



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

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



Қазақстан Республикасы Ұлттық Ұламын Академиясы
«Дене шынықтыру даярлығы және спорт» кафедрасының

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



СБОРНИК МАТЕРИАЛОВ

РЕСПУБЛИКАНСКОЙ НАУЧНО-ТЕОРЕТИЧЕСКОЙ КОНФЕРЕНЦИИ «Инновационные 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 начальный 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

как математика или литература, делает обучение более динамичным и увлекательным. Это позволяет интегрировать физическую активность в повседневную учебную практику и сделать ее более привлекательной для детей.

Примеры успешной реализации.

Существует множество примеров успешной интеграции спортивных и подвижных игр в образовательный процесс. Например, в некоторых школах проводятся тематические спортивные недели, где ученики могут принимать участие в различных соревнованиях и играх. Эти мероприятия способствуют не только физическому развитию, но и формированию дружеских связей между учениками.

Также важно отметить примеры школ, где внедрены программы по обучению через движение. Такие инициативы, как «физкультура на свежем воздухе», позволяют учащимся активно участвовать в учебном процессе, сочетая теорию с практикой.

Заключение:

Спортивные и подвижные игры играют ключевую роль в образовательном процессе, способствуя физическому, социальному и личностному развитию учащихся. Они помогают формировать здоровое поколение, готовое к взаимодействию в социуме и успешному преодолению жизненных вызовов. Важно активно интегрировать спортивные игры в учебный процесс, создавая условия для развития как физических, так и социальных навыков у детей. Учитывая все вышеперечисленные аспекты, можно утверждать, что подвижные игры - это не просто развлечение, но и мощный инструмент для формирования гармонично развитой личности.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Захарова, Н. И. (2018). *Социальное развитие детей через подвижные игры*. Санкт-Петербург: Наука.
2. Шмидт, В. А. (2017). *Спортивные игры как средство физической культуры в школьном обучении*. Ростов-на-Дону: Феникс.
3. Кузнецова, Н. С. (2018). *Подвижные игры как основа социальной адаптации детей школьного возраста*. Вестник образования, 4, 78–82.
4. Гусев, В. П. (2021). *Профилактика заболеваний у школьников через физическую активность*. Москва: Российский государственный педагогический университет.

УДК 796.29

РАЗВИТИЕ ДВИГАТЕЛЬНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У ОБУЧАЮЩИХСЯ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ЗВЕНА ПОСРЕДСТВОМ ПОДВИЖНЫХ ИГР НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Е.П. СКВОРЦОВА¹, С.В. БОТЯЕВ²

¹магистр, 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

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

Аннотация. Реализация игрового метода на уроках физической культуры обучающихся младшего звена, предполагает использование подвижных игр как основного средства физического воспитания. В данной работе были отобраны и систематизированы комплексы подвижных игр и заданий, направленных на оптимизацию двигательных способностей детей; разработан план реализации подвижных игр на уроках физической культуры, определена эффективность целенаправленного влияния подвижных игр на процесс развития двигательных способностей младших школьников.

Ключевые слова: подвижные игры, игровая деятельность, физические качества, двигательные способности, физическая подготовленность.

Введение

Подвижные игры для детей разного возраста – это самое любимое и одновременно полезное занятие. Их основой являются двигательные действия, физические упражнения, при выполнении которых игроки, выполняя условия игры, добиваются поставленной цели. Игровая деятельность представлена огромным разнообразием содержания и за счет этого оказывает разностороннее влияние на организм ребенка, одновременно выполняя важную задачу физического воспитания – развитие основных физических качеств и способствует воспитанию решительности, настойчивости, сдержанности, веры в себя и свои возможности, укреплению силы воли.

Применение игрового метода на уроках физической культуры требует такого процесса физического воспитания, который будет способствовать проявлению и развитию у младших школьников двигательных способностей и в дальнейшем иметь качественные изменения.

С помощью подвижных игр также можно развивать социальные навыки у детей, такие как умение работать в команде, соблюдать правила игры, а также развивать лидерские качества и умение общаться с другими детьми.

Таким образом, развитие физических качеств, обучающихся младшего школьного звена с помощью подвижных игр на уроках физической культуры, является актуальной и эффективной методикой, способствующей не только физическому, но и социальному развитию детей.

Цель исследования – составить комплекс подвижных игр, направленных на оптимизацию двигательных способностей детей на уроках физической культуры и определить эффективность влияния подвижных игр на процесс развития физических качеств младших школьников.

Организация исследования. Педагогический эксперимент был организован и проведен на базе КГУ «Первая гимназия» города Петропавловска, во время уроков физической культуры. Обучающиеся 4 «А» класса в нашей работе явились испытуемыми, в количестве 28 человек (15 мальчиков и 13 девочек). Экспериментальное исследование проводилось в течение 2 четверти.

Результаты исследования и их обсуждение.

В соответствии с целью работы, нами были определены методические подходы к подбору и использованию игрового материала в интересах физической подготовки, отобраны игровые задания и подвижные игры, направленные на развитие двигательных способностей младших школьников, составлены комплексы подвижных игр целенаправленных на развитие определенных двигательных способностей. Выбор подвижных игр зависел и от педагогических задач урока, учитывалась степень трудности игры для обучающихся.

Следует сказать, что в долгосрочном плане типовой учебной программы «Физическая культура» для начального образования Республики Казахстан, а именно для обучающихся 4 класса, имеется раздел «Казахские национальные (подвижные) игры (раздел 4, четверть 2). Он посвящен знакомству с национальными видами спорта Республики Казахстан, связанными с коренными условиями проживания, воспитанию патриотизма, умению честно соперничать в двигательной деятельности. Наряду с этим казахские подвижные игры, имея разностороннюю направленность, активно способствуют развитию физических качеств, что позволяет их использовать на уроках физической культуры с соответствующими задачами. Таким образом, в разработанный комплекс мы включили и казахские подвижные игры, в соответствии с целью занятия.

Комплекс подвижных игр, состоящий из 7 блоков был распределен на 24 урока физической культуры следующим образом, таблица 1.

Таблица 1. Планирование проведения уроков физической культуры с целенаправленным использованием подвижных игр для обучающихся младшего школьного звена.

№	Реализуемые подвижные игры	Цель занятия
1 Блок: Развитие скоростно-силовых способностей		
1	«Кто дальше», «Встречная эстафета с набивными мячами», «Аңшылар».	Развитие у обучающихся скоростно-силовых качеств посредством подвижных игр.
2	«Пожарные поручения», «Перепрыгни ручеек», «Жаяу көкпар».	
3	«Спутанные кони», «Альпинисты», «Күшің жетсе-үзіп кет».	
2 Блок: Развитие силовых способностей		
1	«Бой петухов», «Перетягивание», «Аркантартыс»	Развитие у обучающихся силовых качеств посредством подвижных игр.
2	«Толкание ядра», «Кто сильнее», «Джаяу-тартыс»	
3	«Бег на руках», «Дойди до середины»	
4	«Перетягивание каната», «Айголек»	
3 Блок: Развитие ловкости и меткости		
1	«Охотники и утки», «Вышибалы», «Қазан»	Развитие у обучающихся ловкости, меткости посредством подвижных игр.
2	«Чей мяч дальше?», «Снайперы», «Жамбы ату»	
3	«Бросить и поймать», «Мяч сквозь обруч»,	

	«Бурук теппек»	
4	«Кто самый меткий?», «Плоский камень и мяч»	
4 Блок: Развитие скоростных способностей		
1	«Возьми набивной мяч!», «Самые быстрые», «Жигит-куалау»	Развитие у обучающихся быстроты посредством подвижных игр.
2	«Перелет птиц», «Не давай мяч водящему!», «Ак суек»	
3	«Ловля бабочек», «Вызов номеров», «Орамал»	
5 Блок: Развитие координационных способностей и ловкости		
1	«Удочка», «Караси и щука», «Бестас»	Развитие у обучающихся ловкости, координации движений посредством подвижных игр.
2	«Передал мяч-беги», «Чье звено соберется скорее?»	
3	«Волк во рву», «Кружева», «Асык»	
4	«Охотник и зайцы», «С кочки на кочку», «Кумис алу».	
6 Блок: Развитие выносливости		
1	«День и ночь», «Посадка картофеля», «Казахша курес»	Развитие у обучающихся выносливости, быстроты реакции посредством подвижных игр.
2	«Сумей догнать», «Байга»	
3	«Дедушка-рожок», «Шишки, желуди и орехи», «Кындык-сандык»	
7 Блок: Развитие гибкости		
1	«Кот и мостик», «Сложная гонка»	Развитие у обучающихся гибкости посредством подвижных игр
2	«Кто быстрее?», «Скамейка над головой»	
3	«Эстафета с лазанием и перелезанием»	

Структура урока физической культуры с применением подвижных игр и игровых заданий не отличалась от традиционного урока и также состояла из трех частей – начало урока, середина урока и окончание урока. Отличием стало содержание 2-ой части, в которую мы включили обязательное проведение подвижных игр (знакомство с правилами игры, организация, проведение, результаты). Для проведения игр мы пользовались следующим оборудованием: скакалки, обручи, мячи (волейбольные, теннисные, набивные), кубики, конусы, маты, канат, гимнастические маты.

Наши наблюдения за время исследовательской работы позволяют говорить о том, что подвижные игры для школьников - являются одним из любимых видов деятельности на уроках физической культуры. Наиболее популярными для младших школьников стали командные игры, которые отличаются большей сложностью, так как одновременно с развитием двигательных навыков необходима крайне организованные тактические действия всего коллектива.

После окончания проведения исследовательской работы мы провели итоговую диагностику, направленную на определение динамики уровня развития двигательных способностей младших школьников. На рисунках 3.1-3.5

представлены результаты испытуемых, полученные в ходе эксперимента.

В начале и по окончании экспериментальной работы чтобы иметь представление о физической подготовленности обучающихся 4 класса, мы провели диагностику, с использованием контрольных испытаний по В.И. Ляху, характеризующую развитие физических качеств. Критериями, определяющими показатель диагностики, стали уровни (высокий, выше среднего, средний, ниже среднего и низкий) развития координационных, силовых, скоростных способностей, активной гибкости и общей выносливости.

В таблице 2 представлены расчетные показатели полученных результатов двигательных способностей испытуемых, полученные в ходе эксперимента. Мы сопоставили результаты школьников с показателями, которые соответствуют каждому уровню и занесли данные в таблицу, дополнив свои расчеты процентным соотношением.

Таблица 2. Результаты диагностики обучающихся 4 класса (28 человек) в ходе экспериментальной работы.

Упражнения	Уровни развития двигательных способностей					
		высокий	выше среднего	средний	ниже среднего	низкий
<i>Координационные способности, кол-во человек, %</i>						
Челночный бег 3×10м, сек	до	2	8	36	8	46
	после	4	23	30	31	12
<i>Силовые способности, кол-во человек, %</i>						
Подтягивание в висе на высокой/низкой перекладине, кол-во раз	до	19	8	19	19	35
	после	15	12	27	38	8
<i>Скоростные способности, кол-во человек, %</i>						
Бег 30м, сек	до	4	8	23	23	42
	после	12	8	31	37	23
<i>Активная гибкость, кол-во человек, %</i>						
Наклон вперед из положения стоя, см	до	0	12	38	38	12
	после	4	8	62	27	0
<i>Общая выносливость, кол-во человек, %</i>						
Бег 6 минут, м	до	0	15	15	15	45
	после	0	15	15	44	26

Таким образом, после проведенной исследовательской работы, на этапе формирующего эксперимента, мы отметили, что положительная динамика показателей, характеризующих развитие физических качеств у испытуемых, произошла во всех контрольных тестах.

Следовательно, в своей работе мы доказали, что развитие физических качеств обучающихся младшего школьного звена с помощью подвижных игр на уроках физической культуры, является актуальной и эффективной методикой, способствующей не только физическому, но и социальному развитию детей.

Заключение. Игровая деятельность имеет большое значение в формировании, развитии и совершенствовании двигательных способностей обучающихся младшего школьного возраста.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Геллер Е.М. Основные функции подвижных игр и проблема дальнейшего их внедрения в практику физкультурного движения «Теория и практика физ.культуры». - М., 2017. - 3- С.20-21.
2. Ломейко В.Ф. Развитие двигательных качеств на уроках физической культуры в I-X классах. – М.: Народная асвета, 2009.
3. Нормативные и методические документы для учителей физической культуры на 2022 – 2023 учебный год. [<https://nnpckf.kz/images/docs/2022/pedagogam/asgustkonf/metod-2022-23.pdf>].
4. Абилова Г. Казахские детские игры, 2001 г.
5. Турскельдина М.Т. Подвижные игры 2018г.

СЕКЦИЯ 2

«ОПТИМИЗАЦИЯ УЧЕБНОГО ВРЕМЕНИ ПРИ СОВМЕЩЕНИИ ТЕОРЕТИЧЕСКИХ И ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И НАЧАЛЬНИЙ ВОЕННОЙ И ТЕХНОЛОГИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ»

УДК 796.011

ОПТИМИЗАЦИЯ УЧЕБНОГО ВРЕМЕНИ ПРИ СОВМЕЩЕНИИ ТЕОРЕТИЧЕСКИХ И ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ И НАЧАЛЬНОЙ ВОЕННОЙ ПОДГОТОВКЕ

ГРИШМАНОВ Р.В.¹, БАЙЖАНОВ Д.Ж.²

¹Магистрант Омского государственного педагогического университета, подполковник, преподаватель кафедры физической подготовки и спорта, Академия Национальной гвардии Республики Казахстан, город Петропавловск, Казахстан.

²Курсант 2 учебного взвода 4 учебной роты 2 учебного батальона, Академия Национальной гвардии Республики Казахстан, город Петропавловск, Казахстан.

Аннотация. Статья посвящена вопросам оптимизации учебного времени в процессе совмещения теоретических и практических занятий в сферах физического воспитания и начальной военной и технологической подготовки. Рассматриваются цели и задачи оптимизации, методы интеграции теории и практики, применение активных методов обучения и системы оценки эффективности. Основное внимание уделяется созданию образовательной среды, способствующей максимальному усвоению знаний и развитию ключевых навыков у обучающихся. Предложенные подходы направлены на повышение мотивации студентов и улучшение качества образовательного процесса.

Ключевые слова. Оптимизация учебного времени, теоретические и практические занятия, физическое воспитание, начальная военная подготовка, активные методы обучения, интеграция теории и практики, качество образования.

Идея оптимизации учебного процесса была выдвинута доктором

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.