ТЕОРИЯЛЫҚ КОНФЕРЕНЦИЯ

МАТЕРИАЛДАР ЖИНАҒЫ



Петропавл қ. 2024 жыл

УДК 355.23
ББК 68.49 (5Каз)3
С 23

Рецензенты:

1. Абильмажинов А.А., старший преподаватель кафедры оперативного искусства и морально-психологического обеспечения Академии Национальной гвардии Республики Казахстан, доктор философии (PhD), подполковник.

2. Зернов Д.Ю., старший преподаватель кафедры «Физическая культура и спорт» СКУ им. М. Козыбаева, кандидат педагогических наук.

СБОРНИК МАТЕРИАЛОВ Республиканской научно-теоретической конференции «**Инновационные методы обучение в процессе физического воспитания и начальной военной и технологической подготовки**» издается по решению Ученого совета Академии Национальной гвардии Республики Казахстан (протокол № 4 от 20 ноября 2024 года).

Редакционная коллегия:

Нусупов М.Т., ВРИД начальника кафедры физической подготовки и спорта Академии Национальной гвардии, подполковник, магистр.

Шитов А.А. старший преподаватель, заведующий кафедрой «Физическая культура и спорт», магистр.

Горохов А.С., старший преподаватель кафедры физическая культура и спорт Северо-Казахстанского университета им.М.Козыбаева, магистр.

Мульдинов Р.Т., преподаватель кафедры физической подготовки и спорта Академии Национальной гвардии, майор, магистр.

Гришманов Р.В., преподаватель кафедры физической подготовки и спорта Академии Национальной гвардии, подполковник.

Р «Инновационные методы обучение в процессе физического воспитания и начальной военной и технологической подготовки» сборник материалов Республиканской научно-теоретической конференции - Петропавловск: Академия НГ Республики Казахстан, кафедра физической подготовки и спорта, Северо-Казахстанского университета им. М.Козыбаева кафедра физическая культура и спорт, 2024. – 207 с.

ISBN 978-601-322-728-3

В сборнике материалов конференции представлены тезисы научных докладов учёных, профессорско-преподавательского состава, магистров, курсантов Академии Национальной гвардии Республики Казахстан, студентов Северо-Казахстанского университета им. М.Козыбаева.

УДК 355.23
ББК 68.49 (5Каз)3
ISBN 978-601-322-728-3

© Академия НГ
РК Кафедра физической подготовки и спорта, 2024
© СКУ им. М.Козыбаева
Кафедра физической культуры и спорта, 2024

МАЗМУНЫ СОДЕРЖАНИЕ

Секция 1.

«Влияние использования спортивных и подвижных игр в учебном процессе».

М.Т. Нусупов, А.А. Қуатбеков, «Жоғарғы оқу орындарында дене шынықтыру сабақтарында спорттық және қозғалмалы ойындар».....	6
М.С. Бірімжанов, А.А. Ерғали, ««Кроссфит» айналмалы жаттығу әдісімен курсанттардың дене дайындығы деңгейін арттыру».....	13
Б.Б. Нұрманов, Т.Б. Сүйіндік, «ЖОО-да дене шынықтыру сабақтарында жылжымалы ойындар».....	16
Кузьменко Д.Ю., Шитов А.А., Шитов А.С. «кроссфит, как форма проведения занятий по физической культуре в высших учебных заведениях».....	20
Просвиркина И.А., Зулкарнаев А., «Мобильные приложения как средство активизации работы по развитию физической культуры молодежи».....	24
Айтжанова С.А., Тастанбек Е.Ж., «Казахские национальные игры в физическом воспитании. история и современность».....	28
Сейітжан Қ.К., Жолдасбек М.Б., «Эффективность применения искусственного интеллекта на психологическую адаптацию и влияние подвижных игр на физическую подготовленность военнослужащих».....	35
Ботяев С.В., Скворцова Е.П., Вылегжанина Т.Г., «Применение национальных игр на уроках физической культуры и исследование их влияния на двигательные способности обучающихся».....	40
Кошкина А.К., Тыщенко В.А. «Роль спортивных и подвижных игр в образовательном процессе: влияние на физическое и социальное развитие учащихся».....	45
Скворцова Е.П., Ботяев С.В. «Развитие двигательных способностей у обучающихся младшего школьного звена посредством подвижных игр на уроках физической культуры».....	48

Секция 2.

«Оптимизация учебного времени при совмещении теоретических и практических занятий в сфере физического воспитания и начальной военной и технологической подготовки».

Гришманов Р.В., Байжанов Д.Ж. «Оптимизация учебного времени при совмещении теоретических и практических занятий в физическом воспитании и начальной военной подготовке».....	53
Горохов А.С., Реутова В.Н., Жаксымбаев Т.А. «Применение интерактивных методов в проведении начальной военной и технологической подготовки в общеобразовательной школе».....	56
Семененко С.П., Сотниченко Е.А., Бегалин М.Т., «Методологические основы скоростно-силовых способностей в легкой атлетике».....	59
Сарсенбаев С.Б., Алпысов С.Т., «Виртуальные симуляторы в начальной военной подготовке: преимущества и перспективы применения».....	63
Кенесов Ш.К., Дюсекин А.Е. «Интеграция STEM-образования в начальную военную и технологическую подготовку: преимущества и перспективы применения».....	67

УДК 378(574)

ПРИМЕНЕНИЕ НАЦИОНАЛЬНЫХ ИГР НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И ИССЛЕДОВАНИЕ ИХ ВЛИЯНИЯ НА ДВИГАТЕЛЬНЫЕ СПОСОБНОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

С.В. БОТЯЕВ¹, Е.П. СКВОРЦОВА², Т.Г. ВЫЛЕГЖАНИНА³

¹магистр, старший преподаватель кафедры физической культуры и спорта НАО Северо-Казахстанский университет имени Манаша Козыбаева, г.Петропавловск. E-mail: sbotyauev@mail.ru, sbotyaev@ku.edu.kz;

²магистр, старший преподаватель кафедры физической культуры и спорта НАО Северо-Казахстанский университет имени Манаша Козыбаева, г.Петропавловск. E-mail: kvortsova1@list.ru, epskvorcova@ku.edu.kz

³учитель физической культуры, КГУ Средняя школа 1 имени Мурата Айтхожина, педагог-исследователь, г.Петропавловск. E-mail: tanya_vylegzhana@mail.ru;

Аннотация. В данной статье рассматриваются методические особенности применения национальных подвижных игр различной направленности на уроках физической культуры и их влияние на развитие двигательных способностей у обучающихся среднего звена. Представленные игры можно применять на уроках физической культуры в разных возрастных звеньях, а также в процессе физической подготовки спортсменов в различных видах спорта.

Ключевые слова: подвижные игры, национальные игры, двигательные способности, обучающиеся, физическая подготовленность.

Введение

В наше время в Республике Казахстан как независимое государство активно развивает национальную культуру и это стало неотъемлемой частью воспитания подрастающего поколения. Это все вызвало проведения реформ системы образования и в том числе в физическом воспитании.

Одной из задач физического воспитания является воспитание гармонически всесторонне развитой личности, это в том числе достигается использованием в системе физического воспитания молодежи казахских национальных игр, это все у детей формирует широкое мировоззрение, нравственность, формирует национальное историческое наследие и закрепляется опыт и жизнь многих поколений народа Казахстана.

Изучению проблемы физического воспитания школьников на основе казахских национальных игр посвящены исследования многих ученых, разработавших общие положения по проблеме влияния казахских национальных игр и физических упражнений на всестороннее развитие детской личности.

Активное внедрение национальной культуры в физическое воспитание, использование казахских народных игр на практических занятиях физической культуры является актуальным направлением гуманизации процесса обучения молодого поколения. Использование народных игр в образовательном процессе позволяет реализовать двигательный компонент, представленный в физическом

воспитании, познавательный компонент, основанный на знаниях о народной культуре, и эмоциональный компонент, связанный с сюжетной основой национальных игр.

В соответствии с накопленным опытом в области теории и практики физического воспитания школьников на основе казахских национальных игр в современных условиях всё ещё не достигает своих главных целей - формирования у учащихся физического и духовного самоопределения, соответствующего индивидуальным особенностям каждой личности и запросам общества и времени.

Цель исследования – подобрать и проверить эффективность подвижных национальных игр различной направленности на развитие двигательных способностей в процессе физического воспитания обучающихся среднего школьного возраста.

Методы и организация исследования. Экспериментальное исследование, посвященное оценке эффективности применению подвижных национальных игр в учебном процессе по физическому воспитанию обучающихся 7-х классов, проходило в период с октября по декабрь 2023 года на базе КГУ «Средняя школа №1 имени Мурата Айтхожина» в городе Петропавловск. Участниками педагогического эксперимента стали обучающиеся 7 класса КГУ «Средняя школа №1 имени Мурата Айтхожина» в городе Петропавловск, в количестве 9 мальчиков и 8 девочек.

Для определения двигательных способностей мы использовали следующие тесты:

- Бег 60 м (с);
- Бег 1500 м (мин. С);
- Прыжок в длину (см);
- Прыжок в высоту (см);
- Метание мяча 150 г, (м);
- Подтягивание на высокой /низкой перекладине (к-во раз);
- Бег 30 м (с);
- Прыжок в длину с места (см);
- Бросок набивного мяча двумя руками из-за головы (см);
- Челночный бег 3x10 (с).

Результаты исследования и их обсуждение. В действующей типовой программе по физической культуре предусмотрен 4 раздел «Национальные и интеллектуальные игры»: Казахские национальные игры, который проходит во второй четверти вместе с разделом 3 «Когнитивные навыки и навыки по управлению телом посредством гимнастики».

На уроках физической культуры на которых проходил раздел 4 «Национальные и интеллектуальные игры»: Казахские национальные игры, предложенные игры применялись в течении всего урока (45 минут), во всех частях (начало середина и конец урока), а на уроках где проходил раздел 3 «Когнитивные навыки и навыки по управлению телом посредством гимнастики», национальные подвижные игры применялись в конце середины урока (основной части) в течении 10-15 минут.

Подвижные национальные игры являются прекрасным способом повышения

моторной плотности уроков физической культуры, а это в свою очередь приводит к повышению физических нагрузок по объему и интенсивности на организм обучающихся и особенно это важно при прохождении такого строго-регламентированного раздела школьной программы как «Когнитивные навыки и навыки по управлению телом посредством гимнастики», где дети тратят много времени но ожидании очередного подхода для работы на гимнастических снарядах.

Помимо этого, большинство используемых национальных игр являются командными и помимо развития двигательных способностей у детей также развиваются важные личностные качества такие как сплоченность, коллективизм и взаимовыручка.

Так мы хотим отметить эмоциональный фон проводимых уроков, явно отмечала эмоциональность, явно выраженный интерес к игровой деятельности и как следствие желание детей 7 класса посещать данные уроки физической культуры.

Характеризуя действующую типовую программу по физической культуре так же хочется сказать, что в ней не навязываются никакие национальные казахские игры, в отличие от программы 2013 года. Учителя физической культуры самостоятельно подбирают национальные игры в соответствии с целями обучения (7.2.7.1 обсуждать и адаптировать поведение, отражающее честную игру, патриотизм, сотрудничество во время соревнований; 7.2.3.1 уметь обсуждать и демонстрировать ряд навыков совместной эффективной работы по созданию благоприятной учебной среды; 7.3.5.1 определять знания и навыки для обогащения опыта физических упражнений других людей) возрастом, физическим развитием и физической подготовленностью обучающихся.

Ниже мы представляем перечень подвижных игр, применяемых на уроках физической культуры, их направленность на развитие различных двигательных способностей:

«Кокпар», «Курыс», Шақ шақ, **Токсақ тұрақ (Тяга за пояс), Арқан тарту (Поднятие бревна)**, «Жапалақтар мен карлығаш» (ястребы и ласточки), «Ағсан дурна» («Хромой журавль»), «Айголек» казахская игра (кандалы), «Токта» казахская игра (стой), «Орамал кімде?» казахская игра (У кого платок?), «Жаяу көкпар» (пеший кокпар), «Арқан тартыс» - перетягивание каната, «Бәйге» (скачки), «Ұшты-ұшты» (летит-летит)», «Тапқыш» («Находчивый»), «Күміс алу» («Подними монету»). Хотется отметить что некоторые игры адаптированы для их применения на уроках физической культуры.

Среди представленных игр есть такие которые задействуют одновременно всех детей и физическая нагрузка при этом довольно таки значительная, что делает их эффективными для повышения двигательных способностей, среди таких игр, например, «Жаяу көкпар» (пеший кокпар), «Арқан тартыс» (перетягивание каната), «Бәйге» (скачки) и другие.

На уроках где игры включались как в начало (подготовительная часть) так и коней урока (заключительная часть) они должны быть малой интенсивности, так как урок нельзя начинать сразу с большой нагрузки, в конце урока чтобы снизить уровень эмоционального и функционального возбуждения также рекомендуется использовать данный игры, к их числу можно отнести например: «Ұшты-ұшты»

(летит-летит)», «Тапқыш» (находчивый), «Белбеу тастау» (ремешок) и другие.

Так же национальные подвижные игры поскольку они командные прививают качества ведения спортивных соревнований в команде, а не по отдельности, к ним, например, относятся: «Күміс алу» (подними монету), «Жаяу көкпар» (Пешии кокпар), «Арқан тартыс» (перетягивание каната) и другие.

Помимо всего перечисленного не будем забывать о том, что, проживая в Казахстане перед учителями стоит задача привитие детям национальных обычаев нашей страны.

В начале и конце второй четверти было проведено входное и итоговое тестирование двигательных способностей. Для оценки динамики изменения исследуемых показателей (двигательных способностей) в начале и конце исследования по применению подвижных национальных игр, мы применяли t-критерий Стьюдента для зависимых выборок, он применяется для сравнения средних значений двух зависимых между собой выборок.

Данные расчеты представлены нами в таблицах 1 и 2 отдельно по мальчикам и отдельно по девочкам.

Таблица 1. Результаты тестирования подготовленности мальчиков 7-го класса в начале и конце эксперимента и оценка значимости различий по критерию t – Стьюдента для зависимых выборок.

№	Учебные нормативы	начало эксперимента M±m	окончание эксперимента M±m	Достоверность различия – t
1.	Бег 60 м (с)	10,8±01	10,1±0,1	2,3 P<0,05
2.	Бег 1500 м (мин. С)	7,55±0,2	7,39±0,02	2,1 P<0,05
3.	Прыжок в длину (см)	285±6,2	351,6±4,3	3,3 P<0,05
4.	Прыжок в высоту (см)	99±2,6	114,2±1,2	3,9 P<0,05
5.	Метание мяча 150г, (м)	25,2±1,0	33,7±1,0	2,8 P<0,05
6.	Подтягивание на в/перекладине из виса (к-во раз)	3,2±0,3	5,1±0,3	3,7 P<0,05

Данные таблицы 1 показывают достоверные улучшения исследуемых данных развития двигательных способностей у обучающихся мальчиков 7-го класса после применения на уроках физической культуры отобранных нами подвижных национальных игр.

Те же расчеты мы произвели с обучающимися девочками и представили в таблице 2.

Таблица 2. Результаты тестирования подготовленности девочек 7-го класса в начале и конце эксперимента и оценка значимости различий по критерию t – Стьюдента для зависимых выборок.

№	Учебные нормативы	начало эксперимента M±m	окончание эксперимента M±m	Достоверность различия – t
1.	Бег 60 м (с)	11±01	10,4±0,05	2,7 P<0,05

2.	Бег 1500 м (мин. С)	8,3±0,05	8,09±0,03	1,3 P>0,05
3.	Прыжок в длину (см)	243,1±4,1	315±5,9	3,9 P<0,05
4.	Прыжок в высоту (см)	88,2±1,9	105,8±2,3	3,7 P<0,05
5.	Метание мяча 150г, (м)	15,5±0,4	19,8±0,9	3,2 P<0,05
6.	Подтягивание на н/перекладине из виса лёжа (к-во раз)	9,6±0,7	14,8±0,6	3,7 P<0,05

Данные таблицы 2 показывают достоверные улучшения исследуемых данных развития умений и навыков у обучающихся девочек 7-го класса после применения на уроках физической культуры отобранных нами подвижных национальных игр. Лишь в тесте бег на 1500 метров прирост был, но оказался не достоверным.

Также мы в конце второй четверти после применения национальных игр использовали двигательные тесты результаты которых оценивались по пяти уровням физической подготовленности (низкий, ниже среднего, средний, выше среднего, высокий).

Сведения о физической подготовленности мальчиков и девочек 7-го класса в конце исследования (после применения подвижных национальных игр), участвующих в исследовании, представлены в таблице 3.

Таблица 3. Оценка физической подготовленности учащихся 7-го класса в конце эксперимента.

№ испытуемого	Бег 30 м (сек)		Прыжок в длину с места (см)		Бросок набивного мяча двумя руками из-за головы		Челночный бег 3x10	
	Рез-т	Уровень	Рез-т	Уровень	Рез-т	Уровень	Рез-т	Уровень
Мальчики								
1.	4,4	в/сред	188	в/сред	510	в/сред	7,8	высок
2.	5,0	сред	165	сред	440	сред	8,4	сред
3.	5,1	сред	171	сред	495	в/сред	8,7	сред
4.	4,7	в/сред	168	сред	480	сред	8,8	сред
5.	5,2	сред	180	сред	450	сред	8,6	сред
6.	4,8	в/сред	191	в/сред	440	сред	8,2	в/сред
7.	5,1	сред	179	сред	510	в/сред	8,8	сред
8.	4,4	в/сред	193	в/сред	520	в/сред	8,1	в/сред
9.	4,5	в/сред	195	в/сред	500	в/сред	8,2	в/сред
Девочки								
1.	5,0	в/сред	171	высок	450	в/сред	8,7	в/сред
2.	5,2	в/сред	161	сред	385	сред	8,8	в/сред
3.	5,3	сред	165	в/сред	370	сред	9,8	сред
4.	4,8	высок	169	в/сред	410	сред	8,5	высок
5.	5,4	сред	165	сред	420	сред	9,2	сред
6.	4,9	высок	173	высок	510	в/сред	8,7	в/сред
7.	5,5	сред	164	сред	460	сред	9,6	сред
8.	5,0	в/сред	170	в/сред	480	в/сред	8,8	в/сред

Результаты, представленные в таблице 3 говорят о достаточно высоком уровне показателей физической подготовки детей 7-го класса к концу 2 четверти

после применения подвижных национальных игр различной направленности.

В целом все обучающиеся 7-го класса занимающиеся с применением подвижных национальных игр показали хорошие результаты в тестах на физическую подготовленность, результатов, которые бы относились к уровням ниже среднему и низкому в данном классе не было.

Исходя из этого можно утверждать, что предложенный вариант прохождения материала по физической культуре с применением подвижных национальных игр различной направленности является достаточно эффективным.

Заключение. Применяемые национальные подвижные игры в процессе физического воспитания положительно сказались на формировании у обучающихся двигательных способностей.

Национальные подвижные игры прививают молодому поколению казахскую культуру и обычаи, что, несомненно, важно для становления государства.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Асарбаев А. Традиционные казахские национальные игры. // Физическая культура в школе. 2007. – № 6. – С. 6.

2. Амренова А.Д., Кушнир М.П. Национальная культура // Караганда, Вестник КарГУ. – 2013. №3. – С.45-47.

3. Концепция развития интеллектуального потенциала нации в системе непрерывного образования Республики Казахстан. – Алматы: «Ұлагат», 2013. – С. 36.

4. Қожахметұлы С. Традиции и обряды казахского народа / С. Қожахметұлы. – Алматы : ТОО Алматы кітап, 2005. – 248 с.

5. Турдиматов, Д. Б. Воспитательная функция национальных казахских игр в жизни молодежи / Д. Б. Турдиматов // Молодой ученый. — 2016. — № 7 (111). — С. 712-714.

УДК 796.35

РОЛЬ СПОРТИВНЫХ И ПОДВИЖНЫХ ИГР В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ: ВЛИЯНИЕ НА ФИЗИЧЕСКОЕ И СОЦИАЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ УЧАЩИХСЯ

КОШКИНА А.К.¹, ТЫЩЕНКО В.А.²

¹Преподаватель кафедры туризм, начальная военная подготовка физическая культура и спорт магистрант педагогики и психологии Кокшетауский университет имени Абая Мырзахметова г.Кокшетау E-mail: irma933@mail.ru.

²Студент 3 курса группы ФКС-32 Образовательной программы 6В10405«Физическая культура и спорт», Кокшетауский университет имени Абая Мырзахметова г.Кокшетау

Аннотация: В статье рассматривается роль спортивных и подвижных игр в образовательном процессе и их влияние на физическое, социальное и личностное развитие учащихся. Подчеркивается важность физической активности для

Нусупов М.Т., Шитов А.А., Горохов А.С., Гришманов Р.В., Мильдинов Р.Т.
Сборник материалов Республиканской научно-теоретической конференции
**«Инновационные методы обучение в процессе физического воспитания
и начальной военной и технологической подготовки»**

Формат 60x84 1/16. Гарнитура Times. Ризография. Бумага офсетная.
Усл. 12,93 п.л. Тираж 10 экз.

Отпечатано в типографии Академии Национальной гвардии
Республики Казахстан.

150009, Петропавловск, ул. Кизатова, 6.