



ISSN 1694-6707

ДЕНЕ ТАРБИЯ ЖАНА СПОРТ ЖАРЧЫСЫ



ВЕСТНИК ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

4 3 2 1
2017

**ВЕСТНИК
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ
И СПОРТА**

**Научно-практический журнал
Кыргызской государственной академии физической
культуры и спорта**

4

2017(19)

Бишкек

**ДЕНЕ ТАРБИЯ ЖАНА СПОРТ ЖАРЧЫСЫ
ВЕСТНИК ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА**

Илимий-практикалык журнал / научно-практический журнал

№4 (19) 2017

**БАШКЫ РЕДАКТОРУ / ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР /
CHIEF EDITOR**

Иманалшев Т.Т. к.п.н., доцент

**БАШКЫ РЕДАКТОРДУН ОРУН БАСАРЫ /
ЗАМЕСТИТЕЛЬ ГЛАВНОГО РЕДАКТОРА /
DEPUTY CHIEF EDITOR**

Тулукеев Т.М. д.м.н., профессор

**РЕДАКЦИЯЛЫК КЕЧЕШН
РЕДАКЦИОННЫЙ СОВЕТ
EDITORIAL COUNCIL**

Алымкулов Р.Д. - д.м.н., профессор
Анаркулов Х.Ф. – д.п.н., профессор
Белов Г.В. – д.м.н., профессор
Закирьянов К.Х. – д.п.н., профессор
Збарский В.А. - к.п.н., доцент
Ишмухамедов А.А. – к.п.н., доцент
Кадьралиев Т.К. - д.м.н., профессор
Кийзбаев М.С. - к.п.н., профессор
Мамбегалиев К.У. - к.п.н., профессор
Мамытов А.М. - д.п.н., профессор
Манжуев С.Х. – к.п.н., доцент
Манликова М.Х. – д.п.н., профессор
Мукамбетов А.А. - к.п.н., доцент
Наралиев А.М. - к.п.н., профессор
Саралаев М.К. - к.п.н., доцент
Син Е.Е. - д.п.н., доцент
Турусбеков Б.Т. – д.м.н., профессор
Чубаков Т.Ч. – д.м.н., профессор
Шевченко Т.Н. – к.п.н., доцент

Журнал включен в перечень изданий, рекомендованных Президиумом ВАК КР для публикации основных научных результатов диссертаций.

Индексируется Российским индексом научного цитирования (РИНЦ) с 2017 года.

**Учредитель:
КЫРГЫЗСКАЯ
ГОСУДАРСТВЕННАЯ
АКАДЕМИЯ
ФИЗИЧЕСКОЙ
КУЛЬТУРЫ И
СПОРТА**

Издается с 2010 года

Журнал
зарегистрирован
Министерством юстиции КР,
серия ГР №002605
регистрационный
номер 1556

Адрес редакции журнала:
г. Бишкек, ул. Ахунбаева, 97

Тел.: +996 (312) 574630
Факс: +996 (312) 570466

E-mail:
prorektor.nauka@mail.ru

МАЗМУНУ / СОДЕРЖАНИЕ / CONTENT

ТЕОРИЯСЫНЫН, ПРАКТИКАСЫНЫН МАСЕЛЕЛЕРИ / ВОПРОСЫ ПЕДАГОГИКИ, ПСИХОЛОГИИ, ТЕОРИИ, ПРАКТИКИ СПОРТА И ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ / QUESTIONS OF PEDAGOGICS, PSYCHOLOGY, THEORY, PRACTICE OF SPORT AND PHYSICAL CULTURE

- Айбалаев А.Ж., Уметалиев Б.Б.* ЭРКИН КҮРӨШЧҮЛӨРДҮН ЖАШЫ БОЮНЧА ДЕНЕ
ӨНҮГҮҮСҮНҮН ЖАНА ПСИХИКАЛЫК САПАТТАРЫНЫН ДИНАМИКАСЫ / ВОЗРАСТНАЯ
ДИНАМИКА ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ И ПСИХИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ БОРЦОВ ВОЛЬНОГО
СТИЛЯ / PECULIARITIES OF AGE DYNAMICS OF PHYSICAL DEVELOPMENT AND MENTAL
QUALITY OF WRESTLER STEERS.....7
- Азизбаев С.С., Турапбаев Н.* КЫРГЫЗ РЕСПУБЛИКАСЫНЫН ЭЛ АРАЛЫК СПОРТТУК
БАЙЛАНЫШТАРЫНЫН ТАРЫХЫ ЖАНА КЕЛЕЧЕКТЕГИ ӨНҮГҮҮСҮ / ИСТОРИЯ И
ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ МЕЖДУНАРОДНЫХ СПОРТИВНЫХ СВЯЗЕЙ КЫРГЫЗСКОЙ
РЕСПУБЛИКИ / HISTORY AND PROSPECTS OF INTERNATIONAL AND SPORT RELATIONS
KYRGYZ REPUBLIC.....11
- Гилина В.С.* БАСКЕТБОЛЧУ КЫЗДАРДЫН (14-16 ЖАШ) ЖЕКЕ ОЗГОЧОЛУКТОРУ ЖАНА
АЛАРДЫН ОЮНДУК АМПЛУАГА ТИЙГИЗГЕН ТААСИРИ / ЛИЧНОСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ
БАСКЕТБОЛИСТОК 14-16 ЛЕТ И ИХ ВЛИЯНИЕ НА ИГРОВОЕ АМПЛУА / PERSONAL
FEATURES OF THE BASKETBALLIST OF 14-16 YEARS AND THEIR IMPACT ON THE GAME
AMPLOUA.....16
- Евгачёв О.А., Кийзбаев М.С.* КЫРГЫЗ БОКСУНА 90 ЖЫЛ / КЫРГЫЗСКОМУ БОКСУ 90 ЛЕТ /
KYRGYZ BOXING IS 90.....20
- Камбарова К.У.* КЫРГЫЗСТАНДА БИЛИМ БЕРҮҮНҮ РЕФОРМАЛООНУН НЕГИЗГИ
БАГЫТТАРЫ / ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ РЕФОРМЫ ОБРАЗОВАНИЯ В КЫРГЫЗСТАНЕ /
THE MAIN DIRECTIONS OF THE EDUCATION REFORM IN KYRGYZSTAN.....27
- Кийзбаев М.С., Кенжебаев А.А., Жуманкулов К.С.* АР КАНДАЙ САЛМАКТАГЫ ЖАШ
МУШКЕРЛЕРДИН ЫЛДАМДЫГЫН ТАРБИЯЛОО ҮЧҮН КОЛДОНУЛУУЧУ КАРАЖАТТАРЫН
ЖАНА ЖОЛДОРУН ИЗИЛДОО / ИССЛЕДОВАНИЕ МЕТОДОВ И СРЕДСТВ РАЗВИТИЯ
БЫСТРОТЫ БОКСЕРОВ-ЮНОШЕЙ РАЗЛИЧНЫХ ВЕСОВЫХ КАТЕГОРИЙ / INVESTIGATION
OF METHODS AND MEANS OF DEVELOPMENT OF FAST BOXERS-YOUTH OF VARIOUS
WEIGHT CATEGORIES.....30
- Макарычева И.А.* БАШТАЛГЫЧ МЕКТЕП КУРАГЫНДАГЫ ОКУУЧУЛАРДЫН ДЕНЕ ТАРБИЯ
САБАГЫНДАГЫ БИЛИМ АЛУУСУНУН КОЙГОЙЛОРУ / ПРОБЛЕМА УЧЕБНОЙ МОТИВАЦИИ
УЧАЩИХСЯ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ /
THE PROBLEM OF EDUCATIONAL MOTIVATION OF PRIMARY SCHOOLCHILDREN.....36
- Макушева С.В., Шайрахунов У.Б.* МЕКТЕПТЕ ТУРИСТТИК ЖАНА ОЛКО ТААНУУ
ИШКЕРДИГИН УЮШТУРУУ ҮЧҮН КМДТЖСА СТУДЕНТТЕРИН ДАЯРДОО БАГЫТТАРЫ /
НАПРАВЛЕНИЯ ПОДГОТОВКИ СТУДЕНТОВ КГАФК И С ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ТУРИСТСКО-

КРАЕВЕДЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ШКОЛЕ / COURSE OF KSAPC AND S` STUDENTS PREPARATION FOR THE TOURISM AND REGIONAL STUDIES AT SCHOOL.....	40
--	----

<i>Мысыкбаев Ж.Е., Мусралиев К.И.</i> КЫРГЫЗ РЕСПУБЛИКАСЫНДАГЫ ФУТБОЛЧУЛАРДЫН ЫЛДАМДЫК САПАТТАРЫН ЖОГОРУЛАТУУ ТЕХНОЛОГИЯЛАРЫН, ФУТБОЛ ОЮНУН ӨНҮКТҮРҮҮ УЛУТТУК СТРАТЕГИЯСЫНЫН АЛКАГЫНДАГЫ ЖАЙЫЛТУУ МАСЕЛЕСИНИН АКТУАЛДУУЛУГУ ЖОНУНДО / ОБ АКТУАЛЬНОСТИ ВНЕДРЕНИЯ ТЕХНОЛОГИЙ ПОДГОТОВКИ ФУТБОЛИСТОВ С ВЫСОКИМИ СКОРОСТНЫМИ КАЧЕСТВАМИ В АСПЕКТЕ ОБЩЕНАЦИОНАЛЬНОЙ СТРАТЕГИИ В КЫРГЫЗСКОЙ РЕСПУБЛИКЕ / ABOUT THE ACTUALITY OF IMPLEMENTATION OF TECHNOLOGIES PREPARATION OF FOOTBALLERS WITH HIGH SPEED QUALITY THRUЕ IN THE ASPECT OF A NATIONWIDE OF STRATEGY OF DEVELOPMENT FOOTBALL IN THE KYRGYZ REPUBLIC.....	44
---	----

<i>Сабралиева Т.М., Турдубекова А.С., Каниметова К.А.</i> КҮРОШТУН ТҮРЛОРҮ МЕНЕН МАШЫККАН СПОРТЧУЛАРДЫН ФИЗИКАЛЫК ОНҮГҮШҮ / ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ СПОРТСМЕНОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ РАЗЛИЧНЫМИ ВИДАМИ БОРЬБЫ / PHYSICAL DEVELOPMENT OF ATHLETES ENGAGED IN THE DIFFERENT TYPES OF WRESTLING.....	48
--	----

<i>Саралаев М.К., Байбосунова Г.Ж.</i> СПОРТТУК ИЩ-ЧАРАЛАРЫНДАГЫ ТЕМПЕРАМЕНТТИН РОЛУ / РОЛЬ ТЕМПЕРАМЕНТА В СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ / THE ROLE OF THE TEMPERAMENT IN SPORTS ACTIVIT.....	52
---	----

<i>Тукеев Э. М.</i> ДЕНЕ ТАРБИЯ БОЮНЧА ЖОГОРКУ ОКУУ ЖАЙЛАРЫНДА СПОРТТУК КҮРОШТӨГҮ ДАЯРДООДО КОЛДОНУЛГАН ПРОГРАММАЛАРЫН ТАЛДОО / АНАЛИЗ ПРОГРАММ ПОДГОТОВКИ ПО СПОРТИВНЫМ ВИДАМ БОРЬБЫ В ВЫСШИХ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЯХ / ANALYSIS OF TRAINING PROGRAMS FOR SPORTS TYPES OF STRUGGLE IN HIGHER EDUCATIONAL EDUCATIONAL INSTITUTIONS.....	58
--	----

II. УЛУТТУК ДЕНЕ ТАРБИЯНЫН ЖАНА СПОРТТУН МАСЕЛЕЛЕРИ / ВОПРОСЫ НАЦИОНАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА / QUESTIONS OF NATIONAL PHYSICAL CULTURE AND SPORT

<i>Абдуллаев М.Т.</i> ОРДО ОЮНУНДАГЫ ОКУТУУ – УСУЛДУК ТҮШҮНҮКТОРДУН КЛАССИФИКАЦИЯСЫ (ТҮРКҮМДҮҮЛҮГҮ) / КЛАССИФИКАЦИЯ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИХ ПОНЯТИЙ В ИГРЕ ОРДО / CLASSIFICATION OF EDUCATIONAL-METEOGIC CONCEPTS IN THE ORDO GAME.....	65
---	----

<i>Казакбаев А.Д., Акматов Н.А.</i> БАЙЫРКЫ ЖАНА ОРТО КЫЛЫМДАГЫ КЫРГЫЗДАРДЫН ЖООКЕРДИК ОЮНДАРЫ / ВОЕННО-ПРИКЛАДНЫЕ ИГРЫ ДРЕВНИХ И СРЕДНЕВЕКОВЫХ КЫРГЫЗОВ / MILITARY-APPLIED GAMES OF ANCIENT AND MIDDLE AGES KYRGYZS.....	69
---	----

<i>Мехмет Туркмен, Айша Генч, Абдыбекова Н.А.</i> АЗИЯ-ТҮРК ЭЛДЕРИНДЕГИ ЭНИШ, ООДАРЫШ ОЮНДАРЫ / ИГРЫ ЭНИШ, ООДАРЫШ В АЗИАТСКИХ ТЮРКСКИХ НАРОДАХ / ENISH, OOGDARISH IN GAME IN ASIAN TURKISH PEOPLES.....	73
--	----

<i>Саралаев М. К., Азизбаев С. С., Тагаев М. И.</i> КОЧМОН КЫРГЫЗДАРДЫН САЛТТУУ ОЮНДАРЫНЫН ЖАНА МЕЛДЕШТЕРИНИН ТАРЫХЫНЫН НЕГИЗГИ БУЛАКТАРЫ / ВАЖНЕЙШИЕ ИСТОЧНИКИ ИСТОРИИ ТРАДИЦИОННЫХ ИГР И СОСТЯЗАНИЙ КОЧЕВЫХ КЫРГЫЗОВ / THE MOST IMPORTANT SOURCES OF THE HISTORY OF TRADITIONAL GAMES AND COMPOSITIONS OF NOMAD KYRGYZ.....	77
---	----

**III. ДЕНЕ ТАРБНЯНЫН ЖАНА СПОРТТУН МЕДИЦИНАЛЫК ЖАНА
БИОЛОГИЯЛЫК АСПЕКТИЛЕРИ / МЕДИЦИНСКИЕ И БИОЛОГИЧЕСКИЕ
АСПЕКТЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА / MEDICAL AND
BIOLOGICAL ASPECTS OF PHYSICAL TRAINING
AND SPORT**

- Абдыраев С.К., Дуйшонбиева Э.К.* АДАМ КАПИТАЛЫНЫН ОНУГУШУ ЖАНА АНЫ ТОЛУКТООДО МЕДИЦИНАНЫН, ДЕНЕ ТАРБИЯ МЕНЕН СПОРТТУН РОЛУ / РАЗВИТИЕ ЧЕЛОВЕЧЕСКОГО КАПИТАЛА И РОЛЬ МЕДИЦИНЫ, ФИЗКУЛЬТУРЫ, СПОРТА В ЕГО ПОПОЛНЕНИИ / DEVELOPMENT OF HUMAN CAPITAL AND ROLE OF MEDICINE, PHYSICAL TRAINING, SPORTS IN ITS FILLING.....83
- Анварбекова Ы. А., Карасаева А.Х., Алымкулов Р.Д.* СПОРТЧУЛАРДЫ МЕЛДЕШТЕН КИЙИН КЫРГЫЗДЫН САЛТТУУ МЕДИЦИНАЛЫК ЫКМАЛАРЫН КОЛДОНУУ МЕНЕН ДЕН СОЛУГУН КАЛЫБЫНА КЕЛТИРҮҮ / ПРИМЕНЕНИЕ МЕТОДОВ ТРАДИЦИОННОЙ МЕДИЦИНЫ КЫРГЫЗОВ В КОМПЛЕКСНОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ СПОРТСМЕНОВ В ПОСТСОРЕВНОВАТЕЛЬНОМ ПЕРИОДЕ / APPLICATION OF THE METHODS OF TRADITIONAL MEDICINE IN THE KYRGYZ COMPREHENSIVE RENABILITATION OF ATHLETES IN THE POST-COMPETITION PERIOD.....89
- Ларионов А.Ф., Камчибеков А.К., Андреев М.В.* КЫРГЫЗ РЕСПУБЛИКАСЫНЫН КУРАМА САМБИСТТЕРИНИН ЭНЕРГИЯ ЖУМШАЛУУНУН ЖАНА ТАМАК – АШ САПАТЫНЫН МУНОЗДОМУСҮ / ХАРАКТЕРИСТИКА ЭНЕРГОТРАТ И КАЧЕСТВА ПИТАНИЯ САМБИСТОВ СБОРНОЙ КЫРГЫЗСКОЙ РЕСПУБЛИКИ / CHARACTERISTIC OF ENERGY EXPENDITURE AND QUALITY OF NUTRITION OF THE SAMBIST TEAM OF THE KYRGYZ REPUBLIC.....94
- Мансуркулова Н.К., Ажикулова В.С., Орозбекова Б.Т.* ОШ ОБЛУСУНУН ШАРТЫНДА АР БАШКА СОЦИАЛДЫК АКЫБАЛДАГЫ ОСПУРУМДОРДУН ЖАШООСУНА ГИГИЕНАЛЫК МУНОЗДОМО / ГИГИЕНИЧЕСКАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА СОЦИАЛЬНО РАЗЛИЧАЮЩИХСЯ ПОПУЛЯЦИЙ ПОДРОСТКОВ, ПРОЖИВАЮЩИХ В УСЛОВИЯХ ОШСКОЙ ОБЛАСТИ / HYGIENIC CHARACTERISTICS OF SOCIALLY DIFFERENT POPULATIONS OF ADOLESCENTS LIVING IN OSH REGION.....99
- Мансуркулова Н.К., Ажикулова В.С., Орозбекова Б.Т.* ДЕН СОЛУГУНУН ГРУППАСЫНА КАРАТА ОСПУРУМДОРДУН ТҮЗҮМУ ЖАНА ӨЗ САЛАМАТТЫГЫН БААЛОО / СТРУКТУРА ПОДРОСТКОВ ПО ГРУППАМ ЗДОРОВЬЯ И САМООЦЕНКА СОСТОЯНИЯ ЗДОРОВЬЯ / THE STRUCTURE OF ADOLESCENTS FOR HEALTH GROUPS AND SELF-ASSESSMENT OF HEALTH STATUS.....105
- Садырова Н.А., Орозбекова Б.Т.* ДЕН-СОЛУГУ ЧЫҢ ЖАНА КУРГАК УЧУК МЕНЕН ООРУГАН БАЛДАРДЫН ФИЗИКАЛЫК ӨНҮГҮҮСҮН ЖЫНЫСЫ ЖАНА КУРАГЫ БОЮНЧА САЛЫШТЫРЫП БААЛОО / СРАВНИТЕЛЬНАЯ ОЦЕНКА ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ЗДОРОВЫХ И ТУБИНФИЦИРОВАННЫХ ДЕТЕЙ ПО ПОЛУ И ПО ВОЗРАСТУ / COMPARATIVE EVALUATION OF PHYSICAL DEVELOPMENT OF HEALTHY AND TUBORFIED CHILDREN BY SEX AND AGE.....110
- Токсобаев Е.Д., Ларионов А.Ф., Андреев М.В.* ЖАШ КАРАТЭИСТТЕРДИН ЖАРАКАТ АЛУУСУНУН СЕБЕПТЕРИН ИЗИЛДОО ЖАНА АЛДЫН АЛУУ ЧАРАЛАРЫ / ИЗУЧЕНИЕ ПРИЧИН ТРАВМАТИЗМА ЮНЫХ КАРАТЭИСТОВ И МЕРЫ ПРОФИЛАКТИКИ / STUDY OF THE CAUSES OF TRAUMATISM OF YOUNG KARATEISTS AND MEASURES OF PREVENTION.....115

**IV. ДЕНЕ ТАРБИЯНЫН, СПОРТТУН ТҮПКҮ, ТАБИГЫЙ
ИЛИМНИЙ, ТИЛДНК ЖАНА ЭТНОПЕДАГОГКАЛЫК АСПЕКТИЛЕРИ /
ФУНДАМЕНТАЛЬНЫЕ, ЕСТЕСТВЕННО-НАУЧНЫЕ, ЯЗЫКОВЫЕ И
ЭТНОПЕДАГОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И
СПОРТА / FUNDAMENTAL, NATURAL-SCIENTIFIC, LANGUAGE AND
ETHNOPEDAGOGICAL ASPECTS OF PHYSICAL EDUCATION
AND SPORTS**

*Камбарова К.У. КӨЧМӨНДӨРДҮН АҢ-СЕЗИМИНДЕГИ ДЕНЕ ТАРБИЯНЫН ЖАНА КӨЗ
КАРАШТЫН БАЙЛАНЫШЫ / ВЗАИМОСВЯЗЬ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ И
МИРОВОЗЗРЕНИЯ В СОЗНАНИИ КОЧЕВНИКА / RELATIONSHIP BETWEEN PHYSICAL
DEVELOPMENT AND WORLD-VIEWING IN THE CONSCIOUSNESS119*

Информация о Международной научно-практической конференции «Актуальные проблемы науки,
теории и практики физической культуры и спорта» в Кыргызской государственной академии
физической культуры и спорта.....122

*«Кыргыз мамлекеттик дене тарбия жана спорт академиясынын жарчысы» илимий- практикалык
журналга макалаларын берген авторлор үчүн эрежелер / Правила для авторов, представляющих
статьи в научно-практический журнал “Вестник Кыргызской государственной академии
физической культуры и спорта” / Governed for authors, presenting
the articles in a research and practice magazine «Announcer Kyrgyz to the state academy of
physical culture and sport».....123*

**I. ПЕДАГОГИКАНЫН, ПСИХОЛОГИЯНЫН, ДЕНЕ ТАРБИЯ ЖАНА СПОРТТУН
ТЕОРИЯСЫНЫН, ПРАКТИКАСЫНЫН МАСЕЛЕЛЕРИ /
ВОПРОСЫ ПЕДАГОГИКИ, ПСИХОЛОГИИ, ТЕОРИИ, ПРАКТИКИ
СПОРТА И ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ / QUESTIONS OF PEDAGOGICS,
PSYCHOLOGY, THEORY, PRACTICE OF SPORT AND PHYSICAL CULTURE**

УДК 377: 796.8

**ВОЗРАСТНАЯ ДИНАМИКА ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ И ПСИХИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ
БОРЦОВ ВОЛЬНОГО СТИЛЯ**

Айбалаев А.Ж., Уметалиев Б.Б.

Кыргызская государственная академия физической культуры и спорта, г. Бишкек

Аннотация. В научной статье рассматриваются вопросы изучения особенностей возрастной динамики физического развития и психических качеств борцов вольного стиля. Также рассматриваются анатомо-физиологические данные спортсменов.

Ключевые слова: физическое развитие, физическая подготовленность, чувствительные периоды, простая реакция, сложная реакция, оперативная память, интенсивность внимания, чувство времени, оперативное мышление.

**ЭРКИН КҮРӨШЧҮЛӨРДҮН ЖАШЫ БОЮНЧА ДЕНЕ ӨНҮГҮҮСҮНҮН ЖАНА
ПСИХИКАЛЫК САПАТТАРЫНЫН ДИНАМИКАСЫ**

Айбалаев А.Ж., Уметалиев Б.Б.

Кыргыз мамлекеттик дене маданияты жана спорт академиясы, Бишкек ш.

Аннотация. Бул илимий макалада эркин күрөшчүлөрдүн жашы боюнча дене өнүгүүсүнүн жана психикалык сапаттарынын динамикасы каралган. Ошондой эле анатомия жана физиологиялык көрсөткүчтөрү көрсөтүлгөн.

Негизги сөздөр: дене өнүгүүсү, чувствительдүү мезгил, жөнөкөй жана татаал реакция, коңул буруу, эске тутуу, сезим.

**PECULIARITIES OF AGE DYNAMICS OF PHYSICAL DEVELOPMENT AND MENTAL
QUALITY OF WRESTLER STEERS**

Aibalaev A.J., Umetaliev E.B.

Kyrgyz state academy of physical culture and sports, Bishkek c.

Abstract. The scientific article examined the study of the features of the age dynamics of physical development and the mental qualities of freestyle wrestlers. In addition, anatomical and physiological data of athletes were considered.

Keywords: physical development, physical preparedness, sensitive periods, simple reaction, complex reaction, operative memory, intensity of attention, sense of time, operational thinking.

Введение. В современное время в спортивной деятельности, особенно для эффективности реализации физической, технической и тактической подготовленности, нужна психологическая подготовка. Поскольку на разных этапах многолетнего пути совершенствования

спортсмена физическое развитие и физическая подготовка имеет разную направленность и значение, разное содержание и объем, необходимо учитывать чувствительные периоды для развития тех или иных показателей физической подготовленности. Как свидетельствуют

исследования Тимаковой Т.С. имеются периоды наиболее бурного и относительно замедленного роста физического развития и физических качеств [6].

Результаты исследования.

Показатели анализа врачебно-контрольных карт выявили, что высокие темпы роста в длину, увеличение веса тела, экскурсия грудной клетки и мышечной массы наблюдаются в возрасте от 13 до 16 лет и далее темпы роста и увеличения замедляются.

В пределах этого возраста рост тела увеличивается на 5-6 см, вес тела - на 4,2-3,9 кг, окружность плеча на - 3,4-4,8 см, окружность бедра - на 1,4-1,3 см, окружность голени - на 2,4-0,5 см, экскурсия грудной клетки - на 2,5-1,4 см.

В данной «границе» наши испытуемые имели 2,3–3,6 года стажа занятий по вольной борьбе. Следовательно, можно предположить, что фундамент физической подготовленности будущего спортсмена, от которого, в дальнейшем, зависят его успехи, в основном, уже заложены, однако, это вовсе не означает уменьшение её роли, а, скорее всего – изменение соотношений общей и специальной физической подготовленности. Другие показатели физического развития с повышением стажа занятий и возраста борцов стабильно прогрессируют. Так, например, пропорциональность грудной клетки улучшается в возрасте 16-18 лет.

Улучшение с возрастом показателей жизненной емкости легких у борцов свидетельствует о влиянии занятий вольным видом борьбой на организм человека. Особенно наблюдается высокий прирост ЖЕЛ в возрасте 13–16 лет. Следовательно, данный возраст является наиболее благоприятным периодом повышения функциональных возможностей спортсменов. Максимальное увеличение силы кистей на 3-4 кг увеличения веса приходится в возрасте 15-16 лет, и далее темп прироста несколько снижается. По данным силового индекса для становой

силы наиболее оптимальный возраст - 22 года и старше. Данный возраст соответствует этапу спортивного совершенствования, когда в физическом развитии происходит некоторая стабилизация прогресса.

Несмотря на то, что занятия борьбой вольного стиля подчиняются основным закономерностям, специфичность ведения схватки оказывает влияние на физическое развитие спортсменов.

В настоящее время в практике прибегают к «естественному» отбору, т.е. тренеры отдают предпочтение стройным, рослым и более реактивным юношам при отборе их в секцию, так как юные спортсмены, имеющие быструю реакцию, имеют преимущества перед другими борцами в ситуации схватки.

В результате педагогического эксперимента по физическому развитию определены наиболее благоприятные чувствительные периоды борцов различного возраста и квалификации.

Психологическая подготовка борца – это постоянный процесс реализации максимальных психофизических возможностей спортсмена эффективно действовать против любого соперника в условиях соревнования.

Как показывает практика и результаты специальных исследований, специфика борьбы предопределяет требования к таким психическим качествам (процессам), как восприятие, память, мышление и внимание.

К настоящему времени недостаточно экспериментальных исследований, посвященных отдельным психическим процессам, не до конца раскрыто и влияние возрастного и спортивного онтогенеза на психический уровень борцов. В связи с этим нами рассматривалась структура и динамика психических качеств борцов, вследствие чего выявлены чувствительные периоды формирования этих качеств и разработаны модельные характеристики психологической подготовленности в зависимости от возраста спортсменов.

Такой подход, по нашему мнению, имеет большое значение при отборе спортсменов и в процессе управления их тренировочным процессом. Неравномерность в развитии психических качеств, непосредственно определяющих психологическую подготовленность борцов вольного стиля, отражается и на их психической зрелости. Возникает проблема так называемых «сенситивных периодов». Определению «сенситивных периодов» в развитии психомоторики посвящены исследования и в других видах спорта. Однако, у разных авторов эти периоды различны. Улучшение времени открытого периода двигательной реакции приходится на период от 7 до 13-14 лет. Далее наступает замедление в развитии способностей реагирования [1]. Что у борцов скорость простой реакции совершенствуется в возрасте 15-16 лет и в возрасте 18-21 год. Следовательно, данные периоды являются наиболее благоприятными для развития способности к простому реагированию, особенно при правильном подборе специальных средств тренировки.

В исследованиях времени сложной реакции отмечается, в первую очередь, неравномерность распределения показателей по отдельным возрастам. В возрасте от 9-ти до 13-ти лет процесс сложного реагирования значительно прогрессирует. В возрасте 15-ти лет наблюдается особенно отчетливый прогресс. Об этом свидетельствуют данные Л.Н.Данилиной [3]. Развитие сложной реакции характеризуется не только уменьшением латентного периода, но и качественным изменением.

Скорость реакции выбора совершенствуется в возрасте 21-22 года, скорость точности антиципирующей реакции совершенствуется в возрасте 18-21 год и далее наблюдается некоторая стабилизация. В частности, это объясняется тем, что показатели сложной реакции в основном отражают уровень подготовленности борцов и особенно умение ориентироваться в сложных

тактических ситуациях. Следовательно, высокая технико-тактическая и психологическая подготовленность достигается в более зрелом возрасте и при соответствующем стаже занятий спортом.

Для борьбы вольного стиля в отличие от других видов спорта восприятие пространственно-временных характеристик движений наиболее существенно такое специализированное восприятие как «чувство времени». По нашим данным «чувство времени» у борцов совершенствуется в возрасте 16-18 лет.

Необходимость жесткого контроля за действиями противника предъявляет повышенные требования к таким свойствам внимания, как интенсивность и устойчивость. Для данного свойства внимания сенситивным периодом является возраст 16-18 лет. По данным А.С.Солнцевой, у систематически занимающихся футболом, периодом наибольшего увеличения объема внимания является возраст 15-16 лет, затем наступает его стабилизация. Для боксеров наиболее благоприятным периодом является возраст 13-14 лет. Значительный скачок в расширении объема внимания в период от 13 до 14 лет отмечается и в исследованиях Л.Н.Данилиной [3]. Эти данные свидетельствуют о том, что до 13 лет увеличение показателей этих свойств внимания происходит незначительно, резкое их увеличение относится к 13-14-летнему возрасту.

Борец перерабатывает одновременно информацию и о движении, например, нырок, и обо всех изменениях обстановки, сопровождающих движение. При этом необходимо в памяти удерживать все то, что предшествовало данной тактической ситуации, и это позволит полнее учитывать вероятность развития спортивной схватки в вольной борьбе. Установлено, что объем оперативной памяти составляет 5-9 элементов, т.е. такое количество логических частей структуры он может учитывать одновременно. Поскольку схватка в борьбе, как правило, не превышает 9 элементов,

борец воспринимает его как целое и решает тактическую задачу с учетом не только, например, последнего ответа противника в завязке, но и начальных действий обеих сторон. Учитывая жесткий лимит времени, в котором почти всегда находятся борцы, необходимо довести процесс восприятия до совершенного уровня, когда схватка в борьбе воспринимается как одно целое и на переработку информации о каждом новом её элементе достаточно буквально мгновения.

На наш взгляд, объем памяти совершенствуется в возрасте 14-15 лет. Что касается оперативной памяти, то она совершенствуется до 18 лет и далее наблюдается некоторая стабилизация. Сенситивным периодом для быстроты решения оперативной задачи является возраст от 14 до 15 лет. Данный возраст по классификации спортивного совершенствования борцов соответствует этапу углубленной специализации (предполагается, что борцы уже имеют I юношеский или II взрослый спортивные результаты).

Неумение быть готовым к любому развитию событий приводит к тому, что спортсмен, увлеченный подготовкой собственной атаки, легко может застигнуть врасплох. Отсюда и необходимость совершенствовать способность к оперативному мышлению. Эффективность такого совершенствования во многом определяется точной оценкой сенситивного периода для данной способности. По данным наших исследований, сенситивным периодом для эффективности и быстроты оперативного мышления является возраст 14-15 лет.

В борьбе точные дифференцировки – это основа двигательных представлений, поэтому последние определяют успешное изучение и совершенствование технических и тактических приемов.

Дифференцировка мышечных усилий существенным образом зависит от возраста юношей, занимающихся и не занимающихся спортом. Так, точность

дифференцирования амплитуды движений развивается у юных спортсменов интенсивнее, чем у взрослых спортсменов [1,2]. Также отмечается зависимость формирования точности воспроизведения движений от специфики вида спорта.

Исследования И.М.Онищенко показывают, что, если у учащихся младшего и среднего школьного возраста чувствительность различия в оценке всех основных признаков движения развивается очень медленно, то у старших школьников интенсивность развития двигательной чувствительности резко повышается [4]. Эти данные подтверждаются и исследованиями Л.Н.Данилиной [3].

Дифференцировка мышечных усилий большой амплитуды (50% от максимального усилия) совершенствуется до 18 лет и далее наблюдается некоторая стабилизация. Что касается более тонких дифференцировок мышечных усилий (25% от максимального усилия), то они совершенствуются в возрасте 14-15 лет.

Показатели максимального темпа движений могут по-своему дополнить те данные, которые получаются при измерении сенсомоторных реакций, т.к. и в том, и в другом случае проявляются особенности моторики при установке на выполнения движения с максимальной скоростью [2]. В частности, схватка в борьбе предъявляет большие требования к совершенствованию моторики.

По данным Л.Н.Данилиной наблюдается усиленное развитие способности к максимальному темпу движений, происходящее в возрасте 9-13 лет. К возрасту 13-15 лет такой темп достигает уровня, присущего взрослому человеку [3].

На наш взгляд, сенситивным периодом для развития способности к максимальному темпу движений у борцов является возраст от 14-15 до 16-18 лет.

Таким образом, психические качества развиваются неравномерно, причем на этот процесс влияют как возрастные особенности, так и специфика

спортивной деятельности, что подтверждается вышеприведенными положениями.

Как уже отмечалось ранее на психические качества влияет схватка в борьбе. В частности, результаты наших исследований показывают, что схватка в борьбе предъявляет высокие требования к точности антиципирующей реакции, интенсивности и устойчивости внимания, оперативной памяти и быстроте элементарных движений.

Специфика вольной борьбы, в основном, проявляется в высоких показателях скорости и точности оперативного мышления, точности «чувства времени», объема памяти и эффективности оперативной памяти.

Требование данного вида спорта к человеческому организму, точнее к психическим качествам, объясняется тем, что главную роль играют компенсаторные механизмы.

Заключение. Борцы должны обладать хорошей скоростью простой реакции и реакцией выбора, объемом и эффективностью оперативной памяти.

Неравномерное развитие психических качеств борцов проявляется и в возрастном и в спортивном онтогенезе, причем определенное влияние имеют биологические данные спортсмена.

Психические качества у борцов развиваются неравномерно, причем на этот процесс влияют возрастные особенности и

специфика спорта. В процессе педагогического эксперимента выявлены чувствительные периоды развития психических качеств спортсменов.

Литература

1. Асмалов А.Г. Психология личности. – М.: 1985. – С.56-62.
2. Ашмарин Б.А. Методика педагогических исследований в физическом воспитании. - Л.: 1973. – 152 с.
3. Данилина Л. Н. Возрастные особенности некоторых психологических функций у школьников в связи с занятиями спортом. (Экспериментальное исследование): Автореф. дисс... канд. наук. – М.: 1968. - 17 с.
4. Онищенко И. М. К вопросу об изменениях двигательной чувствительности в различных условиях выполнения физических упражнений. Психологические вопросы спортивной тренировки. - М.: 1967. - С.138-149.
5. Солнцева Л. С. Влияние занятий некоторыми видами спорта на возрастную динамику объема внимания: Автореф. дисс... канд. пед. наук. - М.: 1973. - 27 с.
6. Тимакова Т. С. Прогноз спортивной успешности на основе спортивной интегральной характеристики спортсмена. // Научн. Тр. ВНИИФК, 1995. –Т.1.- С.178-186.
7. Алиханов И.И., Шахмурадов Ю.А. Тактика борьбы. – В сб. «Спортивная борьба». – М.: ФиС, 1985, 30-33 с.
8. Калилов У.Ж. Единство видов спортивной борьбы и их взаимосвязь с кыргызской национальной борьбой куреш: Автореф. дис. ... канд. пед. наук: - Алматы, 2007. – 26 с.

УДК 929:796.07

КЫРГЫЗ РЕСПУБЛИКАСЫНЫН ЭЛ АРАЛЫК СПОРТТУК БАЙЛАНЫШТАРЫНЫН ТАРЫХЫ ЖАНА КЕЛЕЧЕКТЕГИ ӨНУГҮҮСҮ

Азизбаев С.С., Турапбаев Н.

Кыргыз мамлекеттик дене тарбия жана спорт академиясы, Бишкек ш.

Аннотация. Макалада Кыргыз Республикасынын эл аралык спорттук байланыштарынын тарыхы, принциптери, мааниси, формалары, совет доорундагы жана эгемендүүлүк мезгилдердеги аткарылган иш чаралары, уюштурулган жана өткөрүлгөн мелдештер чагылдырылган.

Негизги сөздөр: эл аралык спорттук байланыш, тажрыйба алмашуу.

ИСТОРИЯ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ МЕЖДУНАРОДНЫХ СПОРТИВНЫХ СВЯЗЕЙ КЫРГЫЗСКОЙ РЕСПУБЛИКИ

Азизбаев С.С., Турапбаев Н.

Кыргызская государственная академия физической культуры и спорта

Аннотация. В статье рассматриваются история и перспективы развития международных спортивных связей Кыргызской Республики. Отражены проделанные работы в плане строительства спортивных сооружений, проведении и организации международных соревнований в советский период и годы суверенитета.

Ключевые слова: международные спортивные связи, обмен опытом.

HISTORY AND PROSPECTS OF INTERNATIONAL AND SPORT RELATIONS KYRGYZ REPUBLIC

Azizbaev S.S., Turapbaev N.

Kyrgyz State Akademy of Physical Culture and Sports

Abstract. The article deals with the history and prospects of development of international sports relations of the Kyrgyz Republic. It represented the plan of work in the construction of sports facilities and organization of international competitions in the Soviet period and suverinitet.

Keywords: international sports communication, exchange of experience and skills.

Киришүү. Эл аралык спорттук байланыштар – элдердин арасындагы маданий баарлашуусунун түрлөрүнүн бири катары дүйнө жүзүндөгү дене тарбия жана спорттун өнүгүүсүнө жакшы шарттарды түзөт. Эл аралык мелдештерге даярдануу жана катышуу спортчулардын чеберчилигин жогорулатууга, спорттук курулмалардын тармактарын кенейтүүгө, кадрларды даярдоону жакшыртып, уюштуруу-массалык иштерин өздөштүрүүгө жардам берет [1].

2016-жылы бул тармакта аткарылган иш-чаралардан болуп Бүткүл Дүйнөлүк көчмөндөр оюндарын өткөрүү үчүн Бактуу-Долонотту айылындагы дүйнөлүк стандарттагы ат майданынын, Газпром-нефть ден-соолукту чыңдоочу спорттук комплексинин курулушу, оюндарды өткөрүү, кыргыз спортчуларынын мелдештерге даярдануусу жана катышуусу жогорудагыга мисал болуп эсептелет.

Спортчулардын физикалык жана тактикалык даярдыгынын эффективдүүлүгүн жогорулатуу, спорттук техниканы өрчүтүү үчүн башка мамлекеттердеги жана улуттук мектептердеги спортчуларды даярдоо системаларын, жетишкендиктерди интенсивдүү өнүктүрүү үчүн чет элдик

жогорку жетишкендиктерди изилдеп үйрөнүү керек [2].

Эл аралык спорттук мелдештерге, кубокторго, Азиянын, Европанын, Дүйнөнүн күчтүү спортчулары менен биринчиликтерге катышуу жана мелдешүү кыргыз спортчуларынын эл аралык спорттук байланыштарынын негизги ордун ээлейт. Азыркы мезгилде, Кыргыз Республикасы эгемендүү мамлекет болгондугунун 25-жылдыгынан кийин советтик дене тарбия системасынын артыкчылыгын далилдөө зарылдыгы жоголду. Заманбап мезгилде, советтик доорго караганда КМШ өлкөлөрүнүн анын ичинде Кыргызстанда дене тарбия жана спортту мамлекеттик каржылоо кыскарды. Спорттук тарыхында ири ийгиликтерди (1980-жылы – Москва Олимпиадасында К. Осмоналиев, А. Блинов, А. Мелентьев, Т. Колпакова – алтын медалдарды, А. Абушахметов - күмүш медаль, С. Жуманазаров – коло медаль ээлешкен) жараткан Кыргыз Республикасынын дене тарбия жана спорту азыркы кезде анча деле мыкты эмес мезгилдерди башынан өткөрүүдө.

Мындай кырдаалда, көз карандысыз мамлекеттер менен дене тарбия жана спорт тармагында кызматташуу жана өз ара көмөктөшүү, байланыштарды бекемдөө эн

негизги маселе болуп эсептелет [3]. Эл аралык спорттук байланыштардын тарыхында кыргыз спортчуларынын ийгиликтери жана жетишкендиктери дайыма өзгөчө мааниге ээ болуп келген [4].

Изилдөөнүн жыйынтыгы. Атайын адабияттарды изилдөө негизинде эл аралык спорттук байланыштар – элдердин достугун жана тынчтыкты чыңдоо, спорттогу тажрыйба алмашуу, жогорку жетишкендиктеги спортту үлгүлөрдү, региондордо жана дүйнөлүк масштабда өнүктүрүү жана өркүндөтүү, официалдуу мелдештерди өткрүү жана региондордун, континенттердин жана дүйнөнүн мыкты спортчуларын, жааттарын аныктоо үчүн, регионалдык спорттук рекорддорду, дүйнөлүк жана олимпиялык рекорддорду каттоо жана азыркы замандагы спортту регламенттештирүү үчүн (спорттун түрлөрү боюнча эл аралык эрежелерди иштеп чыгуу) колдонулганы биз тараптан аныкталды. Ошону менен бирге эл аралык спорттук байланыштар төмөнкү принциптердин негизинде жүргүзүлөт:

1. жалпы дүйнөдөгү тынчтыкты бекемдөө факторлорунун бири катары эл аралык спорттук кыймылдын маанисин күчөтүү боюнча спорттук уюмдардын мамилеси;

2. эл аралык спорттук уюмдардын улуттук уюмдардын ички иштерине кийлигишпөө;

3. эл аралык уюмдардын жумуштарына улуттук спорттук коомдордун катышуусундагы саясий тендештиги;

4. мелдештердин эрежелериндеги жана салттарындагы камтылган өлкөлөрдүн улуттук жетишкендиктерине урмат менен мамиле көрсөтүү [5].

Белгилеп кете турган нерсе эл аралык спорттук байланыштар улуттук башкаруучу спорттук уюмдардын, улуттук спорттук федерацияларынын, улуттук олимпиялык комитеттеринин, регионалдык спорттук уюмдардын, эл аралык спорттук федерациялардын, Эл аралык Олимпия

Комитети менен бирдикте иш алып баруусунун жана макулдашылган аракеттеринин негизинде жүргүзүлөт.

Башка көптөгөн тынчтыкты сүйгөн элдердей эле Кыргызстан дагы адамзатты дүйнөлүк кыргын салуучу согуштардан сактоону каалайт. Тынчтык үчүн күрөшүүдө эл аралык спорттук байланыштар чон мааниге ээ. Ошону менен бирге өзгөчө белгилеп кете турган нерсе бул – тынчтык, дүйнөдөгү стабилдүүлүк абал эл аралык спорттук кыймылды өнүктүрүүгө, эл аралык жолугушууларды жана турнирлерди уюштурууга, спорттук байланыштарды түзүүгө бекем пайдубалды түзүлөт. Буга мисал катары биринчи жана экинчи дүйнөлүк согуштардын мезгилинде VI, XII жана XIII Олимпиадалары өткөрүлбөй калганын эске салып кетсек жетиштүү болот. Экинчи мисал катары эл аралык мелдештер, жолдоштук беттешүүлөр, делегациялар менен алмашуу элдердин арасындагы достукту жана тынчтыкты бекемдөөгө өтө жакшы шарттарды түзүшүн белгилеп кетсек болот [6].

Жер жүзүндөгү тынчтыкты бекемдөө үчүн ар кайсы өлкөлөрдүн спортчулары активдүү күрөш жүргүзүп келишет. Ушул максатта эл аралык уюмдар тарабынан элдердин арасындагы достукту жана тынчтыкты бекемдөөгө чакырган мелдештердин уюштурулгандыгын өзгөчө белгилеп кетиш керек. Мисалы, Олимпия оюндары, Эркин эрктин Оюндары (Игры Доброй воли), тынчтык веложарышы жана көптөгөн Эл аралык Олимпия Комитетинин патронаждыгы менен өткөрүлүүчү регионалдык мелдештер.

КМШ өлкөлөрүнүн арасындагы спорттук байланыштардын түзүлүшү бул мамлекеттердин, дене тарбия жана спорттун жаны жол менен өнүгүүдөгү ич ара талаптарынан келип чыкты.

Чет мамлекеттер менен эл аралык спорттук байланыштарды кеңейтүү КМШ өлкөлөрү менен байланышудан келип чыккан, топтолгон тажрыйбаны кенири колдонуу аркылуу жүргүзүлүш керек.

Тажрыйба алмашуу туугандык кызматташуу шарттарында өтүп ар бир өлкөнүн жогорку кызыкчылыгына жооп бериши керек, өнүгүүнүн жаңы жолуна түшкөндөн кийин, дене тарбия жана спортту өнүктүрүүдөгү татаал маселелерди чечүү үчүн дене тарбия жана спорттун актуалдуу проблемаларын чечүүдө мамлекеттер күчтөрүн бириктириши зарыл.

Планетанын жүз миңдеген спортчулары, саясий, улуттук өзгөчөлүктөрүнө карабастан тынчтык кыймылынын активдүү катышуучулары болушту. Советтик окумуштуулар Бугров Н.Н., Талалаев А.Н. ж.б. спортчулардын тынчтыкты сүйгөн ишмердиктери жөнүндө өздөрүнүн китептеринде мисал келтиришкен. Эл аралык спорттук байланыштарды уюштурууда чет мамлекеттердин техникалык, тактикалык, спорттун түрлөрү боюнча машыгуу методикалары биздин адистер үчүн өтө кызыгууну жаратат. Тажрыйба алмашуунун бир түрү катары чогуу өткөрүлгөн машыгуулар эсептелет. Мисалы, Кыргызстанда Түштүк Кореянын оор атлетчилери, Кытай Эл Республикасынын, Кореянын, Ирандын, Туркиянын, Казахстандын, Узбекстандын балбандары, АКШнын баскетболчулары машыгышкан. Биздин спортчулар да Түштүк Кореяга, Иранга, Японияга, Россияга, Казахстанга ж.б. көптөгөн мамлекеттерге барып машыгууларга катышып келишкен. Спорттук адабиятты которуу алдыңкы машыгуу методикаларын өздөштүрүүдөгү эң негизги орунду ээлейт. Тилекке каршы бул тармакта биздин тажрыйбабыз анчалык көп эмес.

Көбүнчө барган сайын спорттук байланыштардын илимий-методикалык формалары, дене тарбия жана спорттун теориясы жана практикасы боюнча конференциялар мааниге ээ болууда. Айрыкча Борбордук-Азия регионунда илимий конференциялар уюштурулууда. Практикадагы мисал катары Алматыда Казахстан туризм жана спорт академиясынын базасында өткөрүлгөн

«Заманбап мезгилдеги Олимпиялык спорт жана баардыгы үчүн спорт» VIII эл аралык конгресси Казахстан Республикасындагы спорттук илимдин жана спорттун өсүшүнө күчтүү стимул болуп, дүйнөлүк спорттук кыймылга, интеграциялык процесстерине чоң салым кошту [7].

Азыркы заманбап мезгилдеги спорттук маалыматтар ар түрдүү спорттук байланыштардын формалары жана каналдары аркылуу жүргүзүлүп, жогорудагы эл аралык спорттук байланыштардын фактылары өтө керектигин жана пайдалуулугунун күбөлөндүрөт.

Жогоруда көрсөтүлгөн чаралардын натыйжасында Кыргыз Республикасынын эл аралык спорттук байланыштары өнүгө баштаган. Эл аралык спорттук байланыштар республикадагы спорттун өнүгүүсүнүн белгилүү гана бир деңгээлинде иш жүзүнө ашкан [8].

Демек, ар түрдүү эл аралык спорттук байланыштардын формалары эл аралык спорттук байланыштардын ар түрдүү маселелерин чечүү үчүн колдонулат. Спорттук байланыштардын мазмуну аларды ишке ашыруу процессинде түзүлүп, көптөгөн аспекттер боюнча ич ара пайдалуу тажрыйба алмашууну камтып, спорттук көрсөткүчтөрдүн сапатына, мамлекеттер арасындагы мамилелерге жана спорттук беттешүүлөрдүн тажрыйбасын топтоого таасирин тийгизет. Жалпысынан, ар бир эл аралык байланыштарга катышкан өлкөлөрдүн аракеттери алардын заманбап спортунун прогрессивдүү өнүгүүсү үчүн иштейт [9].

Кыргыз мамлекеттик дене тарбия жана спорт академиясынын кызматкерлери Кыргызстандын башка мамлекеттер менен катнашууну кеңейтүү үчүн бир топ иш-чараларды аткарууда. 2001-жылдын жазында Алматы шаарында спорттук жогорку окуу жайлардын ассоциациясы түзүлүп, негиздөөчүлөр тарабынан кол коюлган. Бул уюмдун негизги максаты катары кызматташуу, окуу жайлардын

мугалимдеринин, студенттеринин ортосунда тажрыйба алмашуу, симпозиум жана семинарларга катышуу, чогулуп машыгууларды жана мелдештерди өткөрүү эсептелет.

2001-жылдын 18-20-октябрында Казахстан туризм жана спорт академиясынын базасында КМШ өлкөлөрүнүн спорттук окуу жайларынын ассоциациясынын түзүлүшү жөнүндө конференция өтүп (Казах туризм жана спорт академиясы, Россия мамлекеттик дене тарбия академиясы, Украина улуттук спорт университетинин, Кыргызстан жана Узбекистан дене тарбия институттары тарабынан кызматташуу келишимине кол коюлган). Ассоциациянын президенти болуп Платонов В.И. (Украина), вице-президенттикке – Закирьянов К.Х. (Казахстан) шайланган.

Эгемендүүлүк жылдарда дене тарбия жана спорттун өнүгүүсүнө саясаттагы татаал кырдаалдар, террордук акттар, Баткенге чет элдик террористтердин басып кирүүсү жана башка шарттар өзүнөн терс таасирин тийгизбей койгон жок. Бирок көптөгөн кыйынчылыктарга карабастан дене тарбия жана спорт, айрыкча Олимпиялык бөлөгү бүгүнкү күндө өз нугу менен өнүгүүдө. Ушул мезгилдерде көптөгөн спорттук залдар, теннистик корттор, сууда сүзүүчү бассейндер (Карвен клуб), «Газпром-нефть» ден-соолукту чыңдоочу комплекстери (Бактуу-Долонотту, Арашан, Арча-Бешик), атайындаштырылган спорт залдары (Бишкек шаарындагы эки жолку Дүйнө чемпиону Чинарбек Изабековдун күрөш залы) курулду.

Корутунду. Олимпиялык спорттун абройунун өсүшү дүйнөнүн көптөгөн мамлекеттеринде дене тарбия жана спорттун өнүгүүсүнөн бөтөнчө ылдамдаткычы катарында кызмат көрсөтүүдө, буга мисал катары Олимпиялык оюндарда, эл аралык мелдештерде мамлекеттердин өкүлдөрү-нүн санынын өсүшүн айтсак болот.

Эл аралык спорттук байланыштар – жогорку класстагы спортчуларды тарбиялоодо жана эл аралык мамилелерди түзүүдө, машыгуу методикаларын өркүндөтүүдө, жогорку жетишкендик спортун өнүктүрүүдө чоң мааниге ээ.

Адабияттар

1. Штейнбах А. От Олимпии до Москвы. // Очерки. – М.: Детская литература, 1978. – С.223.
2. Цатурова Международное, спортивное сотрудничество советских профсоюзов. // Научные основы организации и истории физкультуры. – Л.: 1981. – С.87.
3. Азизбаев С.С. Участие спортсменов Кыргызстана в Олимпийских играх. // Сб.: Проблемы современного олимпийского движения в Кыргызской Республике. – Б.: Технология, 1998. – С.129.
4. Саралаев М.К., Азизбаев С.С. Роль кыргызских традиционных игр и состязаний в воспитании молодежи. В кн.: Материалы I Международной научно-практической конференции. Бишкек – Чолпон-Ата, 2008. – С.82.
5. Бугров Н.Н. Социальное значение международных спортивных связей. // В кн.: Материалы научной конференции. Ташкент – Самарканд. 1969. – С.221.
6. Азизбаев С.С. Участие спортсменов Кыргызстана в Олимпийских играх. // Сб.: Проблемы современного олимпийского движения в Кыргызской Республике. – Бишкек: Технология, 1998. – С.130.
7. Саралаев М.К., Азизбаев С.С. История физической культуры и спорта в Кыргызской Республике. – Бишкек, 2002. – С. 326.
8. Саралаев М.К., Азизбаев С.С. Роль Спартакиад народов СССР в развитии спорта в Кыргызстане. // Сб.: Проблемы современного Олимпийского движения в Кыргызской Республике. – Бишкек: Технология, 1998. – С.57.
9. Саралаев М.К., Азизбаев С.С. История физической культуры и спорта в КР. – Бишкек. 2002. – С. 170.

ЛИЧНОСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ БАСКЕТБОЛИСТОК 14-16 ЛЕТ И ИХ ВЛИЯНИЕ НА ИГРОВОЕ АМПЛУА

Гилина В.С.

Кыргызская государственная академия физической культуры и спорта, г. Бишкек

Аннотация. Психология спорта исследует закономерности психической деятельности отдельных людей и коллективов в условиях тренировок и соревнований. Она тесно связана с другими разделами психологии - общей, педагогической, медицинской и социальной, с успехом используя их данные для повышения эффективности спортивной деятельности.

Ключевые слова: психология, личность, амплуа, команда, тренер, баскетбол.

БАСКЕТБОЛЧУ КЫЗДАРДЫН (14-16 ЖАШ) ЖЕКЕ ӨЗГӨЧӨЛҮКТӨРҮ ЖАНА АЛАРДЫН ОЮНДУК АМПЛУАГА ТИЙГИЗГЕН ТААСИРИ

Гилина В.С.

Кыргыз мамлекеттик дене тарбия жана спорт академиясы, Бишкек ш.

Аннотация. Спорттун психологиясы машыгуулардын жана таймаштардын шартында айрым адамдардын жана коллективдердин психикалык ишкердиктин мыйзамченемдүүлүгүн изилдейт жана ал психологиянын башка- жалпы, педагогикалык, медициналык, социалдык болумдору менен тыгыз байланыш.

Негизги создор: психология, инсан, амплуа, команда, тренер, баскетбол.

PERSONAL FEATURES OF THE BASKETBALLIST OF 14-16 YEARS AND THEIR IMPACT ON THE GAME AMPLOUA

Gilina V.S.

Kyrgyz state academy of physical culture and sports, Bishkek c.

Abstract. Psychology of sports examines the patterns of mental activity of individuals and collectives in conditions of training and competition. It is closely related to other sections of psychology - general, pedagogical, medical and social, successfully using their data to improve the effectiveness of sports activities.

Keywords: psychology, personality, role, team, coach, basketball.

Введение. Рациональное использование резервов человеческой психики, как известно, является одним из существенных факторов, способствующих не только повышению спортивных достижений, но и снижению продолжительности сроков подготовки игроков. Баскетбол, как известно, командный вид спорта, потому рациональное распределение игровых функций между игроками может повысить качество игры.

Цель исследования - изучить взаимосвязь личностных особенностей баскетболисток 14-16 лет с игровым амплуа.

Объект исследования - женские баскетбольные команды «Эдельвейс» в возрасте 14-16 лет.

Результаты исследования. Понимание и учет индивидуальных особенностей имеет огромное значение в

любых сферах деятельности человека, без них невозможна правильная расстановка людей и рациональное их использование. Лишь при знании и учете индивидуальных особенностей каждого человека можно обеспечить людям наиболее полное развитие и применение их творческих возможностей и сил [9].

Спортивная деятельность в играх специфична. Она представляет собой решение оперативных задач и протекает в нестационарной среде [7]. Потому считается, что в такой деятельности более вероятно будут реализовываться определенные особенности личности спортсмена, оптимизирующие поведение в конфликтных ситуациях борьбы с соперником.

В спортивных играх особенности личности связаны с выбором стратегии их реализации. Следовательно,

нарабатываются приемы деятельности, в которых наиболее выгодным способом реализованы конкретные особенности. В результате появляется возможность более удачно найти для спортсмена вид спорта, амплуа, выработать индивидуальный стиль деятельности, позволяет пойти по пути искоренения недостатков, воспитания желательных для спорта особенностей личности [6].

Тренер команды всегда ищет не просто сильного игрока, но и нужного по амплуа. Подбирая новичков, тренер всегда, пусть интуитивно, ориентируется на известный ему идеал. Однако, этот идеал будет выглядеть неопределенно, если он не наполнен четкими качественными и количественными характеристиками [1]. Любая эталонная модель основана на оценках особенностей личности и организма, специальной подготовленности, игровой эффективности [5].

Эталонная модель спортсмена в игровых видах спорта для разных амплуа – различна. Есть предположение о существовании преимущественных тенденций личности спортсмена к атакующим или защитным действиям. Имеются в виду такие комплексы особенностей человека, которые обеспечивают успешное решение оперативных и стратегических задач и реализацию этих решений в условиях собственной инициативы или инициативы соперника. Природа не так щедра, чтобы одновременно и в одинаковой степени одарить и быстротой, и выносливостью, и интеллектом, и боевитостью, и определенным набором свойств личности... Поэтому одному спортсмену всегда более удаются созидательные действия, другому – разрушительные, один больше организатор, другой – планировщик, третий – реализатор, т. е. каждый игрок, видимо, предрасположен к отдельным амплуа [1].

Характер команды – не сумма характеров игроков, а особое образование, которому одни черты личности соответствуют, а другие нет. Особенности

личности спортсмена – один из важных факторов в спортивной психологии.

Личность – понятие многогранное и глобальное. Чаще всего личность определяют, как человека в совокупности его социальных, приобретенных качеств. Как любая частная ветвь науки опирается в своих изысканиях и решениях на фундаментальные положения общих основ научной мысли, теории и практики, так и в решении психологических задач, касающихся личности спортсмена, невозможно обойтись без знания психологических основ личности человека в целом.

В понятии «личность» обычно включают свойства, которые являются более или менее устойчивыми и свидетельствуют об индивидуальности человека, определяя его значимые для людей поступки.

Итак, личность – это человек, взятый в системе таких его психологических характеристик, которые социально обусловлены, проявляются в общественных по природе связях и отношениях, являются устойчивыми, определяют нравственные поступки человека, имеющие существенное значение для него самого и окружающих.

П.А. Рудик рекомендует при анализе психологической структуры личности спортсмена учитывать следующие аспекты: способность, темперамент, характер, волевые качества, эмоции, мотивация, социальные установки [10].

Способности – индивидуальные устойчивые свойства человека, определяющие его успехи в различных видах деятельности [3].

Темперамент – качества, от которых зависят реакции человека на других людей и социальные обстоятельства. Темперамент определяет наличие многих психических различий между людьми, в том числе по интенсивности и устойчивости эмоций, эмоциональной впечатлительности, темпу и энергичности действий, а также по целому ряду других динамических характеристик [2].

Характер - качества определяющие поступки человека в отношении других людей. Свойства характера человека устойчиво проявляются в его поведении при определенных типических обстоятельствах [4].

Воля— свойство человека, заключающееся в его способности сознательно управлять своими эмоциями и поступками.

Волевые качества - специальные личностные свойства, влияющие на стремление человека к достижению поставленных целей.

Эмоции и мотивация - это переживания и побуждение к деятельности.

В играх мотивация достижений менее выражена, чем у представителей других видов спорта, но она более сложна и связана с различными чертами личности.

Если большинство игроков в команде мотивированы на достижение успеха, то команда чаще предпочитает атакующий стиль игры, и наоборот, если в команде преобладают потребности во избежание неуспеха, то команда чаще защищается и действует на контратаках, несмотря на ранее разученные атакующие варианты [8].

Баскетбол относится к спортивным играм или к игровым видам спорта. Особенности спортивных игр определяются спецификой соревновательной деятельности, которая и отличает их от других видов спорта. Соревновательное противостояние в игре происходит по установленным правилам с использованием присущих только конкретной игре соревновательных действий - приемов игры. При этом обязательно имеется наличие соперника.

В командно-игровых видах цель каждого фрагмента состязания состоит в том, чтобы доставить предмет состязания (в данном случае - мяч) в определенное место площадки соперников и не допустить такового в отношении себя. Это определяет единицу состязания - блок действий типа "защита - нападение".

В командных играх выигрывает и проигрывает команда в целом, а не

отдельные спортсмены. Такая специфика командных игр определяет ряд требований к спортсменам, их взглядам, установкам, личностным качествам, характеру действий в состязании. В идеале основной психологической установкой спортсмена на игру должно быть стремление к полному подчинению собственных действий интересам команды. Основным критерием эффективности соревновательной деятельности в спортивных играх служит победа над соперником. Взаимоотношения игроков одной команды определяются спецификой спортивной игры, структурой соревновательной игровой деятельности с учетом действий своей команды и игроков соперника. В этой сложной обстановке можно выделить для каждой команды ряд "состязательных структур" на основе "совместной состязательной структуры", образованной соревновательной деятельностью обеих соперничающих команд. Ролевые структуры основаны на отношениях "играть роль", "занимать должность", "выполнять обязанности" и отношениях между такими ролями.

Каждому члену команды определена его "игровая функция" (игровое амплуа). Каждая роль определяется совокупностью функциональных обязанностей, задаваемых сюжетом игры.

Функциональные структуры играющих команд образованы функциональными отношениями между ролевыми обязанностями спортсменов. Эти отношения формируют определенные роли в группе для совместного решения тактических задач. Группы являются своего рода звеньями, из которых формируются защитные и нападающие линии. На этой основе формируются коллективные действия - групповые и командные тактические действия в нападении и защите. В реальной работе с командами по их подготовке, по воспитанию спортсменов, по развитию тех или иных спортивных и общих способностей необходимо выделить предпосылки игроков к определенному амплуа, а затем путем их совмещения со

структурой команды определить их место в совместных действиях [11].

Психологические характеристики дают возможность оценить значимость качеств и свойств личности спортсменов в различных амплуа и игровой деятельности в целом. Это позволяет проводить ролевую ориентацию более целеустремленно и надежно.

Заключение. Изучение личности спортсмена с помощью психологических методик является необходимой предпосылкой для серьезной научной ориентации в вопросе о рекордных результатах в спорте и требует разработки адекватных методик диагностики важных для данного вида спорта психологических особенностей личности.

Предпринятое исследование имело целью получить научно апробированные материалы по психологическим особенностям личности спортсменов, данные которых могли бы быть использованы: при подборе игрового амплуа; при индивидуализации педагогического подхода тренеров к спортсменам; для анализа и прогнозирования возможностей спортсмена; в помощь самоконтролю и самовоспитанию спортсменов и тренеров.

Литература

1. Бриль М.С. Отбор в спортивных играх. - М.: ФиС., 1985. - С.15.
2. Дербян В.С. Психология личности и высшая нервная деятельность. - Л.: Наука, 1980. - 200 с.
3. Маришук В.Л. Назначение и применение психодиагностических методик // Методики психодиагностики в спорте. - М.: Просвещение, 1982. -С.64.
4. Онищенко И.М. Опыт психологического изучения основных качеств личности спортсмена. // В сб. Психология и современный спорт. - М.: Физкультура и спорт, 1983. - С.35.
5. Платонов К.К. О системе психологии. - М.: 1972. - С.28.
6. Попов А.Л. Психология спорта. - М.: 1998. - С. 92.
7. Родионов А.В., Воронова В.И. Психологические основы подготовки баскетболистов. - Киев, 1989. - С.70.
8. Родионов А.В. Влияние психологических факторов на спортивный результат. - М.: Физкультура и спорт, 1983. - С.102.
9. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. СПб.: Питер, 1998.- С. 44.
10. Рудик П.А. Личность спорт // В сб. Психология и современный спорт. - М.: Физкультура и спорт, 1983. - С.53.
11. Хуцински Тадеуш. Социально-психологические характеристики разыгрывающего игрока в баскетболе // Теория и практика физической культуры. - 2002, № 7. - С.50.

Евгачёв О.А., Кийзбаев М.С.

Кыргызская государственная академия физической культуры и спорта, г. Бишкек

Аннотация. В данной статье описывается история кыргызского бокса, а также самые выдающиеся боксеры, тренеры, судьи.

Ключевые слова: лицензия, держава, спартакиада, деятели, судья, тренер, Советский Союз, олимпиада, чемпион.

КЫРГЫЗ БОКСУНА 90 ЖЫЛ

Евгачёв О.А., Кийзбаев М.С.

Кыргыз мамлекеттик дене тарбия жана спорт академиясы, Бишкек ш.

Аннотация. Бул макалада кыргыз боксунун тарыхы жана атактуу мушкерлери, машыктыруучулары, калыстары берилген.

Негизги создор: лицензия, мамлекет, спартакиада, ишмерлер, калыс, машыктыруучу, Советтер союзу, олимпиада, чемпион.

KYRGYZ BOXING IS 90

Evgachev O.A., Kiyzbaev M.S.

Kyrgyz state academy of physical culture and sports, Bishkek c.

Abstract. History of the krgyz boxing, and most prominent boxers, trainers, judges is described in this article.

Keywords: license, power, officials, referee, coach, Soviet Union, Olympics, champion.

Актуальность. Бокс в Кыргызской Республике является одним из популярных видов спорта. За относительно короткий срок бокс достиг высоких результатов. За 90 лет своего развития бокс прошел различные этапы своего развития. За это время подготовлены заслуженные мастера спорта, ряд мастеров спорта международного класса, сотни мастеров спорта, которые достигли мирового уровня. Немало тренеров, которые стали специалистами высокого класса, заслуженными тренерами Советского Союза, Кыргызской Республики. Построено немало боксерских залов во всех уголках Республики. Систематически проводятся международные турниры, Чемпионаты республики, Спартакиады и республиканские турниры. Наши боксеры успешно выступают на Азиатских играх, Чемпионатах Азии, Чемпионатах мира, Олимпийских играх и международных соревнованиях.

Цель исследования - выявить лучших боксеров, тренеров, судей за всю историю кыргызского бокса.

Задачи исследования:

1. Изучить литературные источники и историю развития бокса в Кыргызской Республике.

2. Определить важность исторических значений развития кыргызского бокса.

Методы исследования - анализ научно-методической литературы и обобщения сведений данных ветеранами бокса.

Результаты исследования. Как свидетельствуют документы Центрального архива Кыргызской Республики, 27 февраля 1927 года Президиум Учебно-методического комитета при областном Совете физической культуры утвердил протокол первого организационного собрания кружка боксеров, состоявшегося несколькими днями ранее в городе Фрунзе. Развитие бокса в Кыргызстане шло медленно, методом проб и ошибок. В конце 20-х начале 30-х годов в городе Фрунзе работало несколько кружков бокса, в которых на общественных началах тренировал Иван Ивин, Борис Сорокин,

Сергей Станиславский. Из-за малочисленности боксеров, отсутствие оборудования и инвентаря соревнования не проводились, но часто устраивались показательные выступления в парках культуры и отдыха, на сценах кинотеатров, общеобразовательных школах, войсковых частях. Постепенно кружки бокса стали функционировать, кроме столицы и в других районах, городах, областях Кыргызстана. В конце 30 —х годов кружки бокса открылись в городах: Ош, Джалал-Абад, Кок-Янгак, Кызыл—Кия, Токмак, в селе Сокулук. Тренировочные занятия в кружках проводили инструктора по боксу, окончившие в городе Фрунзе краткосрочные курсы. Мы с благодарностью должны вспоминать имена тренеров по боксу, положивших первые камни в фундамент знания кыргызского бокса. Серьезным этапом в развитии бокса в республике стал приезд на работу Государственным тренером по боксу Сугрובה Григория Ивановича в 1936 году, выпускника Центрального института физической культуры им.И.В.Сталина. Положивший начало современной, классической школе бокса и современным методам тренировок. Под его руководством сборная команда КР, проводит товарищеские встречи с командами Республик Средней Азии и Казахстана.

Большую роль в развитии бокса в Республике сыграло проведение в г. Фрунзе в 1936 г. месячных курсов по подготовке физкультурных кадров, на котором занимались 57 человек, из них 19 специализировались по боксу. Самый хороший боксер, к тому же получивший основательную подготовку в одном из лучших физкультурных ВУЗов Советского Союза, он сумел сплотить вокруг себя круг единомышленников, активно и системно пропагандировать бокс, создать его материальную базу, улучшить финансирование бокса. Начали проводиться районные, городские, областные соревнования. В 1938 году был проведен 1 чемпионат Киргизской ССР по боксу, в котором участвовало 28 боксеров, из них 16

из г. Фрунзе. Была сформулирована первая сборная команда республики, которая в апреле 1939 года выезжала в г. Ашхабад на первенство республик Средней Азии по боксу. Это были первые боксеры — кыргызы, включенные в состав национальной сборной команды. Серьезным фактором в развитии бокса в Кыргызстане, служила постоянная помощь Спорткомитета СССР. Наряду с увеличением финансовой помощи, выделения инвентаря и оборудования по нарастающей из года в год; в республику регулярно командировались лучшие тренеры Советского Союза для работы со сборной командой. В середине 50-х годов в республике выросли боксеры, о которых заговорили тренеры сборной команды Советского Союза. Победителями и призерами спартакиады становились З.Токтогулов, К.Янсупов, Е.Сухарев, Н.Клевцов, А.Вяльшин, К.Гусев, В.Кухранов. С годами все больше кыргызских боксеров зачислялись в состав сборных команд Советского Союза — великой боксерской державы прошлого. Победителями ЦС ДСО в те годы становились Ж. Бийсеитов, В. Батурин, Б. Кальчинов, И. Мезенцов, А. Кузьмин, В. Войлоков, В. Медведев. К началу 70-х годов бокс в Кыргызстане стал массовым видом спорта, о чем свидетельствуют статистические материалы. Значительно укрепилась материальная база бокса, расширилась его география, улучшился качественный состав тренеров. Как результат появились призеры и победители первенств СССР среди юношей, молодежи, взрослых. Первым победителем Первенства СССР среди юношей выиграл К.Коробов, а среди молодежи и взрослых Чемпионом становился В.Гришковец.

Следует отметить, что после открытия в 1955 году в городе Фрунзе Кыргызского Государственного института физической культуры, кардинально решилась проблема подготовки тренерских кадров, институт физической культуры стал кузницей подготовки тренеров самой высокой квалификации. Именно КГИФК

окончили "Заслуженные тренеры СССР" по боксу Ю.Цхай, Г.Аноприев, М.Гашлома, Заслуженный тренер РСФСР" по боксу О. Чехов. Практически все "Заслуженные тренеры Кыргызской Республики" по боксу, за исключением нескольких человек — выпускники нашего института. Все они разные по характеру, и по складу ума, но всех их объединяет одна идея служению кыргызскому боксу.

В юбилейный год принято напоминать их имена: Заслуженные тренеры СССР Г.Аноприев, М.Гашлома, Заслуженные тренеры Кыргызской ССР. Столичные тренеры: К.Тё, В.Шуванов, В.Коллегов, А.Адыкулов, В.Прокудин, С.Кулмашев, В.Адкин, В.Афанасьев, К.Кулгельдиев, Ш.Карагазиев, И.Мезенцев, В.Рослов, Ю.Чижов, Г.Пышкин, Заслуженные тренеры Кыргызстана А.Бекболотов, А.Ажибеков, Р.Бекбанов, Г.Глухов, Ж.Ниязалиев, К.Акелбаев. Тренеры Чуйской области: М.Акерров, Р.Тайбасов, В.Шарапов, А.Сагынбаев, М.Сакеев, И.Маров, М.Халдаров. Тренеры Ошской области: А.Орда, В.Данилин, Т.Омороз, С.Бапанов, В.Приболовец. Тренеры Иссык — Кульской области: Д.Сарымсаков, А.Кыдыргычев, Ю.Катанцев, Т. Энкеев, А.Жапаркулов. Тренеры Джалал—Абадской области: В.Милеев, К.Алимжанов, С.Сабилов, М.Абдыкадыров, Б.Рыскулов. Тренер Нарынской области: М.Ахмедов, Тренер Талаской области: К.Дуйшенов.

Благодаря им боксеры республики стали добиваться высоких спортивных результатов не только во всесоюзных соревнованиях, но и на международных. В командных соревнованиях сборная Кыргызской ССР выступает во всех весовых категориях и укомплектована мастерами спорта и мастерами спорта международного класса.

В 1969 г. фрунзенский учащийся К.Коробов (74 кг) на Всесоюзной спартакиаде школьников завоевал третье призовое место, а в 1970 г. на первенстве СССР среди юношей стал победителем. В это же время на всесоюзном и

международном рингах заявили о себе и взрослые боксеры республики. На спартакиаде профсоюзов 1969г. первое место занял мастер спорта Н.Лодин (51кг), третье место – Г.Аноприев (57 кг).

В 1970 г. Н.Лодин в составе сборной команды страны выступил в соревнованиях на Кубок Европы и был награжден золотой медалью командного зачета.

В 1977 году чемпионат СССР проходит в г. Фрунзе. Наши боксеры добиваются больших результатов. Первым Чемпионом СССР в истории кыргызского бокса весовой категории до 63,5 кг становится Гришковец Валерий, серебряным призером в этой же весовой категории становится Рослов Владимир, Круц Алексей в 71 кг, С. Михалев, становятся бронзовыми призерами.

Больших успехов на всесоюзных соревнованиях добиваются мастера спорта СССР Кузнецов В., Михалев С., Саидходжаев Дж., Алексеев Е., Тохтаров В., Кудашев А., Иващенко А., Орунбаев Б., Жаманкулов К., Катькин А., Атаханов Ф., Алюшин В., Бекболотов А., Алимжанов К., Шаршенбаев Т., Горошанский В., Мезенцев И. и др.

С начала 80-х годов бокс в Кыргызстане поднимется еще на более высокий уровень. Чемпионами СССР становятся Мирбакиев И. (1979), Абдыкалыков Н. (1986), Курнявка А. (1988), Назаров О. (1985-88). Чемпионом Европы стали Абдыкалыков Нурлан и Назаров Орзубек (1987).

За всю историю кыргызского бокса первыми, было, присвоено звание мастера спорта СССР Руслану Девяткину, первый из кыргызов боксеров было присвоено звание мастера спорта СССР Картанбеку Сейдисенбаеву.

Первыми, было, присвоено звание судей Международной категории М.Акерову, Б. Алымкулову, судьи континентальной категории присвоено А.Кадыргычеву, А.Хаджибаеву, О. Евгачёву, Э. Рыскулову, далее на судью АИБА начали сдавать молодые перспективные судьи М. Ырсалиев, М.

Төкөлдөшев, Т. Оморов, Д. Кадыркулов, А. Айтиев, И. Кунасов, Ж. Боркочева, Н. Рахатова.

Тысячи мальчишек и юношей республики за прошедшие 90 лет прошли суровую, жесткую, но справедливую школу бокса. Каждый из них оставил свой след в истории кыргызского бокса. И тот, который бросил тренировку через месяц после занятий, и тот чье имя известно всему миру. Все они боксеры. Среди бывших боксеров республики, немало деятелей государственного масштаба, известных ученых, инженеров, врачей. Среди них Премьер-министр Кыргызской Республики Апас Джумагулов, Председатель Собрания народных председателей Жогорку Кенеша Алмамбет Матубраимов, депутат ЖК КР Умбеталы Кыдыралиев, секретарь Совета безопасности Кыргызской Республики Бексултан Ишимов, Министр Национальной безопасности Феликс Кулов, Министр внутренних дел Омурбек Кутуев, Зарлык Рысалиев, директор госналоговой инспекции при Минфине республики Медет Садыркулов, аким Московского района Геннадий Давыденко, прокурор Октябрьского района прокурор Октябрьского района Абдубакыт Халмурзаев. Мутап Суранбаев, Ученые: академик Турар Койчуев, доктора наук Эркин Исмаилов, Эрик Конурбаев, Азат Конурбаев, Шайлообек Мусакожоев, Кулубек Боконбаев, Абдикалил Абдымомунов, кандидаты наук Муратбек Кийзбаев, Алмасбек Абытов, Николай Адигамов, Садырбек Корчубеков, Хамидулло Артыков, Автандил Адыкулов. Занятия боксом помогли им сформировать цельный характер, целеустремленность, укрепить волю выработать человеческие качества для плодотворной учебы, работы. Прошедшие годы были трудными, но интересными в судьбе кыргызского бокса. В 1992 году не стало федерации бокса Советского Союза. Но появилась на свет Национальная федерация бокса Кыргызской Республики, вошедшая полноправным членом в мировую боксерскую семью, о чем несколькими годами ранее нельзя было,

даже предположить. В данный момент президент Национальной федерации бокса КР является Абдибакыт Халмурзаев.

На сегодняшний день главным тренером сборной команды республики является Бекболотов Адылкан за 9 лет его работы наши кыргызские боксеры завоевали на азиатских играх в Инчхоне (Корея) 3 место. 2 октября 2014 года боксер Турат Осмонов завоевал бронзовую медаль. Он выступал в состязаниях весовой категории до 49 кг.

Азат Усеналиев Чемпион Азии 2013 года, в решающем поединке Азат выиграл у Ш. Соирова из Узбекистана, одержав победу по итогам трех раундов, а на пути к финальному поединку выиграл у боксеров Ирана, Индонезии и Ирака. Бронзовые награды на ринге в Аммане завоевали также Омурбек Малабеков (вес до 56 кг), Эрмек Сакенов (вес до 64 кг) и Сергей Паренко (вес до 91 кг). В общем зачете наша команда стала четвертой в итоговом списке, где были представлены сборные 27 государств.

Мастерами-международниками при Кулмашеве стали К. Рыскулов, В. Визильтер, А. Катулевский, И. Поликпашев, А. Абдымомунов, А. Таласбаев и другие. Строгий, взыскательный к себе и другим, Сейтбек Кулмашев в пору своего руководства национальной сборной приучил считаться с ней ведущих боксеров Азии и мира».

Заслуженные мастера спорта. Орзубек Назаров заслуженный мастер спорта СССР (1991), 7-кратный Чемпион Мира среди боксеров-профессионалов, Чемпион Европы среди юниоров, Чемпион СССР 1985-1988 гг., победитель игр добро воли, Заслуженный мастер спорта Кыргызстана №1.

Андрей Курнявка вошел в историю бокса как советский и киргизский боксер. Сегодня Андрей Курнявка занимает пост вице-президента Федерации бокса Москвы.

Плаванием, будущий чемпион мира по боксу занимался 7 лет. В 1983 году, Курнявка пошел в боксерскую секцию.

Известность в советском боксе Курнявка получил в 1987-м году, когда вошел в сборную СССР. У дебютанта коронным ударом был боковой левой, а любимая дистанция ближняя. Характер у Андрея всегда был жесткий, волевой. Однако в жизни его всегда оценивали как отзывчивого человека. В любительской карьере у боксера 350 боев. 150 из них он выиграл нокаутом. Дрался с обоими братьями Кличко, со знаменитыми кубинцами Феликсом Савоном, Эспинозой, с чемпионами мира уровня Свена Отке. С Эспинозой Андрей встретился в Москве. Победив кубинца, Курнявка стал чемпионом мира. Таалайбек Кадыралиев в г. Нарын. Боксом начал заниматься 1981 г. в городе Бишкек у Уметбекова Урана. Финалист вооруженных сил СССР 1987 г. Омск.

Чемпион Вооруженных сил 1988г. город Алмата, 1989 г. - г. Вильнюс. 12-кратный победитель МТ Д.Шопокова. Чемпион СНГ 1993 г. г.Бишкек. Призер Кубка Мира 1994 год г.Банкок (Тайланд). Чемпион Центральной Азии 1999г. г.Бишкек. Финалист Чемпионат Азии 1999 год г. Ташкент. Бронзовый призёр Азиатских игр 2002г. г.Пусан (Корея). Алмазбек Раимкулов - Чемпион Центральной Азии 1999г. г.Бишкек. Финалист МТ кубок короля Тайланда 2000 г. Бангкок. 5 место на Олимпийских играх Сидней (Австралия) 2000 г. Неоднократный победитель МТ Д.Шопокова. Спортом начал заниматься в 14 лет под началом заслуженного тренера КР Калена Асанова.

Кыргызские боксеры на олимпийских играх.

В 1996 году Андрею Курнявке неожиданно предлагают поехать от команды Киргизии на Олимпиаду в Атланту в тяжелой весовой категории (91 кг). Курнявка, как оказалось, 4 года совсем не занимался боксом. На подготовку времени уже не оставалось, однако Андрей принимает решение — выступить на Олимпиаде. В дополнение к нехватке времени на подготовку ему откровенно не повезло с жеребьевкой. В первом бою он

вышел против легендарного кубинца Феликса Савона. В первом раунде Курнявка выглядел лучше своего соперника, но во втором и третьем, Савону проиграл.

Нурбек Касенов – мастер спорта международного класса, участник Олимпийских игр 1996 и 2000 годов. В 1990 году стал призером первенства СССР среди спорт интернатов в Донецке. Команду тогда возили Каныбек Кулгельдиев и Герман Пышкин. Лицензию на Олимпийские игры в Атланте Нурбек завоевал в Таиланде, на Кубке короля в 1995 году. Накануне Игр в Атланте ему пришлось пройти через «сито» трех важнейших турниров: чемпионат Азии, Кубок короля Таиланда и кубок президента Филиппин. В 1999 году он стал финалистом чемпионата Азии в Ташкенте, где ему удалось завоевать путевку на очередную Олимпиаду в Сиднее.

Сергей Копенкин, мастер спорта СССР, участник Олимпийских игр в Атланте (США) 1996 года. Выступал в весе 71 кг. В 1986 году выиграл первенство СССР среди спорт интернатов, профтехобразования и профсоюзов, проходившее во Фрунзе.

В 2000 году главный тренер Кыргызской Республики по боксу Сейтбек Кулмашев возил в австралийский Сидней пятерых боксеров-олимпийцев (Таалайбека Кадыралиева, Алмазбека Раимкулова, Нурбека Касенова, Владислава Визильтера и Алексея Катулевского). Легковес Алмаз Раимкулов на XXVII Олимпиаде в Австралии пробился в четвертьфинал, где уступил по очкам мексиканцу Кристиану Бенитесу

Два олимпийца были у нас в Афинах 2004 году – Айбек Абдымомунов из Каракола, чемпион мира среди молодежи, и Асылбек Таласбаев из Канта.

Асылбек Таласбаев участвовал на двух Олимпиадах — в Афинах 2004 года и Пекине 2008 года. Он является победителем и финалистом многих международных соревнований, в том числе серебряным призером Кубка Президента Международной Федерации любительского

бокса АІВА, который прошел в декабре в Баку.

Асылбек Таласбаев участвовал в Пекине 2008 года. Он является победителем и финалистом многих международных соревнований, в том числе серебряным призером Кубка Президента Международной Федерации любительского бокса АІВА, который прошел в декабре в Баку.

Адылбек уулу Эркин завоевал лицензию в поединке за третье место с Азизом Ачиловым из Туркменистана. Бой прошел в весовой категории до 81 кг. По итогам трех раундов со счетом 3:0 победу одержал

боксер из Кыргызстана и завоевал путевку на Игры.

В августе состоялись предварительные встречи в состязаниях весовой категории до 81 кг. В поединке 1/16 финала Адылбек уулу встречался против Хуана Карлоса Каррилльо из Колумбии и уступил сопернику — 0:3 (27-30; 28-29; 27:30).

С 1996 года команда КР по боксу начала выступать отдельной командой во всех официальных международных соревнованиях Олимпийских играх, чемпионатах мира, Азии, Азиатских играх и др.

Участники Чемпионата мира

1	1995 г. г. Берлин Германия	1. Талай К. 51 кг 2. Кенжебаев 54 кг 3. Имангазиев Жаныбек 57 кг 4. Копенкин Сергей 60 кг 5. Акельбаев Кенжебек 63 кг 6. Касенов Нурбек 67 кг 7. Борбашев Малик 71 кг
2	1997 г. г. Будапешт Венгрия	1. Раимкулов Алмаз 60 кг 2. Акельбаев Кенжебек 63 кг
3	2001 г. г. Белфаст Ирландия	1. Катулевский Алексей 75 кг
4	2005 г. г. Пекин Китай	1. Исаев Бекзатбек 75 кг 2. Рыскулов Кымбатбек 81 кг 3. Мырсатаев Руслан 91 кг

Участники Кубка мира

1	1994 г. г. Банкок Тайланд	1. Таалайбек Кадыралиев 51 кг 2. Нурлан Кенжебаев 54 кг 3. Жаныбек Имангазиев 57 кг 4. Нургазы Арзиев 67 кг 5. Кенжебек Акелбаев 63,5 кг 6. Нурбек Касенов 67 кг
2	2009 г. г. Баку Азербайджан	1. Таласбаев А. 60 кг - 2 место

Участники Чемпионата Азии

1	1994 г.	1.Каптагаев Жаныбек 54 кг- 3 место
2	1999 г. Узбекистан Ташкент	1. Исмаилов Эмир 51 кг 2. Кыдыралиев Таалай 54 кг 3. Раимкулов Алмазбек 60 кг 4. Касенов Нурбек 71 кг- 2 место 5. Визильтер Владислав 75 кг- 3 место 6. Катулевский Алексей 81 кг
3	2004 г. Филиппины	1.Абдымомунов Айбек 54 кг- 2 место 2.Поликпашев Илья 69 кг-3 место 3.Рыскулов Кымбатбек 81 кг-3 место 4.Салиев

Участники Азиатских игр

1	XIII 1998 г. Тайланд. Бангкок	1. Акелбаев Кенжебек 67 кг
2	XIV - 2002 г. Юж.Корея Бусан	1. Кыдыралиев Таалай 51 кг- 3 место 2. Юсупбеков Музафар 57 кг 3. Катулевский Алексей 81 кг- 3 место 9 человек боксировали в четверть финале
3	XV - г.Доха (Республика Катар) 3-15.12.2006 г.	1.Залкар Бакиров 57 кг- 1 бой 2.Авазбек Абдуллаев 51 кг 3.Тилек Сапар уулу 54 кг 4.Асылбек Таласбаев 60 кг 5.Эргазы Мырзакеримов 64 кг 6.Руслан Карипов 69 кг 7.Давран Хабиров 75 кг четверть финале проиграл 8.Кымбатбек Рыскулов 81 кг 9.Бекзат Тургунов 91 кг в четверть финале проиграл 10.Нурпаис Торобеков св.91 кг 45 человек боксировали в четверть финале Ст.тренер сборной команды КР Шайбек Карагазиев и Михаил Гашлома
4	XVII - г. Инчхон (Корея) 2-14.10.2014 г.	1.Турат Осмонов 49 кг- 3 место

Литература

1. Алымкулов Б.А. Газета Спортивный Кыргызстан № 7 от 13-20. 03. 2007.- С. 2-7.
2. Омурзаков Д. Спортивная Киргизия изд. Кыргызстан, - Фрунзе, 1976. - С. 18-21.
3. Омурзаков Д. Спорт Киргизии. Кирг.гос.изд-во. - Фрунзе – 1963. - С. 26-27.
4. Соколов Л.П.Физическая культура в Кыргызской ССР 1963. Исторический очерк. Фрунзе, Мектеп, 1970. - 225 с.
6. Физкультура жана спорт. Энциклопедия (Бокс). – 2002.–31-33 с.
7. Саралаев М.К., Азизбаев С.С. История физической культуры и спорта в Кыргызской Республике. – Б.: 2002.–С.270.
8. Мотукеев Б.Дж. Олимпийские игры: традиции, ценности, факты. (Учебное пособие для учащихся общеобразовательных, профессионально-техн. И высш. Физкультурно-спортивных учеб. заведений). – Б.: 2009.-168 с.
9. Макешов К. Кыргызстан: дене тарбия жана спорт энциклопедиясы. – Б.: «Турар», 2011. –296 с.
10. Макешов К. Кыргыз Республикасы: Дене тарбия жана спорт энциклопедиясы. Экинчи басылышы. – Б.: «Турар», 2015. – 448 б.

УДК 141.4

ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ РЕФОРМЫ ОБРАЗОВАНИЯ В КЫРГЫЗСТАНЕ

Камбарова К.У.

Кыргызская государственная академия физической культуры и спорта, г.Бишкек

Аннотация. В статье рассмотрены роль образования в современном обществе, а также основные направления реформы образования в Кыргызстане, намеченные в принятых в 2012 году «Концепции развития образования в Кыргызской Республике до 2020 года» и «Стратегии развития образования в Кыргызской Республике на 2012-2020 годы».

Ключевые слова: образование, реформа, концепция образования, стратегия образования.

КЫРГЫЗСТАНДА БИЛИМ БЕРҮҮНҮ РЕФОРМАЛООНУН НЕГИЗГИ БАГЫТТАРЫ

Камбарова К.У.

Кыргыз мамлекеттик дене тарбия жана спорт академиясы, Бишкек ш.

Аннотация. Макалада билим берүүнүн азыркы коомдогу ролу, ошондой эле, 2012-жылы кабыл алынган “Кыргыз Республикасындагы 2020-жылга чейинки билим берүүнү онүктүрүүнүн концепциясы” жана “Кыргыз Республикасында 2012-2020 жылдардагы билим берүүнү онүктүрүүнүн стратегиясы” белгиленген. Кыргызстандагы билим берүүнү реформалоонун негизги багыттары каралган.

Негизги создор: билим берүү, реформа, билим берүү концепциясы, билим берүү стратегиясы.

THE MAIN DIRECTIONS OF THE EDUCATION REFORM IN KYRGYZSTAN

Kambarova K.U.

Kyrgyz state academy of physical culture and sport, Bishkek c.

Abstract. The article examines the role of education in modern society, as well as the main directions of the education reform in Kyrgyzstan, outlined in the 2012 Concept for the Development of Education in the Kyrgyz Republic to 2020 and the Strategy for the Development of Education in the Kyrgyz Republic for 2012-2020 ”.

Key words: education, reform, the concept of education. Strategy of education.

Введение. Образование определяет многие параметры жизненного пути человека, общества, государства. Оно развивает знания и природные задатки человека, способствует росту интеллектуального и научно-производственного потенциала общества, личности, страны. Воспитывает отношение подрастающего поколения к труду, обеспечивает профессию и повышение квалификации, повышает в перспективе эффективность и качество производства, расширяет свободу выбора профессии и деятельности. Подготавливает молодежь к жизни в обществе, к участию в хозяйственных, экономических и политических процессах. Обеспечивает освоение различных занятий, способствует повышению интереса к формам деятельности и к жизни

в целом. Способствует социальной мобильности, решению задач социального равенства и др.

Задачи исследования. В процессе развития уровень образования, знания во всем развитом мире признан сегодня одним из важнейших элементов национального богатства.

Бурное развитие сферы образования последних десятилетий свидетельствует о ее стремительном выдвижении на первый план общественной жизни. Поразительны показатели роста мировой системы образования. Самые заметные из них – сокращение числа неграмотных, расширение уровня охвата школьным образованием, рост социального спроса на высшее образование, выделение государственных субсидий на образование.

Однако, тенденции роста сопровождаются во многих странах противоречиями и кризисными явлениями, суть которых в неадекватности содержания образования и масштабов уровня развития образовательных систем современному глобальному миру. В настоящее время в мире наблюдается ситуация осознания кризисного состояния

традиционной системы образования и попытки создания новой.

Нарастание кризисных явлений в образовании потребовало активного поиска выхода из тупика и определения путей дальнейшего развития этой социальной сферы.

Ситуация в Кыргызстане, во многом повторяя мировые проблемы, была осложнена собственной спецификой в виде разрушения прежних системных связей и несформированности необходимых социальных механизмов для быстрого реагирования на современные требования мирового развития. Новые условия «на выживание» остро поставили перед государством и обществом задачу выработки новых, адекватных путей и моделей жизнедеятельности общественных институтов. Не последнее место в числе актуальных задач современности принадлежит и реформе в системе образования. Бурный научно-технический прогресс, развал советской модели образования и просвещения, переход к рыночной экономике вызвали необходимость реформирования образования.

Объект исследования и его организация. Исследования проводились в реформировании образовательной системы Кыргызстана достигнуто многое: реорганизована система управления, значительно изменена структура образовательных учреждений, появились новые типы образовательных учреждений, проводится модернизация методов учебной и воспитательной работы, во многом по-новому взаимодействуют образовательные учреждения и общественные институты.

Однако, сегодня нельзя останавливаться на достигнутом, так как еще остались нерешенные проблемы, трудности на пути развития образовательной системы страны.

Для продолжения реформирования системы образования, приведения ее в соответствие с требованиями времени в республике приняты новые

основополагающие документы: «Концепция развития образования в Кыргызской Республике до 2020 года» и «Стратегия развития образования в Кыргызской Республике на 2012-2020 годы» [1].

Принятые документы основываются на Конституции Кыргызской Республики, Законе Кыргызской Республики «Об образовании» и других законодательных актах. В них продолжена линия реформирования образования, заложенная в принятых ранее документах, задан опережающий характер развития образования по сравнению с другими сферами жизни, поскольку именно образование связано с развитием человеческого потенциала страны и готовит кадры для обеспечения реформ в других сферах жизни.

В центре внимания «Концепции развития образования в Кыргызской Республике до 2020 года» и «Стратегии развития образования в Кыргызской Республике на 2012-2020 годы» лежит концепция непрерывного образования, образования в течение всей жизни. В связи с этим определены проблемы и намечены направления реформ на разных ступенях образования: в дошкольном образовании, в среднем школьном образовании, в системе профессионально-технического образования, в высшем профессиональном образовании, в сфере образования взрослых и в неформальном образовании.

Согласно «Концепции развития образования в Кыргызской Республике до 2020 года», важными принципами организации системы образования являются:

- открытость каждой ступени – возможность продолжения образования в разных типах образовательных организаций после получения основного общего образования и организации обучения в разных формах (очная, очно-заочная, экстернат, дистанционная). Каждая ступень обучения завершается итоговой

государственной аттестацией, подтверждающей уровень освоения программы обучения;

- преемственность, которая обеспечивается:

- общей методологией, на которой построено обучение – от дошкольного образования до образования взрослых; система образования ориентирована на результат, выраженный в наборе компетентностей

- обучающегося/выпускника;

- общими целями и задачами образования - развитием потенциала обучающихся на основании собственной образовательной траектории (личностно-ориентированное обучение);

- организационными условиями – наличием стандартов/курикулов на всех уровнях образования и других нормативных документов, определяющих требования к результатам обучения;

- промежуточной и итоговой аттестацией (4-9-11 классы) – как гарантом обладания определенным уровнем подготовки учащегося, позволяющим обучаться на следующей ступени;

- наличием подготовленных педагогических кадров в соответствии с новыми требованиями к результатам обучения;

- наличием инфраструктуры образовательных организаций [1, с. 4-5].

Впервые в Стратегии развития образования появился раздел об образовании взрослых. Образование взрослых – гарантия того, что все, кто хочет повысить свою квалификацию или изменить ее, смогут сделать это в рамках формального или неформального образования. С одной стороны, переход в высшем образовании на модульную систему накопления кредитов позволит повышать квалификацию – или получать второе и последующие образования; с другой - развитие центров обучения разного типа позволит получить профессию и быть сертифицированным на право работы [3].

Заключение. Важным моментом в Концепции и Стратегии образования является определение среды образования. Среди ее характеристик то, что среда должна быть воспитывающей, поликультурной, светской. Большое внимание уделено вопросам воспитания, привития подрастающему поколению базовых ценностей – патриотизма, толерантности, здорового образа жизни и занятия физической культурой и спортом. Образование должно формировать среду, обеспечивающую возможности каждому ребенку включить общественные ценности в структуру собственной личности.

Другой важной характеристикой является информационный характер, так как в современном электронном мире невозможно быть успешным без навыков работы с разного типа информацией, в том числе – электронной.

Концепция и Стратегия определяют для всех трех уровней профессионального образования – начального, среднего, высшего – необходимость формировать контингент обучающихся в зависимости от потребностей рынка труда Кыргызстана и региона.

Таким образом, реформа образования, намеченная в Концепции и Стратегии образования, позволит охватить все уровни образования и создать базовые условия для формирования нового качества образования. Принятые документы по реформе образования

определяют национальные приоритеты в дальнейшем развитии образования, определяют новые принципы, формы и методы ведения образовательного процесса, создают условия для становления единого образовательного пространства с мировым сообществом.

Выдвинутые приоритеты носят концептуальный характер. Их воплощение, на наш взгляд, позволит приблизить наше образование к новым требованиям развития современной жизни, обеспечат качественный прорыв в развитии образования в сфере физической культуры и спорта.

Литература

1. Концепция развития образования в Кыргызской Республике до 2020 года // Нормативные акты Кыргызской Республики. – 2012. - №29. – С. 3-9.
2. Стратегия развития образования в Кыргызской Республике на 2012-2020 годы// Нормативные акты Кыргызской Республики. – 2012. - №29. – С. 10-32.
3. Садыков К. Концептуальные основы и стратегические направления развития системы образования Кыргызстана до 2020 года // Кут билим. – 2011. – 22 июля. – С. 2-3.
4. Садыков К. Главная цель – качество образования // Слово Кыргызстана. – 2011. – 7 января. – С.5,7.

УДК 796.8

ИССЛЕДОВАНИЕ МЕТОДОВ И СРЕДСТВ РАЗВИТИЯ БЫСТРОТЫ БОКСЕРОВ-ЮНОШЕЙ РАЗЛИЧНЫХ ВЕСОВЫХ КАТЕГОРИЙ

Кийзбаев М.С., Кенжебаев А.А., Жуманкулов К.С.

Кыргызская государственная академия физической культуры и спорта, г.Бишкек

Аннотация. В статье даны наиболее эффективные средства и методы развития быстроты боксеров, комплексы круговой тренировки для воспитания быстроты, исследованием выявлены особенности быстроты боксеров-юношей различных весовых категорий. Материалы статьи основаны на многолетнем опыте работы тренеров и спортсменов зарубежья и Кыргызстана.

Ключевые слова: средства развития, методы, круговая тренировка, быстрота, сенсомоторная реакция.

АР КАНДАЙ САЛМАКТАГЫ ЖАШ МУШКЕРЛЕРДИН ЫЛДАМДЫГЫН ТАРБИЯЛОО ҮЧҮН КОЛДОНУЛУУЧУ КАРАЖАТТАРЫН ЖАНА ЖОЛДОРУН ИЗИЛДӨӨ

Кийзбаев М.С., Кенжебаев А.А., Жуманкулов К.С.

Кыргыз мамлекеттик дене тарбия жана спорт академиясы, Бишкек ш.

Аннотация. Макалада, мушкерлердин ылдамдыгын тарбиялоо үчүн колдонулуучу натыйжалуу ар кандай каражаттар жана жолдор берилген, ылдамдыкты тарбиялоо үчүн айланпа түрүндө машыгуунун топтому каралган. Изилдөөнүн негизинде ар кандай салмактагы жаш мушкерлердин ылдамдыгынын өзгөчөлүктөрү көрсөтүлгөн. Макада Республикабыздын жана башка өлкөлөрдүн адистеринин көп жылдык изилдөөлөрүнүн жана даярдоо тажрыйбасынын негизинде даярдалды.

Негизги сөздөр: колдонулуучу каражаттар, усулдары, айланпа түрүндө машыгуу, ылдамдык, сенсомотордук реакция.

INVESTIGATION OF METHODS AND MEANS OF DEVELOPMENT OF FAST BOXERS- YOUTH OF VARIOUS WEIGHT CATEGORIES

Kiyzbayev M.S., Kenzhebaev A.A., Zhumankulov K.S.

Kyrgyz state academy of physical culture and sports, Bishkek c.

Abstract. The article provides the most effective means and methods of development of fastness of boxers, complexes, circuit training for raising speed, the study identified features of speed boxers-boys of different weight categories. The article is based on years of experience of coaches and athletes abroad and Kyrgyzstan.

Keywords: means, methods, circular training, speed, sensorimotor reaction.

Актуальность. Подготовка спортсмена к соревнованиям и его успешное выступление невозможно без достижения необходимого уровня тренированности. Среди ряда важнейших проблем, требующих своего решения, проблема исследования быстроты реакции в боксе является одной из важных разделов в спорте высших достижений. Так как бокс – сложно координированный вид деятельности скоростно-силового ациклического характера, в котором действия соперников протекает в жестких лимитах времени в вариативно-конфликтных ситуациях и требует от боксеров большого приспособления к мгновенно меняющимся условиям поединка. Переменная интенсивность двигательных и вегетативных функций представляет большую нагрузку на центральную нервную систему в любых ситуациях боя [9].

Широкий диапазон двигательных возможностей, разнообразие и высокая интенсивность проявления психических качеств и свойств спортсмена показывает

актуальность изучения таких важных свойств как быстрота реакции, скоростных и скоростно-силовых показателей боксеров.

Цель исследования - изучение особенности методики воспитания быстроты боксеров.

Объект исследования - быстрота как физическое качество.

Задачи исследования:

- Изучить средства и методы развития быстроты боксеров.
- Исследовать особенности развития быстроты боксеров-юношей различных весовых категорий.

Методы исследования: анализ литературных источников; педагогическое наблюдение; тестирование общей физической подготовленности, реакциометрия, методы математической статистики.

Исследование проводилось на боксерах-юношах 16-17 лет, имеющих первый спортивный разряд и звание кандидата в мастера спорта, со стажем занятий 2-5 лет, условно разделенные на

пять весовых групп: легчайшая 44-52 кг (п-21 чел.); легкая 52-60 кг (п-25 чел.); средняя 60-70 кг (п-18 чел.); тяжелая свыше 70 кг (п-9 чел.) и объединенная группа (все испытуемые (п-73 чел.). Математико-статистическая обработка полученных результатов исследования проводилась традиционными методами [4].

Результаты исследования. В спортивной практике скоростные способности атлета проявляются в виде различных форм быстроты:

- быстрота простой и сложной реакции (измеряется латентным временем реагирования);
- быстрота отдельных двигательных актов (измеряется величинами скорости и ускорения при выполнении отдельных движений, не отягощенных внешним сопротивлением);
- быстрота, проявляемая в темпе (частоте) движений, измеряется числом движений в единицу времени [1, 3, 4, 5, 6, 7, 9].

Указанные скоростные способности установлены так же при исследовании боксёров [1]. При этом выявлены 4 ортогональных фактора, определяющих проявление скоростных качеств боксёра:

- латентное время реакции;
- время выполнения одиночного удара;
- максимальный темп выполнения серий ударов;
- скорость передвижения.

Выделенные формы проявления быстроты обусловлены различными пусковыми механизмами и относительно независимы друг от друга. Например, быстрота двигательной реакции в большой степени обусловлена свойствами зрительного, слухового и других анализаторов, быстрота отдельного движения - фактором нервно регуляторного характера, обуславливающего координационные отношения между центральной нервной системой и мышцами.

Современная спортивная деятельность требует высокого уровня развития у атлетов, всех указанных выше форм проявления быстроты, однако, в

разных видах спорта соотношение этих уровней различно.

В спортивных единоборствах и играх реагирования атлетов протекает по механизму простых и сложных двигательных реакций. Под простой реакцией понимают ответ заранее обусловленными действиями на известный, но внезапный сигнал. В боксе, например, такими внезапными сигналами могут быть обманные или действительные удары противника, изменение его положения на ринге - неожиданное открытие уязвимых мест. Ответные действия при этом являются различные защитные или ударные движения.

Сложные двигательные реакции в спорте чаще всего проявляются в виде реакций выбора, реакция с переключением, реакция на движущийся объект, а также реакция предвосхищения, которая обусловлена способностью атлета к антиципации (предвидению). В современном спорте высших достижений неперенным условием эффективности технико-тактических действий является развитая способность к антиципации, т.е. к предвидению действий противников, высокий уровень развития, который даёт возможность спортсмену не только эффективно контролировать свои действия, но и прогнозировать действия соперника и своевременно их разгадывать в ходе поединка [3].

Изучение времени реакции и быстроты действий боксёров и фехтовальщиков выявило, что моторный компонент двигательной реакции спортсменов меньше латентного периода зрительно-двигательной реакции, который, по данным психологических исследований, находится в пределах 0,1 - 0,3 сек. [1, 2, 6, 7, 9]. Исходя из этого, в условиях современных поединков спортсмен не должен успевать защититься от ударов противника на ближней и средней дистанциях, так как время проведения атаки на этих дистанциях колеблется от 0,08 до 0,14 секунд. Однако практика показывает, что квалифицированные спортсмены

успешно ведут поединки на ближней и средней дистанциях, своевременно защищаясь и контратакуя противника. Объясняется это высоким уровнем развития механизма антиципации (предвидения) у опытных атлетов.

Средствами развития быстроты являются упражнения, используемые в боксе, нанесение ударов, выполнение защитных действий, передвижений, бег на короткие дистанции и т.д., состоящих из различных возможно быстрых движений. Все существующие снаряды (мешки, груши, пунктболы, настенные подушки и пр.)

В движениях, не сходных по двигательной структуре, приобретенная быстрота не переносится на другое движение. Например, умение быстро выполнить серию ударов рукой не способствует умению быстро пробежать 100 метров. Поэтому наиболее эффективные специальные упражнения для развития качества быстроты должны быть приближены к элементам бокса.

Особенно полезно для развития быстроты упражняться в целостном движении. Движения (удары, прыжки и др.) нужно выполнять повторно с максимальной скоростью и еще быстрее в облегченных условиях (бег под уклон, метания облегченных снарядов и т.п.), а также возможно быстро в затрудненных условиях. Для развития быстроты рекомендуются: регламентированный, игровой, соревновательный и комбинированный.

Быстроту простой и сложной двигательной реакции в спортивной практике совершенствуют с помощью ряда методов. Наиболее часто, для воспитания простой реакции применяют повторный метод, основанный на повторном, возможно более быстром реагировании, занимающихся на внезапный, заранее обусловленный сигнал или изменение ситуации. Наряду с повторным методом для совершенствования быстроты простой реакции применяют расчленённый, сенсорный и идеомоторный методы тренировки.

В основе аналитического метода воспитания быстроты боксера лежит избирательное и целенаправленное совершенствование отдельных форм быстроты: так называемой быстроты одиночных ударов, серий ударов, скорости передвижения, времени защитной реакции и т.д.

Аналитический метод - расчленение тренировки быстроты различных действий и последующем слитном их выполнении. В начале отдельно быстроту реакции, потом быстроту одиночного движения.

Целостный метод направлен на комплексное улучшение этих скоростных качеств боксера при выполнении им сложных технических действий в условиях непосредственного контакта с противником.

Сенсорный метод основан на связи быстроты реакции и способности различать небольшие интервалы времени.

Одним из эффективных методов совершенствования общей и специальной подготовленности у боксеров является круговая тренировка, с использованием метода интенсивной интервальной работы, а сама тренировочная нагрузка относится к группе упражнений аэробно-анаэробного воздействия [10].

Для воспитания быстроты боксера И.П. Дегтярев предлагает круговую тренировку, состоящую из четырех "станций". На 1-й "станции" боксеры совершенствуют скорость одиночных ударов, на 2-й "станции" быстроту защитных реакций, на 3-й - скорость передвижений и на 4-й - быстроту серийных ударов, выполняемых с максимальной возможной частотой [1].

Характер выполнения упражнений на каждой "станции" обусловлен рядом особенностей. На 1-й "станции" боксеры размещаются у тяжелых подвесных мешков и по команде тренера начинают наносить с максимальной быстротой одиночные прямые, снизу и боковые удары левой и правой рукой. Чтобы избежать возникновения "скоростного" барьера, стабилизирующего развитие скорости движений, боксеру необходимо менять вес

перчаток. Так, в одной тренировке спортсмены должны пользоваться боксерскими тренировочными “блинчиками”, в другой - 12-унцовыми перчатками. В последующих занятиях вес перчаток может повышаться до 16 унций. Кроме того, крайне необходимо, чтобы одиночные и серийные удары спортсмены выполняли с различной степенью мышечного напряжения.

На 2-й “станции” спортсмены совершенствуют время защитных реакции с помощью туловища - уклонами назад, уклонами влево и вправо. Боксеры становятся в пары, атакующие наносят в разной последовательности максимально быстро прямые удары левой и правой рукой. Защищающиеся реагируют в зависимости от того, какой следует удар. Чтобы усложнить возможность предугадывания и увеличить временную неопределенность, удары должны наноситься через различные интервалы времени. При этом дистанция, с которой наносятся удары, должны постепенно уменьшаться. Через 1,5 мин. по команде тренера боксеры меняются ролями, атакующие переходят к выполнению защитных действий.

На 3-й “станции” спортсмены совершенствуют скорость передвижения. Они в боевой стойке становятся друг против друга на необходимую дистанцию. Один из боксеров становится ведущим, и резко изменяет расстояние шагом вперед, назад или в сторону. Второй боксер должен максимально быстро выполнить соответствующее передвижение, сохранив тем самым дистанцию, на которой перед этим находились спортсмены. Через 1,5 мин. по команде тренера боксеры меняются ролями. Выполняя это упражнение, боксеры наряду с совершенствованием скорости передвижений продолжают улучшать и время сложной реакции, так как боксер, наблюдая за действиями ведущего, не знает в каком направлении ему необходимо выполнить движение, чтобы сохранить дистанцию. По мере совершенствования быстроты простых передвижений характер передвижений должен усложняться.

Спортсмены совершенствуют быстроту сложных комплексных передвижений, выполняемых в различном направлении: вперед-влево, назад-вправо, назад-влево и т.д.

На последней, 4-й “станции” боксеры размещаются у тяжелых подвесных мешков и по команде тренера начинают отработку серий излюбленных ударов на снарядах с максимально возможной для них частотой в течение 10 сек, после чего им представляется 20-секундный перерыв, за которым следует 10-секундные серийные действия. Так как скорость восстановительных процессов у спортсменов не одинаков, боксеры, не готовые к повторному выполнению задания, могут увеличивать интервал отдыха. Например, если боксер чувствует, что после 20 сек. отдыха он не в состоянии выполнить в высоком темпе очередную серию ударов, он может отдыхать еще 30 сек (10 сек., когда другие боксеры выполняют упражнения, и 20 сек. со всеми вместе). За 3 мин. такие спортсмены могут выполнить до 6 серий упражнений.

Во время круговой тренировки тренер должен постоянно контролировать правильность выполнения заданий на каждой “станции”, обращая внимание на выполнение боксерами задания с высокой скоростью и на правильную технику упражнения.

Анализ показателей скоростной подготовленности показал, что не во всех контрольных испытаниях имеются достоверные различия между весовыми группами. Данное обстоятельство объясняется, видимо, тем, что измерения проводились в основном соревновательном периоде, когда превалируют специфические упражнения (качества) в тренировочном процессе и, где решаются задачи развития именно специальных качеств боксеров.

Тем не менее в некоторых контрольных испытаниях по ОФП имеются однонаправленные изменения результатов с увеличением веса спортсменов. Так, результаты прыжков в длину с места (различия между 3-й и 4-й группами $P > 0.05$)

и спиной вперед (различия между 2-й и 3-й между 3-й и 4-й группами $P>0.05$), толкание набивного мяча как правой, так и левой рукой однонаправленно повышаются с увеличением веса спортсмена. Видимо, данные этих контрольных испытаний в большей мере зависят от веса спортсмена, его роста мышечной массы и абсолютной силы. В показателях, где необходимо развивать высокую скорость и ловкость (бег на 50 и 100 метров, челночный бег 4x10 метров), зависимость их от веса не наблюдается, однако наиболее подготовленными в этих видах упражнений являются боксеры средней весовой группы.

Анализ показателей сенсомоторной реакции не выявил ($P<0.05$) зависимости их от веса боксеров-юношей. Можно лишь отметить тенденцию к ухудшению сложной реакции с повышением веса спортсменов, при этом достоверное различие выявлено только между 1-й и 4-й группами ($P>0.05$). Данный факт, видимо, объясняется тем, что спортсмены тяжелого веса менее координированы и техничны, наносят в бою однообразные удары и в меньшем количестве, что не предъявляет высоких требований к развитию реакции выбора.

Заключение. Средствами развития быстроты являются упражнения, используемые в боксе, нанесение ударов, выполнение защитных действий, передвижений, бег на короткие дистанции, состоящих из различных возможно быстрых движений. Используются все существующие снаряды (мешки, груши, пунктболы, настенные подушки и пр.).

Комплексы круговой тренировки являются эффективным средством повышения уровня скоростной подготовленности боксеров-юношей. Для воспитания быстроты реакции применяют повторный, расчлененный, сенсорный, идеомоторный, круговой, аналитический методы тренировки.

Скоростно-силовые показатели боксеров-юношей с увеличением веса

спортсменов (прыжки в длину, толкание набивного мяча) однонаправленно повышаются, наиболее высокие показатели необходимые для проявления высокой скорости и ловкости наблюдаются у боксеров средней весовой группы, показатели сенсомоторной реакции не выявил зависимости их от веса боксеров-юношей.

Литература

1. Бокс. Учебник для ин-тов физической культуры. Под общ.ред. Дегтярева И.П. - М.: ФиС, 1979.- 287 с.
2. Бокс. Программа. /Бекбанов Р.Н., Байсаяков А.Е. Б.: 2013.- С.112.
3. Вопросы психологической подготовки боксера. Алматы, 2005.-100 с.
4. Зациорский В.М. Основы спортивной метрологии. - М.: Физкультура и спорт. 1979. -152 с.
5. Киселев В.А. Совершенствование спортивной подготовки высококвалифицированных боксеров. – М.: Физкультура и спорт, 2006. – 127 с.
6. Копцев К.Н., Меньшиков О.В., Алексеев Ю.Л., Хусяйнов З.М. Специальная скоростно-силовая подготовка боксеров-юниоров на предсоревновательном этапе. //Теория и практика физической культуры, 2008. - № 8. С. 43-44.
7. Мартиросов Э.Г., Дегтярев И.П., Кийзбаев М.С. Совершенствование специальной физической подготовленности боксеров юношей учетом весовых категорий. В кн.: Бокс. Ежегодник, 1984. - С.21-22.
8. Филимонов В.И. Теория и методика бокса /В.И.Филимонов. –М.: Инсан, 2006. – 548 с.
9. Худадов Н.А. Психологическая подготовка боксера. - М.: 1968.-198 с.
10. Шолых М. Круговая тренировка. - М.: ФиС, 1966. - 136 с.

ПРОБЛЕМА УЧЕБНОЙ МОТИВАЦИИ УЧАЩИХСЯ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Макарычева И.А.

Кыргызский филиал Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования Казанский национальный исследовательский технологический университет, г. Кант, makar-irina@mail.ru

Аннотация. В статье анализируются проблемы учебной мотивации младших школьников и средств формирования учебной мотивации.

Ключевые слова: положительная мотивация, пути повышения учебной мотивации младших школьников, учебная деятельность, исследования и пути преодоления учебной мотивации.

БАШТАЛГЫЧ МЕКТЕП КУРАГЫНДАГЫ ОКУУЧУЛАРДЫН ДЕНЕ ТАРБИЯ САБАГЫНДАГЫ БИЛИМ АЛУУСУНУН КОЙГОЙЛОРУ

Макарычева И.А.

Жогорку билим берүүнүн Федералдык мамлекеттик бюджеттик билим берүү мекемесинин Кыргыз филиалы, Казан улуттук изилдөө технологиялык университети, Кант ш.

Аннотация. Макалада башталгыч мектеп окуучулардын окууга болгон умтулуусунун койгөлорунө жана окууга умтулуусун түзүү ыкмаларына талдоо жүргүзүлөт.

Негизги создор: оң түрткү, кенже окуучулардын окууга болгон умтулуусун жаакшыртуу ыкмалары, окуу ишкердиги, окуу умтулуусун изилдөө, умтулууну отүү жолдору.

THE PROBLEM OF EDUCATIONAL MOTIVATION OF PRIMARY SCHOOLCHILDREN

Makarycheva I.A.

Kyrgyz Branch of the Federal State Budget Educational Institution of Higher Education Kazan National Research University of Technology, Kant c.

Abstract. The article analyzes the problems of educational motivation of junior schoolchildren and means of formation of educational motivation.

Keywords: positive motivation, ways to increase the educational motivation of junior schoolchildren, educational activity, research and ways of overcoming educational motivation.

Актуальность. В настоящее время в школе достаточно остро стоит задача повышения эффективности педагогического процесса. Каждый учитель хочет, чтобы его ученики хорошо учились, с интересом и желанием занимались в школе. В этом заинтересованы и родители учащихся. Но подчас и учителям, и родителям приходится с сожалением констатировать: “не хочет учиться”, “мог бы прекрасно заниматься, а желания нет”. В этих случаях мы встречаемся с тем, что у ученика не сформировались потребности в знаниях, нет интереса к учению.

Учителя знают, что школьника нельзя успешно учить, если он относится к учению и знаниям равнодушно, без интереса и, не осознавая потребности к ним. Поэтому перед школой стоит задача по

формированию и развитию у ребёнка положительной мотивации к учебной деятельности с целью повышения эффективности учебного процесса, а также на уроках физкультуры [4,5].

Проблема мотивации исследуется достаточно хорошо. Но, несмотря на большое количество исследований в этой области, а также обращения ряда авторов к изучению особенностей мотивации учения у младших школьников, данную проблему нельзя считать решенной во многих аспектах.

Наблюдение за работой учителей показывает, что они далеко не всегда уделяют должное внимание мотивации учащихся. Нередко, что в первый же день пребывания в школе ученик узнает, что теперь он не может вести себя так, как

раньше: ему нельзя встать тогда, когда ему хочется; нельзя повернуться к ученику, сидящему сзади; нельзя спросить, когда хочется это сделать, и т.д. В таких случаях у учеников постепенно формируется страх перед школой, страх перед учителем. Учебная деятельность радости не приносит. Это сигнал неблагополучия [3].

Словом, ученик знает, что ничего хорошего его в школе не ждет, но он все-таки идет в школу, идет в свой класс. Если аналогичная ситуация складывается у учителя, то он долго не выдерживает и меняет место работы.

Учитель должен постоянно помнить, что человек не может длительное время работать на отрицательной мотивации, порождающей отрицательные эмоции. Если это имеет место, то надо ли удивляться, что уже в начальной школе у некоторых детей уже развиваются неврозы [2].

Цель исследования - поиск путей и средств формирования и повышения учебной мотивации.

Задачи:

- провести теоретический анализ понятия о мотивах и изучить мотивационную сферу учащихся;
- найти пути и средства формирования и повышения учебной мотивации, проанализировать достигнутые результаты и наметить дальнейшие пути достижения.

1. Моделирующий этап.

Теоретический анализ понятия о мотивах, изучение видов мотивов и создание модели учебной мотивации, к которой необходимо стремиться и следует различать понятия мотив и цель. Цель — предвидимый результат, представляемый и осознаваемый человеком. Мотив - побуждение к достижению цели.

Многочисленные исследования проведены отечественными психологами по вопросам мотивов учебной деятельности и на уроках физической культуры.

Исследуя отношения школьников учению, установили, что одним из важнейших моментов, раскрывающих психическую сущность этого отношения,

является та совокупность мотивов, которая определяет учебную деятельность школьников.

2. Описание отдельных образовательных мотивов:

-познавательные мотивы связаны с содержанием учебной деятельности и процессом ее выполнения. Эти мотивы свидетельствуют об ориентации школьников на овладение новыми знаниями, учебными навыками. Определяются глубиной интереса к знаниям: новым занимательным фактам, явлениям, к существенным свойствам явлений, первым дедуктивным выводам, к закономерностям и тенденциям, к теоретическим принципам, ключевым идеям и т. д. Познавательные мотивы отражают стремление школьников к самообразованию, направленность на самостоятельное совершенствование способов добывания знаний.

-социальные мотивы связаны с различными видами социального взаимодействия школьника с другими людьми. Например, стремление получать знания, чтобы быть полезным обществу, желание выполнить свой долг, понимание необходимости учиться, чувство ответственности. При этом велико значение мотивов осознания социальной необходимости, долга и ответственности, стремления хорошо подготовиться к выбору профессии.

Познавательные мотивы имеют уровни: широкие познавательные мотивы (ориентация на овладение новыми знаниями — фактами, явлениями, закономерностями), учебно-познавательные мотивы (ориентация на усвоение способов добывания знаний, приемов самостоятельного приобретения знаний), мотивы самообразования (ориентация на приобретение дополнительных знаний и затем на построение специальной программы самосовершенствования).

Социальные мотивы могут иметь следующие уровни: широкие социальные мотивы (долг и ответственность, понимание социальной значимости учения), узкие

социальные или позиционные мотивы (стремление занять определенную позицию в отношениях с окружающими, получить их одобрение), мотивы социального сотрудничества (ориентация на разные способы взаимодействия с человеком).

Различные мотивы имеют неодинаковое проявление в учебном процессе. Например, широкие познавательные мотивы проявляются в принятии решения задач, в обращениях к учителю за дополнительными сведениями; учебно-познавательные — самостоятельные действия по поиску разных способов решения, в вопросах учителю о сравнении разных способов работы; мотивы самообразования обнаруживаются в обращении к учителю по поводу рациональной организации учебного труда, и выполнении комплекса упражнений в реальных действиях самообразования.

Как мы видим, и познавательные, и социальные мотивы должны быть сформированы у детей для успешной учебной деятельности. Но нужно стараться повышать уровни этих мотивов, стремясь добиться самых высоких. С. Л. Рубинштейн отмечал: “Для того, чтобы учащийся по-настоящему включился в работу, нужно сделать поставленные в ходе учебной деятельности задачи не только понятными, но и внутренне принятыми им”, т.е. чтобы они приобрели значимость для учащегося, и нашли, таким образом, отклик и опорную точку в его переживании [7].

Школьники, мотивированные на достижение успеха, обычно ставят перед собой некоторую позитивную цель, активно включаются в ее реализацию, выбирают средства, направленные на достижение этой цели. Деятельность (обучение) вызывает у них при этом положительные эмоции, мобилизацию внутренних ресурсов и сосредоточение внимания. Мотивированные на успех учащиеся обычно выбирают для себя профессии, соответствующие их знаниям, умениям, навыкам, способностям [7].

Иначе ведут себя школьники, мотивированные на недопущение неудачи.

Их цель заключается не в том, чтобы добиться успеха, а в том, чтобы избежать неудачи. Их мысли и действия подчинены именно этому, ученик при этом не уверен в себе, боится критики.

С работой, в которой возможна неудача, у него связаны только отрицательные эмоции, он не испытывает удовольствия от учебной деятельности. Мотив недопущения неудачи связан с неуверенностью в себе, низкой самооценкой, неверием в возможность успеха. Любые сложности вызывают отрицательные эмоции. Учащиеся, у которых преобладает стремление к успеху, свои победы и неудачи склонны объяснять объемом приложенных усилий, силой своего старания, что свидетельствует о внутреннем контролирующем факторе. Те ребята, у кого преобладает стремление к недопущению неудач, как правило, собственный неуспех объясняют отсутствием способностей или невезением, а успехи — везением или легкостью задания. В этом случае начинает развиваться так называемая “выученная беспомощность”. Поскольку ученик не может повлиять ни на сложность задания, ни на везение, ни на отсутствующие способности, то, следовательно, и пытаться что-то делать дальше кажется ему бессмысленным. Такие школьники впоследствии отказываются от выполнения даже самых простых заданий [6,8].

Вышесказанное указывает на необходимость развития у учащихся стремления к успеху. Оно должно преобладать над стремлением к недопущению неудачи [1].

Проанализировав все виды учебных мотивов, можно выделить те мотивы, к формированию и развитию которых нужно стремиться: познавательные и социальные на высшем уровне, внутренние и мотивы, направленные на достижение успеха. Это та совокупность мотивов, которая определяет высокий уровень развития учебной мотивации школьников. Или “универсальная молекула высокой учебной мотивации”.

3. Диагностирующий этап, на котором будет изучен уровень мотивации, потому что изучение мотивации и ее формирование – это две стороны одного и того же процесса воспитания мотивационной сферы целостной личности ученика. Результаты изучения лягут в основу разработки системы уроков с применением различных приёмов по формированию учебной мотивации на основных этапах урока.

Повышение уровня учебной мотивации — процесс длительный, кропотливый и целенаправленный. Устойчивый интерес к учебной деятельности у младших школьников формируется через проведение уроков-путешествий, уроков-игр, уроков-викторин, уроков-исследований, уроков-встреч, сюжетных уроков, уроков защиты творческих заданий, через привлечение сказочных персонажей, игровую деятельность, внеклассную работу и использование различных приёмов. Своевременное чередование и применение на разных этапах урока разнообразных форм и приёмов формирования мотивации укрепляет желание детей овладеть знаниями [4].

На каждом из этапов урока необходимо использовать проблемные мотивации, задания. Если учитель делает это, то обычно мотивации учащихся находятся на достаточно высоком уровне. Важно отметить, что по содержанию она является познавательной, т.е. внутренней.

Заключение. Основная движущая пружина поискового, проблемного обучения – это система интересных вопросов, творческих заданий и исследовательских проектов, которые ставятся перед учениками. Реализация метода проектов на практике ведет к изменению позиции учителя.

Из носителя готовых знаний он превращается в организатора учебно-

познавательной деятельности своих учеников. И тогда каждый ребёнок смог стать успешным, необходимо подчёркивать даже самый небольшой успех, продвижение вперёд [3].

Представлены педагогические методы и приёмы, способствующие развитию положительной устойчивой мотивации учебной деятельности учащихся начальной школы, которые подходят как всеобучу, так и на уроках физической культуры.

Литература

1. Зимняя И.А. Педагогическая психология. Учебник для вузов. -М.: 1999. - С.56-67.
2. Изучение социального заказа к содержанию базовых курсов основной и средней школы и к уровню подготовки выпускников. Материалы к семинару. –М.: Издательство НПО "Образование от А до Я". 2000. - С.44-67.
3. Круглова О.С. Технология проектного обучения. "Завуч" № 6,1999. - С.90-94.
4. Маркова А. К., Матис Т. А., Орлов А. Б. Формирование мотивации учения. – М.: 1990. -С.78-89.
5. Воронцов А.Б., Чудинова Е.В. Учебная деятельность. -М.: 2004. - С.102-105.
6. Новые педагогические и информационные технологии в системе образования /Под ред. Е.С.Полат. – М.: 2000. -С.12-16.
7. Рубинштейн С.Л. Педагогическая психология. -М.: 2000. - С.67-80.
8. Григорович Л.А., Марцинковская Т.Д. Педагогика и психология: Учеб. пособие. — М.: Гардарики С.-П.: 2004. - С.78-90.

**НАПРАВЛЕНИЯ ПОДГОТОВКИ СТУДЕНТОВ КЫРГЫЗСКОЙ
ГОСУДАРСТВЕННОЙ АКАДЕМИИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА (КГАФКиС)
ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ТУРИСТСКО-КРАЕВЕДЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ШКОЛЕ**

Макушева С.В., Шайрахунов У.Б.

*Кыргызская государственная академия физической культуры и спорта, г. Бишкек
makusheva.sv@yandex.ru*

Аннотация. В статье рассматриваются вопросы, связанные с подготовкой студентов КГАФКиС для туристско-краеведческой работы со школьниками.

Ключевые слова: туристско-краеведческая деятельность в школе, подготовка преподавателей по туризму.

**МЕКТЕПТЕ ТУРИСТТИК ЖАНА ЧОЛКОМ ТААНУУ ИШМЕРДИГИН УЮШТУРУУ
ҮЧҮН КЫРГЫЗ МАМЛЕКЕТТИК ДЕНЕ ТАРБИЯ ЖАНА СПОРТ АКАДЕМИЯСЫНЫН
(КМДТЖСА) СТУДЕНТТЕРИН ДАЯРДОО БАГЫТТАРЫ**

Макушева С.В., Шайрахунов У.Б.

Кыргыз мамлекеттик дене тарбия жана спорт академиясы, Бишкек ш.

Аннотация. Макалада КМДТЖСАнын студенттерин даярдоо жана мектеп окуучулар менен туристтик жана чолком таануу иштери каралат.

Негизги создор: мектепте туристтик жана чолком таануу ишмердиги, туризм боюнча окутуучуларды даярдоо.

**COURSE OF KSAPC AND S' STUDENTS PREPARATION FOR THE TOURISM
AND REGIONAL STUDIES AT SCHOOL**

Makusheva S.V., Shayrahunov U.B.

Kyrgyz state academy of physical culture and sport, Bishkek c.

Abstract. The article considers the issues, concerned with the preparation of KSAPC and S' students for the tourism and regional studies activity at school.

Keywords: tourism and regional studies activity at school, preparation of school tourism teachers.

Введение. Проблема нравственного и духовного воспитания молодежи для отечественной педагогики становится наиболее злободневной. Повышение общественного интереса к данной проблеме вызвано, прежде всего, негативными явлениями, характерными для последних десятилетий [1,2].

В целях реализации задач стратегического развития Кыргызской Республики, концентрации усилий государства и общества непосредственно на человеке, его духовности, нравственности и уровне культуры, а также принимая во внимание обращения общественности, Указом Президента КР А.Ш. Атамбаевым 2017 год в стране объявлен Годом нравственности, воспитания и культуры. Важнейшей задачей государства на современном этапе

является формирование современной образовательной, культурной и информационной политики государства, системы воспитания с опорой на собственные историю и культуру.

Одним из важнейших средств образования, воспитания и оздоровления людей является туристско-краеведческая деятельность. Актуальность педагогических исследований в области туристско-краеведческой деятельности обусловлена новой социокультурной ситуацией в современном обществе и необходимостью совершенствования подготовки студентов для организации и проведения туристско-краеведческой работы в школе.

Цель исследования – совершенствование подготовки студентов специализации туризм КГАФКиС.

Задачи исследования:

1. Рассмотреть значение туристско-краеведческой деятельности для воспитания гармонично-развитой личности;
2. Изучить формы организации туристско-краеведческой деятельности в школе;
3. Определить основные направления рабочей программы специализации Туризм по тематике «Краеведение».

Академик Д.С. Лихачев утверждал: «Любовь к родному краю, знание его истории – основа, на которой только и может осуществляться рост духовной культуры всего общества. Без всестороннего комплексного изучения родного края невозможно формирование у человека культуры, гражданственности, патриотизма». Краеведение, по мнению Д.С. Лихачева самый массовый вид науки, прекрасная школа воспитания гражданственности. Краеведение «учит людей не только любить свои родные места, но учит и знанию о них, приучает интересоваться историей, искусством, литературой, повышать свой культурный уровень».

Туристско-краеведческая деятельность (далее ТКД) призвана решить следующие задачи:

- создать условия для воспитания физически и нравственно здорового, социально адаптированного, самостоятельного гражданина кыргызской республики;
- способствовать познанию родины, патриотическому воспитанию подрастающего поколения средствами краеведения и туризма;
- способствовать адаптации детей и подростков к современным условиям жизни страны, сознательному выбору профессии;
- способствовать формированию национальной, социальной, нравственной, экологической культуры, бережного отношения к природе;
- способствовать формированию навыков творческой исследовательской

деятельности, умений применять теоретические знания на практике;

- способствовать разностороннему развитию личности каждого учащегося в коллективе;
- способствовать формированию культуры здорового образа жизни.

ТКД учреждений образования может развиваться по ряду направлений:

- Историческое краеведение (военно-историческое, историко-культурное, историко-архивное, археологическое и др.);
- Естественнонаучное краеведение (географическое, экологическое, биологическое, геологическое и др.);
- Этнокультурное и социолого-демографическое краеведение (фольклорное, художественное, литературное и др.);
- Туристско-краеведческая деятельность (краеведческие исследования во время туристических походов);
- Спортивный туризм (совершение спортивных туристических походов в сочетании с проведением краеведческих наблюдений и разносторонним изучением района похода);
- Оздоровительный туризм (совершение некатегорийных походов по родному краю в сочетании с проведением краеведческих наблюдений, исследований и изучением отдельных особенностей района похода);
- Музейное краеведение (изучение родного края на базе школьного краеведческого музея);
- Экскурсионное краеведение (изучение родного края во время подготовки и проведения самостоятельных или участия в плановых экскурсиях) [2,3].

В нашей стране ТКД осуществляется на основе Положения об организации краеведческой, туристской и экскурсионной работы с учащимися на территории Кыргызской Республики. Республиканским детско-юношеским центром экологии, краеведения и туризма (директор Г.Р.Полянская) разработана

Программа туристско-краеведческого Движения учащихся КР «Туулган Жерим», которая является основой для определения содержания туристско-краеведческой деятельности в образовательных учреждениях.

Школьное краеведение включает в себя учебное направление (его содержание определяется учебной программой) и внеурочное направление (его содержание строится в соответствии с планом воспитательной работы или внешкольного

учреждения). Эти два вида деятельности находятся в тесной связи и дополняют друг друга. Однако между ними имеются и различия по содержанию, формам работы, принципам комплектования группы участников краеведческого кружка. Учебное краеведение связано с проведением учебных занятий, уроков, внеурочное же опирается на такие формы работы, как краеведческий кружок, туристические походы, экскурсии, экспедиции, вечера (рис.1).



Рис.1. Направления и формы организации школьного краеведения

В туристско-краеведческой деятельности задействован весь педагогический коллектив школы [4]. Внедрение краеведческого принципа обучения реализуется на уроках географии, биологии, истории, экологии и других предметах. В организации внеурочной работы по ТКД, а именно, проведении природоведческих экскурсий, походов выходного дня, туристских походов, слетов, общественно-полезных природоохранных акций, как правило, задействованы учителя физической культуры. Однако, учителя физкультуры не знают или недостаточно знают вопросы краеведения, охраны природы, в то время как специалисты-предметники не подготовлены по вопросам организации

маршрута, регулирования скорости передвижения, технике безопасности на маршруте и других вопросах, касающихся теории и методики спортивно-оздоровительного туризма. Решение данной проблемы требует подготовки студентов, будущих преподавателей физической культуры к внеклассной деятельности, повышения уровня знаний по краеведению, экологии, охране природы. На взгляд авторов краеведческую подготовку студентов КГАФК и С (специализация Туризм) следует вести в соответствии с Программой «Туулган Жерим» (утверждена приказом Министерства образования и науки КР, №275/1 от 10 марта 2017 г).

Такие направления Программы «Туулган Жерим» как «Культурно-историческое наследие», «Потомки Манаса», « Великий Шелковый Путь», « Природное наследие. Гармония с природой», « Юные геологи», « Туристскими тропами», « Моя малая Родина» могут быть реализованы посредством проведения со школьниками походов выходного дня, тематических экскурсий в природной среде, многодневных походов.

Технология проведения экскурсий предполагает выделение объектов показа, т.е. тех туристских ресурсов, которые имеются на маршруте. Туристские ресурсы – природные, исторические, социально-культурные объекты, включающие объекты туристского показа, а также иные объекты, способные удовлетворять духовные и иные потребности туристов, содействовать поддержанию их жизнедеятельности, восстановлению и развитию их физических сил [5]. Туристские ресурсы условно делятся на естественные (природного происхождения) и искусственные – культурно-исторические, созданные в результате человеческой деятельности.

При проведении экскурсий для преподавателя необходимо определить тему, а затем подобрать маршрут с соответствующими объектами показа. Второй вариант – определить на маршруте объекты показа, а затем разработать тему экскурсии. В любом случае для организаторов ТКД со школьниками необходима картотека маршрутов, картотека объектов показа (туристских ресурсов) с указанием их местонахождения, и соответствующий методический материал.

Заключение. Туристско-краеведческая деятельность - непосредственное предметное познание окружающей действительности: своего родного края, всей страны. Педагогически правильно организованная туристско-

краеведческая деятельность является средством всестороннего гармоничного развития личности. В такой деятельности комплексно задействованы все стороны воспитания: нравственное, трудовое, физическое, эстетическое и экологическое, происходит активное формирование мировоззрения. Для решения образовательных и воспитательных задач необходимо стремиться к использованию в школе всего многообразия форм туристско-краеведческой деятельности.

Основные направления рабочей программы специализации Туризм по тематике «Краеведение» должны включать изучение туристских ресурсов КР, как природных, так и культурно-исторических. Кроме того, при подготовке будущих учителей физической культуры для организации туристско-краеведческой деятельности в школе необходимо уделить внимание практическому проведению природоведческих экскурсий со школьниками.

Литература

1. Верба И.А., Голицин С.М., Куликов В.М., Рябов Е.Г. Туризм в школе: Книга руководителя путешествия - М.: Физкультура и спорт, 1983. – 160 с.
2. Буковская Г.В. Формирование экологической культуры младших школьников средствами краеведо-туристской деятельности: Автореф. дис.. канд. пед. наук. М.: 1997. - 19 с.
3. Макушева С.В. Данченко А.Ю. Рекреационный горно-пешеходный туризм как средство формирования экологической культуры школьников. Материалы III Международной научно-практической конференции «Особенности формирования здорового образа жизни: факторы и условия», май 2015, Улан-Удэ. - С. 198-201.
4. Гордеева З.И. Цели, задачи и перспективы участия педвузов в

подготовке кадров для туристско-краеведческой деятельности школьников // Проблемы детско-юношеского туризма. - М.: 1998.-№ 1.- С. 42-46.

5. Дудашвили С.Д. Туристские ресурсы Кыргызстана. – Б.: Раритет Инфо, 2004. – С. 32-38.

УДК 796.05:796.33

ОБ АКТУАЛЬНОСТИ ВНЕДРЕНИЯ ТЕХНОЛОГИЙ ПОДГОТОВКИ ФУТБОЛИСТОВ С ВЫСОКИМИ СКОРОСТНЫМИ КАЧЕСТВАМИ В АСПЕКТЕ ОБЩЕНАЦИОНАЛЬНОЙ СТРАТЕГИИ В КЫРГЫЗСКОЙ РЕСПУБЛИКЕ

Мысыкбаев Ж.Е., Мусралиев К.И.

Кыргызская государственная академия физической культуры и спорта, г.Бишкек

Аннотация. В статье рассматривается проблема и актуальность внедрения технологий подготовки скоростных качеств футболистов старшего юношеского возраста в аспекте общенациональных задач развития футбола.

Ключевые слова: внедрение, технология, подготовка, скоростные качества.

КЫРГЫЗ РЕСПУБЛИКАСЫНДАГЫ ФУТБОЛЧУЛАРДЫН ЫЛДАМДЫК САПАТТАРЫН ЖОГОРУЛАТУУ ТЕХНОЛОГИЯЛАРЫН, ФУТБОЛ ОЮНУН ӨНҮКТҮРҮҮ УЛУТТУК СТРАТЕГИЯСЫНЫН АЛКАГЫНДАГЫ ЖАЙЫЛТУУ МАСЕЛЕСИНИН АКТУАЛДУУЛУГУ ЖӨНҮНДӨ

Мысыкбаев Ж.Е., Мусралиев К.И.

Кыргыз мамлекеттик дене тарбия жана спорт академиясы, Бишкек ш.

Аннотация. Бул макалада футбол оюнун өнүктүрүү Улуттук стратегиясынын алкагында жаш футболчулардын ылдамдык сапаттарын өнүктүрүү технологияларын киргизүү маселелери каралат.

Негизги создор: жайылтуу, технология, даярдоо, ылдамдык сапаттар.

ABOUT THE ACTUALITY OF IMPLEMENTATION OF TECHNOLOGIES PREPARATION OF FOOTBALLERS WITH HIGH SPEED QUALITY THRU IN THE ASPECT OF A NATIONWIDE OF STRATEGY OF DEVELOPMENT FOOTBALL IN THE KYRGYZ REPUBLIC

Musykbayev J.E., Musraliev K.I.

Kyrgyz State Physical Education and Sport Academy, Bishkek city.

Abstract. The article is devoted some problems of implementation the technologies of preparation of footballers with high speed quality in the Kyrgyz Republic true the National Strategy of Popularization of football.

Key words: Implementation, technologies, high-speed quality.

Введение. Подготовка высококлассного футболиста и формирование спортивного резерва – сложный, многоуровневый и длительный процесс. При этом текущая проблема дефицита и выявления перспективных игроков, во многом, является следствием сложившейся системы подготовки профессиональных футболистов в нашей стране. Постоянно растущие требования мирового спорта, и в особенности футбола, требуют от специалистов в этой области искать дополнительные резервы и инновационные подходы для улучшения показателей. Безусловно, достижение высокой эффективности поставленной задачи требует комплексного подхода и при этом, ее важным элементом должно стать, в том числе, внедрение новых технологий подготовки футболистов с высокими скоростными качествами.

Анализ тенденции развития футбола также наглядно демонстрируют факт того, что скоростные качества футболиста выступают одним из важнейших факторов, определяющим результативность участия в соревнованиях. Так, по данным Международного центра спортивных исследований (CIES Football observatory), большинство успешных и дорогостоящих футболистов характеризуется, в первую очередь, высокими скоростными способностями. Согласно рейтингу, CIES Football observatory, известные футболисты Неймар, Месси, Гризманн, Суарес, Кейн, Роналду и ряд других игроков признаны самыми быстрыми [2]. Конечно, исключения составляют футболисты с более низкими скоростными качествами, как Поль Погба и Дэвид Бекхэм, игра которых характеризуется высокой техникой или другими качествами. Но даже их мастерство характеризуется, в первую очередь, скоростью разыгрываемых ими игровых комбинаций.

Таким образом, практика показывает, что никакое другое качество футболиста не может сравниться с его скоростными качествами. По мнению ряда

исследователей, “по многогранности проявлений, установление и учет закономерностей структуризации и динамики проявлений скоростных качеств юных футболистов - проблема в теории и практике современного футбола [3].

Цель исследования - научно-экспериментальная разработка, апробация и поэтапное внедрение новых форм подготовки футболистов различного уровня с использованием новейших методов определения их скоростных способностей. Анализируя первоосновы симбиоза спорта и науки, заслуживает особого внимания исследование советского российского ученого Ю.В.Верхошанского [3], одним из первых обосновавшего важность программирования тренировочного процесса. На основе его теоретических и практических выкладок были разработаны более прогрессивные идеи, среди которых интересны разработки учебного пособия «Футбол. Программа для футбольных академий, детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва и училищ олимпийского резерва» под редакциями известного теоретика российской спортивной науки В.П.Губы [4].

Среди других российских исследований в указанной области выделяется работа В.Карпенко. Он рассматривает данную проблему в аспекте изучения закономерности и особенности совершенствования быстроты у взрослых футболистов как одного из важнейших условий для достижения высокого результата в современном футболе [5]. Ряд других российских ученых также обосновали и ввели понятие «Биотехнической системы в спорте», рассматривающий спортсмена во взаимосвязи с его биологическими и техническими составляющими. Они отмечают необходимость консолидации усилий исследователей разных научных отраслей, организацию совместных ориентированных научных исследований,

направленных на получение новых знаний о биотехнических системах в целях их последующего практического применения в спорте [6].

Вследствие развития научно-технического прогресса и службы науки перед спортом, в настоящее время эти задачи значительное облегчаются. Использование телеметрического, биомеханического и биопотенциометрического оборудования решает важные задачи управления тренировочным процессом, а инструментарий для измерения широкого спектра показателей, характеризующих деятельность спортсмена, представляет исходный материал для биомеханического анализа двигательных действий спортсмена [7]. К примеру, в процессе подготовки скоростных качеств игроков важно применение достижений спортивной метрологии, и в частности, метрологии скоростных способностей.

Объектом исследования является метрология скоростных способностей, как инновационная система анализа и измерения, привносит новую философию оценки и оптимизации производительности в мир соревновательного спорта, в том числе футбола. Основанная исключительно на точных объективных данных, характеризующие уровень производительности и физического состояния спортсмена, метрология скоростных способностей позволяет тренерам и исследователям постоянно тестировать и контролировать своих спортсменов. Это позволяет легко и быстро определить способности или физическую форму спортсмена, создавая с течением времени базу данных для сравнения.

Следует отметить, что принципы измерения скоростных способностей в технике подготовки футболистов с высокими скоростными качествами в отечественном спорте и науке также широко применялись и применяются. Наглядны разработки кыргызских исследователей в области футбола и технологии специальной подготовки

футболистов. Весьма показательны примеры в работах К.Мусралиева «Контроль в тренировочном процессе футболистов» [8] и «Методика разработки тренировочных программ в процессе подготовки футболистов 15-16 лет к соревнованиям» в соавторстве Т.Иманалиева и К.Мамбеталиева [9].

Вместе с тем следует признать, что широкое внедрение этих технологий в государственных или муниципальных спортивных учреждениях едва заметно ввиду как отсутствия институциональных основ, так и необходимой финансовой поддержки со стороны государства в обновлении применяемого оборудования. В настоящее время современные и высокоточные технологии подготовки скоростных футболистов остается преимуществом коммерческого и клубного футбола.

В статье отечественного исследователя К.Чыныбекова, посвященного «Становлению и тенденциям развития футбола в Кыргызской Республике» [10], наряду с периодизацией основных этапов эволюции кыргызского футбола, автор акцентирует внимание на его текущем состоянии, проблемах и перспективах его дальнейшего развития. Вынесенная в его статье проблематика всецело созвучна с задачами настоящего исследования, которая посвящена «Технологии подготовки футболистов с высокими скоростными качествами среди старшего юношеского возраста». Учитывая, что внедрение новых методов тренировки футболистов сопряжено с финансовым обеспечением и является частью комплексной задачи, одной из первостепенных проблем является отсутствие общенациональной стратегии и программы развития футбола в Кыргызстане на среднесрочный и долгосрочный периоды [11].

В данном аспекте, приоритетной задачей становится разработка новых учебно-тренировочных технологий подготовки скоростных футболистов с использованием передовых достижений

спортивной метрологии, и ее широкое внедрение в стране в аспекте общенациональной стратегии развития футбола в Кыргызстане. В частности, это будет способствовать совершенствованию системы управления тренировочным процессом, на основе объективной оценки влияния физических нагрузок на уровень и структуру физической подготовленности, функционального состояния и технико-тактических параметров соревновательной деятельности футболистов старшего юношеского возраста.

Необходимость обозначить проблематику в разрезе текущего состояния отечественного футбола и изучить передовой опыт, теорию и практику исследователей ближнего и дальнего зарубежья в области технологий повышения скоростных способностей футболистов, возрастает. Задача сопряжена с необходимостью выявления основных проблем внедрения современных информационных технологий в тренировочном процессе и их перспективы. Значимость исследования заключается в научном обосновании технологии скоростной подготовки футболистов старшего юношеского возраста, а также соответствующих программ развития скоростных качеств.

Заключение. В данном исследовании проделана попытка осветить проблему внедрения новых технологий подготовки игроков, прежде всего, с высокими скоростными качествами. Кроме того, затронута задача создания институциональных основ внедрения этих технологий в аспекте общенациональной задачи развития кыргызского футбола и выведения его на общемировой уровень. Результаты исследования крайне важны для внедрения новых и эффективных форм тренировочных технологий подготовки футболистов в Кыргызстане. Наряду с этим, предложенные методы могут применяться как методическая основа в работе тренеров, работающих с юношеским контингентом, и в целом, для контроля над уровнем физического развития,

функциональной и двигательной подготовленности футболистов юношеского возраста.

Реализация вышеизложенных задач, а именно внедрение новых технологий подготовки скоростных качеств футболистов требует целевых программ в рамках принятия соответствующей стратегии или национальной программы «Развития футбола в Кыргызстане». Образцом внедрения является «Общенациональная стратегия развития футбола в Российской Федерации на период до 2030 года», утвержденная Российским футбольным союзом в апреле 2017 года. Указанная стратегия характеризуется масштабами планов и задач, и, в первую очередь, государственной поддержкой развития футбольной инфраструктуры [11].

Литература

1. International Center for Sport Studies, January 16, 2017 Switzerland.
2. Аль Заиди Б. К. Развитие навыков юных футболистов // Молодой ученый. — 2014. — №9. — С. 66-70.
3. Верхошанский Ю.В. Программирование и организация тренировочного процесса. Москва, Физкультура и спорт, 1985. - С.85.
4. Сборник Футбол: Программа для футбольных академий, детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва и училищ олимпийского резерва. Под ред. Губы В., изд. «Человек», Москва, 2015. - С. 46.
5. Карпенко В. Методика совершенствования быстроты у футболистов на подготовительном периоде с учетом функциональной готовности организма. Омск. 1997. — С.78.
6. Трифонова Н.Н., Еркомайшвили И.В. Спортивная метрология. Учебное пособие. Екатеринбург, 2016. – С.12.
7. Метрология скоростных способностей. (<http://sportwiki.to>).

8. Мусралиев К.И. Контроль в тренировочном процессе футболистов. В сб.: Книга тренера. Фрунзе, 1990. С.32.
9. Иманалиев Т.Т., Мамбеталиев К.У. Методика разработки тренировочных программ в процессе подготовки футболистов 15-16 лет к соревнованиям.- В кн.: Актуальные вопросы обучения и воспитания молодежи. Б.: 1997.- С.19.
10. Чыныбеков К.Т. Камчыбеков А.А. Чыныбеков З.Б. Становление и тенденции развития футбола в Кыргызской Республике. Вестник КГАФКиС, 2017. 11. http://www.rfs.ru/res/docs/rfs_strategy_2016_v3.4.pdf

УДК 796.8

КҮРӨШТҮН ТҮРЛӨРҮ МЕНЕН МАШЫККАН СПОРТЧУЛАРДЫН ФИЗИКАЛЫК ӨНҮГҮШҮ

*Сабралиева Т.М.¹, Турдубекова А.С.², Каниметова К.А.³
Кыргыз-Түрк “Манас” Университети¹, Кыргыз мамлекеттик медициналык академиясы²,
Кыргыз мамлекеттик дене тарбия жана спорт академиясы³, Бишкек ш.*

Аннотация. Бул макалада ар кандай күрөштүн түрлөрү менен машыккан спортчулардын дене тарбиясынын өнүгүшү изилденет.

Негизги создор: дене тарбиялык өнүгүү, күрөш, спортчулар, салмак, боюнун узундугу, көкүрөк клеткасынын айланасы.

ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ СПОРТСМЕНОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ РАЗЛИЧНЫМИ ВИДАМИ БОРЬБЫ

*Сабралиева Т.М.¹, Турдубекова А.С.², Каниметова К.А.³
Кыргызско-Турецкий университет «Манас»¹, Кыргызская государственная медицинская академия², Кыргызская государственная академия физической культуры и спорта³, г.Бишкек*

Аннотация. В работе изучается уровень физического развития спортсменов, занимающихся различными видами борьбы.

Ключевые слова: физическое развитие, борьба, спортсмены, масса тела, рост тела, окружность грудной клетки.

PHYSICAL DEVELOPMENT OF ATHLETES ENGAGED IN THE DIFFERENT TYPES OF WRESTLING

*Sabralieva T.M.¹, Turdubekova A.S.², Kanimetova K.A.³
Kyrgyz-Turkish Manas University¹, Kyrgyz State Medical Academy², Bishkek c.
Kyrgyz state academy of physical culture and sports³, Bishkek c.*

Abstract. The works studies the level of physical development of athletes engaged in various types of wrestling.

Key words: physical development, wrestling, athletes, body weight, body growth, chest circumference.

Киришүү. Бүгүнкү күндө күрөш менен машыккандардын эң кеңири тараган түрү болуп эркин күрөш, грек – рим, кыргыз күрөш эсептелет. Бул кыймылдуу жана көңүлдүү спорттун түрү, ал чыдамдуулукту, күчтү жана ыкчамдуулукту өнүктүрөт.

Азыр күндөн күнгө машыгуу сабактарында дене тарбия көнүгүүлөрүн жогорку көрсөткүчтөргө жетүү үчүн эмес, калктын кеңири катмарынын саламаттыгына тийгизген таасириин жогорулатуу максатында

көбүрөөк пайдаланылууда. Мындай глобалдуу көйгөйлөрдү чечүүнүн эң бир эффективдүү каражаты болуп, баарынан мурда спорттук күрөш түрлөрү эсептелет [1].

Бардык эле күрөштүн түрлөрүндө да организмдин чың кармап турууга жана ден соолукту калыбына келтирүүгө, жаштыкты сактап калууга жакшы жардамын берет жана катуу чыгармачыл өнүгүү стадиясында турат, ал чабуул жасоодо дагы, коргонууда дагы аракеттерди активдештирүүгө багытталган. Күрөш жаштарды тарбиялоого жана алардын дене тарбиясын өнүктүрүүнүн бирден бир мыкты каражаты болуп эсептелет.

Окуу - машыктыруучу процесстин көйгөйү практика көрсөтүп жүргөндөй, өзүнө абдан терең көңүл бурууну жана көбүрөөк казып үйрөнүүнү талап кылат [2].

Демек, тандап алган теманын актуалдуулугу бир жагынан, маселенин өзгөчө маанилүүлүгү менен экинчи жагынан – анын теориялык жана практикалык аспектилеринин жетиштүү деңгээлде иштелип чыкпагандыгы менен аныкталат.

Изилдөөнүн максаты - күрөштүн түрлөрү менен машыккан спортсмендердин физикалык өнүгүшүн изилдөө.

Милдеттери - эркин, грек-рим жана кыргыз күрөш боюнча спортсмендердин физикалык өнүгүшүн аныктоо.

Изилдөөнүн объектиси жана уюштурулушу. Изилдөөнүн объектиси болуп Кыргыз-Түрк “Манас” Университетинде, Кыргыз мамлекеттик дене-тарбия жана спорт академиясында окуп билим алып жаткан күрөштүн ар кандай түрү менен машыккан 19-24 жаштагы эркек спортчулар эсептелет. Изилдөө октябрь-ноябрь 2013 жылы жүргүзүлгөн.

Антропометриялык ыкма:

- дененин узундугун өлчөө антропометр мартин менен жүргүзүлгөн;

- дененин жоондук кучагынын өлчөмү: көкүрөк клеткасынын айланасын (пауза, дем алуу, дем чыгаруу) - сантиметрдык лента менен ченөө жүргүзүлгөн.

- дене салмагын ченөө-спортчуларды таразага тартуу фербенко аттуу медициналык эки шкалалуу ондук тараза менен жүргүзүлгөн [3].

Изилдөөнүн жыйынтыгы. Эркин күрөш, греко-рим жана кыргыз күрөш менен машыккан спортсмендердин салмактары жашы жогорулаган сайын өсөт. Эркин күрөштүкү $58,9 \pm 4,9$ кг тартып $72,07,3$ кг чейин, грек-рим менен машыккан спортчулардыкы $61,6 \pm 6,5$ ден $72,0 \pm 0,1$ кг чейин, ал эми кыргыз күрөштөрдүкү $61,0 \pm 7,1$ ден $73,9 \pm 9,4$ кг га чейин жогорулайт. Эгерде салыштырмалуу анализ жүргүзсөк, анда 19 жаштагы грек-рим менен машыккан спортчунун салмагы эркин күрөшкө жана кыргыз күрөш менен машыккан спортчуларга салыштырмалуу 2,7 кг жана 0,6 кг оорурак. 20 жана 21 жашта дагы ушундай греко-рим менен машыккан спортчунун салмагынын жогору экени байкалат, ал эми 22 жашта эркин күрөш менен машыккан спортчунунун салмагынын башка күрөштүн түрлөрү менен машыккан спортчуларга караганда бир аз жогору болгону таблица 1 тастыктайт. 23 жашта изилденип жаткан күрөштүн ар кандай түрлөрү менен машыккан спортсмендердин салмактары бирдей. 24 жашта кыргыз күрөштүн спортчуларынын салмагы греко-рим менен машыккан спортчуларга караганда 1,9 кг жогору. Салмагы боюнча салыштырмалуу анализ жүргүзүүдө греко-рим күрөшү менен машыккан спортчулардын салмагы башка күрөштүн түрүнө жалпы караганда жогору болгону байкалат (1-торчо).

1-торчо.

Күрөштүн ар кандай түрү менен машыккан спортчулардын (19-24 жаш) салмагынын көрсөткүчтөрү

№	Жашы	Эркин күрөш	Грек-римдик күрөш	Кыргыз күрөш
1	19	$58,9 \pm 4,9^{**1}$	$61,6 \pm 6,5$	$61,0 \pm 7,1$
2	20	$61,9 \pm 5,6^{**1}$	$64,8 \pm 4,5$	$64,6 \pm 8,9$
3	21	$66,8 \pm 8,2^{*1}$	$68,0 \pm 7,0$	$66,0 \pm 9,0^{**2}$
4	22	$70,0 \pm 6,6^{**1}$	$68,3 \pm 10,1$	$68,3 \pm 10,1$

5	23	67,8±5,3	67,7±7,6	67,5±10,1
6	24	72,0±7,3	72,5±10,0	73,9±9,4*2

Эскертүү: эркин күрөш менен грек-рим күрөшчүлөрдүн ортосундагы көкүрөк клеткасынын айланасынын экскурсиясынын көрсөткүчтөрүнүн маанилүүлүк даражасы *1 -P<0.05, **1- P<0.01; грек-рим менен кыргыз күрөшчүлөрдүн ортосундагы көкүрөк клеткасынын айланасынын экскурсиясынын көрсөткүчтөрүнүн маанилүүлүк даражасы *2-P<0.05, ***2- P<0.001.

Боюнун узундугу. Изилдөөнүн жыйынтыгын карап көрсөк эркин күрөш, грек-рим жана кыргыз күрөш менен машыккан спортчулардын боюнун узундугу 19 жаштан 24 жашка чейин жашы жогорулаган сайын өсөт.

Күрөштүн түрү боюнча анализ жүргүзсөк, анда, греко-рим түрү менен машыккан спортчулардын салмактары чоң болгондой эле бойлорунун узундугу

да жогору. Бой менен салмактын ортосунда эң тыгыз корреляция бар. Ал эми кыргыз күрөш менен машыккан спортчунун бойлору изилденип жаткан башка күрөштүн түрү менен машыккан спортчулардыкына салыштырмалуу төмөн, бир гана 24 жашта эркин күрөш менен машыккан спортчулардыкынан 1,2 см гана жогору экени байкалды (2-торчо).

2-торчо

Күрөштүн ар кандай түрү менен машыккан спортчулардын боюнун узундугунун көрсөткүчтөрү

№	Жаш	Эркин күрөш	Грек-римдик күрөш	Кыргыз күрөш
1	19	165,1±6,8***1	168,5±8,2	164,0±8,5***2
2	20	165,0±5,7***1	170,2±5,6	164,9±5,7***2
3	21	167,8±6,8***1	169,4±5,2	163,8±3,7***2
4	22	171,6±6,8*1	170,4±6,7	166,6±5,2***2
5	23	169,3±5,5	170,2±6,9	166,6±4,9***2
6	24	169,6±5,8*1	170,9±6,7	170,8±9,0

Эскертүү: эркин күрөш менен греко-рим күрөшчүлөрдүн ортосундагы көкүрөк клеткасынын айланасынын экскурсиясынын көрсөткүчтөрүнүн маанилүүлүк даражасы *1 -P<0.05, ***1- P<0.001; грек-рим менен кыргыз күрөшчүлөрдүн ортосундагы көкүрөк клеткасынын айланасынын экскурсиясынын көрсөткүчтөрүнүн маанилүүлүк даражасы ***2- P<0.001.

Көкүрөк клеткасынын айланасын тынч абалда, дем алганда, демин чыгарганда аныкталган. Көкүрөк клеткасынын айланасынын тынч абалына салыштырмалуу анализ жүргүзсөк, анда греко-рим менен машыккан спортчулардын көкүрөк клеткасынын тынч абалы-башка күрөштүн түрү менен

машыккан спортчулардын көрсөткүчтөрүнө караганда жогору 86,3±6,0 дөн 93,2±6,8см ге чейин, ал эми эн кичине көкүрөк клеткасынын айланасынын көрсөткүчү болуп эркин күрөш менен машыккан спортчулардыкы саналат 77,4±5,6дан 92,5±4,7см ге чейин (3-торчо).

Күрөштү ар кандай түрү менен машыккан спортсмендердин көкүрөк клеткасынын айланасынын тынч абалда дем алуусунун көрсөткүчтөрү

№	жаш	Эркин күрөшү	Греко-рим күрөшү	Кыргыз күрөшү
1	19	77,4±5,6	86,3±6,0	84,1±7,2**2
2	20	79,7±2,8	88,7±4,5	87,5±7,3
3	21	86,9±6,0	86,9±6,4	89,7±8,3**2
4	22	89,4±4,6	90,6±7,4	90,8±8,9
5	23	89,6±3,5	89,7±5,8	89,6±8,3
6	24	92,5±4,7	93,2±6,8	94,3±9,3

Эскертүү: эркин күрөш менен греко-рим күрөшчүлөрдүн ортосундагы көкүрөк клеткасынын айланасынын экскурсиясынын көрсөткүчтөрүнүн маанилүүлүк даражасы *1 - $P<0,05$, ***1- $P<0,001$; грек-рим менен кыргыз күрөшчүлөрдүн ортосундагы көкүрөк клеткасынын айланасынын экскурсиясынын көрсөткүчтөрүнүн маанилүүлүк даражасы ***2- $P<0,001$.

Салыштырмалуу анализдин натыйжасын карасак, анда көкүрөк клеткасынын дем алуусунда греко-рим күрөшүнүн спортчуларынын көрсөткүчү да башка күрөштүн түрлөрүнө караганда салыштырмалуу жогору экенин таблица 3 тастыктайт. Ошондой эле жалпысынан караганда эркин күрөш менен машыккан спортчулардын көрсөткүчү башка күрөштүн түрлөрүнө салыштырмалуу төмөн.

Корутунду. 19-24 жаштагы күрөштүн ар кандай түрү менен машыккан

спортсмендердин физикалык өнүгүшүнүн көрсөткүчтөрүнө салыштырмалуу анализ жүргүзүүдө салмагы, боюнун узундугу жана көкүрөк клеткасынын айланасынын көрсөткүчтөрү грек-рим күрөшү менен

машыккан спортчулардын башка күрөштүн түрү менен машыккан спортчулардыкына салыштырмалуу жогору өрчүгөнү байкалды.

Адабияттар

1. Матвеев Л.П. Физическая культура и спорт. Теория и методика физического воспитания - М.: Академия, 2003. - С.75-76.
2. Семашко Н.В. Теория и практика физической культуры и спорта. - М.: 2006, №4 - С. 23-25.
3. Джанузакон К.Ч. Илимий изилдөөнүн негиздери жана спортто колдонулуучу методдор: Окуу куралы- ББА нын “Билим”, - Б.: 2014. -328 б.

РОЛЬ ТЕМПЕРАМЕНТА В СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Саралаев М.К., Байбосунова Г.Ж.

Кыргызская государственная академия физической культуры и спорта, г.Бишкек

Аннотация. В статье на основе анализа литературных источников и бесед с тренерами обсуждаются вопросы, касающиеся роли темперамента в спортивной деятельности. Темперамент играет исключительную роль в выборе вида спорта, в достижении спортивных успехов, в индивидуальной работе тренеров со спортсменами.

Ключевые слова: спортивная психология, темперамент, отбор юных спортивных талантов, индивидуализация тренировки.

СПОРТТУК ИШ-ЧАРАЛАРЫНДАГЫ ТЕМПЕРАМЕНТТИН РОЛУ

Саралаев М.К., Байбосунова Г.Ж.

Кыргыз мамлекеттик дене тарбия жана спорт академисы, Бишкек ш.

Аннотация. Макалада адабияттарды талдоонун негизинде жана машыктыруучулар менен аңгемелешүүнү пайдаланып спорттук иштеринде темпераменттин ролу кандай экени каралган. Авторлор оздорунун изилдоосунда темпераменттин спорттун түрүн тандоодо, мелдештерде жакшы ийгиликтерге жетүүдө, машыгуу иштерин индивидуалдаштырууда темпераменттин ролу ото чоң экендигин далилдешкен.

Негизги создор: спорттук психология, темперамент, жаш спорттук таланттарды тандоо, машыктырууну индивидуалдаштыруу.

THE ROLE OF THE TEMPERAMENT IN SPORTS ACTIVITY

Saralaeв M.K., Baibosunova G.J.

Kyrgyz state academy of physical culture and sports, Bishkek c.

Abstract. In the article, on the basis of the analysis of literary sources and conversations with coaches, questions concerning the role of temperament in sports activity are discussed. The authors argue that temperament plays an exceptional role in the choice of sport, in achieving sporting success, in the individual work of coaches with athletes.

Keywords: sports psychology, temperament, selection of young sports talents, individualization of training.

Введение. Темперамент – совокупность типологических особенностей человека, проявляющиеся в динамике его психологических процессов: в быстроте и силе его реакции, в эмоциональном тоне его жизнедеятельности. Индивидуально-своеобразные свойства психики, обуславливающие динамику психической деятельности человека, одинаково проявляющуюся в его разнообразных действиях, независимо от их содержания, целых мотивов, остающиеся постоянными и зрелом возрасте [7].

Гиппократ (5-4 вв. до н. э.) под темпераментом понимал и анатомо-

физиологические, и индивидуальные психологические особенности человека.

Темперамент регулируется нарушениями в пропорции четырех жидкостей в теле: крови (по-латински – «сагвис»), лимфы (по-гречески – «флегма»), желчи (по – гречески – «холе») и черной желчи (по-гречески – «мелана холе»). Отсюда впоследствии возникли названия четырех типов темперамента – сангвиник, холерик, меланхолик, сохранившиеся до настоящего времени.

Цель исследования - показать роль и значение темперамента в спортивной деятельности.

Задачи исследования:

- Изучить значение знаний о темпераменте в отборе юных спортсменов и выборе спортивной специализации;
- Показать роль темперамента в достижении спортивных результатов;
- Отрастить значение учёта темперамента учеников в индивидуализации работы тренеров.

Методы исследования:

- анализ литературы по спортивной психологии;
- обобщение опыта практики;
- использование информационных материалов интернета.

Результаты исследования.

Естественно, что изменяются и характеристика основных типов темперамента, и представление о количестве типов. Одними и теми же словами – «сангвиник», «холерик», «флегматик» и «меланхолик» - разные психологи обозначали совершенно различные характеристики. Гален насчитал несколько разновидностей четырех типов. Другие ученые различали шесть, восемь и т.д. типов.

Научное объяснение природы темперамента дал в своё время выдающийся русский физиолог И.П. Павлов. Он пришёл к выводу, что в основе темперамента лежат свойства нервной системы. Им были выделены три основных свойства:

1. сила процессов возбуждения и торможения, зависящая от работоспособности нервных клеток;
2. уравновешенность нервных процессов, степень соответствия силы возбуждения силе торможения;
3. подвижность нервных процессов, т.е. способность их быстро и легко сменять друг друга (например: возбуждение торможением) [6].

По признаку силы нервных процессов И. П. Павлов различал сильную и слабую нервную системы. Представитель сильной нервной системы он, в свою очередь, подразделил на сильных уравновешенных и

сильных неуравновешенных. Сильные уравновешенные могут быть быстрыми (живыми) и медленными (спокойными). Слабость нервной системы И. П. Павлов считал таким определяющим, существенным признаком, который перекрывает все другие различия, и по этому представителей слабого типа уже не делил далее по признаку уравновешенности и подвижности нервных процессов. Так была создана классификация типов нервной деятельности. Кратко охарактеризуем каждый тип.

Слабый тип. Представители этого типа нервной системы не могут выдержать сильные, длительные и концентрированные раздражения. Слабыми являются процессы возбуждения и торможения. При действии сильных раздражителей задерживается выработка условных рефлексов. Наряду с этим отмечается высокая чувствительность (т. е. низкий порог) на действие раздражителей.

Сильный неуравновешенный тип. Отличается сильной нервной системой, он характеризуется неуравновешенностью основных нервных процессов – преобладание процессов возбуждения над процессами торможения.

Сильный уравновешенный подвижный тип. Процессы торможения и возбуждения сильны и уравновешены, но быстрота, подвижности их, быстрая сменяемость нервных процессов ведут к относительной быстроте образования и относительной неустойчивости нервных связей.

Сильный уравновешенный инертный тип. Сильные и уравновешенные процессы отличаются малой подвижностью. Представители этого типа внешне всегда спокойны, ровны, трудно возбудимы.

Типы высшей деятельности относятся к природным наследственным данным, это врожденное свойство нервной системы. Они соответствуют холерическому, сангвиническому, флегматическому и меланхолическому темпераментам. Таким образом, физиологической основой темперамента

является врожденный, наследственный тип нервной системы.

Как же влияют различные виды темперамента на выбор спортивной деятельности?

У разных людей и психическая деятельность протекает по-разному. У одних она относительно равномерная. Такие люди уравновешены и даже медлительны, взгляд их холоден и строг, движения скупы и целесообразны. Речь у них спокойная. Попадая в трудные обстоятельства, они остаются внешне невозмутимыми. У других людей психическая деятельность протекает скачкообразно: они очень подвижны, беспокойны, шумливы, всегда оживлены. Речь у них порывистая и страстная, мимика богатая и разнообразная, движения хаотические. Такие люди суетливы и нетерпеливы.

Отмеченные особенности вызываются различиями в темпераменте. Свойства темперамента и есть те свойства, которые определяют динамическую сторону (протекание) психической деятельности человека.

Впрочем, всего этого недостаточно для полной характеристики темперамента. Ведь динамика психической деятельности зависит и от других условий, например, от мотивов, от эмоционального состояния. Так, если человек выполняет работу, которая для него интересна, то не зависимо от особенностей темперамента он проделывает её быстрее, энергичнее. Радостное событие у всех людей вызывает подъем душевных и физических сил, несчастье – упадок. И все же, несмотря ни на что, особенности темперамента проявляются одинаково в самых разных видах деятельности и при самых различных обстоятельствах.

В зависимости от условий жизни и деятельности человека отдельные свойства его темперамента могут усиливаться или ослабляться. В то же время свойство темперамента имеют тенденцию более резкого проявления с возрастом человека.

В таких профессиях, как летчик – испытатель космонавт, горноспасатель, спортсмен международного класса и т. п.,

чья деятельность связана с регулярным экстремным напряжением, риском, опасностью, большой ответственностью, уровень требований к психике очень высок. Свойства темперамента – высокая тревожность, малая помехоустойчивость – не могут компенсироваться другими свойствами. В таких профессиях свойства темперамента определяют профессиональную пригодность человека. В этих видах труда необходим предварительный отбор людей по ряду свойств, чтобы особенности темперамента соответствовали требованиям деятельности. Такой путь приспособления от темперамента зависит влияние различных факторов, определяющих уровень нервно-психического напряжения (например, оценка деятельности, ожидания, опасности и т.д.).

Такое регулирование деятельности путем дифференцирования величины действующих раздражителей в зависимости от типа нервной системы и темперамента человека применяется хорошими организаторами производства.

Следует сказать, что в жизни редко встречаются люди с ярко выраженными темпераментами. Обычно, в человеке на 60% преобладает какой-то основной темперамент, а остальные – как добавочные звено. В зависимости от тех или иных событий в жизни человека, то его состояние здоровья, удачи или неудачи в жизни, личной жизни, душевных кризисов и т.п., на первый план могут выступать более спокойные темпераменты, такие, как сангвиник и флегматик, или, наоборот, в состоянии стресса человек чаще всего бывает холериком или меланхоликом.

Виды темперамента и их отношение к спортивной деятельности.

1. Холерик – как правило, самый активный болельщик, очень любит посещать самые разнообразные соревнования, более предпочитая энергичные виды спорта. Больше всего холериков вы увидите на футбольных стадионах, на хоккейных трибунах, на площадках, где происходят массовые соревнования и турниры.

Холерики обожают командные виды спорта. Еще они равнодушны к достаточно агрессивным видам спорта, таким, как бокс, борьба и т.п.

Холерику нужен выплеск энергии, поэтому спорт для него важен, как зарядка. Холерики способны проявлять и отрицательные черты: они самые возбудимые и жесткие болельщики. Холерик, как и сангвиник, предпочитает эмоциональные виды спорта (баскетбол, футбол, борьба, самбо и др.), интенсивные темповые движения. Он с радостью и с увлечением начинает заниматься любимым видом спорта, но он холерику быстро надоедает. Не любит длительную тренировочную работу на силу и выносливость, но с увлечением выполняет тренировки на технику. Его спортивно-технические результаты довольно нестабильны, так как он склонен к излишнему волнению перед стартом и, как правило «перегарает».

2. Сангвиник – выдержан, целеустремлен, обладают хорошей волей. Из видов спорта – они могут выбрать любой вид, но чаще всего им нравятся такие виды спорта, в которых можно наиболее ярко проявить свои личностные качества, например, где надо преодолеть препятствия: альпинизм, спуск на байдарках, бег с препятствиями, десятиборье, каратэ.

Сангвиник – самый доброжелательный и спокойный, при этом, он быстро думает и способен на проявление очень быстрой реакции: качества, незаменимые в спорте. Из сангвиников получают отличные спортсмены, очень часто этот темперамент можно наблюдать у знаменитых чемпионов.

Из сангвиников, равно как и из флегматиков, получают отличные шахматисты. Также сангвинику интересны виды спорта, сопряженные с азартом и риском: горные лыжи, дельтапланеризм, фехтование. Ребенка – сангвиника лучше всего отдать в футбольную или волейбольную секцию: его энергия найдет необходимый выплеск. Перед стартом такие

спортсмены чаще всего находятся в состоянии «боевой готовности».

3. Флегматик – более чем спокойный, можно даже сказать, немного медлительный. Поэтому, он с интересом смотрит хоккей, футбол, водное поло и другие зрелищные соревнования, но по телевизору, а не с трибун стадиона. Ему интересны интеллектуальные виды спорта: шахматы, шашки, нарды... Ему интересны задачи, где надо рассчитать точность удара в бильярде, просчитать на несколько шагов вперед, построить многоходовую комбинацию. Еще флегматики довольно выносливы, поэтому им подходят виды спорта, сопряженные именно с этим качеством: бег на длинные дистанции, лыжи, велосипедный марафон.

Флегматика можно увидеть среди борцов восточных единоборств, где больше философии, чем собственно спорта. Также из флегматиков получают хорошие тренеры, поскольку у них есть способности к преподавательской работе и им не надоедает объяснять одно и то же по много раз. В то же время, флегматик может проявлять упрямство и надорваться там, где надо остановиться.

4. Меланхолик – самый вялый и апатичный из всех темпераментов. Но редко занимается спортом, особенно активным. Хотя иногда любит посмотреть что-нибудь из энергичных видов спорта по телевизору, но и то для того, чтобы в сравнении со спортом на экране, почувствовать собственное ощущение комфорта и покоя. С интересом меланхолики смотрят особо зрелищные виды спорта – крупные Олимпиады и всемирные соревнования, чемпионаты по спортивным танцам, фигурному катанию.

Из меланхоликов получают отличные яхтсмены: один на один, или, по крайней мере, всего несколько человек, с морем. В меланхолике есть уравновешенность и трезвый расчет, поэтому он способен заниматься такими видами спорта, как: спортивная стрельба, метание диска или копья. Меланхолики хорошо ладят с животными, поэтому

успешно занимаются верховой ездой, так что для него полезно будет знать, как научиться конному спорту.

Меланхолик не любит спорт, связанный с командной борьбой или единоборствами (гимнастика спортивная, художественная, плавание, фигурное катание на коньках) [6]. Среди многих специалистов в области спорта, педагогов, психологов, физиологов и врачей широко распространено мнение, что подавляющее большинство спортсменов относится именно к сильному типу нервной системы и его разновидностям и, что психологические свойства, обусловленные прежде всего силой, уравновешенностью и подвижностью нервных процессов, являются необходимым условием достижения больших успехов в спорте.

В некоторых видах спорта, которые требуют высокой координации и точности движений, высокого уровня развития интеллекта, быстроты реакции и пр. (синхронное плавание, прыжки в воду, спортивная и художественная гимнастика, акробатика, спринт и прыжки, фехтование, бокс, спортивные игры и т.д. сильные типы достаточно широко представлены. Любая спортивная деятельность протекает в сложных условиях: это и эмоциональность, и психические нагрузки, и напряженная умственная деятельность, стремительный темп повседневной жизни, многообразие внешних и внутренних раздражителей. В этих условиях возрастает зависимость эффективности спортивной деятельности человека от индивидуальных свойств его нервной системы и темперамента.

При выборе вида спорта человек должен учитывать множество качеств, одним из самых главных является темперамент, который выражается в его отношении к спорту. В каждом рассмотренном темпераменте есть как положительные, так и отрицательные качества, так же следует отметить, что из всех видов темперамента выходят отличные спортсмены. Знание особенностей темперамента является обязательной составляющей индивидуального подхода.

Без оценки типа высшей нервной деятельности невозможно достичь взаимопонимания между спортсменом и тренером и правильно определить методы работы.

Обобщая данные по вопросу о соотношении свойств темперамента (тип нервной системы) и спортивных способностей, мы приходим к следующим выводам: одних видах спорта, которые предъявляют специфические и высокие требования к нейродинамике человека, равно как и во всех видах «большого» спорта (на уровне международного класса), свойства темперамента являются способностями к спортивной деятельности, поскольку здесь не предъявляется ни специфических, ни высоких требований к нейродинамике человека, и поэтому свойства темперамента не предопределяют успешности деятельности. Не менее интересным является и вопрос о качественном своеобразии тех специальных спортивных способностей, которые зависят от типа нервной системы и темперамента спортсмена.

Посмотреть на различные виды спорта и даже на некоторые спортивные специальности внутри одного вида (например, в легкой атлетике наряду с бегом на 10000 м существуют метание молота и прыжок с шестом; лыжное двоеборье включает гонку на 15 км и прыжки на лыжах с трамплина и т.д.), то видим, что в силу своей специфики каждый вид спорта, каждая спортивная специальность предъявляет к психике занимающихся помимо общих еще и дополнительные, специальные требования. Совершенно ясно, что, обладая теми свойствами, которые соответствуют требованиям данной спортивной специальности, спортсмен при прочих равных условиях быстрее и легче добьется в этой специальности ощутимых успехов. Понятно, что человек с инертной нервной системой, с чертами флегматического темперамента достигнет значительно меньших успехов, чем человек с подвижными нервными процессами и с чертами сангвинической темперамента,

например в многоборье, в основе которого лежит быстрое переключение от одного стереотипа к другому. Может ли человек эмоционально невозбудимый, с малой и концентрацией возбудительного процесса быстро прогрессировать в спринте или в метаниях, основной которых является действие «взрывного» характера и максимального усилия? Анализируя приведённые характеристики, легко заметить, что в каждом из рассмотренных нами типов темпераменте есть как положительные, так и отрицательные свойства. Если говорить о роли темперамента и об активной деятельности, то, прежде всего, следует отметить, что каждый вид спорта предъявляет к психике человека и её динамическим особенностям конкретные и определённые требования. Так бегуну-спринтеру необходимы быстрая реакция, высокий темп движения, хорошая возбудимость, пластичность, реактивность. Спортсмен-игрок должен обладать способностью своевременно и быстро реагировать, мгновенно принимать и перерабатывать информацию, умением оценивать ситуацию и выбирать оперативное решение. Все эти качества в той или иной мере зависят от особенностей темперамента. Полное соответствие этих свойств и способностей требованиям избранного вида спортивной деятельности – обязательное и необходимое условие успеха. Трудно, например, представить хорошего стрелка, который бы не отличался большой выдержкой, обусловленной силой процесса торможения: хорошего боксера – без высокой активности и известной доли агрессивности, хорошую фигуристку – с малой эмоциональной возбудимостью и плохим мышечнодвигательным чувством: хорошего прыгуна на лыжах с трамплина – робкого и тревожного. Правильный выбор «своего» вида спорта – это и гарантия успеха, и сохранение здоровья, и «мышечная радость», и горы сбереженного труда – собственного и тренерского [5].

Таким образом, темперамент является такой реальностью, с которой в физическом воспитании и спорте нельзя

никак не считаться, поскольку он определяет как качественное своеобразие деятельности спортсменов и эффективность различных приёмов обучения и тренировки, так и уровень их достижений в условиях особо ответственных соревнований.

Выводы:

- психологические знания о темпераменте и применение их на практике имеют существенное значение при отборе юных спортсменов и выборе спортивной специализации;
- многочисленные исследования авторов и наши наблюдения подтверждают, что в достижении высоких результатов решающую роль играет темперамент – именно спортсмен, обладающий уравновешенным характером, сангвиническим темпераментом, сильной нервной системой добивается победы на ответственных соревнованиях;
- в многотрудной и кропотливой работе тренеров к успеху учеников приводит индивидуализация тренировок и воспитание юных спортсменов. При этом одним из важных условий индивидуализации работы тренера – это учет темперамента учеников.

Литература

1. Брайент Дж.К. Психология в современном спорте. – М.: Физкультура и спорт. 1978.- С. 224.
2. Павлов И.П. Полн. сбор. Соч. Т.3.Кн.2. М.-Л.: 1951.- С.269.
3. Проблемы психологии спорта. Под ред. П.А.Рудика и др. – Москва: ФиС, 1966. - С.161.
4. Рудик П.А. Психология. – Москва: «Физкультура и спорт». 1974.
5. Кралов А.А. Психология. М.: 2004.
6. Крутецкий В.А. П-я. М.: «Просвещение». 2000. – С. 186-190.
7. Мельников В.М. Физспорт. Психология.- М.: 1978.-С.92-98.

ДЕНЕ ТАРБИЯ БОЮНЧА ЖОГОРКУ ОКУУ ЖАЙЛАРЫНДА СПОРТТУК КҮРӨШТӨН ДАЯРДОДО КОЛДОНУЛГАН ПРОГРАММАЛАРЫН ТАЛДОО

Тукеев Э. М.

Кыргыз мамлекеттик дене тарбия жана спорт академиясы, Бишкек ш.

Аннотация. Кыргыз куроштү жайылтуу максатында жаңы окуу программаларын иштеп чыгуу.

Негизги создор: программа, спорттук курош, факультет, тандап алган спорттун түрү.

АНАЛИЗ ПРОГРАММ ПОДГОТОВКИ ПО СПОРТИВНЫМ ВИДАМ БОРЬБЫ В ВЫСШИХ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЯХ

Тукеев Э. М.

Кыргызская государственная академия физической культуры и спорта, г.Бишкек

Аннотация. Разработка новой учебной программы для распространения борьбы курош.

Ключевые слова: программа, спортивная борьба, факультет, избранный вид спорта.

ANALYSIS OF TRAINING PROGRAMS FOR SPORTS TYPES OF STRUGGLE IN HIGHER EDUCATIONAL INSTITUTIONS

Tukeev E.M.

Kyrgyz state academy of physical culture and sports, Bishkek c.

Abstract. Development of a new curriculum for the spread of the курош struggle.

Key words: program, wrestling, faculty, elected sport.

Киришүү. Изилденген тема дене тарбия боюнча адистерди даярдоодо актуалдуулугу жана жаңы тараптары менен практикалык жактан манилүү экендиги далилденди [1,2].

Изилдөөнүн максаты - дене тарбия боюнча жогорку окуу жайларында күрөштүн түрлөрүн, анын ичинен кыргыз күрөшүн окутууну өнүктүрүү үчүн жаңы окуу программасын иштеп чыгуу.

Изилдөөнүн ыкмалары:

1. дене тарбия боюнча жогорку окуу жайларынын окуу планын талдоо;
2. совет мезгилиндеги жана азыркы мезгилде пайдаланган бир нече окуу программаларын талдоо;
3. темага тиешелүү адабияттарды изилдөө.

Изилдөөнүн жыйынтыгы. Окуу дисциплиналардын мазмунун талдаганда программалык маалыматтарын талдоо негизги болуп эсептелинет. Дене тарбия боюнча Республикадагы жогорку окуу жайларында окуу программаларын бир системага келтирүү эң орчундуу маселе. Бул программаларды изилдегенде төмөнкүдөй

маселелер бөлүнүп алынды; канча программа басылып чыккан; кайсы жылдарда; кандай факультеттеринде; күрөштүн кандай түрлөрүнөн; программалар кандайча түзүлгөн; сааттардын көлөмү кандай болгон.

Спорттук күрөш боюнча, анын ичинен «кыргыз күрөшү» боюнча дене тарбия адистерин даярдоого жогорку окуу жайларынын 22 окуу программалары талдоо процессинде изилденди. Алардын ичинен эң биринчи болгон бешөөндө жалпыланган маалыматтары берилген (факультеттерге бөлүнбөстөн). Башкаларында болсо ар кандай факультетке ылайыктап берилген. Сегиз программа тренердин факультетине ылайыкталып түзүлгөн. Педагогикалык факультетине ылайыкталып студенттердин тандаган спортунун түрү боюнча машыгуусуна карабастан сунушталган.

Алардан өзгөчөлөнгөнү кээ бир программада чагылдырылган грек-римдик күрөшүнө ылайыкталган. 1956-жылы Н. Н. Сорокин тарабынан түзүлгөн программада эркин күрөш боюнча да сабактар

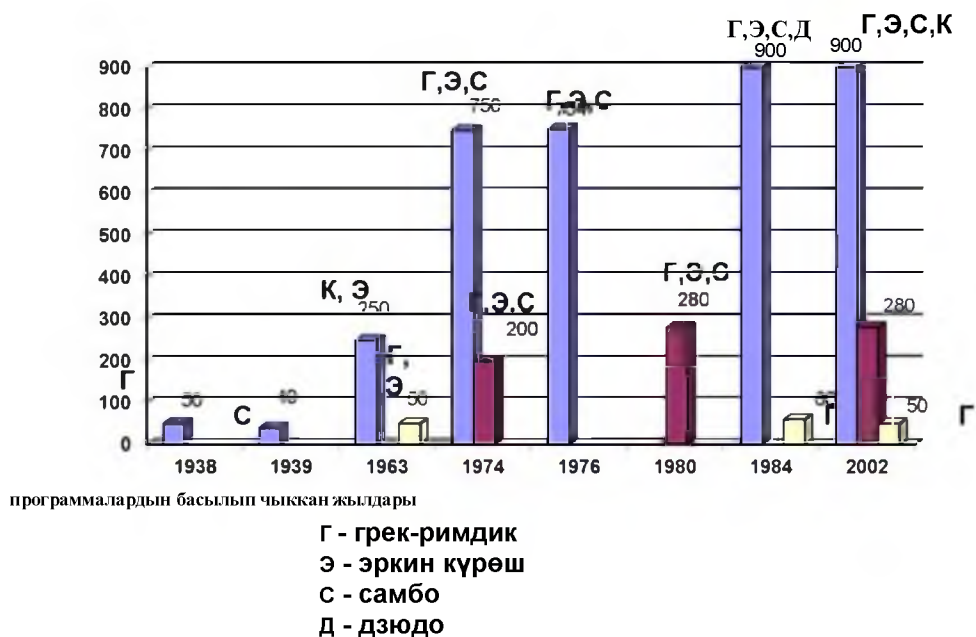
киргизилген [8]. 1963-жылы жогорку дене тарбиялык окуу жайларында күрөш адистиги грек-римдик жана эркин күрөштүк бөлүмдөрүнө бөлүнгөндөн тартып жаңы программалары түзүлө баштаган. 1984-жылы И. Д. Свищев тарабынан дзюдо боюнча да программа түзүлгөн [7].

Түзүү боюнча жана кесипчиликке карата өзгөртүүсүн алсак программалардын кабыл алынган жылдарына карата (хронологиясы боюнча) алар 2-сүрөттө көрсөтүлгөн.

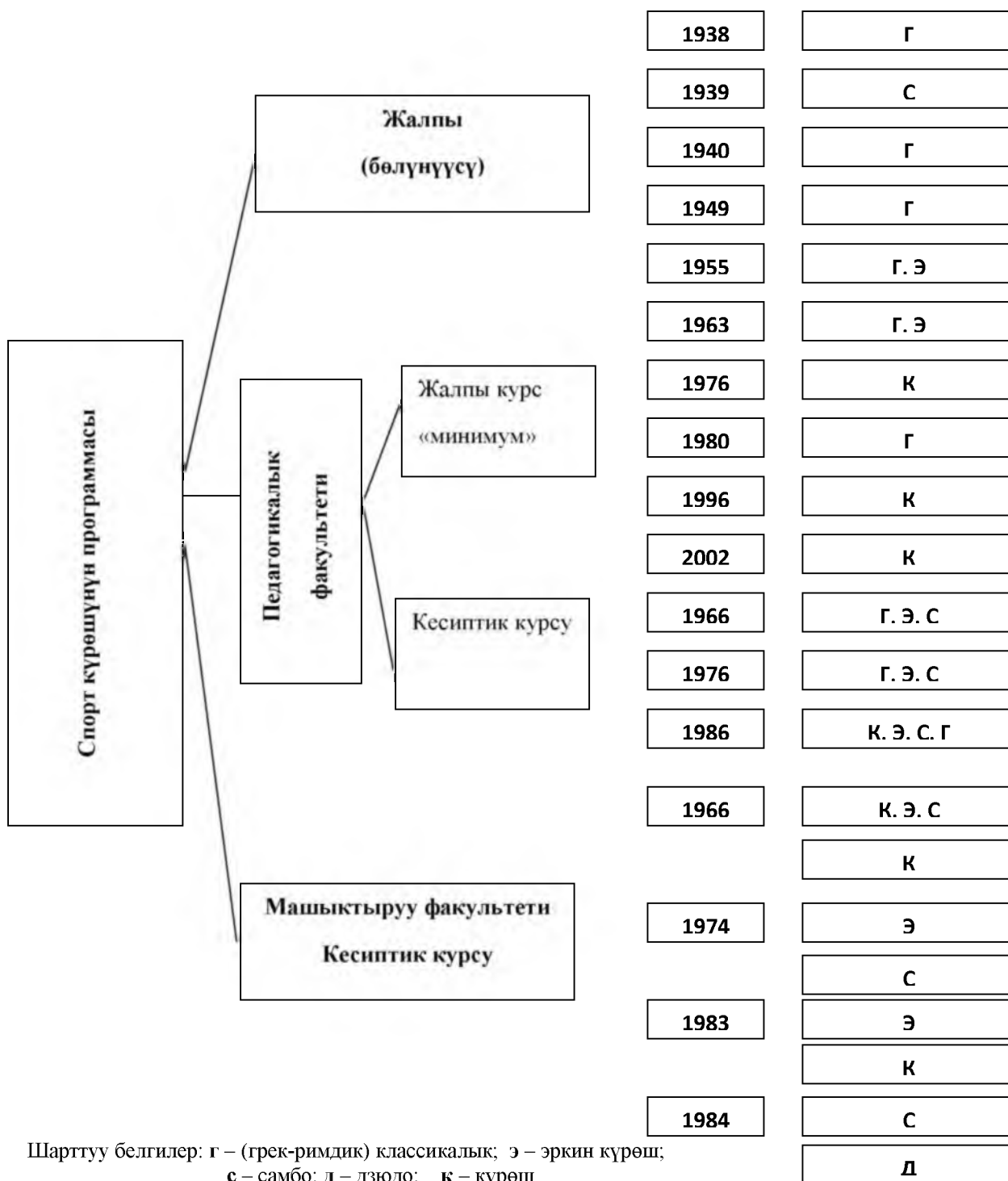
Убакыттын көлөмүн көрсөтүү да кызык маселелерден болуп саналат. 1938-жылы түзүлгөн программаны алганда, анда классикалык күрөш боюнча 50 саатка

барабар болгон. 1939-жылы самбо боюнча программада болсо саатынын көлөмү 40ка барабар болгон.

1955-жылы түзүлгөн программада гректик-римдик жана эркин күрөшүнө 250 саат бөлүнгөн. Машыктыруулардын (тренердик) факультетинде спорттук күрөштүн түрлөрүнө сааттар көбөйтүлүп берилген -900 саат, ал эми педагогикалык факультетинде чеберчилик курсунун сааттары да көбөйтүлгөн- 280 саат болгон «Спорттук күрөш» жана улуттук кыргыз «күрөшүнүн» жалпыланган убакыттын бөлүнүшү 1,2-сүрөттөрдө көрсөтүлгөн.



1-сүрөт. Дене тарбия боюнча окуу жайларында берилген сааттардын өзгөрүлүшү. Спорттук күрөштүн түрлөрүнүн программасынын көрсөткүчтөрү.



Шарттуу белгилер: г – (грек-римдик) классикалык; э – эркин күрөш;
с – самбо; д – дзюдо; к – күрөш

2-сүрөт. Дене тарбия институттарынын спорттук күрөштү окутуу үчүн түзүлгөн жана кесипчилигин эске алуу менен түзүлгөн программаларынын хронологиялык жадыбалы

Дене тарбия институттарынын спорттук күрөш боюнча программасын талдоо маселеси педагогика факультетиндеги жалпы курсунда «күрөштү» окутуу жөнүндө программасынын бар экенин көрсөтүү. Биринчиси, Москвадагы мамлекеттик борбордук Ленин ордендүү дене тарбия институтунун күрөш жана оор атлетика кафедрасында 1963-ж. түзүлгөн; экинчиси 1980-ж. күрөш жана окутуунун методикасы кафедрасында, ошол эле институтта иштелип чыккан.

1984-ж. бери пайдаланган программанын мазмунуна бир гана гректик-римдик күрөштүн окутуусу киргизилген, сааттары болсо 50-60ка чейин көбөйтүлгөн: лекциялык сабактарга 10 саат, семинарларга-4, методикалык сабактарга-6, окуу практикасына - 4 жана практикалык сабактарга - 336 саат бөлүнгөн. Жалпы сааттардын көлөмүнөн булар төмөнкүдөй бөлүнөт: 16,6%, 6,7%, 10%, 6,7% жана 60% (1-торчо).

Торчо 1.

Күрөш жана анын усулу (жалпы курс) -1980-жыл

Сабактардын түрлөрү	Окуу программаларынын басылган жылдары			
	1963		1980	
	Сааттардын көлөмү%		Сааттардын көлөмү%	
Лекциялар	6	12	10	16,6
Семинардык сабактар	-	-	4	6,7
Усулдук сабактар	-	-	6	10
Окуу практикасы	-	-	4	6,7
Практикалык сабактар	44	88	36	60
Сааттардын баардыгы:	50	100	60	100

Ошону менен бирге белгилеп кетүүчү нерсе бул «күрөш жана аны окутуу методикасы» 1980-ж. сабагынын көлөмү 3 төн 5ке чейин көбөйгөн. Жаңыдан семинардык жана методикалык сабактары киргизилген. Алардын окуу көлөмү лекциялары бдан 10 саатка көбөйтүлгөн. Теориясына жаңы тема киргизилген: «классикалык күрөштүн классификациясы, систематикасы жана терминологиясы». Бул темага окуу сааттары боюнча 2 саат берилген. Төмөнкү темалар боюнча терминологиялык жактан өзгөрүүлөр киргизилген: «Классикалык күрөш боюнча сабактарын уюштуруу жана алардын мазмуну», «Классикалык күрөш менен машыгууда кездешкен жаракаттардын болушу жана гигиеналык талаптар». Жалпы курстагы сабактардын көлөмү мурунку программага салыштырмалуу 2 сааттан 6 саатка чейин көлөмү көбөйтүлгөн. Бирок, практикалык бөлүмдөрүндө 44 сааттан 36 саатка кыскартылган. Ыкмаларынын саны да

азайган өзгөчө партердеги ыкмаларында. «Окуучунун методикасы» 2 сааттан 8 саатка чейин көбөйгөн. Ушундай эле өзгөрүүлөр улуттук кыргыз «күрөш» боюнча да болгон. Жалпы курстун 2 программасында өзгөрүүлөр болгон. Биринчисинен программа 1977-жылы: экинчиси 1986-ж. кабыл алынган программада болгон, мазмунунда өзгөрүүлөр киргизилген, мында 16 сааттан 60 саатка чейин көбөйгөндүгү байкалат. Алардын ичинен лекцияга 10 саат, семинарга -4 саат, методикалык сабакка-6 саат, окуу практикасына -4 саат жана практикалык машыгууга 36 саат болуп бөлүнгөн. Спорттук күрөш аскер кызматын өтөөгө даярдоо жана эмгекке даярдоо иштерине уландарды ийгиликтүү даярдоо маселесин чечет. «Күрөш» сабагын алып барууга жакшы шарт түзүлүүдө дене тарбия сабагын уюштурууда I-XI класстарга жана «күрөш» боюнча педагогика факультетинде сабак берүүгө ылайыкталган (2 -торчо).

Улуттук кыргыз күрөштүн окуу усулу (1986-ж.)

Жалпы билим берүү мектептери менен дене тарбия институтунун спорттук күрөш боюнча программаларын салыштыруу

Сабактардын түрлөрү	Окуу программаларынын басылган жылдары			
	1977		1986	
	Сааттардын көлөмү%		Сааттардын көлөмү%	
Лекциялар	10	25	10	16,6
Семинардык сабактар	-	-	4	6,6
Методикалык сабактар	-	-	6	10
Окуу практикасы	-	-	4	6,7
Практикалык сабактар	30	75	36	60
Сааттардын баардыгы:	40	100	60	100

Бул салыштырмалуу таблицасынан программаларынын заманбап мезгилинин талаптарына жооп бергени көрүнүп турат. Жалпы билим берүү мектебинин программасы 1998-жылы басылып чыккан. Бул программанын авторлору сунуш кылышат «окуучулардын баардыгын күнүгө дене тарбия менен сабакта, бош убактысында, спорттук секцияда машыга турган шарттарды түзүп берүү керек» деп.

1969-жылдан тартып спорттук «күрөш» боюнча педагогикалык факультети жана жогорку окуу жайларынын дене тарбия факультети үчүн окуу программасы 1969-жылынан тартып пайдаланылат. Бул программанын түзүүчүлөрү айткандай «күрөш жана аны окутуудагы ыкмалар» деген методикалык колдонмо студенттер теориялык жана кесиптик-педагогикалык көнүмүштү өнүктүрүүдө жана билим алып дене тарбия жамаатына иштөөгө керектүү сапаттарын алат. 1995-жылдан баштап жаңы окуу планы жана жакшыртылган программа ишке ашырылган. Студенттер ошондон баштап жаңы предметтерин өздөштүрө башташты: «Кесипти тандоо», «үй-бүлөлүк турмуштун этикасы жана психология», «Информатиканын негиздери жана эсептөөчү техника». Дене тарбиянын жаңы программасы да өздөштүрүлүүдө болду. Бүгүнкү күндө жалпы билим берүү жана жогорку окуу жайлары жаңыртылууда. Бирок бул процесс өтө эле жай өнүгүүдө. Жаңыртылуу маселелери ар дайым эле аткарыла бергени байкалбайт, себеби көп

эле объективдүү жана субъективдүү себептер боюнча тез эле уюштуруу иштери менен бекемделбей келе жатат. Мындай кечиктирүүнүн себептери окутуунун жана тарбиялоо иштеринин жаңыртылбагандыгында болсо керек.

Мектептеги жана жогорку окуу жайлардагы программаларын талдаган мезгилдерде мектептердин керекчилигин кароо зарыл деп ойлойбуз. Ошондой эле жалпы билим берүү мектептеринде дагы башка «күрөштүн» ыкмалары да каралышы керек: алдынан, артынан чалуу. Бирок шайкеш келбеген жерлери да бар - буттан алуу, колун кайруу сыяктуу ыкмалары. Жогорку окуу жайын реформалоодо көрүнүп турган методикалык каталары жогорку чебердиктүү адистерди даярдоодо кездешкендигине жол берилбеши керек.

Улуттук кыргыз «күрөш» эң эле кеңири таралган жана жалпыга белгилүү дене көнүгүүнүн, денени өнүктүрүүчү түрүнөн болуп саналат. Спорттун бул түрү жаштар арасында кеңири таралган жана кыргыздарга жакын болуп саналат.

Изилдөөбүздүн башталышында биз атайын алдын ала байкоо жүргүзгөнбүз, «күрөш» менен машыкандардын арасында. Байкоолор Талас обласындагы спорттук мектептеринде өткөрүлгөн 2003-2005 окуучулар арасында. Жүргүзүлгөн байкоолордун негизинде төмөнкүлөр такталды:

- 1) бардык спорттук секцияларына жазылабыз дегендерден улуттук

кыргыз күрөшүнө жазылабыз дегендер көп болушат;

- 2) 50% учурунда күрөш секциясына балдарын ата-энелери, көпчүлүк учурда энелери жаздырышкан.

Окутуучу-тренерлер менен аңгемелешип, төмөнкүдөй нерселерди талдадык. Талас обласында жана Талас шаарында улуттук кыргыз «күрөш» эң кызык жана эл арасында кеңири таралган спорттун түрү болуп калганына 6-8 жыл болгондугун далилдедик.

Азыркы мезгилде күрөштүн түрлөрү республикабызда кыздар арасында да кеңири тарала баштады. Дене тарбия жана спортту өнүктүрүү концепциясында жазылгандай жана белгиленгендей абалдарын карап көрсөк «республикада топтолгон жакшы тажрыйбанын негизинде жогорку окуу жайларынын иш-аракеттерине өнүгүш керек» деп көрсөтүлгөн. «Бул борборлорго алдыңкы тажрыйбаны таратуу, адистерди даярдоо маселелерин жайылтуу, жогорку окуу жайларынын окумуштууларын бул тармакта илим изилдөөнү уюштуруу маселелери жүктөлүшү керек» деп көрсөтүлгөн аталган концепцияда.

Жаңы программа адистерди даярдоодо өтө кылдаттык менен жер-жерлердин өзгөчөлүгүн жана окуучулардын айырмачылыгын эске алуусу керек деген пикирдебиз.

Азыркы мезгилде басылып чыккан илимий-методикалык адабияттарда эл аралык күрөштүн түрлөрү боюнча малыматтар толук эле белгиленгендей. Булар чынында эле эл аралык мааниге жете алышты. Спорттук күрөштүн программалары окшош экендигин АКШда, Германияда, Россия Федерациясында, Япония, Казакстанда, /збекстанда жана башка өлкөлөрдө колдонгон программаларын салыштырып көрсөк билинет. Практика жүзүндө да, эл аралык мелдештерде ушул өлкөлөрүнүн балбандары тең таймашышат.

Спорттук күрөштүн түрлөрүнүн мазмунун жана окутуу методикасын алганда, жалпы билим берүү жана жогорку

окуу жайларынын программаларын талдаганда жаңы педагогикалык экспериментке ылайыктуу программаны түзүүгө керектелди.

Корутунду. Күрөштүн түрлөрү боюнча дене тарбия адистерин даярдаган жогорку окуу жайларынын окуу программаларын талдаганда алардын мазмуну жана методикалык ыкмалары жагынан жетишпеген жактары бар экендиги далилденди.

Биз тараптан сунушталган жаңы программанын сапаты жана кесиптик жактан даярдоочу жагдайлары менен айрымаланат, окутууда колдонсо келечекте боло турган адистердин билим сапатын жогорулатат.

Адабияттар

1. Программа по кыргызской национальной спортивной борьбе «куреш» для детско-юношеских спортивных школ и спортивных молодежи (комплексных и специализированных). – Б.: 1977. – 34 с.
2. Программа по кыргызской национальной спортивной борьбе «куреш» для педагогического факультета и факультета физической культуры высших учебных заведений. – Ф.: 1969. – 31 с.
3. Программа по кыргызской национальной спортивной борьбе «куреш» для детско-юношеских спортивных школ и спортивных молодежи (комплексных и специализированных). – Б.: 1977. – 34 с.
4. Программа по кыргызской национальной спортивной борьбе «куреш» для педагогического факультета и факультета физической культуры высших учебных заведений. – Ф.: 1969. – 26 с.
5. Программа по кыргызской национальной спортивной борьбе «куреш» для студентов педагогического факультета (Общий курс). – Б.: КГИФК, 2000. –14 с.

6. Программа по кыргызской национальной спортивной борьбе «куреш» для студентов педагогического факультета и заочного отделения КГИФК: составители: Анаркулов Х. Ф., Мальцев Ю. П. – Ф.: КГИФК, 1986. – 16 с.
7. Программа по дзюдо для студентов педагогического факультета и заочного отделения КГИФК: составители: Свищев И. Д. – Ф.: КГИФК, 1984. – 10 с.
8. Программа по вольной борьбе для студентов педагогического факультета и заочного отделения КГИФК: составители: Сорокин Н. Н. – Ф.: КГИФК, 1956. – 13 с.



**II. УЛУТТУК ДЕНЕ ТАРБИЯНЫН ЖАНА СПОРТТУН МАСЕЛЕЛЕРИ
/ ВОПРОСЫ НАЦИОНАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА /
QUESTIONS OF NATIONAL PHYSICAL CULTURE AND SPORT**

УДК 796. 738.1.1

**ОРДО ОЮНУНДАГЫ ОКУТУУ – МЕТОДИКАЛЫК ТҮШҮНҮКТОРДУН
КЛАССИФИКАЦИЯСЫ (ТҮРКҮМДҮҮЛҮГҮ)**

Абдуллаев М.Т.

Кыргыз мамлекеттик дене тарбия жана спорт академиясы, Бишкек ш.

Аннотация. Макалада, ордо оюнун окутуунун усулдук классификациясы аныкталган.

Негизги создор: методика, окуу, окутуу, техника, тактика, теория, практика, лекция.

КЛАССИФИКАЦИЯ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИХ ПОНЯТИЙ В ИГРЕ ОРДО

Абдуллаев М.Т.

Кыргызская государственная академия физической культуры и спорта, г. Бишкек

Аннотация. В статье раскрыта классификация методики обучения игры ордо.

Ключевые слова: методика, обучение, техника, тактика, теория, практика, лекция.

CLASSIFICATION OF EDUCATIONAL-METEOGIC CONCEPTS IN THE ORDO GAME

Abdullaev M.T.

Kyrgyz state academy of physical culture and sports, Bishkek c.

Abstract. The article reveals the classification of the teaching methodology of the Ordo game.

Keywords: methods, training, techniques, tactics, theory, practice, lecture.

Киришүү. Ордо оюну боюнча адистешкен келечекте жогорку классификациядагы дене тарбия адистерин даярдоодо ордону окутуунун методикалык түшүнүк жактарын төмөнкү таблицадагыдай окутуу классификациясын ачыктап, илимий кызматкерлерге, адистерге, практиктерге, талкууга коюну чечтик.

Талкууга коюдан мурда биз эксперименттик программаларды түзүп жана аны Кыргыз мамлекеттик дене тарбия академиясынын (КМДТжСА) келечекте дене тарбия адиси боло турган студенттерге окутууну жалпы курска, ошондой эле ордо оюну боюнча адистешкен студенттерге, академиянын окуу тарбия процессинде (ОТП) мамлекеттик стандарттын негизинде колдонуп чыктык жана изденүү экспериментин жүргүздүк.

Изденүү эксперименттин мазмуну келечекте дене тарбия адиси боло турган

студенттерге мурдагы калыптанган программалардын жетишкен жана жетишпеген жактарын эске алуу менен иштеп чыктык.

Ордо боюнча тандап алган спорттун түрү жана методикасы (ТАСТжМ) эксперименттик программасын КМДжСА 1- 4 курстарында колдондук. Эксперименттик программанын мазмуну ордонун теориясынан жана методикасынан лекциялык окуулардан, практикалык усулдук сабактардан, педагогикалык окуу практикадан, студенттердин илимий иштеринен жана студенттердин өз алдынча иштөөлөрүнөн турду.

Ордо оюнун окутуунун методикалык түшүнүктөрүнүн классификациясынын негиздерин төмөнкү таблицада кеңири аныктадык:

Ордо оюнундагы окутуу – усулдук түшүнүктөрдүн классификациясы (түркүмдүү түгү) [1, 2]

КЖК №	Ордону окутуунун мазмуну жана усулдук сунуштары	Окутуунун калыбы (формасы)	Окутуудагы дене тарбия милдеттери	Окутууга бөлүнгөн сааттардын көлөмү (4 жылга бөлүнүшү)
1	2	3	4	5
1.	Теориялык окуулар: 1. Ордо оюнунун кыскачы тарыхы, философиясы, элдик педагогикадагы орду. 2. Ордо оюнунун эрежелеринин негиздери. 3. Ордо ыкмаларына тахдоо берүү жана окутуу усулу. 4. Ордо оюнунун тактикалары жана окутуу усулдары. 5. Ордочуларды даярдоо жана жаатты даярдоо усулдары. 6. Жалпы дене физикалык жактан даярдоонун негиздери. 7. Атайын дене физикалык жактан даярдоонун негиздери. 8. Ордону илимий жактан изилдөө	Лекция, семинар Лекция, семинар Лекция, семинар Лекция, семинар Лекция, семинар Лекция, семинар Лекция, семинар Теориялык пр. сабак	Теориялык илим алышат	Жалпы 92 саат 1-4 курска
2.	Ура атуу: 1.Техниканын максатын түшүндүрүү. 2. Борборго чүкөлөрдү ар кандай коюп атуу 3. Борбордун ары жагындагы чүкөлөрдү атуу. 4. Борборго бир чүкөнү тизип атуу жана аны чыгаруу. 5. Борборго үч чүкө тизип атуу жана аларды чыгаруу. 6. Борборго 8 чүкөнү кошуу тизип атуу. 7. Борборго топ чүкөлөрдү тизип атып чыгаруу. 8. Чүкөлөрдү турган абалында кабаттап атуу. 9. Кетирген тигтүү жана тигсиз каталарды оңдоо. 10.Оюндун эрежелеринин бузулуусун билүү.	Практикалык үйрөнүү, өркүндөтүү сабагы	Билим, ден соолук, дене тарбия сапаттарынын жана тарбиялык жактардын аткарылуусу	20 саат
3.	Кынкай атуу: 1. Техниканын максатын түшүндүрүү. 2. Бир чүкөнү кынкай атуу 3. Эки чүкөнү кабаттап кынкай атуу. 4. Борбордогу чүкөлөрдү кынкай атуу.	Практикалык үйрөнүү жана өркүндөтүү сабагы	Билим, ден соолук, дене тарбия	10 саат

1	2	3	4	5
	5. Топ – топ чүкөлөрдү кынкай атуу. 6. Аянтта ар жерден чүкөлөрдү кынкай атуу. 7. Кетирген тигтүү жана тигсиз каталарды оңдоо. 8. Техниканы аткаруудагы эреженин бузулуусун билүү.		сапаттарынын жана тарбиялык жактардын аткарылуусу	
4.	Бай чертмек атуу: 1. Бай чертмек ыкмасынын максатын түшүндүрүү. 2. Чийинге жакын 2 м чүкө коюп атуу. 3. Чийинге жакын 2, 5м чүкө коюп атуу. 4. Чийинге жакын 3 м чүкө коюп атуу. 5. Бай чертмек техникасын кайталоо. 6. Кетирген тигтүү жана тигсиз каталарды оңдоо.	Практикалык үйрөнүү жана өркүндөтүү сабагы	Билим, ден соолук, дене тарбия сапаттарынын жана тарбиялык жактардын аткарылуусу	20 саат.
5.	Тоорүү: а) жөнөкөй тоорүү: 1. Техниканын максатын түшүндүрүү. 2. Жөнөкөй тоорүүнү чекчөйүп отуруп аткаруу. 3. Жөнөкөй тоорүүнү балеги менен аткаруу. 4. Жөнөкөй тоорүүнүн техникасын толук аткаруу. 5. Кетирген тигтүү жана тигсиз каталарды оңдоо. 6. Техниканы аткаруудагы эреженин бузулуусун билүү	Практикалык үйрөнүү жана өркүндөтүү сабагы	Билим, ден соолук, дене тарбия сапаттарынын жана тарбиялык жактардын аткарылуусу	20 саат
	б) Чизирип тоорүү: 1. Техниканын максатын түшүндүрүү. 2. Чизирип тоорүүнү отуруп аткаруу. 3. Чизирип тоорүүнү билек менен аткаруу. 4. Чизирип тоорүүнү бөлүп-бөлүп аткаруу. 5.Чизирип тоорүүнү толук аткаруу.	Практикалык сабактар	Билим ден-соолук жана тарбия	20 саат

1	2	3	4	5
	<p>в) Кагып тооруу:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Техниканын максатын түшүндүрүү. 2. Кагып тоорууну отуруп аткаруу. 3. Кагып тоорууну билек менен аткаруу. 4. Кагып тоорууну бөлүп-бөлүп аткаруу. 5. Чамирип тоорууну толук аткаруу. 	Практикалык үйрөнүү жана өркүндөтүү сабактары	Билим, ден соолук, дене тарбия сапаттарынын жана тарбиялык жактардын аткарылуусу	20 саат
6.	<p>Кадамак: а) Жүргүзүп кадоо:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Техниканын максатын түшүндүрүү. 2. Чүкөнү чийиндин үстүнө коюп жүргүзүп кадоо. 3. Чүкөнү чийинге 10 см жакын коюп кадоо. 4. Чүкөнү чийинге 20 см жакын коюп кадоо. 5. Чүкөнү чийинге 30 – 50 см коюп кадоо. 6. Техникалык тиштүү жана тишсиз каталарды оңдоо. 7. Техниканы аткаруудагы эреженин бузулушун билүү. <p>б) Чертип кадоо:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Чүкөнү чийиндин үстүнө коюп чертип кадоо. 2. Чүкөнү чийинге 10 см жакын коюп чертип кадоо. 3. Чүкөнү чийинге 20 см жакын коюп чертип кадоо. 4. Чүкөнү чийинге 50 см коюп кадоо. 5. Кетирген тиштүү жана тишсиз каталарды оңдоо. 6. Техниканы аткарууда эреженин бузулушу. 	Практикалык үйрөнүү жана өркүндөтүү сабактары	Билим, ден соолук, дене тарбия сапаттарынын жана тарбиялык жактардын аткарылуусу	20 саат
7.	<p>Чертүү: а) Басып чертүү:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 5 чүкөнү чийинге 1 – 2 м жакын коюп басып чертүү. 2. 5 чүкөнү чийинге 3 – 4 м жакын коюп басып чертүү. 3. 5 – 10 чүкөнү борборго ар кандай тизип чертүү. 4. Чүкөнү кош тизип бир чүкөдөй басып чертүү. 5. Топ чүкөнү коюп аянттын ар кандай жеринен чертүү. 	Практикалык үйрөнүү жана өркүндөтүү сабактары	Билим, ден соолук, дене тарбия сапаттарынын жана тарбиялык жактардын аткарылуусу	24 саат
	6. Борборго көп чүкө тизип, түрдүү багытка чертүү.	6. Борборго көп чүкө тизип, түрдүү багытка чертүү.	6. Борборго көп чүкө тизип, түрдүү багытка чертүү.	6. Борборго көп чүкө тизип, түрдүү багытка чертүү.

<p>б) Өкчөп чертүү:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 5 чүкөнү чийинге 1 – 2 м жакын коюп өкчөп чертүү. 2. 5 чүкөнү чийинге 3 – 4 м жакын коюп өкчөп чертүү. 3. 5-10 чүкөнү борборго ар кандай тизип, өкчөп чертүү. 4. Чүкөнү кош тизип бир чүкөдөй өкчөп чертүү. 5. Топ чүкөлөрдү коюп аянттан өкчөп чертүү. 6. Борборго көп чүкө тизип, түрдүү багытка чертүү. 7. Кетирген тиштүү жана тишсиз каталарды оңдоо. 8. Техникадагы эреженин бузулушун билүү. <p>в) Сүрө чертүү:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 5 чүкөнү чийинге жакын коюп сүрө чертүү. 2. 5 чүкөнү чийинге 3 – 4 м жакын коюп сүрө чертүү. 3. 5 – 10 чүкөнү борборго тизип байлап сүрө чертүү. 4. Бир канча чүкөнү тизип бир – бирине сүрө чертүү. 5. Топ чүкөнү аянттын ар кандай жеринен сүрө чертүү. 6. Борборго көп чүкө тизип, түрдүү багытка сүрө чертүү. 7. Кетирген тиштүү жана тишсиз каталарды оңдоо. 8. Техникадагы оюндун эрежесинин бузулушун билүү. <p>Жүргүзүп чертүү:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 5 чүкөнү чийинге жакын коюп жүргүзүп чертүү. 2. 5 чүкөнү чийинге 3 м жакын коюп жүргүзүп чертүү. 3. 5-10 чүкөнү борборго тизип, жүргүзүп чертүү. 4. Чүкөнү кош тизип бир чүкөдөй жүргүзүп чертүү. 5. Топ чүкөнү аянтта ар жерден жүргүзүп чертүү. 6. Борборго көп чүкө тизип, түрдүү багытка чертүү. 7. Кетирген тиштүү жана тишсиз каталарды оңдоо. 8. Техникадагы оюндун эрежесинин бузулушун билүү. 	Практикалык үйрөнүү жана өркүндөтүү сабактары	Билим, ден соолук, дене тарбия сапаттарынын жана тарбиялык жактардын аткарылуусу	24 саат
	Практикалык үйрөнүү жана өркүндөтүү сабактары		24 саат
	Практикалык үйрөнүү өркүндөтүү сабактары	Билим, ден соолук, дене тарбия сапаттарынын жана тарбиялык жактардын аткарылуусу	24 саат

1	2	3	4	5
	<p>д) Кармап чертүү (Төрөбай ыкма):</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 5 чүкөнү чийинге 1 – 2 м жакын коюп кармап чертүү. 2. 5 чүкөнү чийинге 3 – 4 м жакын коюп кармап чертүү. 3. 5 – 10 чүкөнү борборго тизип алып кармап чертүү. 4. Чүкөнү кош тизип бир чүкөдөй кармап чертүү. 5. Топ чүкөнү жайып аянтта кармап чертүү. 6. Борборго көп чүкө тизип, ар кандай багытты көздөй кармап чертүү. 7. Кетирген типтүү жана типсиз каталарды оңдоо. 8. Чертүү техникасындагы оюндун эрежесинин бусулушун билүү. 	<p>Практикалык үйрөнүү жана өркүндөтүү сабактары</p>	<p>Билим, ден соолук, дене тарбия сапаттарынын жана тарбиялык жактардын аткарылуусу</p>	<p>24 саат</p>
8.	<p>Хан чертүү:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Хан чертүүнүн ыкмасынын максатын түшүндүрүү. 2. Ханды чийинге жакын 2 – 3 м коюп чертүү. 3. Ханды борбордон сырты көздөй чертүү. 4. Ханды кууп борбордун алыс жагын көздөй чертүү. 5. Ханды чертүүдө кетирген типтүү жана типсиз каталарды оңдоо. 6. Ханды чертүүдө эреженин бузулушун билүү. 	<p>Практикалык үйрөнүү жана өркүндөтүү сабактары</p>	<p>Билим, ден соолук, дене тарбия сапаттарынын жана тарбиялык жактардын аткарылуусу</p>	<p>10 саат</p>
9.	<p>Тактиканы үйрөнүү:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Ордо оюнунун тактикаларын түшүндүрүү. 2. Бир жакка сүрө атуу тактикасын үйрөнүү. 3. Чар жайыт атуу тактикасын үйрөнүү. 4. Тактикаларды эки тарап болуп ойноп үйрөнүү. 	<p>Практикалык үйрөнүү жана өркүндөтүү сабактары</p>	<p>Билим, ден соолук, дене тарбия сапаттары жана тарбиялык жактары.</p>	<p>20 саат</p>
10.	<p>Ордо боюнча мелдештерди уюштуруу:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Мелдештин жобосу 2. Мелдештерди уюштуруу жана тейлөө иш кагаздары 	<p>Практикалык сабак</p>		<p>20 саат.</p>

Тыянак. Ордо оюнун келечекте дене тарбия адиси боло турган студенттерге терендетип окутуу зарылчылыгы бар.

Адабияттар

1. Абдуллаев М.Т., Кийзбаев М., Акматов Ч. Улуттук оюндар - окуу куралы. - Бишкек ш. «Махспринт» басмаканасы. 2011.- 361 б.

2. Абдуллаев М. «Ордо» окуу- усулдук куралы. - Ош. «Шамдагай» к.и.1992. - 102 б

УДК 392,51

БАЙЫРКЫ ЖАНА ОРТО КЫЛЫМДАГЫ КЫРГЫЗДАРДЫН ЖООКЕРДИК ОЮНДАРЫ

Казакбаев А.Д., Акматов Н.А.

Кыргыз мамлекеттик дене тарбия жана спорт академиясы, Бишкек ш.

Аннотация. Макалада байыркы жана орто кылымдардагы кыргыздардын айрым жоокердик (аскер-прикладдык) оюндары, алардын аскер ишинин, жоокерчилик (аскер) онорунун жана жоо-жарактарынын онугушунун алкагында каралды.

Негизги создор: кыргыздар, жоокердик оюндар, аскер иши, жоокерчилик өнөр, жоо-жарактар.

ВОЕННО-ПРИКЛАДНЫЕ ИГРЫ ДРЕВНИХ И СРЕДНЕВЕКОВЫХ КЫРГЫЗОВ

Казакбаев А.Д., Акматов Н.А.

Кыргызская государственная академия физической культуры и спорта, г. Бишкек

Аннотация. В статье рассмотрены некоторые аспекты военно-прикладных игр древних и средневековых кыргызов в контексте развития их военного дела, военного искусства и вооружения.

Ключевые слова: кыргызы, военно-прикладные игры, военное дело, военное искусство, вооружение.

MILITARY-APPLIED GAMES OF ANCIENT AND MIDDLE AGES KYRGYZS

Kazakbaev A.D., Akmatov N.A.

Kyrgyz state academy of physical education and sport, Bishkek c.

Abstract. The article deals with some military-applied games of ancient and medieval Kyrgyz in the context of the development of their military affairs, military art and weapons.

Keywords: kyrgyz, military-applied games, military science, military art, armament.

Актуалдуулугу. Байыркы жана орто кылымдагы кыргыздардын жоокердик (аскер-прикладдык) оюндары, аскер иши, жоокерчилик (аскер) өнөрү, жоо-жарактары боюнча маалыматтар элдик чыгармаларда жана тарыхый жазма булактарда кездешет. Кийинки жылдарда археология илими да зор ачылыштарды

жаратты. Аталган булактардан баалуу маалыматтарды топтоп, анализдеп, андан соң Аскерге чейинки даярдоо факультетинде билим алып жаткан студенттерге окуу процессинде дарс катары колдонуу актуалдуу маселе деп эсептейбиз.

Негизги маалымат. Кыргыздардын байыркы жоокерчилик (аскер) өнөрү

жөнүндө элдик чыгармалар, тарыхый жазма булактар жана археологиялык илим боюнча билип келебиз. Айрыкча элдик чыгармаларда жоокерчилик өнөрү, ошону менен бирге жоокердик оюндар, байма-бай айтылып келет. Кыргыздардын көчмөн жоокерчилик заманында эркектер кары-жашына карабай ар бири жоокер болгон. Жоокер, баатыр деген ардактуу кесип саналып, жоокердик оюндардын ролу дагы бийик болгон.

Эр жеткенге чейин кыргыз баласы жаштайынан жоокерчилик өнөрдү эрте өздөштүргөн. Кыргыздардын уландары он эки жашында кан майданга аттангандыгы жөнүндө элдик чыгармаларда айтылат. Боз бала кезинен эле торпок, тай минип, жаа тартып, ордо атып, жыгач кылыч менен чабышып, күрөшкө жана аңчылыкка чыгып такшалышкан.

Кыргыздын байыркы уламыштарында айтылат: илгери жоолашкан эки уруунун майданга даярданып жатканын билиш үчүн атайын тыңчылар жиберилген. Тыңчылар биринчи ирет балдардын оюндарын байкашкан. Эгерде балдар жоокерчилик оюндарын ойноп жүрсө, анда ошол уруунун чоң кишилери майданга камданып жаткан болот. Эгерде уруунун бала-бакырасы бейпил оюндарга алагды болсо анда жайбаракат жатканы деп жорушкан. Бала-бакыранын жоокерчилик өнөрү жөө күрөш, жөө оодарыш, жаа атмай, жыгач кылыч менен чабышуу ж.б.у.с. оюндарды камтыган. Албетте, майданга камданган чоң кишилер дагы байма-бай жоокердик оюндарды уюштурушчу. Мындай оюндардын негизги максаты – жоокерлердин жоо-жарактарды колдонуусу менен аскердик чеберчилигин арттырып, майдандагы реалдуу согушка (кармашка) машыгуу аркылуу даярдоо. Эр-жигиттер эр сайыш, жамбы атмай, жаа атмай, найза ыргытмай, кылыч чабышуу оюндарында ар кандай согуштук жоо-жарактарды колдонушкан. Оюндардагы бул ыкма жоокерлердин ар тараптуу

такшалуусуна өбөлгө түзгөн. Анткени жоокерлер реалдуу аламан жапырыкта, жиреме чабуулдарда же бетме-бет уруштарда күчүнө, чеберлигине жана уруштун ыңгайына карата өздөрүнүн жоо-жарактарын тандашкан. Мисалы, жиреме чабуулдарда сыр найза, эки миздүү кылыч, айбалта менен жоого киришкен. Ал эми ат үстүндө же жөө бетме-бет уруштарда кыңырыктарды, тинтелерди, ар кандай канжарларды же кылычтарды колдонушкан [1,2, 4].

Көчмөн кыргыздар согуш өнөрүнүн негизинен үч ыкмасын: казатка аттанууну, чабуул коюу жана коргонууну өтө кылдат өздөштүрө билишкен. IX-X кылымдарда куралдануу (жоо-жарактар) боюнча кыргыздар Борбордук Азиянын башка көчмөн элдеринен озуп турган. Согуштук тактикасы да жогору болгон. Мисалы, казат маалында женил жана оор жасактуу атчан аскерлер алгоошуп жоо сайышка түшүп турган. Адегенде женил жасактуу жоокерлер душманга тике маңдайдан жана капталдан жаа жабылтып, ат коюп кирген. Аламан жапырыкта алар душмандын сесин кетирип, мизин кайтарууга аракеттенген же болбосо качымыш болуп аларды чабуул коюуга азгырган. Жоо арасы бүлүнүп, дүрбөлөң түшкөндө же ат коюп качыра бергенде оор жасактуу атчандар кошууну сыдырга салып, жайпап, куушуруп кирген. Куюндаган аламан чабуулда күү менен келип сайылган найзаларга, кыйгактуу каскактарга эч нерсе туруштук бере алган эмес. Эреже катары уруштун ооматы да ошого жараша чечилген. Эгер душман айбатынан жанбай, каршылык көрсөтө берсе, анда жоону тинте менен шылый чаап, айбалталап, кылычтаган. Душман күчтөн тайып, алдаалап тарап, качууга баш койгондо артынан сая түшүп сүргүнгө алып, кыргын салган [2,4,5,6].

Кээде чоң кан төгүлүүчү согушту атайын тандалган баатыр жоокерлердин (аныкталган эрежелерге ылайык) жекеме-жекеге чыгышы токтоткон. Кийинки эле мезгилдеги кыргыздын баатырларынын

такшалган жоокердик өнөрү чоң согушту токтоткон учурларын мисал катары алсак. XVIII кылымда саяк уруусунан чыккан кыргыз баатыры Өмүрэк Кожотай уулу калмак баатырлары менен жекеме-жекеге чыгып ийгиликке жеткен.

Ал эми 1847- жылы Майтөбөдөгү Кененсарынын аскерлери менен кыргыздардын салгылашуу учурунда, эрегишүү бир нече күнгө созулуп, аскерлердин тирешүүсү баатырлардын жекеме-жеке эр сайышуусу менен уланган. Ага кыргыздар тарабынан саяк уруусунан Алыбек баатыр, сарыбагыш уруусунан Төлөгабыл баатыр, абыла уругунан Кодокалча баатыр катышышып, атаандаштарын эр сайышта жеңип алышкан [3].

Ошентип, майдандагы согуштук тактикасын ийгиликтүү ишке ашырыш үчүн, анан кез-кезде чоң кан төгүлүүчү согушту токтотуш үчүн, кыргыздын баатыр жоокерлери аскер-прикладдык – ат үстүндө ойноо, эр сайыш, эр эңиш, жаа атмай, күрөш, кылыч чабышуу ж.б.у.с. – жоокердик оюндарды байма-бай уюштуруп келишкен.

Мисалы, кылыч чабышуу жоокердик оюнуна саресеп салсак. Жоокерчилик заманда кылыч (же канжар) менен чабышуу өнөрүн кыргыздар боз бала кезинен өздөштүрүшкөн. Кылыч чабуунун ыкмаларын үйрөнүү эрежелеринин сакталып калгандыгын жаш балдардын салттуу «ашкабак чапмай», «мангел уруу» деген оюндардан билсек болот.

Кыргызда кылычтар атадан балага мурас калтырылган. Жасалгалуу кылычтарды атактуу баатырлар, эл башкарган бийлер жана хандар бийликтин символу катары алып жүрүшкөн. Мисалы, даңазалуу археологиялык табылга (1969-1970-жж. А.Д. Грач тапкан) деп эсептелген «Багырдын кылычын» алсак. Кылыч Тувадагы Багырдын көрүстөнүн казуу учурунда табылган. Кылыч, бир маалыматтар боюнча Орто Чыгышта, башка жоромолдор боюнча Хазар

өлкөсүндө, дамаск болотунан жасалган. Кылычтын бетине алтын жалатылып, «Алла таала көмөк берсе, жеңишке жетүү оңой» деп араб арибинде жазылган. Кылыч орто кылымдардагы кыргыздардын сөөк өрттөө жөрөлгөсү боюнча сөөк коюлган жайдан – Багырдын көрүстөнүнөн табылган. Көрүстөндүн жанында руна сымал жазмасы бар моло таш да бар болчу. Ташта: «Менин эрдик атым – Багыр. Мен жүз эрендин башчысымын», – деп жазылган. Багыр баатыр, демек, жүзбашы болгон. Ал азыркы Тува аймагында уйгурларга каршы согуш жүргүзгөн кыргыз кошуунунда кызмат өтөгөн тандалма жүз жоокердин аскер башчысы болгон [7,8].

Албетте, жоокердик заманда кылыч сырткы душмандар менен салгылашууда жана өзүн-өзү коргоодо негизги курал болуп саналган. Бекеринен кытайлар «кыргыздардын кылычы кериктин терисин шылып түшөт» деп айтпагандыр. Мисалы, «Манас» үчилтигинде ар түрдүү кылычты жасаган алты курч метеорит асмандан түшкөн:

«Асман түшкөн алты курч,
Кылычтын кынай мыктысы...
Алты болот курч ошол
Ачуусуна тийгенде
Ааламды бузган мүлк ошол» [1].

Заманбап Олимпияда оюндарынын программасында спорттук кылыч чабышуу (фехтование) 1896-жылдан бери ойнолуп келет. Бул спорт байыркы согуштук (жоокердик) кылыч чабышуудан келип чыккан. Согуштук (жоокердик) кылыч чабышуу Байыркы Римде легионерлерге жана гладиаторлорго аскер-прикладдык спорт катары дыкаттык менен үйрөтүлгөн.

Байыркы Грецияда кылыч чабышуу беш жаштан баштап эркек балдарга милдеттүү түрдө өтүлүүчү машыгуу сабагы болгон.

Орто кылымдарда европалык рыцарлар дагы сөзсүз түрдө кылыч чабышуу өнөрүн өздөштүрүшчү. Тарыхый булактар көрсөткөндөй байыркы жана орто

кылымдардагы кыргыздар дагы согуштук (жоокердик) кылыч чабышуу өнөрүн баалуу аскер-прикладдык спорт катары колдонуп келишкен.

Жыйынтыктоо. Жоокердик заманда кыргыздар кан майданда согуштук тактиканы ийгиликтүү ишке ашырыш үчүн, анан кез-кезде чоң кан төгүлүүчү согушту токтотуш үчүн, жоокердик (аскер-прикладдык) оюндарды байма-бай уюштуруп келишкен.

Байыркы жана орто кылымдагы кыргыздардын аскер иши, жоокерчилик (аскер) өнөрү, жоо-жарактары, жоокерлердин аскердик такшалгандыгы ошол мезгилге ылайык талаптарга жооп берген деңгээлде болуп, эл-жерин жана эркиндигин коргоодо негизги ролду ойногон.

Аскерге чейинки даярдоо факультетинин 1-курсунун студенттерине «Аскер тарыхы» сабагында, башка элдердин аскердик искусствосун таанытуу менен бирге, байыркы жана орто кылымдардагы кыргыздардын жоокердик (аскер-прикладдык) оюндары, аскер иши, жоокерчилик (аскер) өнөрү, жоо-жарактары жөнүндө дагы атайын дарс окулушу абзел.

Адабияттар

1. Жусупов К. Байыркынын издери. – Б.: 2001. – 328 б.
2. Кыргыздар / Түз. К.Жусупов. – Б.: Кыргызстан, 1991. – 624 б.
3. Сапаралиев Д. XVIII-XIX кылымдардагы тарыхый булактардагы кыргыздардын аскердик өнөрү // Билим жана тарбия. – Б.: – №3. – 2017. – 301-312- бб.
4. Худяков Ю.С. Военное дело древних кочевников Южной Сибири и Центральной Азии. – Новосибирск: НГУ, 1995. – 98 с.
5. Худяков Ю.С. Военное дело кыргызов Центральной Азии (IX-XVIII вв.). – Б.: Турар, 2017. – 280 с.
6. Худяков Ю.С. Вооружение енисейских кыргызов VI-XII вв. – Новосибирск: Наука, 1980. – 176 с.
7. Худяков, Ю.С. Сабля Багыра: вооружение и военное искусство средневековых кыргызов. – СПб.: Militaria antiqua, 2003. – 192 с.
8. Чоротегин Т. Ю. Худяковдун кыргыз таануудагы доору өкүм сүрүүдө // Арноо: Кыргыз таануучу, профессор Ю.С.Худяковдун 70-ж. арналган илимий жыйнак. – Б.: Мурас, 2017. – 3-12- бб.

АЗИЯ-ТҮРК ЭЛДЕРИНДЕГИ ЭНИШ, ООДАРЫШ ОЮНДАРЫ

Мехмет Түркмен,¹ Айша Генч,¹ Абдыбекова Н.А.²

*Муш Алпарслан Университет, факультет физического воспитания и спорта¹, Муз. Турция
Кыргызская государственная академия физической культуры и спорта², г. Бишкек*

Аннотация. Макалада улуттук оюндар эңиш, оодарыш жонундо каралат. Авторлор ат үстүндө жүрүш, тарых, адабият жана түрк спорттук каада-салт маданияттын элементтеринин байланыштыгы туралуу баяндайт.

Негизги создор: азия-түрк элдери, эңиш, оодарыш, улуттук оюндар.

ИГРЫ ЭНИШ, ООДАРЫШ В АЗИАТСКИХ ТЮРКСКИХ НАРОДАХ

Мехмет Түркмен,¹ Айша Генч,¹ Абдыбекова Н.А.²

*Муш Алпарслан Университет, дене тарбия жана спорт факультети¹, Муз. Турция
Кыргыз мамлекеттик дене тарбия жана спорт академиясы², г. Бишкек*

Аннотация. В статье рассматриваются национальные игры эңиш, оодарыш. Авторы описывают культурные элементы, связанные с лошадей и верховой ездой, а также историю, литературу и определение турецкой спортивной традиции.

Ключевые слова: азиатские тюркские народы, эңиш, оодарыш, национальные игры.

THE ENISH, OOGDARISH GAME IN ASIAN TURKISH PEOPLES

Mehmet Türkmen¹, Ayça Genç¹, Abdybekova N.²

*Mus Alparslan University, High School of Physical Education and Sports, Turkey
Kyrgyz state academy of physical culture and sports, Bishkek c.*

Abstract. The article presents national games Enish/Oogdarish. Authors describe cultural elements related to horse and horse riding and also history, literature and definition the Turkish sports tradition.

Keywords: Asian Turks, mounted wrestling, horse riding, national games.

Introduction. Middle and especially North Asia, which is known as the native land of horse and Turks, still keeps many of its cultural elements, related to horse and horse riding. Turkish tribes of this region which has been mentioned together with horse throughout history have the horse as the leading role in their socio-cultural structure and lives. It has had an important place in the formation of art, literature and customs and in determining the Turkish sports tradition. This high importance of horse in historical and cultural functions has caused the emergence of a large number of horse riding sports. These sports emerged as a result of horsemen moorland life style and were shaped, developed and performed depending on national will and characteristics. However, some of these sports were forgotten and some

of them are about to be forgotten because of the fact that horse lost its historical function and socio-economic and political conditions changed. Turkish tribes are the ones that have kept the original Turkish culture the most.

Enish/Oogdarish is a traditional horse riding game which is played by two opponents coming face to face and trying to make each other fall from the horse. The player who makes the other one fall is the winner; the player who falls is the loser. In the region called North Asia where Siberian Turks live, the game is called “enish”, Middle Asia Turks call it “Oogdarish”. The game is officially called “Ogdarishbak” (mounted wrestling). It is divided into two as Er and Ayel depending on the gender. Er enish means “to beat the man”, and Ayel Eris means “to beat the woman”. Oogdarish means “to take

down/to make fall from the horse". The game consists of two branches, horse riding and wrestling, which have an important place in Turkish sports culture.

Aim. The Central and Northern Asia geography, which is known as the homeland of the horse and the Turks, still preserves most of the cultural elements about horse and horse riding. Here with the term "Central", Kazakh, Kyrgyz, Uzbek, Turkmen, and Uyghurs are implied. While the connecting name is Siberia within Russia with the "Northern Asia", Altay, Teleut, Khakas, Tuva, Shor, Buryat, Qumandy, Sakha/Yakut, Telengit, Teleut living in this region and K k-Culutlar, Culum and Baraba Tatars, Sagays, etc. living in small tribes, 14 Turkish descendants are implied. The term "Great Asia" is preferred for the global aspect of both regions. Horse has played the leading role in the sociocultural structure and lives of Turkish descendants of this region mentioned with horse throughout history [7]. The high importance in the historical and cultural functions of horse, having an important place in the formation of art, literature, customs and traditions; being the unique asset in the determination of the Turkish sports tradition, has contributed to the emergence of so many horse riding sports that will not be seen in any nation [5]. The sports that emerged according to the steppe lifestyle with horse, took shape, developed and were exhibited according to the national will and qualities, have partly disappeared and have partly begun to disappear due to the fact that horse lost its historical functions, socioeconomic and political conditions changed. The Turkish tribes who live in these regions where Turkish Steppe Horse Culture appeared, appoint their nomadic life and settlement, socioeconomic life spaces accordingly are the ones who have preserved the original Turkish culture most. Moreover, they are the etymological, linguistic,

lexicologic, terminologic, theoretical and practical potential of traditional sports [10].

"Enish/Oogdarish Game" is a traditional horse riding sports done such that two competitors come face to face and compete to fall each other off the horse. The one who causes the other to fall of the horse will be the winner while the one who falls of the horse will be the defeated. In the region called the Northern Asia and inhabited by the Siberian Turkish nobles, the game is mostly called "eniş/engiş" while Central Asian Turkish people call it "Oođdarış" and again "Engiş". In the official regulations the game is called "Ođdarışbak" (wrestling on horseback). It is divided into two as Er, masculine and Ayel, feminine. Er Engiş means "to defeat/break down the man" while Ayel Engiş means "to defeat/break down the woman". Engiş means; "to drag each other off the horse and to try to fall each other off the saddle". These terms are important in terms of dialect and parallelism of meaning in the mentioned region (Northern and Central Turkish tribes). Oođdarış is "to make the rival decline/fall off/draw down the horse" [3]. The game consists of two disciplines as horse riding and wrestling, which are important in Turkish sports culture.

Today, there are about 50 traditional horse riding sports only with their rules determined belonging to the Turkish people. In this context, another nation having cultural heritage is not shown [2]. Engiş, which survived the Turkish generations of ancient world, is done only by the Great Asian Turkish tribes. However, since 1956 "ayel / katun engiş" has been played in these communities, but it is very unlikely that it will be played. "Er engiş", which seems to be popular until 15-20 years ago, is now away from that performance. The current condition indicates that "engiş" will disappear in the future. Therefore, it means that one more chain will be broken off the national cultural ring disappearing every day. As known,

tradition can be sustained by the living persons and institutions having that heritage and deeming it worthy. In this context, the research is aimed to be conducted.

Method: "ooğdarış", which is observed while being played among the Turkish tribes, was supported with the theoretical data obtained. It was systemized within the framework of historical and partly sociological model and reported with iconographic analysis method.

Findings. It is relative to interpret "Enğış/Eniş and Ooğdarış" terms as "mounted wrestling" or "wrestling on horseback". It is seen that the words "to get down / decline/ fall off the horse" in fact explain the game itself [7]. "Enğış" and "Eniş" are the same in etymological and terminological aspects with the root (Enğ/En) and the suffix (Enğ + iş/En + iş), but only different in transcription. It is understood that although these two words are different from "Ooğarış" linguistically, they have the same meaning and characteristics lexicologically [9]. It is clear that "enğış" played by the Turks in Central and Northern Asia is a game played with hand to hand struggle in a way to fall off-not to fall off the horse (attack-defence). Enğış with its style dates back to the ages ago. It is understood that it emerged to choose fate of the war from death to life to life and changed into a game or amusement with the exercises to develop these skills. However, a clear historical document is not encountered for now. Not seen in other nations, enğış is not seen in the Turkish Societies in the south of Turkmenistan and west of the Caspian Sea. Although enğış, which was institutionalized as of 1934 and included in the framework of official regulations, is included in the same framework today, it is practiced independently thereof. Performance decrease in the game in recent years is shown as the reason [4]. Even though the game was mentioned in America in the beginning of 20th century, this

is not the same as enğış. Thus enğış belonging to the Turkish tribes in the Central and Northern Asia from all perspectives proves that it exhibited a special character. In these tribes, there is one saying, "Horse raising horse rider wrestles on horseback ". The saying explains that the game is common in Turkish tribes and should be played by anyone. However, it is seen that this saying is about to lose its function.

Result. As a result, it is concluded that eniş/enğış/ooğdarış emerged according to the steppe lifestyle, was appreciated and exhibited according to the national will and qualities; was done in special and national ceremonies, developed and became popular; was previously popular without discrimination between women and men; lost its popularity completely among women in the last 50-60 years and partly among men in the last 15-20 years; was different from some aspects of wrestling despite overlapping with many aspects thereof; its rules were bent due to the loss of popularity; preserved the original type of the Northern Asia more than the Central Asia due to its religious foundations; no evolved form thereof is encountered in any part of the world including the western Turks except for these Turkish societies.

Discussion. Place and importance of horse are known in Turkish culture and history. It is natural for a nation that meets any of its need, material and spiritual, like the Turkish people to perform the sports, games and amusements on horseback Wrestling known as the first military sports of this nation famous known as rider and soldier had a very rich technical capacity even 4500 years before the present age. It is as important and natural as meeting the basic needs for the Turkish people to do wrestling they adopted a lot on horseback. However, enğış which appeared to be not a complete wrestling, has a technical capacity far behind wrestling in terms of attack for attacking and counterattack for defending [8]. There were

the words such as “kür+eş/güreş, say+ış/savaş, ur+uş/vuruş/savaş, çap+ış/at yarıştırmak, eng+iş ve en+iş/at üzerinde eğdirmek /düşürmek” (the words related to wrestling, struggling, fighting, falling off the horse) which are added to the roots defining the dual and mutual struggle performed in the oldest Turkish known and most of these words are still used. The root word "kür" for "güreş" (wrestling) stands for "strong/full strength/healthy and young/perfect and complete". The root words “en/eng/oo” of Eniş/Enğiş and ooğdarış" however stand for "dragging/ declining/ falling off", etc. [3,9]. In this regard it is seen that although eniş which is different from wrestling in terms of terminological meanings and technical capacity does not fully represent wrestling on horseback, they overlap with each other in terms of their aim of emergence and style and characters.

References

1. Bobylıov, İ. Konnye igry (At Oyunları), “mıhnat”, Taşkent 1989.
2. Bolğambayev, M. Kazaktın ulttıq sport törleri / Kazakların Milli Spor Türleri, Kaynar – Alma-ata. 1985.
3. Gabain, AW. Eski Türkçenin Gramerleri (Çeviren: Mehmet Alkan), Türk Dil Kurumu Yayınları: 532, Ankara. 2000.
4. İlşatov, M. İstoriya Turetskaya noradnoya osnovnyh Aziatiskih igri / Büyük Asya Türk Halklarında Tarihi Oyunlar, İstoriya publikatsi tyurkoloji Razdel:2, Ufa, Başkurdistan. 2008.
5. Kıçkinu, BP. Sovyetiskii Soyuz: sportivnye i kulturnıye meropriyatiya v tyurkskih Lyudi / Sovyetler Birliği: Türk Halklarda Kültürel Sporlar ve Eğlenceler, Akademiya “nauk”, Moskova. 1993.
6. Orkun, HN Eski Türk Yazıtları, Türk Dil Kurumu Yayınları:529, Ankara. 1987.
7. Saipbayev, S. Kırgız oyundardın pedegogikalık maanisi / Kırgız Oyunlarının Pedagojik Manası, Mektep Yayınları, Frunze. 1976.
8. Stolbov, VV. Istoriya fiziçeskoy kulturi(Beden Eğitimi Kültürü), “Prosveşeniye”, Moskova. 1989.
9. Yudahin, KK. Kırgız Sözlüğü (Çeviren: Abdullah Taymas), I. Ve II. C., Türk Dil Kurumu Yayınları: 93, Ankara. 1994.
10. Volkov, NN., Sibirya Rossiya obii edinilasis klassifikatsiyei sporta / Birleşmiş Rusya Sibiryasının Milli Spor Türlerinin Sınıflandırılması, nauka “Biçik”, Yakutsk. 2006.

ВАЖНЕЙШИЕ ИСТОЧНИКИ ИСТОРИИ ТРАДИЦИОННЫХ ИГР И СОСТЯЗАНИЙ КОЧЕВЫХ КЫРГЫЗОВ

Саралаев М.К., Азизбаев С.С., Тагаев М.И.

Кыргызская государственная академия физической культуры и спорта, г. Бишкек

Аннотация. В научной статье отражаются важнейшие источники истории традиционных игр и состязаний кыргызов эпохи феодализма: эпические произведения, литературные источники, вещественные памятники и наскальные рисунки.

Ключевые слова: исторические источники, вещественные памятники, письменные источники и документы, наскальные рисунки, музейные экспонаты.

КОЧМОН КЫРГЫЗДАРДЫН САЛТТУУ ОЮНДАРЫНЫН ЖАНА МЕЛДЕШТЕРИНИН ТАРЫХЫНЫН НЕГИЗГИ БУЛАКТАРЫ

Саралаев М.К., Азизбаев С.С., Тагаев М.И.

Кыргыз мамлекеттик дене тарбия жана спорт академиясы, Бишкек ш.

Аннотация. Илимий макалада кыргыздын салттуу оюндарынын жана мелдештеринин тарыхын көрсөткөн негизги булактары чагылдырылган. Мында ооз эки чыгармалары, тарыхый жана жазуу түрүндөгү адабияттар, археологиялык эстеликтер, аскалардын боорундагы сүрөттөр, музей экспонаттар талданып берилген.

Негизги сөздөр: тарыхый булактар, буюм эстеликтери, жазуу түрүндөгү булактар жана документтер, музейдин экспонаттары жана асканын боорундагы сүрөттөр.

THE MOST IMPORTANT SOURCES OF THE HISTORY OF TRADITIONAL GAMES AND COMPOSITIONS OF NOMAD KYRGYZ

Saralaev M.K., Azizbaev S.S., Tagaev M.I.

Kyrgyz state academy of physical culture and sports, Bishkek c.

Abstract. The scientific article presents the most important sources of the history of traditional games and contests of the Kyrgyz of the epoch of feudalism: epic works, literary sources, material monuments and rock paintings.

Keywords: historical sources, material monuments, written sources and documents, rock paintings, museum exhibits.

Актуальность. Для научного исследования традиционных игр и состязаний кочевых кыргызов эпохи феодализма существенно важную роль играют исторические источники. Они помогают исследователям воссоздать картины прошлых событий и установить истинное положение историческим фактам, подтверждают то или иное историческое событие.

Цель исследования – дать характеристику важнейшим историческим источникам традиционных

игр и состязаний кочевых кыргызов эпохи феодализма.

Задачи исследования:

1. анализ отражения традиционных игр и состязаний в устном народном творчестве кыргызов;

2. показать, как отражаются в письменных источниках история традиционных игр и состязаний кыргызов эпохи феодализма;

3. изучить археологические памятники, вещественные источники и наскальные рисунки о традиционных играх и

состязаниях кочевых кыргызов в эпоху феодализма.

Методы исследования:

1. Изучение материалов устного народного творчества кыргызов (эпосы, санжыра и др.), отражающих традиционные игры и состязания кыргызов.

2. Исследование письменных источников о традиционных играх и состязаниях кыргызов эпохи феодализма.

3. Анализ вещественных памятников, археологических источников и наскальных изображений, отражающих традиционные игры и состязание кыргызов.

В статье даются фактические сведения, исторически достоверные материалы, которые доказывают истинность теоретических суждений и текстовой информации. Приведя примеры исторических источников, мы надеемся, что многочисленные фактические данные, информация, которая базируется на хрестоматийных, достоверных источниках расширят горизонт познания читателей и послужат процессу обучения.

Первоисточниковые знания будут полезными также магистрантам и аспирантам и всем тем, кто занимается исследовательской деятельностью в сфере истории национальной физической культуры и спорта.

Следует особо подчеркнуть, что большинство из приведенных источников являются недоступными для рядового читателя.

Исторические источники помогут установить связь прошлого с современностью и разобраться в социальных причинах развития национальной физической культуры и спорта в различные периоды жизни кыргызского народа.

Результаты исследования. Среди различных источников истории национальной физической культуры кыргызов эпохи феодализма особое место занимают эпические произведения. Наиболее грандиозным эпосом кыргызского

народа является трилогия «Манас», «Семетей», «Сейтек». Особенно много информации содержит эпос «Манас».

«Тризна по Кокетею» (Көкөтөйдүн ашы) – один из известных и часто исполняемых сказителями эпизодов (отрывков) «Манаса». В содержании эпоса отражаются также традиционные игры и состязания.

На поминках первым объявляется стрельба в золотую жамбу. Каждый, кто считал себя метким стрелком, решил попытать счастье. Стреляли жигиты всех племен, стреляли с утра до знойного полдня, истратили много стрел, но слиток продолжал висеть. Победителем в состязании по «жамбы атмай» стал Манас, который продемонстрировал особую меткость в стрельбе.

В борьбе «куреш» участвовали сильные богатыри, которые боролись без ограничения времени. Приз абсолютному победителю в борьбе был определен в 600 лошадей и сто верблюдов [3]. Здесь борьба проходит не только за овладение призом, но и за сохранение чести своего племени и рода. Со стороны калмыков выходит великан Жолой. От кыргызов – опытный богатырь Кошой.

Из эпоса «Манас» мы узнаем о том, что при подготовке к состязаниям, по «курешу» богатыри питались по специальной диете – ели мясо и пили кумыс.

На поминках Кокетея победил богатырь Кошой. В данном эпосе отражаются – настольная интеллектуальная игра «тогуз коргоол» и командная спортивная игра с использованием альчиков и томпоя – «ордо». В богатырском эпосе конкретно сказано о том, что эти игры, якобы, придумал сам Манас и оставил в наследство своим потомкам [3].

На скачках «ат чабыш» в честь поминок Кокетея участвовали знаменитые скакуны из многих земель. Среди них был и крылатый конь Манаса Аккула. Но в начале скачки Аккула шел седьмым, а конь калмыцкого богатыря Жолоя – шел

первым. За ними скакали испытанные тулпары, как Чалкуйрук, Чоңсары, Керкашка, Жаркызыл, Көкала [3]. На этих скачках победил конь Манаса Аккула.

В поминальных состязаниях проводился и «эр сайыш» - поединок богатырей на пиках. В этом эпизоде на майдан (ристалище) выходят Манас и Конурбай (богатырь калмыков). Блестящую победу одержал баатыр Манас.

Из эпоса «Манас» мы можем почерпнуть интересные сведения о правилах игр и состязаний, о методах подготовки к скачкам, о призах победителям, о терминах и понятиях, о технических приемах в борьбе и других единоборствах.

К числу различных источников, отражающих многие вопросы народных игр и традиционных состязаний кыргызов относятся также дастаны (малые эпосы).

В дастане «Кожожаш» отражаются интересные традиции, которые связаны со сватовством. Со стороны родителей девушки к жениху ставились определенные условия и предъявлялись требования к физической подготовленности жениха. Чтобы добиться руки любимой девушки, джигит должен был отличиться своей ловкостью, меткостью в стрельбе, храбростью в бою и т.д. Так, в эпосе «Кожожаш», Шабыр перед женихами своей дочери Зулайки поставил условие – на ней женится тот, кто собьет джамбу метким выстрелом. Кожожаш доказал, что он является метким стрелком и одержал победу.

Дастан «Эр Төштүк».

Содержание эпоса составляет борьба богатыря Эр Төштүка с чудовищами и великанами подземелья (Көк-Дөө, Чоюн кулак алп, Кара-Дөө). Семь лет не видит богатырь солнца, сражаясь в подземном царстве с чудовищами. В борьбе ему помогают верные друзья: Джакуп, конь Чалкуйрук, тигр, медведь, муравей, а также гномы – Көрөгөч маамыт, Жер-тыншаар маамыт, Куюн маамыт и Жейрен секирткич

маамыт. С помощью друзей богатырь Эр Төштүк одолевает темные силы подземного царства, его друзья побеждают в состязаниях и возвращается на землю живой и невредимый, после многих приключений [7].

«Эр Табылды». Эр Табылды по одноименному эпосу защищал свою землю от врагов (калмыков и их ханов Чалкалмака, Кудайназара и его сыновей).

Кыргызских дастанов, таких как: «Кожожаш», «Эр Төштүк», «Эр Табылды», «Жаңыл Мырза» и «Курманбек» даны описания различных игр и состязаний. В них отражаются элементы военно-физической подготовки, достижения богатырей в поединках «эр сайыш», в стрельбе из лука, фехтовании и борьбе «куреш».

Интересные состязательные события из жизни кочевников-кыргызов отражаются также в санжыра-родословие Тоголока Молдо, Усеина-ажы, Талипа Молдо, Белека Солтоноева, Жусуп Мамайя и других представителей устной истории кыргызов. Например, из них мы узнаем историю жизни и деятельности ханов, манапов, баатыров. В санжыра дается портретное описание Ормонхана. «Он был высокого роста и крепкого телосложения, лицом смугл, с перебитым в середине носом» говорится в санжыра Тоголока Молдо об Ормонхане.

В период 1848 года Ормонхан отличился как талантливый военачальник в войне кыргызов с казахами. Именно по его замыслу большие силы казахского Султана Кенесары и его полководца Норузбая кыргызы заманили в Боомское ущелье и, окружив противника уничтожили.

В истории кыргызов имели место и внутренние, межплеменные распри соседних племен. Одной из главных причин этих распрей послужило событие зимы 1854 года. Тогда к свату Ормонхану приехал в гости со своими людьми бугинский верховный манап Боромбай с Иссык-Куля. Для гостей была организована игра в «ордо» и в качестве приза в каждом кону поставили пять лошадей [9].

Здесь надо особо подчеркнуть, что писатели являются носителями ценной информации об играх и состязаниях, о которых они пишут в своих художественных произведениях. В романах (исторических), повестях и рассказах имеются множество ценной информации об играх и состязаниях кыргызов-кочевников.

Для нас представляет большой интерес изложение правил игры ордо, в которых отражаются древние традиции этой игры. Прежде всего, в санжыра упоминается о даекчи – судьях, излагаются приемы, виды ударов, тактические действия, размеры призов. Очень подробно описывается площадка и инвентарь.

Проигрыш в игре «ордо» очень сильно расстроил Ормонхана. Он и его игроки начали спор, но вынуждены были отдать победу и призовых лошадей.

Через эту ссору Ормонхан со своим войском в 300 человек пришел к бугинцам для разборки, но на берегу реки Шаты в жестоком сражении потерпел поражение и попал в плен. После этого Ормонхан был убит Балбай баатыром и началась вражда между сарыбагышцами и бугинцами.

В XIX веке различные игры и богатырские состязания сопровождали наших предков всегда и проводились во время досуга, на праздниках, во время поминок и перед военными сражениями.

Среди игр и состязаний наиболее распространенными были эр сайыш (единоборство на пиках), скачки, игры – ордо и тогуз коргоол.

Из кыргызских санжыра мы можем почерпнуть ценные сведения о правилах игр и состязаний, инвентаре, о судьях, о призах и других особенностях истории национальной физической культуры кыргызов-кочевников.

Во второй половине XIX и начале XX века появились труды русских ученых, письменно отразивших кыргызские народные игры, упражнения и состязания.

13 октября 1913 года, бой Аксакала Мамбетова с Юсупом Кыдыковым на

поминках манапа Шабдана Жантаева описывается в «Туркестанских ведомостях» Алибийем. «Жуткое впечатление произвел на русских зрителей бой киргизов на пиках... Расстояние между противниками – около версты, а затем по сигналу карьером бросились друг на друга и не успели зрители опомниться, как оба бойца со страшною силою ударили друг друга пиками. Юсуп Кыдыков тотчас же свис с седла, но благодаря тому, что ноги остались в стременах, он повис вниз головой и в таком виде, окровавленного потащила лошадь по кругу. В «эр сайыше» победу одержал Аксакал Мамбетов [4].

Врач – этнограф Н. Зеланд, касаясь общественной жизни кыргызов и их досуга, писал, что их главные увеселения состоят в угощениях, борьбе силачей и скачках» [10].

Наиболее древним из военизированных видов состязаний являлся «эр сайыш» - поединок двух всадников, вооруженных деревянными пиками (найза – длиной 3-3,5 м), который организовывался во время больших поминок. Цель этого состязания – выбить противника из седла. Обязательной частью одежды в этом богатырском поединке был войлочный кементай с кожаным нагрудником или панциром – зоот.

В конце XIX и начале XX века в Киргизии было значительное число отличившихся в «эр сайыше» богатырей. Так, известны имена Урпекбаша и Нурмата из Узгена, Торгоя Кожомбердиева из Иссык-Куля, Теке-балбана и Батырбека из Таласа и др. [1].

Среди кыргызских народных игр, развивающих мышление на первое место можно отнести «тогуз коргоол» - интеллектуальную игру.

«Любимая игра киргиз «тогуз коргоол», - писал Г. Загряжский – Для игры употребляется доска, на которой выдолблено 18 ямочек, по 9 на каждого игрока, и 2 города. Во все ямки кладется по 9 горных орехов, которые для этого только

и служат. Подобная игральная доска есть почти в каждой юрте» [1].

Одним из важных источников истории подвижных игр и состязаний кыргызов являются произведения поэтов и писателей. Среди прозаических произведений следует упомянуть роман Касымалы Жантошева «Каныбек» (Фрунзе, «Кыргызстан», 1980). В этом романе, в главе «Пир Тюлькубека» описаны скачки, эр сайыш, төө чечтирмей, төшөк талашуу и другие игры.

«Малые скачки, стрельба из лука, борьба на конях и другие мелкие состязания закончились еще вчера. Остались только борьба на конях (эр сайыш) и «төө чечтирмей» говорится в прозаическом изложении Манаса К. Жусупова.

В поэме кыргызского акына Абдылды Белекова «Кожомкул» (Фрунзе, «Кыргызстан», 1988) описывается жизнь и приключения известного кыргызского богатыря Каба уулу Кожомкула (1888-1955 гг.). В этой поэме также отражаются различные игры и состязания: скачки, эр сайыш, оодарыш и другие. Действующие герои поэмы – это люди, которые на самом деле жили, встречались с Кожомкулом. Прежде всего, автор преследовал задачу увековечить легендарную мощь силача и борца Каба уулу Кожомкула в истории и познакомить всех с его богатырскими деяниями. «Славу разнеся о Кожомкуле, облети мой стих вокруг земли!» - пишет поэт [7]. В поэме отражаются подвиги богатыря и его победы в борьбе «куреш» и конной борьбе «оодарыш».

В романе Качкынбая Осмоналиева «Көчмөндөрдүн кагылышы» (Столкновение кочевников) дается подробное описание игры «ордо» с правилами, по которым играли северные кыргызы. «Круг для игры «ордо» имел в диаметре пятьдесят ступней. В каждой команде по двадцать два игрока и всего в игре участвуют сорок четыре игрока, которые соревнуются между собой. На каждого игрока выделяется по пять альчигов. На одного игрока три альчика и

хан. Хана изготовляли из лопаточной кости барана, в том месте, где она наиболее тонкая, вырезали ножом кружочек с ноготок мизинца руки и это клали в центре.

По правилам игры на каждого игрока давались по три удара, на двадцать два игрока – шестьдесят шесть ударов. В начале игры вышли в круг с каждой стороны по одному судье, из которых один в тубетейку положил шестьдесят шесть шариков. Когда игроки совершают удар битой и не выбивают альчики, то судья перекладывает во вторую тубетейку очередной шарик. Когда кончаются шарики – кончается игра и наступает очередь для другой команды» [3].

За последние годы наши сведения о традиционных играх и состязаниях кыргызов Центральной Азии пополнились новыми сведениями о многочисленных элементах физической культуры енисейских кыргызов [8]. Игры и состязания, бытовавшие у кыргызов в эпоху феодализма, подтверждаются вещественными, археологическими памятниками. В захоронениях скифов на берегу горной реки Чычкан, на месте современного райцентра Токтогул, обнаружены мужские могилы. Во время раскопок среди различных предметов археологи обнаружили оружие в виде сборного лука, железных наконечников стрел и копий, железного кинжала [3].

В долине Кетмен-Тюбе во время раскопок довольно часто встречались в захоронениях игральные кости-альчики. В детских катакомбах их находили по 80-90 штук [3].

Во время осуществления раскопок на местах древних тюркских городов Суяб и Баласагун, кроме различных предметов были найдены шахматные фигурки, отличающиеся от известных. Ученые предполагают, что возможно существовали также другие варианты шахматной игры или же другие настольные игры кроме шахмат, нардов и тогуз коргоола, описание которых утеряно и ушло в небытие вместе с далекими нашими предками.

Материалы об охоте представлены в наскальных изображениях Иссык-Куля, Нарына, Таласа и Кетмен-Тюбе. Судя по ним, основным объектом охоты был горный козел (теке). Главным орудием охоты был лук [3]. Найдены также и каменные доски для игры «тогуз коргоол». Так, в Чуйской долине найдена высеченная на камне доска для игры «тогуз коргоол». Эта каменная доска хранится в настоящее время в Республиканском архитектурно-археологическом комплексе-музее под открытым небом Бурана.

Выводы:

1. Богатый фактический материал представлен в устном народном творчестве кыргызов в эпоху средневековья. Можем утверждать, что именно в IX-X – веках сформировались традиционные игры и состязания, сложились их правила, проводились состязания довольно часто во время праздников и поминок;
2. Множество материалов собраны нами в письменных источниках, исторических трудах, трудах русских ученых в конце XIX и начале XX века, художественных произведениях кыргызских поэтов и писателей. В них мы встретили множество фактического материала, которые существенно восполнили наши прежние знания;
3. Материалы по истории национальной физической культуры значительно пополнились вещественными памятниками, археологическими источниками и наскальными рисунками. В целом, исторические источники кыргызских традиционных игр и состязаний способствовали восполнить картины прошлых событий эпохи средневековья и обогатить новым содержанием учебно-методические материалы.

Литература

1. Айтмамбетов Д. Культура киргизского народа во второй половине XIX

и начале XX века. – Фрунзе.: «Илим». 1967. - С.308.

2. Ким В. Л., Мамбеталиев К. У., Саралаев М. К. и др. Кыргызская национальная физическая культура: теоретические и методические аспекты. Учебник. – Бишкек: КГАФКиС, 2008. - С.662.

3. Саралаев М. К., Азизбаев С. С., Дооранов У. С. Источники истории физической культуры всех времен и народов. – Бишкек, 2009. -С.157.

4. Саралаев М. К., Букуев М. О., Мамбеткалиев С. М. Манастан калган оюндар. – Бишкек, 1995. -126 б.

5. Саралаев М. К., Букуев М. О. Роль кыргызских традиционных игр и состязаний в воспитании молодежи. – Бишкек, 2015. - С.208.

6. Саралаев М. К. ж.б. Кыргыздын улуттук спортунун түрлөрүнүн жана элдик оюндарынын көйгөйлүү маселелерин изилдөө жөнүндө. Эл аралык илимий-практикалык конференциянын материалдарынын жыйнагында. – Чолпон-Ата, 2017, 91-94-бб.

7. Саралаев М. К. «Манас» үчилтиги – улуттук дене тарбиянын тарыхый маалыматтарынын негизги булагы. «Каракуджак» жана «шалвар» күрөштөрү боюнча I – Эл аралык симпозиумунун жыйнагында. – Кахраманмараш, 2011, 50-51- бб.

8. Саралаев М. К. Особенности развития традиционных игр и состязаний енисейских кыргызов в эпоху Великодержавия. В сборнике Международный форум «Алтайская цивилизация и родственные народы алтайской языковой семьи. – Бишкек: «Турар», 2017. - С.568-572.

9. Саралаев М. К., Тагаев М. И. Экинчи дүйнөлүк көчмөндөр оюндары: кыргыздын улуттук спортунун орчундуу кадамы. «С. Нааматов атындагы НМУнин жарчысы» деген жыйнакта. – Нарын. 2016. 47-49-бб.

10. Зеланд Н. Киргизы. – Омск, 1885. - С. 29-30.

**III. ДЕНЕ ТАРБИЯНЫН ЖАНА СПОРТТУН МЕДИЦИНАЛЫК ЖАНА
БИОЛОГИЯЛЫК АСПЕКТИЛЕРИ / МЕДИЦИНСКИЕ И БИОЛОГИЧЕСКИЕ
АСПЕКТЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА / MEDICAL AND
BIOLOGICAL ASPECTS OF PHYSICAL TRAINING
AND SPORT**

УДК 336.6

**РАЗВИТИЕ ЧЕЛОВЕЧЕСКОГО КАПИТАЛА И РОЛЬ МЕДИЦИНЫ, ФИЗКУЛЬТУРЫ,
СПОРТА В ЕГО ПОПОЛНЕНИИ**

Абдыраев С.К.¹, Дуйшонбиева Э.К.²

Кыргызская государственная академия физической культуры и спорта, г. Бишкек¹

Кыргызский национальный университет им. Ж.Баласагына, г. Бишкек²

Аннотация. В статье рассмотрены вопросы развития человеческого капитала как одного из основных факторов общественного воспроизводства. Главное внимание уделено медицинскому обслуживанию, а также физкультуре и спорту как важнейшим составляющим человеческого капитала.

Ключевые слова: человеческий капитал, факторы производства, накопление человеческого капитала, комфортность жизни, здравоохранение, физкультура и спорт.

**АДАМ КАПИТАЛЫНЫН ОНУГУШУ ЖАНА АНЫ ТОЛУКТООДО МЕДИЦИНАНЫН, ДЕНЕ
ТАРБИЯ МЕНЕН СПОРТТУН РОЛУ**

Абдыраев К.С.¹, Дуйшонбиева Э.К.²

Кыргыз мамлекеттик дене тарбия жана спорт академиясы, Бишкек ш.¹

Ж.Баласагын атындай Кыргыз улуттук университети, Бишкек ш.²

Аннотация. Макалада коомдук өндүрүштүн негизги факторлорунун бири катары адам капиталынын өнүгүүсү изилденет. Негизги коңул адам капиталын топтоонун жана толуктоонун маанилүү негиздеринен болгон медициналык тейлөөгө дене тарбияга жана спортко бөлүнгөн.

Негизги создор: адам капиталы, өндүрүш факторлору, адам капиталын топтоо, жашоо жагымдуулугу, ден-соолукту коргоо, дене тарбия жана спорт.

**DEVELOPMENT OF HUMAN CAPITAL AND ROLE OF MEDICINE, PHYSICAL TRAINING,
SPORTS IN ITS FILLING**

Abdyraev S.K.¹, Duishenbiyeva E.K.²

Kyrgyz state academy of physical education culture and sport, Bishkek c.¹

Kyrgyz National University. Zh. Balasagyn. Bishkek c.²

Abstract. The article deals with the development of human capital as one of the main factors of social reproduction. The main attention is paid to medical care, as well as physical education and sports as the most important component of human capital.

Key words: human capital, factors of production, accumulation of human capital, comfort of life, health care and sports.

Актуальность данного исследования обусловлена кординальными изменениями, происходящими в обществе в эпоху научно-технической и информационной революции, когда человек, его научно-

образовательный, интеллектуально-творческий потенциал становятся ключевым фактором социального и экономического прогресса.

Одним из существенных проблем изучения развития человеческого капитала является устаревание и износ человеческого капитала. В статье исследуется роль здравоохранения, физической культуры и спорта в восстановлении ресурсов человеческого капитала [1,2].

Цель - изучить развитие одного из основ человеческого капитала - капитала здоровья. Основное внимание уделяется уровню создания в Кыргызской Республике условий для развития, пополнения и восстановления капитала здоровья, состоянию и по улучшению оказания трудовым ресурсам услуг в сферах здравоохранения, физкультуры и спорта.

Истоки научного осмысления категории "человеческий капитал" восходят к основоположникам классической политэкономии. А. Смит одним из первых ввел понятие "человеческий капитал" как накопленные знания и умения членов общества, которые дают право на получение дохода.

Теория человеческого капитала опирается на принцип сходства между процессами формирования вещественного и человеческого капитала. Исследователи обращают внимание на существенные особенности человеческого капитала и его отличие от вещественного. Сходство между названными видами капитала заключается в следующем: являясь основными факторами общественного воспроизводства и взаимодействуя в процессе эффективной реализации, они способны обеспечить прибыль их владельцам; формирование и накопление данных видов капитала осуществляется за счет инвестирования средств, что позволяет обеспечить длительный экономический эффект, который можно измерить как в натуральном, так и в денежном выражении; Однако, сходство не исключает и наличия существенных различий, важнейшим из которых является минимальная степень ликвидности человеческого капитала, поскольку он воплощен в личности своего

носителя и не может продаваться либо передаваться, подобно вещественному капиталу. Человеческий капитал может обесцениваться, истощаться в результате физического и морального износа, однако он неотделим от личности его носителя и не может быть передан другому собственнику, что обуславливает невозможность прямого наследования человеческого капитала. Вместе с тем исследователи обращают внимание на наличие экономических механизмов косвенной передачи человеческого капитала от родителей к детям.

В отличие от вещественного капитала помимо способности приносить денежную отдачу, человеческий капитал имеет собственную внутреннюю ценность для владельца. Более того, как справедливо отмечают ученые, "непосредственной полезностью может обладать и сам процесс накопления человеческого капитала". Косвенными неденежными выгодами являются более высокий социальный статус человека, общественная активность, карьерные перспективы, психологический выигрыш, моральное удовлетворение и др.

Одной из главных особенностей человеческого капитала заключается в том, что для него характерны более продолжительные сроки окупаемости и длительный период оборота. Так, например, время получения общего и специального образования составляет не менее 10-15 лет, и лишь по его окончании вложения в человеческий капитал начинают приносить отдачу, возрастающую по мере накопления производственного опыта. Кроме того, важно отметить необходимость постоянных целенаправленных инвестиций в развитие человеческого капитала на протяжении всего жизненного цикла человека.

Можно сделать вывод, что сущностное ядро теории человеческого капитала представляет собой инвестиционную трактовку затрат на качественное совершенствование человеческого капитала, формирование совокупности

производительных способностей населения и развитие его потребностей, обоснование значимости данных нематериальных инвестиций в обеспечении экономического роста, повышении эффективности и конкурентоспособности экономики.

Отметим, что в основе современного подхода ученых к исследованию теоретических аспектов человеческого капитала лежит методологический принцип функциональности определения, предусматривающий необходимость изучения явления не только с точки зрения его внутренней структуры, но и с учетом его функционального предназначения, конечного целевого использования. Так, в частности, при исследовании сущностных характеристик и особенностей данной категории акцентируется внимание на том, что человеческий капитал - это не просто совокупность навыков, знаний, способностей, которыми обладает человек. Во-первых, это накопленный запас навыков, знаний, способностей, которые целесообразно им используются в той или иной сфере общественного производства, способствуют росту производительности труда и эффективности производства. Во-вторых, целесообразное использование данного запаса в виде высокопроизводительной деятельности закономерно приводит к росту доходов работника. В-третьих, увеличение доходов стимулирует человека путем вложений в здоровье, профессионально-образовательный уровень и другие качественные характеристики увеличить, накопить новый запас навыков, знаний и мотиваций, чтобы в будущем его вновь эффективно применить. Представляется, что данный подход наиболее полно отражает сущностные характеристики человеческого капитала. Специализированными институтами, формирующими человеческий капитал, являются системы здравоохранения, образования, науки, культуры и искусства,

информационного обслуживания, а также физкультура и спорт.

Осуществляемая в рамках названных структур деятельность и соответствующие инвестиции имеют исключительно важное значение как для индивида, так и для общества в целом, являясь при этом необходимым условием для накопления человеческого капитала и улучшения перспектив экономического роста. С этих позиций формирование человеческого капитала необходимо рассматривать как двусторонний процесс взаимодействия индивида и общества: для его реализации недостаточно индивидуальной мотивации, необходима мотивация общества в целом, предъявляющего спрос на совокупность имеющихся у человека способностей, знаний и производственных навыков. При этом для оценки роли и места человеческого капитала в экономическом развитии следует учитывать не только прирост индивидуального благосостояния, но и существование внешних эффектов, получаемых в процессе накопления человеческого капитала.

Структура вложений в человеческий капитал включает в себя следующие виды инвестиций: образование, подготовка на производстве; здравоохранение; мотивация; поиск информации и миграция; фундаментальные научные разработки; экология и здоровый образ жизни; культура и досуг.

На современном этапе значительно возросло внимание ученых и практиков к проблемам развития здравоохранения, что обусловлено осознанием того, что здоровье нации представляет собой основной ресурс и непреходящую экономическую ценность общества и государства. Важнейшим активом человеческого капитала, выступающим в качестве основы и неотъемлемого базового условия обеспечения возможности его функционирования, является капитал здоровья.

Национальная стратегия устойчивого развития, принятая в Кыргызской Республике, определила все основные направления жизнедеятельности страны, особое внимание в ней уделяется необходимости роста благосостояния и улучшения условий жизни населения на основе совершенствования социально-экономических отношений, инновационного развития и повышения конкурентоспособности национальной экономики. Для достижения главной цели необходимо решение следующих задач: формирование условий для развития человеческого потенциала на основе роста реальных доходов и улучшения комфортности жизни населения, усиления роли семьи, повышения уровня здравоохранения, культуры и качества образования граждан; модернизация организационно-экономических механизмов и институтов, создание благоприятных условий для реализации предпринимательской инициативы субъектов хозяйствования; усиление мотивации к эффективной работе и повышение ответственности работников за результаты и качество своего труда. В обеспечении качественного воспроизводства человеческого капитала важную роль играет система здравоохранения. Всестороннее гармоничное развитие человека, формирование эффективной системы здравоохранения, повышение уровня и качества медицинского обслуживания населения являются важнейшими государственными приоритетами в Кыргызской Республике. Проблемы развития здравоохранения находятся в центре внимания ученых и практиков.

В нашей стране сохранена социально ориентированная система здравоохранения. Постоянно укрепляется материально-техническая база организаций здравоохранения, реконструируются и оснащаются новейшим оборудованием

операционные блоки и реанимационные отделения больниц.

Наблюдается ежегодный рост доли расходов на здравоохранение в общих государственных расходах страны, в 2016 году она составила 13,1% (15млрд. 124,8 млн сомов) государственного бюджета Кыргызской Республики.

В связи с вхождением Кыргызской Республики в Евразийский экономический союз (ЕАЭС) открылись значительные возможности медицинского обслуживания мигрантов из Кыргызстана, трудящихся на территории Российской Федерации, отныне они могут пользоваться медицинскими услугами наравне с россиянами, что облегчит этому контингенту- гражданам Кыргызстана, являющимся трудовыми ресурсами нашей страны, сохранить и возобновлять свой потенциал как человеческий капитал республики.

В то же время Кыргызстан существенно уступает развитым странам мира по уровню технической оснащенности и состоянию материальной базы медицинских учреждений. По-прежнему актуальной остается проблема финансирования здравоохранения, в значительной мере определяющая качество и доступность медицинской помощи. Отметим также, что расходы на здравоохранение на душу населения в Кыргызстане значительно ниже, чем в странах с развитой экономикой. Следует отметить, что регулируемые системой здравоохранения Кыргызской Республики показатели, в основном, улучшаются: снижается младенческая, детская и материнская смертность, послеоперационная летальность, общая инфекционная заболеваемость, уровень трудопотерь вследствие временной трудоспособности, наблюдается тенденция снижения смертности от онкологических и ряда других заболеваний.

Ухудшение здоровья населения объективно приводит к тому, что значительное число трудоспособных

граждан полностью, либо частично исключаются из процесса производства. Одним из немаловажных факторов сохранения здоровья населения является борьба с табакокурением, злом, которое несет с собой угрозу не только самим курящим, но и всем окружающим, превращая их в пассивные курильщики.

Табакокурение является собой социальное действие, направленное на нарушение прав безопасности и неприкасаемости других личностей, окружающих курильщика и играет особую роль в определении уровня культуры общества.

В Кыргызской Республике на законодательном уровне принят ряд мер по борьбе с табакокурением и кальянокурением, которые заключается в основном на повышении минимальных цен на табачные изделия, увеличении размера штрафа за продажу табачных изделий несовершеннолетним, запрете курения в общественных зданиях, на территории образовательных и медицинских учреждений антирекламе в табачных упаковках.

Достигнут полный запрет курения в общих залах системы общественного питания, кафе и рестораны по возможности имеют отдельные помещения для курящих клиентов, но это начало имеет успех только в столице, в областях и районах республики все еще предстоит работать в этом направлении, жестко используя предусмотренные законодательством административные меры.

Таким образом, Кыргызстан остается одним из стран, где не запрещено курение во всех общественных местах (по-прежнему можно курить - на остановках общественного транспорта, у входа в магазины, в парках и скверах и т.п.). Для сравнения, в Финляндии еще в марте 1995 года появился закон, запрещающий курение во всех общественных зданиях. Работники могли курить только в специально обустроенных помещениях с отдельной

вентиляционной системой и меньшим давлением воздуха. В результате количество курящих в стране значительно уменьшилось. В Ирландии с 2004 года запрещено курение во всех публичных местах, вследствие этого продажи сигарет в пабах упали на 60%, и более 7 тысяч человек бросили курить. Подобные законы существуют во многих странах. В Италии, к примеру, штраф за несоблюдение запрета на курение в кинотеатре, офисе, школе, на остановке составляет от 25 до 250 евро, в Нидерландах - от 300 до 2400 евро, в Турции - от 500 до 800 долларов.

Одним из наиболее эффективных методов по борьбе с курением среди населения некоторые государства считают ценовую политику. Так благодаря повышению цен на табачные изделия уменьшается и количество потребителей, как произошло в Латвии и Германии. В Германии средняя цена за пачку из 17 сигарет равна примерно 4 евро.

В Кыргызской Республике ведется активная работа по борьбе с алкоголизмом и пьянством, что пагубно влияет на здоровье населения и является одним из факторов снижения работоспособности и продолжительности жизни, имеет прямое воздействие на повышение травматизма и нарушениям общественного порядка вплоть до совершения тяжелых преступлений.

Правительством повышены розничные цены на алкогольные продукты, запрещена их продажа в близости от образовательных и медицинских учреждений, с этого года пресекается и внушительно наказывается употребление алкоголя в общественных местах и на улице, также, как и появление на общественных местах в нетрезвом состоянии.

Характерно, что статистические данные об объемах продаж не полностью отражают объемы потребления, поскольку не учитывают контрафактные и контрабандные поставки спиртных напитков. Динамика продаж и потребления алкогольных напитков все еще способствует

сохранению относительно высокой преступности, в том числе по особо тяжким преступлениям. Все это не только негативно влияет на здоровье нынешнего поколения республики, но и ухудшает ее генетический фонд, подрывает перспективы развития человеческого капитала страны и, следовательно, экономики в целом.

В то же время в нашей стране созданы необходимые предпосылки социально-регулируемого процесса массового физкультурно-оздоровительного движения. Сохранена и развивается сеть спортивных сооружений, по мере возможности обеспечивается стабильная и планомерная подготовка спортивного резерва. Решаются задачи по обеспечению доступности занятий физической культурой, спортом и туризмом для всех категорий населения независимо от уровня их подготовленности и способностей.

Только за 2016 год в Кыргызстане построены и введены в действие 57 спортивных объектов, в т.ч. крупные спортивно-физкультурные комплексы в городах Бишкек, Ош и Чолпон-Ата.

Заключение.

Современное состояние здравоохранения в Кыргызстане характеризуется недостаточно финансовым и материально-техническим обеспечением, неэффективной деятельностью лечебно-профилактических учреждений, неадекватным качеством медицинской помощи при наличии относительно достаточной обеспеченности населения врачебными кадрами. В связи с этим весьма актуальной остается задача дальнейшего реформирования и модернизации системы здравоохранения, целью которого является улучшение показателей здоровья населения, а также повышение доступности и качества медицинского обслуживания населения.

Таким образом, наряду с определенными положительными сдвигами в развитии системы здравоохранения, физической культуры и спорта в Кыргызстане еще остаются нерешенными

некоторые проблемы, оказывающие неблагоприятные влияния на количественные и качественные параметры развития человеческого капитала. Необходима разработка комплексной системы государственных, общественных, социально-экономических и медицинских мероприятий, осуществляемых органами государственного и местного самоуправления, позволяющих наиболее полно и демонстративно сочетать потребности населения в медицинской помощи, лекарственном обеспечении и санитарно-противоэпидемиологическом обслуживании с экономическими возможностями их удовлетворения. Дальнейшее реформирование здравоохранения в Кыргызстане предполагает реализацию комплекса мер, направленных на совершенствование системы управления отраслью, повышение эффективности инвестиций в здравоохранение, физкультуре и спорте, в том числе и посредством использования эффективного механизма финансирования этих расходов на основе нормативов бюджетной обеспеченности на одного жителя, укрепление материально-технической базы здравоохранения и спорта, увеличение выпуска отечественных аналогов - заменителей импортных лекарств, расширение предоставления платных услуг с обязательным сохранением приоритетности государственной системы здравоохранения и физической культуры и спорта.

Литература

1. Акматов А., Сейтказиев М. Роль физической культуры в системе современного образования. Вестник КГАФКиС. Б.: 2015. -№1(12).-С.27-30.
2. Коренберг В.Б. Культура физическая и здоровье, 2012, №3. -С.72-79.
3. Введение в институциональную экономику: учеб.пособие/ под ред.

- Д.С.Львова. -М.: Экономика, 2012. - 639 с.
4. Вереникин, А.О. Человеческий капитал: концептуальные основания и особенности проявления/ А.О. Вереникин//США. Канада. Экономика-политика-культура. - 2013.
 5. Иванов, Н.П. Человеческий капитал и глобализации/Н.П. Иванов//МЭи МО. - 2008.- №9.-С.19-31.
 4. Кыргызстан- 2016: Цифры и факты. Аппарат Президента Кыргызской Республике.
 5. Марцинкович, В.И.Инвестиции в человека: экономическая наука и российская практика/ В.И.Марцинкевич//МЭиМО. -2005.-№9.- С.29-39.
 6. Sport.akipress.org/news:105899. 30.01.2017.

УДК 615:612.3:796

ПРИМЕНЕНИЕ МЕТОДОВ ТРАДИЦИОННОЙ МЕДИЦИНЫ КЫРГЫЗОВ В КОМПЛЕКСНОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ СПОРТСМЕНОВ В ПОСТСОРЕВНОВАТЕЛЬНОМ ПЕРИОДЕ

*Анварбекова Ы. А.¹, Карасаева А.Х.², Алымкулов Р.Д.¹
Кыргызская государственная медицинская академия им. И.К. Ахунбаева¹ г. Бишкек,
e-mail:m.d.a_11@mail.ru
Восточный университет им. Махмуда Кашкари –Барскани²*

Аннотация. В статье представлены результаты изучения по применению методов традиционной медицины кыргызов с целью детоксикации организма спортсменов в постсоревновательном периоде. Доказано детоксикационное действие методов традиционной медицины кыргызов на уровень аутоинтоксикации организма спортсменов в сравнении с контрольной группой по ряду клинико-функциональных показателей.

Ключевые слова: спортсмены, аутоинтоксикация, реабилитация, детоксикация, традиционная медицина кыргызов.

СПОРТЧУЛАРДЫ МЕЛДЕШТЕН КИЙИН КЫРГЫЗДЫН САЛТТУУ МЕДИЦИНАЛЫК ЫКМАЛАРЫН КОЛДОНУУ МЕНЕН ДЕН СОЛУГУН КАЛЫБЫНА КЕЛТИРҮҮ

*Анварбекова Ы. А.¹, Карасаева А.Х.², Алымкулов Р.Д.¹
И.К.Ахунбаев ат. Кыргыз мамлекеттик медициналык академиясы¹, Бишкек ш.
Махмуд Кашкари –Барскани ат. Чыгыш университети²*

Аннотация. Макалада кыргыздын салттуу медициналык ыкмалары менен мелдештерден кийин спортчулардын организмдин детоксикациялоо менен калыбына келтирүүнүн жыйынтыктары көрсөтүлгөн. Негизги топту контролдук топтор менен салыштырганда, бул детоксикациялоо ыкмалардын спортчулардын организмдеги аутоинтоксикацияга таасирдүүлүгүн клиника-функционалдык жолу менен тастыктайт.

Негизги создор: аутоинтоксикация, калыбына келтирүү, детоксикациялоо-тазалоо, спортчулар, кыргыз салттуу медицина.

APPLICATION OF THE METHODS OF TRADITIONAL MEDICINE IN THE KYRGYZ COMPREHENSIVE REHABILITATION OF ATHLETES IN THE POST-COMPETITION PERIOD

*Anvarbekova Y. A.¹, Karasaeva A.Kh.², Alymkulov R.D.¹
Kyrgyz State Medical Academy. I.K. Akhunbaeva¹, Bishkek c.
Eastern University. Mahmoud Kashkari-Barscani²*

Abstract. *The article presents the results of a study on the use of traditional medicine practices with the aim of Kyrgyz detoxification athletes in post-Competition. Detoxification methods proven action in traditional medicine Kyrgyzes level athletes autointoxication organism in comparison with the control group on a number of clinical indicators funtsionalnost.*

Keywords: *athletes, autointoxication, rehabilitation, detoxification, traditional medicine Kyrgyz.*

Актуальность. Повышение результативности спортсменов высокой квалификации на соревнованиях и реабилитация в постсоревновательном периоде является одной из наиболее актуальных проблем большого спорта. Анализ данных литературы свидетельствует о нарушениях гомеостаза организма спортсменов, которые проявляются накоплением продуктов повышенного обмена веществ на фоне чрезмерных физических нагрузок. Об этом свидетельствуют факты сдвигов биохимических и иммунологических параметров [9].

Вопросы реабилитации спортсменов остаются недостаточно решенными вследствие недостаточной эффективности применяемых методик оздоровления [5,6,7]. В последние годы эта проблема приобретает особую актуальность на фоне применения новых технологий тренировок и новых фармакологических препаратов [7].

Предпочтительным является немедикаментозный подход к программам подготовки и реабилитации спортсменов, так как обязательным фактором для осуществления профессиональной спортивной деятельности является зависимость от допинг-контроля [10]. Это позволило предложить врачам спортивной медицины меры воздействия на организм спортсмена на первых двух стадиях аутоинтоксикации, которые составляют оптимальное время и суть

профилактической детоксикации. Отсюда следует, что детоксикация организма спортсменов является одним из способов реабилитации их физической работоспособности [1].

Тщательное изучение основ традиционной кыргызской медицины позволило нам определить основные принципы методов немедикаментозной реабилитации спортсменов постсоревновательном периоде [2,3,4].

Цель исследования - повышение эффективности реабилитации спортсменов в постсоревновательном периоде методом традиционной медицины кыргызов .

Материалы и методы исследования. Работа выполнена в рамках межвузовской НИР КГАФКиС совместно с КГМА им. И.К. Ахунбаева «Медико-биологические, социальные и этнические механизмы формирования здоровья и физической культуры человека в условиях горного климата Кыргызстана» № 0003285 Гос. регистрации, предусмотренной соглашением о совместных научных исследованиях на период с 2010 по 2016 гг. в Бишкеке. Под наблюдением находилось 40 спортсменов, которые были разделены на равнозначные группы.

Основную группу составили 20 спортсменов высокой квалификации, прошедших в течение 2-х недель немедикаментозную реабилитацию методом традиционной медицины кыргызов, контрольную группу составили 20

спортсменов, которые не прошли реабилитацию в постсоревновательном периоде.

Все ощущения и внешние признаки были сгруппированы и распределены по системам организма, разделены на четыре уровня аутоинтоксикации организма спортсменов: 1-практически здоровые; 2-нестабильные функциональные изменения; 3- стойкие функциональные изменения; 4- нарушения функций выделительных систем. Данная схема разработана и запатентована (патент КР № 1707) в зависимости от степени их выраженности.

Клинические методы: жалобы, кожа – наличие и выраженность угревой сыпи на лице и на спине, пигментные пятна на лице; сердечно сосудистая система – ЧСС, АД, ЭКГ, мониторинг АД, ЧСС, ЧД, оксигенация крови; дыхательная система – ЧД, кислородное насыщение крови; мочеполовая система – симптом Пастернацкого, опорно-двигательная система – боли в суставах, и позвоночнике; желудочно- кишечный тракт – жалобы на горечь во рту, тяжесть и дискомфорт в области правого подреберья, обложенность языка, тошнота, симптомы дискинезии желчевыводящих путей (ДЖВП); антропометрия: вес, рост, окружность грудной клетки и талии; неврологический статус: черепно-мозговые нервы (ЧМН), вегетативные нервные системы (ВНС), координационные пробы (поза Ромберга), сухожильные и надкостные рефлекс (коленный, ахилловый, бицепс, трицепс и т.д.).

Лабораторно-инструментальные

методы: показатели гомеостаза крови – общий анализ крови и мочи, биохимические показатели: аланинаминотрансфераза (АЛТ), и аспартатаминотрансфераза (АСТ), холестерин, общий билирубин, прямой билирубин, тимоловая проба, мочевины, креатинин, мочевая кислота, общий белок и белковые фракции сахар в крови, лактатдегидрогеназа (ЛДГ), микроэлементы (кальций, магний, калий, натрий, железо); УЗИ органов брюшной полости; мониторинг АД, ЧСС, ЧД, оксигенации крови на мониторе-«WelchAllyn» (производства США) с программным обеспечением при определении физической работоспособности: высота ступеньки при проведении Гарвардского степ-теста: для мужчин - 51 см; оценка результатов Гарвардского степ-теста ИГСТ; менее -55, плохая -55-64, ниже среднего- 65-79, средняя -80-89 хорошая - 90 и более отличная.

Объекты исследования - спортсмены добровольцы высокой квалификации: основная группа А-20 и контрольная группа В- 20.

Методика реабилитации.

Программа детоксикации методом традиционной медицины кыргызов состояла из аутотренинга под музыку комуза, приема родниковой воды. Дюбаж с неперебродившим кымыз-саамалом. Завтрак: кордо-каша из риса с айраном, прием - отварная тыква (ашкабак) с черносливом (кара өрүк) и фито-отвар из корней ревеня (ышкын), табл.1.

Программа курса детоксикации методом традиционной медицины кыргызов

День курса	Элементы детоксикации					
	1	2	3	4	5	6
	Ауто-тренинг-под успокоительной музыкой комуза	Фито-отвар корней ревеня-ышкын 200 мл как напиток	Прием родниковой воды 200 г за 30мин до еды утром	Завтрак кордо – каша из риса с айраном	Дюбаж с непереваренным кымыз-саамалом 200 мл до еды в обед и вечером	Прием тыква с чернослив на ужин 250 г
1.	+	+	+	+	+	+
2.	+	+	+	+	+	+
3.	+	+	+	+	+	+
4.	+	+	+	+	+	+
5.	+	+	+	+	+	+
6.	+	+	+	+	+	+
7.	+	+	+	+	+	+
8.	+	+	+	+	+	+
9.	+	+	+	+	+	+
10.	+	+	+	+	+	+

Результаты исследования и их обсуждение. После проведенного курса реабилитации у 14 спортсменов основной группы отсутствовал синдром хронической усталости, улучшилось самочувствие и исчезли признаки тревоги и раздражительности. У 4-х спортсменов во время реабилитации временно, в течение 2-

х дней отмечались явления диареи, вздутия живота и тошноты, затем на 4-5 день состояние улучшилось, повысился аппетит, прошла горечь во рту. На 10 день у 18 спортсменов заметно улучшился эмоциональный настрой и полностью исчезли субъективные жалобы и повысилась работоспособность при нагрузке (табл. 2).

Таблица 2
Показатели функциональных методов исследования до и после детоксикации

№	Показатели	Группа А до детокс.	Группа В контр. исходные	Группа А после детокс.	Группа В контр.
1.	САД, мм рт.ст.	103,3±1,8	100,3±1,2	119,1±1,8*	108,6±2,4

2.	ДАД, мм рт.ст.	65,6±1,5	78,8±1,8	66,8 ±1,5	70±1,9
3.	ЧСС, уд.в мин	72,8±2,2	71,8±2,4	63,4±2,1*	77,2±2,5
4.	ЧД, раз в мин	17,5±1,2	18,2±1,2	16,5±1,3	19,8±1,7
5.	Оксигенация крови, %	80,7±1,4	82,0±1,5	98,1±1,3*	80,2±1,6

Примечание: * - критерий достоверности с исходным уровнем до детоксикации $p < 0,05^*$.

Показатели оксигенации крови в группе А составили до детоксикации 80,7%, после 98,1% ($p < 0,05$) что говорит, об аэробном гликолизе.

Вырос энергетический ресурс после детоксикации, т.е повысилось образование АТФ как источник энергии.



Диаграмма 1. Частота разных уровней аутоинтоксикации в группе А до и после детоксикации 1, 2, 3



Практически у каждого спортсмена выявлялась аутоинтоксикация. У 33% в группе А и 35% в группе В I уровень; у 47% и 45 % соответствует II уровень, III-20% в обеих группах. После детоксикации в группе А аутоинтоксикация – I –уровень составил 73%, второй уровень 27 %. В группе В показатели уровня аутоинтоксикации сохранились в прежнем уровне (диаграмма 1).

Оценка физической работоспособности по пробе Гарвардского степ –теста до детоксикации обеих групп составила 65 ниже среднего, сразу после детоксикации достоверно улучшилась у всех спортсменов группы А увеличился до 90 отличная по сравнению контрольной

группой В. Продолжительность спортивной работоспособности в группе А сохранялась более 6 месяцев.

Заключение. На основании проведенных реабилитационных мероприятий доказано детоксикационное действие методов традиционной медицины кыргызов на уровень аутоинтоксикации организма спортсменов.

Литература

1. Анварбекова Ы.А., Карасаева А.Х., Профилактическая детоксикация организма спортсменов. //Учебное пособие для студентов ВУЗов. – Б.: Салам. - 2014. – 296 с.
2. Анварбекова Ы.А. Корреляция между жалобами и биохимическими параметрами крови у спортсменов / Карасаева А.Х., Анварбекова Ы.А.// Вестник КГМА им И.К.Ахунбаева. - Б.: 2014. - № 3,- 12 с.
3. Анварбекова Ы.А. Способ оздоровления организма: Патент КР№1707 Карасаева А.Х. , Белов Г.В.
4. Дубровский В.И. «Спортивная медицина» // Уч. для студ. вузов -М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС,1998-480 с.
5. Орловская Ю.В. Профилактические реабилитационные технологии в системе подготовки спортсменов: основные положения, перспективы развития и использования. // Приложение к журналу «Курортные ведомости». - 2006. № 1 (34) III. – С. 218.
6. Остапишин В.Д. Общие принципы формирования программ медицинской реабилитации спортсменов высоких достижений[Текст] / В.Д . Остапишин, А.А. Лубяко, Ч.С. Борисевич // Спортивная медицина: наука и практика. 2011. № 2. С. 34-38.
7. Куленков О.С. Фармакология спорта. [Текст] – М.: 2005. – 421 с.
8. Маткевич В.А. Способ детоксикации организма: патент РФ №2056795 / В.А. Маткевич, Е.А.Лужников, В.И.Покровский и др. - 1996.
9. Никулин Б.А. Динамика активности тромбоцитарного гемостаза у молодых людей с гемодинамическими и метаболическими нарушениями на фоне регулярных физических нагрузок[Текст] / Медведев И.Н., Савченко А.П. // Фундаментальные исследования. 2011. № 10. С. 88-94.
10. Фудин Н.А. Реабилитация постстрессорных нарушений с использованием тепло-холодовых процедур и витаминных комплексов в спорте [Текст] / Н.А. Фудин, С.Я. Классина, С.В Чернышев // Вестник новых медицинских технологий.- 2012. №2. –С. 78-80.

УДК 796.8:612.395.5

ХАРАКТЕРИСТИКА ЭНЕРГОТРАТ И КАЧЕСТВА ПИТАНИЯ САМБИСТОВ СБОРНОЙ КЫРГЫЗСКОЙ РЕСПУБЛИКИ

Ларионов А.Ф., Камчибеков А.К., Андреев М.В.

Кыргызская государственная академия физической культуры и спорта, г. Бишкек

Аннотация. Работа посвящена исследованию энерготрат и качества питания самбистов – членов сборной команды КР.

Ключевые слова: энерготраты самбистов, качественный состав питания.

КЫРГЫЗ РЕСПУБЛИКАСЫНЫН КУРАМА САМБИСТТЕРИНИН ЭНЕРГИЯ ЖУМШАЛУУНУН ЖАНА ТАМАК – АШ САПАТЫНЫН МҮНӨЗДӨМӨСҮ

*Ларионов А.Ф., Камчибеков А.К., Андреев М.В.
Кыргыз мамлекеттик дене тарбия жана спорт академиясы, Бишкек ш.*

Аннотация. Изилдөө КР курама самбисттеринин энергия жумшалуусуна жана тамак – аш сапатына арналган.

Негизги сөздөр: спортсмен-самбисттер, энергия жумшалуусу, тамак-аштын сапаттуу курамы.

CHARACTERISTIC OF ENERGY EXPENDITURE AND QUALITY OF NUTRITION OF THE SAMBIST TEAM OF THE KYRGYZ REPUBLIC

*Larionov A.F., Kamchibekov A.K., Andreev M.V.
Kyrgyz state academy of physical culture and sports, Bishkek c.*

Abstract. The work is devoted to the research of energy expenditure and quality of nutrition of Sambo wrestlers - members of the national team of the KR.

Keywords: energy expenditure of sportsmen of sambo wrestlers, qualitative composition of their food.

Введение. В практике современного спорта важное значение придаётся организации питания спортсменов, восстановление энерготрат и получение необходимых для организма пищевых веществ возможно только с помощью рационального режима питания. В настоящее время современная наука о спортивном питании разработала достаточно доступные и подробные, с научной точки зрения, требования к построению питания спортсменов не только в общем плане, но и конкретно к отдельным видам спорта.

До настоящего времени остаются малоизученными вопросы организации питания самбистов; в то же время несомненна их значимость для практики спорта Кыргызской Республики. Спортивный организм требует особого подхода к режиму питания самбистов высокой квалификации. В большинстве случаев ни сами спортсмены, ни тренеры не уделяют должного внимания правильному питанию. Это негативно сказывается на росте, физическом развитии и здоровье спортсменов, а также на их спортивных результатах.

Учитывая важность изучения организации питания самбистов сборной Кыргызской Республики, необходимо изучить особенности энерготрат и режима питания этих спортсменов, которое явилось основным побудительным моментом для данного исследования.

Анализ литературных данных по вопросам питания спортсменов выявил отсутствие работ, посвящённых теме организации питания этой категории спортсменов.

Для восполнения энерготрат и активации анаболических процессов и процессов восстановления работоспособности спортсменов необходимо снабжение организма нужным количеством энергии и незаменимых факторов питания.

Величины энерготрат спортсменов являются разнообразными и зависят, в основном, не только от вида спорта, но и от собственного веса спортсмена. Поэтому энерготраты целесообразно рассчитывать в каждом отдельном случае.

Для поддержания повседневной нормальной деятельности человека необходимо поступление в организм пищевых веществ не только в

соответствующих количествах, но и в оптимальных для усвоения соотношениях. При этом необходимо помнить, что вредна не только недостаточность отдельных незаменимых факторов питания, но опасен и их избыток, включая многие аминокислоты, витамины и другие пищевые вещества.

Существует достаточно большое количество данных, указывающих на то, что имеющееся фактическое питание спортсменов в периоды тренировок и соревнований не соответствует элементарным требованиям рационального питания [3,4].

Цель - изучение энерготрат и качественного состава питания самбистов высокой квалификации.

Задачи:

- определение энерготрат и калорийности питания самбистов сборной Кыргызской Республики;
- анализ качественного состава пищевых рационов спортсменов с целью их оптимизации;
- разработка практических рекомендаций по оптимизации питания самбистов высокой квалификации с целью улучшения состояния их здоровья и повышения спортивных результатов.

Объект исследования.

Обследованы самбисты – члены сборной команды КР по самбо в количестве 7 человек в возрасте от 18 до 22 лет. Исследования проводились в течение 2016 – 2017 годов на базе КГАФК и С.

Использовались следующие методы:

- анкетирование по специально разработанной анкете;
- исследование энерготрат и калорийности питания, его качественного состава по общепринятым хронометражно-табличным методам;
- опрос тренеров и спортсменов по режиму питания.

Результаты исследования и их обсуждения. В результате проведенных исследований были выявлены небольшие отклонения в питании самбистов сборной Кыргызской Республики от гигиенических норм. При изучении энерготрат спортсменов в различные периоды годичного тренировочного цикла были установлены следующие особенности:

- 1) Величина энерготрат практически не зависит от тренировочного периода в годичном цикле.
- 2) Средние суточные энерготраты спортсменов зависят, в основном, от веса спортсмена (его весовой категории), поскольку физические нагрузки имеют высокие показатели во всех периодах.
- 3) В абсолютных единицах суточные энерготраты спортсменов колебались от 2600 до 4500 ккал, что в пересчете на весовую категорию составляет порядка 50 – 55 ккал/кг веса.

Так, энергетическая ценность пищевого рациона самбистов сборной Кыргызской Республики распределялась нерационально в течение суток. В рационе питания спортсменов чаще всего отсутствовал первый завтрак и полдник, однако энергетическая ценность второго завтрака превышала норму на 5,60%, а ужина – на 7,70% в дни, когда спортсмены имели 1 тренировку и, соответственно, на 8,40% и 6,60% - в дни с двумя тренировками. Основными элементами правильного питания являются пищевые белки, из которых синтезируются тканевые белки, обеспечивая организм человека заменимыми и незаменимыми аминокислотами. Количество белков, необходимое на один килограмм массы тела в сутки варьирует от 0,8 г, при сидячем образе жизни до 1,3 - 1,4 г, при физических нагрузках на выносливость и 1,7 – 1,8 г при физических нагрузках на силу. В этих исследованиях общее количество белков в среднем составило $130,76 \pm 5$ г/сутки в течение зимне-весеннего периода. Белки животного происхождения в пищевом

рационе самбистов сборной Кыргызской Республики составили, в среднем, 45% в зимне-весеннем периоде, что значительно ниже рекомендуемых гигиенических нормативов (55%). Жиры также являются важным компонентом сбалансированного питания спортсменов. У самбистов сборной Кыргызской Республики энергетическая ценность за счёт жиров составила, в среднем, 40, 90% в зимне-весеннем периоде. Доля полученной энергии за счёт жиров превысила рекомендации, поскольку она не должна превышать 30% от общей энергетической ценности суточного пищевого рациона. Значительным источником энергии для организма спортсменов являются углеводы. В данных исследованиях спортсмены получали углеводы, в среднем, в количестве 550 ± 600 г/сутки в зимне-весеннем периоде. Таким образом, энергетическая ценность за счёт углеводов составила 46-66% при рекомендуемой норме в 55% от энергетической ценности суточного пищевого рациона.

В питании самбистов сборной Кыргызской Республики было также установлено и недостаточное количество ряда витаминов. Между тем, количество жирорастворимых витаминов, полученные спортсменами в различных периодах было распределено неравномерно. Так, в зимне-весеннем периоде содержание витамина А составило $0,91 \pm 0,10$ мг/сутки (норма 1,5-2,5 мг/сутки); витамина Д – $7,6 \pm 1,6$ мкг/сутки (норма 10 мкг/сутки); витамина Е – $28,1 \pm 0,90$ мг/сутки (норма 25-37,5 мг/сутки).

Распределение энергетического баланса суточных пищевых рационов самбистов сборной Кыргызской Республики в течение целого дня было неравномерно.

Была установлена недостаточность белков животного происхождения, ряда минеральных элементов и витаминов. К тому же, спортсмены получали избыточное количество жира.

Анализ питания самбистов сборной Кыргызской Республики показал, что по калорийности энерготраты, в целом, восполняются, но качественный состав питания не выдерживает критики. Преобладают большое количество продуктов, содержащие животные жиры, при большом дефиците белков и витаминов. Такое нерациональное питание наблюдается в зимне-весеннем времени года.

Повышенный основной обмен и повышенные энергозатраты у спортсменов выдвигают необходимость обратить внимание на достаточно высокий уровень белка и полноценный пищевой рацион питания. Физиологические нормы режима питания, принятые АМН России соответствуют этим требованиям 2,5 – 3,0 г/кг веса.

В питании спортсменов соотношение белков, жиров и углеводов должно быть 1:1:4. Спортсмены нуждаются в строгом режиме питания. Как можно чаще должен быть приём пищи. Приём пищи у спортсменов должен производиться через каждые 2-3 часа, не менее 5 раз в течение дня. Для спортсменов должен быть предусмотрен 4-5- разовый режим питания в день с примерно равномерным распределением (примерно 20-25%) суточной калорийности на каждый приём.

Следует отметить, что при установлении рекомендаций по калорийности и качественному составу пищевого рациона расчёт должен проводиться не по средним показателям (как рекомендуют литературные источники), а по количеству калорий на кг веса спортсмена; то же относится и к расчётам потребности в отдельных пищевых веществах. Необходимость данного подхода обусловлена большим разбросом веса спортсменов (в некоторых видах спорта до 10 весовых категорий). Относительная калорийность питания спортсменов составляет 50-52 ккал/кг. Анализ калорийности питания самбистов сборной Кыргызской Республики показал,

что рационы их питания характеризуются пониженной энергетической ценностью с дефицитом от 25-30%. Содержание белка в рационах спортсменов занижено до 23-26% от рекомендуемых величин. Энерготраты самбистов колебались от 2600 до 4500 ккал в сутки.

Каждый самбист принимает пищу самостоятельно и их рацион питания отличается друг от друга. Большинство из них не может себе позволить питаться рационально из-за слабого знания основ рационального питания, а также по причинам материального характера. По нашим расчётам, восполнение потребности организма спортсмена возможно лишь при минимальной калорийности пищевого пайка в 50 – 55 ккал на кг в сутки, при этом особое внимание уделяется качественному составу пищи. В продуктовом наборе самбиста сборной КР отмечен дефицит молока и молочных продуктов, овощей и фруктов, а также излишки жиров и углеводов. К типичным ошибкам питания следует отнести и дефицит микроэлементов, в первую очередь, солей кальция и фосфора, а также железа, жизненно необходимых организму спортсмена. Совершенно не используется спортивное питание и комплексная витаминизация. Знания по основным правилам организации питания спортсменов необходимы каждому спортсмену, особенно высококвалифицированному.

Исправить создавшуюся ситуацию поможет, на наш взгляд, широкая просветительная работа по организации рационального питания как среди спортсменов, так и среди тренеров.

Выводы:

1. Энерготраты самбистов сборной КР зависят от их веса, интенсивности тренировок, их длительности и колеблются от 2600 до 4500 ккал, что несколько превышает данные литературных источников.
2. Анализ качественного состава пищевых рационов самбистов сборной КР выявил

значительный дефицит белков, витаминов и микроэлементов, что отрицательно сказывается на здоровье и работоспособности спортсменов.

3. Проведённые исследования позволили разработать оптимальный режим питания самбистов сборной КР и подготовить методическое пособие по организации рационального питания спортсменов – самбистов высокой квалификации.

На основании полученных данных нами предложены следующие практические рекомендации:

- тренерам необходимо проводить с родителями и спортсменами беседы по организации рационального питания, режима питания;

- для повышения уровня гигиенических знаний по питанию спортсменов следует систематически проводить обучающие семинары среди тренеров и спортсменов;

- использовать для популяризации рационального питания спортсменов имеющееся методическое пособие по организации рационального питания спортсменов.

Литература

1. Абросимова Л.И., Карасик В.Е. Определение физической работоспособности детей. Медицинские проблемы физической культуры. М.: 1978. – 72 с.
2. Альциванович К.К. 1000+1 совет о питании при занятиях спортом. Минск, 2001. – 98 с.
3. Андреев М.В. с соавт. Основы диетологии спортсменов. - Метод. пособие. -Бишкек, 2016. – 37 с.
4. Вайнбаум Я.С., Коваль В.И. Гигиена физического воспитания и спорта. - М.: 2007. – 86 с.
5. Гигиена детей и подростков. Руководство для санитарных врачей.

- (Под ред. Сердюковской Г.Н.). - М.: 1986. – 104 с.
6. Готовцев П.И., Дубровский В.И. Самоконтроль при занятиях физической культурой. - М.: 1994. – 144 с.
 7. Дубровский В.И. Гигиена физического воспитания и спорта. - М.: 2008. – 88 с.
 8. Лаптев А.П. с соавт. Практикум для лабораторных занятий по гигиене. - М.: 1991. – 113 с.
 9. Полиевский С.А. Основы индивидуального и коллективного питания спортсменов. - М.: 2005. – 78 с.

УДК 614:613.2

ГИГИЕНИЧЕСКАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА СОЦИАЛЬНО РАЗЛИЧАЮЩИХСЯ ПОПУЛЯЦИЙ ПОДРОСТКОВ, ПРОЖИВАЮЩИХ В УСЛОВИЯХ ОШСКОЙ ОБЛАСТИ

*Мансуркулова Н.К.¹, Ажикулова В.С.¹, Орозбекова Б.Т.²
 Медицинский факультет Ошского государственного университета¹
 Кыргызская государственная академия физической культуры и спорта,² г. Бишкек*

Аннотация. В статье дана оценка на состояние здоровья подростков 15-17 лет, проживающих в Ошской области.

Ключевые слова: дети и подростки, здоровье, факторы.

ОШ ОБЛУСУНУН ШАРТЫНДА АР БАШКА СОЦИАЛДЫК АБАЛДАГЫ ОСПУРУМДОРДУН ЖАШООСУНА ГИГИЕНАЛЫК МҮНОЗДОМӨ

*Мансуркулова Н.К.¹, Ажикулова В.С.¹, Орозбекова Б.Т.²
 Ош мамлекеттик университетинин медициналык факультети¹
 Кыргыз мамлекеттик дене тарбия жана спорт академиясы,² Бишкек ш.*

Аннотация. Макалада 15-17 жаштагы өспүрүм балдардын ден-соолугунун абалын баалоо жүргүзүлгөн.

Негизги создор: балдар жана өспүрүмдөр, ден соолук, факторлор.

HYGIENIC CHARACTERISTICS OF SOCIALLY DIFFERENT POPULATIONS OF ADOLESCENTS LIVING IN OSH REGION

*Mansurkulova N.K.,¹ Azhikulova V.S.¹, Orozbekova B.T.²
 Faculty of Medicine Osh State University¹, Kyrgyz state physical culture and sports academy², Bishkek c.*

Abstract. The article assesses the health status of adolescents aged 15-17 living in the Osh region.

Key words: children and adolescents, health, factors.

Актуальность. Современное общество в отличие от предшествующего социалистического периода характеризуется выраженной социальной расслоенностью и связанным с этим значительным количеством общественно значимых факторов, вызывающих у людей

биологический и психологический дискомфорт. Особенно неблагоприятны эти факторы для подростковой популяции, характеризующейся повышенной чувствительностью практически ко всем внешним воздействиям; именно здоровье подростков достаточно полно отражает

меняющееся социально- экономическое состояние общества [1]. С возрастом усиливается роль социальных факторов, влияющих на здоровье подростка, следовательно, подходы к его формированию должны определяться и с учетом так называемых «переломных» этапов социального развития, когда к растущему организму предъявляются повышенные требования, связанные с изменением привычного стереотипа [2].

Цель исследования - оценка состояния здоровья подростков 15-17 лет, проживающих в Ошской области.

Задача исследования - изучить гигиенические аспекты, социально различающихся популяций подростков (15-17 лет), проживающих в г. Ош и Ошской области.

Методы исследования: анкетирование, исследование гигиенических аспектов условий проживания и методы математико – статистического анализа.

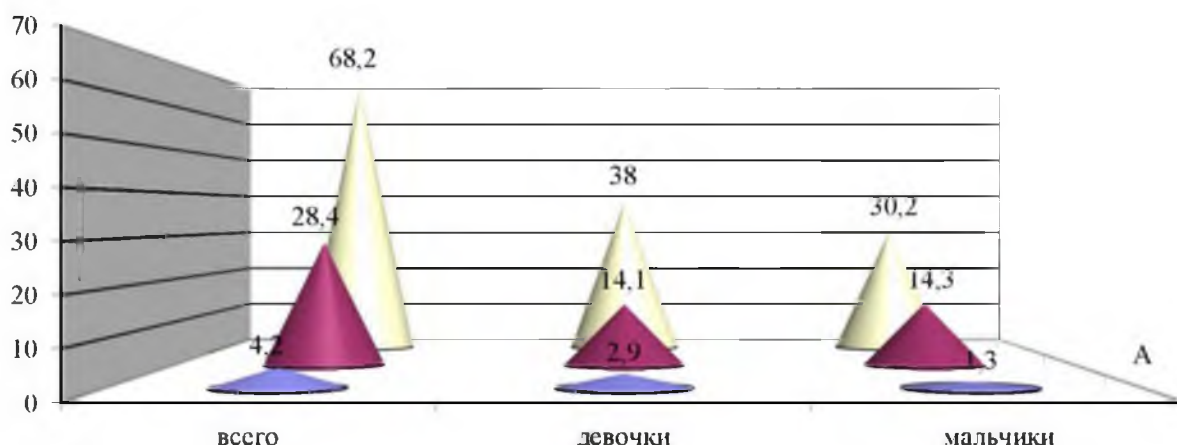


Рис. 1. Ежедневный рацион питания подростков.

Как видно из рис. 1, из всех анкетированных только 4,2 % употребляют в рационе пищи регулярно и своевременно (3-4-разовое питание). У 28,4% детей родители не в состоянии контролировать, так как большинство случаев они находятся на работе и своевременно не принимают пищи. А у 68,2% детей контроль практически не осуществляется в течение

Результаты исследования. В результате проведенных исследований определялись такие гигиенические аспекты, как источники питьевой воды, условия жизни и питание подростка, тип туалета, личная гигиена подростков.

Из еженедельного рациона питания определялась своевременность, регулярность потребления таких жизненно необходимых продуктов как, мясо, кисло - молочные продукты, рыба, яйцо, орехи, сухофрукты. При этом данные группировались следующим образом: А – ежедневно строго по времени, в домашних условиях и в горячем виде, В – иногда (1-2 раза в день) указанное время, в зависимости по обстоятельству, С – практически, не своевременно. Однако, необходимо учитывать, субъективность этих показателей, так как рацион питания определялся по результатам анкетирования (рис. 1).

дня, но строгая традиция диктует, о необходимости совместного ужина (горячее) употреблять в семейном кругу.

Для обследования личной гигиены изучалась гигиена полости рта и уход за телом (рис. 2). При опросе учитывались следующие параметры: А – строгое соблюдение гигиены полости рта (контроль осуществляется родителями) чистка зубов 2

раза в день, В – один раз в день (родители не всегда контролируют), С – нерегулярно (родители практически не контролируют). Из водных процедур учитывалась регулярность приема душа или бани: А – 2 раза в неделю (контроль строгий), В - один раз в неделю (родители осуществляют

контроль по мере возможности), С – нерегулярно (не интересуются и не контролируют).

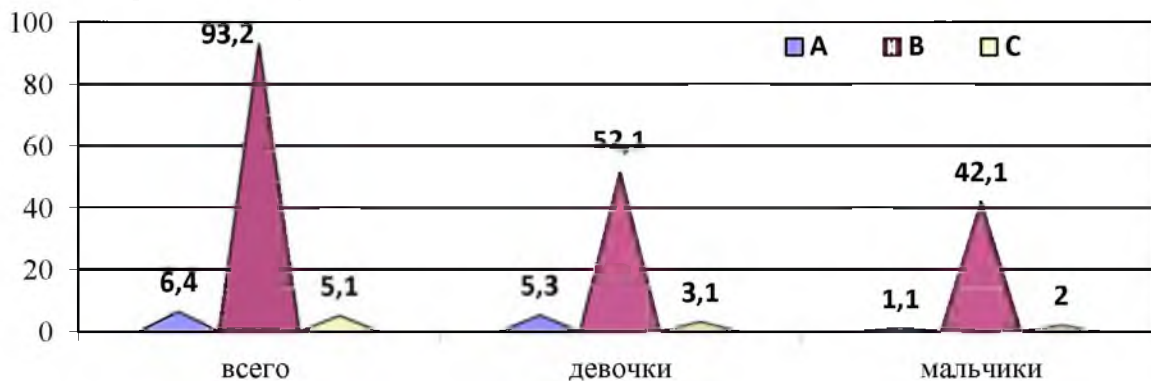


Рис. 2. Результаты обследования гигиенических исследований

Из данных рис. 2, видно 93,2% опрошенных чистят зубы один раз в день и один раз в неделю принимают баню или душ в день (родители не всегда контролируют). Самый плохой гигиенический показатель выявлен по использованию водных процедур, при этом мальчики, на 10% моются меньше девочек (М-42,1% и Д-52,1%). 5,1% опрошенных объяснили нерегулярность личной гигиены отсутствием условий жизни и возможности.

В результате проведенных исследований было выявлено, до 15% используют речную воду, до 31% пользуются септиком, то есть не имеют центральной канализации, до 23% жилищные условия удовлетворительные, то есть имеются отдельные комнаты от родителей для сна.

Если в графе источники питьевой воды и использование водных процедур, достаточно объективные показатели, то в

графе личная гигиена и питание - полученные результаты несколько субъективны.

Из некоторых анкет подростков выяснялось наличие таких вредных привычек как курение, употребление алкогольных напитков, наркотических и токсических веществ не только у них, но и у родителей тоже (табл. 1.).

Достоверные различия между данными группами подростков наблюдаются и в отношении употребления алкогольных напитков: в ПК группа ежедневно пьющих подростков составляет около 10,0%, что в пять раз больше, чем среди школьников и при этом 1,9% учащихся употребляют алкогольные напитки каждый день.

Но наиболее значимые и достоверные различия между подростками, учащимися общеобразовательных школ и учащимися ПК заметны в отношении

Таблица 1

Распространенность вредных привычек среди подростков (%)

		Девочки - школа	Мальчики - школа	Девочки из ПК	Мальчики из ПК
Курение	пробовал, но сейчас не курю	8,5	15,3	12,0	14,7
	от случая к случаю	12,5	14,0	15,0	16,0
	ежедневно 1-2 штук	19,9	30,2	31,8	35,2
	больше 5 сигарет	4,8	7,4	6,7	12,0
	больше 10 сигарет	2,4	5,2	7,9	15,3
Употребление алкоголя	пробовал, но сейчас нет	48,3	52,6	40,0	38,5
	изредка (несколько раз в год)	18,6	21,1	-	42,4
	каждый месяц	2,4	5,0	-	1,9
	каждую неделю	-	-	4,0	7,9
	каждый день	-	1,9	4,0	5,9
Употребление наркотиков	употребляющих наркотики	8,6	10,1	20,0▲	25,0▲
	не пробовал ни разу	80,8	74,7■	60,0▲	55,5▲
	пробовал, но сейчас нет	9,1	14,1■	10,0▲	13,4▲
	изредка (несколько раз в год)	-	-	3,0	4,0
	каждый день	-	-	-	2,0

▲ - разница статистически достоверна ($p < 0,01$); ■ - разница статистически достоверна ($p < 0,05$) употребления наркотических и токсических веществ: достоверно больше подростков (45%), которые употребляют наркотические и токсические вещества.

Среди учащихся ПК 3,0 - 4,0% употребляют наркотические и токсические вещества несколько раз в год. Более 3,0% подростков - обучающихся в школах также несколько раз в год употребляют наркотические и токсические вещества.

Из наркотических и токсических веществ, употребляемых подростками, они указали на растворители, коноплю и гашиш.

Таким образом, количество подростков, среди которых распространено курение, и употребление алкогольных напитков увеличилось. В связи с этим особого внимания в современных общеобразовательных и профессиональных учебных заведениях требует организация работы по формированию здорового образа жизни. Необходимо учесть, что некоторая часть популяции подростков, проживающих в условиях Ошской области, могут иметь наследственную отягощенность к

алкоголизму, наркомании, вследствие наличия легкодоступных наркотических трав и веществ (притом чистого сырья, очень легкого доступа).

Жизнь населения данного региона республики должна рассматриваться как жизнь с дополнительными функциональными нагрузками, которые могут создавать неблагоприятный фон для здоровья подростков, и усугубляются низким социальным уровнем жизни, несоблюдением санитарно-гигиенического режима, использованием детского труда в хозяйстве.

Условия обучения и воспитания подростков характеризуются низкой материально-технической базой образовательных учреждений, необходимостью проведения их капитального ремонта, переоборудования, отсутствием горячего питания,

нерациональной организацией работы по физическому воспитанию и слабой работой по формированию здорового образа жизни.

Проведенными исследованиями было показано, что на рост, развитие и состояние здоровья подростков, проживающих в условиях Ошской области оказывают такие медико-биологические и социально-экономические факторы, как возраст родителей в момент рождения ребенка, характер вскармливания на первом году жизни, закаливающие процедуры на первом году жизни, жилищно-бытовые условия, доход семьи ниже прожиточного минимума, проживание в неудовлетворительных условиях, многодетность и не приверженность к занятиям физкультурой и спортом.

Население, проживающее в г. Ош и Ошской области, постоянно испытывает влияние социальных, экономических и политических условий. Природно-климатические особенности г. Ош и Ошской области способствуют возникновению у жителей макро - и микроэлементных дисбалансов, что обусловлено химическим составом почвы, питьевой воды, рационом питания. В силу особенностей южных регионов в весеннее - летнее время дети больше привлекаются на сельскохозяйственные и торговые работы, реже бывают в оздоровительных комплексах, значительную часть дня проводят, помогая родителям (табл.2).

Таблица 2
Социальные факторы, влияющие на образ жизни подростков

Факторы	приезжие (ПК)	город	село
Оба родители есть	86,2 ▲	93,6 ▲	96,0 ▲
Неполная семья	23,0 ▲	26,2 ▲	17,7 ▲
Жилищно-бытовые условия благополучные	11,8 ▲	31,0 ▲	27,0 ▲ ■
Доход на одного члена семьи ниже прожиточного минимума	24,0 ■ ▲	18,1 ■	54,8 ▲
Образование отца высшее	17,0 ■	38,4 ■	21,8 ▲
Образование матери высшее	32,0 ■	47,2 ■	25,6 ▲
Конфликтная семейная обстановка, наличие тяжелобольных	20,0 ▲	12,5 ♦	9,8 ♦
Ребенок занимается физкультурой и спортом, и др. виды деятельности	40,0 ▲	65,4 ♦	68,9 ♦
Ребенок не занимается физкультурой и спортом	16,0 ■	36,8 ♦	32,1 ▲

▲ — $P > 0,001$; ♦ - $P > 0,01$; ■ — $P > 0,05$.

Около 86,2% приезжих подростков имеют обоих родителей, городские – 93,6% и сельские - 96,0%. К недостаточно социально благополучным (конфликтная) семьям относится: 20,0% детей из приезжих, 12,5% - городских, и 9,8% - сел. Жилищно-бытовые условия благополучные: 11,8% детей из приезжих, 31,0% - городских, и 27,0% - сел. На вопрос конфликтная семейная обстановка, наличие

тяжелобольных ответили 20,0% - из приезжих, 12,5% - городских, и 9,8% - сельских детей. Очень огорчает тот факт, что во всех анкетах от 5 до 10% вопросов оставляли без ответа. Полноценная комплексная оценка физического развития и функционального состояния подростков с учетом гигиенических факторов условий жизни позволят снизить последствия влияния дидактогенных факторов

Таблица 3
Оценка корреляционной связи состояния физического развития и здоровья с влиянием различных социальных факторов

Факторы	Состояние хорошее		состояние неудовлетворительное		d_x	d_y	$d_x \cdot d_y$	d_x^2	d_y^2
	n	d_x	N	d_y					
1. Рациональное питание	390	27,5	1028	72,5	18,0	-18,3	-329,4	325,5	333,3
2. Соблюдение правил личной гигиены	28	2	1139	80,3	43,5	-26,1	-1134,6	1896,0	679,0
3. Условия быта	1106	78	312	22	-32,5	32,2	-1046,5	1053,5	1039,6
4. Вредные привычки	1105	77,9	313	22,1	-32,4	32,1	-1040,1	1047,0	1033,2
5. Семейный статус	1140	80,4	278	19,6	-34,9	34,6	-1207,6	1215,0	1200,1
6. Прожиточный минимум	496	35	922	65	10,5	-10,8	-113,4	111,2	115,7
7. Занятие ФК	255	18	1163	82,2	27,5	-44,0	-1210,7	758,6	1932,2
Σ		318,8		379,7	0	0	-5641,6	6406,8	3145,9
		$M_x = 45,5$		$M_y = 52,0$					

переутомление, физическое закрепощение, гиподинамия и т.д.), способствуя повышению физиологической комфортности подростков для сохранения его полноценного психофизического и эмоционального здоровья. Нами проведена оценка корреляционной связи состояния физического развития и здоровья с влиянием различных социальных факторов (табл. 3.). Как видно из таблицы 3, у 45,5% подростков состояние физического развития и здоровье можно считать хорошим, а у 52% оно неудовлетворительное. При этом самым главным фактором, влияющим на это состояние, является семейный статус, который 80,4% респондентов отметили как хороший, а 19,6% считают его неудовлетворительным. Также состояние физического развития и здоровья определяют условия быта и наличие вредных привычек. Так, подростки, относящиеся к хорошему состоянию здоровья эти факторы, отметили в 78% и 77,

9% случаях соответственно, у подростков из группы неудовлетворительного состояния здоровья таковые были только у 22% и 22,1% соответственно, корреляционная связь составляет 0,98, связь прямая и сильная (P = 99,9).

Заключение. Данные исследования свидетельствуют о том, что на показатели здоровья обследованных подростков существенное влияние имели семейный статус родителей, условия быта, вредные привычки, прожиточный минимум и рациональное питание.

Литература

1. Баранов А.А., Кучма В.Р., Сухарева Л.М. Медико-социальные проблемы воспитания подростков.-М.: Изд.«Педиатр», 2014.-388 с. ISBN 978-5-906332-21-9.
2. Кучма В.Р., Соколова С.Б. Поведение детей, опасное для здоровья: современные тренды и формирование здорового образа жизни.- М.: ФГБНУ НЦЗД, 2014.- 160 с. ISBN 5-94302-005-5.

СТРУКТУРА ПОДРОСТКОВ ПО ГРУППАМ ЗДОРОВЬЯ И САМООЦЕНКА СОСТОЯНИЯ ЗДОРОВЬЯ

Мансуркулова Н.К.,¹ Ажикулова В.С.,¹ Орозбекова Б.Т.²

Медицинский факультет ОшГУ¹, Кыргызская государственная академия физической культуры и спорта², г.Бишкек

Аннотация. Формирование здоровья подростков оказывает влияние на большое количество социально-гигиенических факторов, медико-демографического порядка, условия социально-экономического и психологического характера.

Ключевые слова: здоровье, самооценка, регион проживания.

ДЕН СОЛУГУНУН ГРУППАСЫНА КАРАТА ОСПУРУМДОРДУН ТУЗУМУ ЖАНА ӨЗ САЛАМАТТЫГЫН БААЛООСУ

Мансуркулова Н.К.¹, Ажикулова В.С.¹, Орозбекова Б.Т.²

Ош мамлекеттик университетинин медициналык факультети¹
Кыргыз мамлекеттик дене тарбия жана спорт академиясы,² Бишкек ш.

Аннотация. Бул макалада оспүрүмдөрдүн ден соолугунун түзүлүшүнө социалдык жана гигиеналык, медициналык, демографиялык, экономикалык факторлордун чоң таасилери каралган.

Негизги создор: ден соолук, озун баалоо, жашаган аймагы.

THE STRUCTURE OF ADOLESCENTS BY HEALTH GROUPS AND SELF-ASSESSMENT OF HEALTH STATUS

Mansurkulova N.K.,¹ Azhikulova V.S.¹, Orozbekova B.T.². Faculty of Medicine Osh State University¹,
Kyrgyz state physical culture and sports academy², Bishkek c.

Abstract. A large number of socio-hygienic factors influences the formation of adolescent health. Including factors of the medical and demographic order, factors of socio-economic and psychological order.

Key words: health, self-esteem, region of residence.

Введение. Физическое развитие растущего организма оказывает значительное влияние на состояние здоровья ребенка [2]. Чем значительнее отклонения в физическом развитии ребенка, тем больше вероятность наличия функциональных нарушений или хронических заболеваний [4, 6]. При оценке и разработке стандартов физического развития учитываются: пол, возраст, национальность, регион проживания [1, 3, 5].

Цель исследования - оценка групп здоровья подростков, проживающих в

Ошской области.

Задача исследования - комплексное обследование подростков, проживающих в г. Ош и Ошской области.

Методы исследования - анкетирование, антропометрия, исследование гигиенических аспектов условия проживания; методы математико – статистического анализа.

Результаты исследования. Данные распределены по группам здоровья на основе критериев, разработанных А.М. Дюкаревой (1980), табл.1.

Распределение подростков по группам здоровья (в %)

Группа здоровья	Показатели	
	абс. число	удельный вес (в%)
I	367	25,8
II	698	49,2
III	275	19,4
IV	61	4,3
V	17	1,2
Всего	1418	100

В ходе исследования выявлено (табл.1), что лица с оценкой «здоров» (I группа здоровья) из общего числа подростков составляют лишь 25,8%, во II группе - 49,3%, в III группе – 19,4%, в IV группе - 4,3%, и V группе - 1,2%.

Подростки IV и V групп здоровья, как правило, являются инвалидами с детства. Самую большую группу составляют подростки со второй группой здоровья (49,3%), они практически нуждаются в медицинском обслуживании. Только 25,8% подростков могут быть

отнесены к числу «здоровых», которые на данном этапе не нуждаются в медицинской помощи. Это означает, что из 1000 подростков могут быть здоровым 258-259 человек, остальные подлежат диспансеризации и оздоровлению.

Среди подростков, которые имели проблемы с состоянием собственного здоровья, 37,3% занимались самолечением с использованием народных средств или лекарств (рис. 1).



Рис. 1. Причины не обращения за медицинской помощью

Малообеспеченные семьи не смогли обратиться за медицинской помощью - 28,1% подростков, 17,3% респондентов считают, что медицинское обслуживание плохое, врачи не компетентны, все преследуют личную выгоду (своя аптека,

свои лаборатории, свои знакомые консультанты). Считаю, что все обойдется без лечения 3,1% не обратились к врачу, 4,4% не имели на это времени, а 1,6% думают, что надо пользоваться услугами только знакомых врачей.

При анкетировании подростки должны были оценить состояние своего здоровья и характер заболевания (табл. 2).

Таблица 2

Самооценка состояния здоровья подростков

Пол	Результат самооценки	Село	Город	ПК
		% ± m	% ± m	% ± m
Мужчины	здоров	72,4±6,1	66,3±1,4	64,2±3,0
	болен	27,6±6,1	33,7±1,4	35,8±3,0
Женщины	здоровы	64,5±6,5	65,5±1,44	68,3±2,9
	больны	35,5±6,5	35,5±1,44	31,7±2,9

Лица мужского пола из сельской местности в возрасте 15-17 лет считали себя здоровыми чаще (72,4%), чем группы городских и ПК (66,3% и 64,2%). На более низкий уровень своего здоровья указали учащиеся ПК. В группе девушек признали себя здоровыми, сельские - 64,5%, городские - 65,5% и ПК - 68,3%.

Из всех опрошенных 35,8% - ПК, 33,7% - городских и 27,6% - сельских юношей отметили наличие у них хронических заболеваний. В том числе жалобы на частые головные боли отмечали - 4,0%, хронический бронхит - 3,5%, кожные заболевания - 1,2%, беспокойство и депрессии - 1,1%, туберкулез - 0,6%, артриты - 0,5%, бронхиальную астму - 0,5%, но наиболее часто (36,0%) юноши отмечали простудные заболевания (насморк, острый бронхит, пневмонии) и связывали их с санитарно - гигиеническими условиями проживания.

В группе девушек как сельские, так и городские одинаково, (по 35,5%) а ПК 31,7% предъявляли жалобы на частые головные боли - 8,0%, хронический бронхит - 4,3%, кожные заболевания - 2,1%, беспокойство и депрессии - 1,1%, туберкулез - 0,8%, бронхиальную астму - 0,5%, но наиболее часто (40,0%) девушки отмечали простудные заболевания (насморк, острый бронхит, пневмонии) и связывали их не

только санитарно - гигиеническими условиями проживания, но и более частым привлечением их к выполнению домашней работы, что по видимому снижало их резистентность и повышало восприимчивость к различным заболеваниям.

Для сравнительного детального изучения нами было проведено наблюдение в течение исследуемого периода контрольной группы различной национальности в количестве 502 подростка и различными социальными уровнями. Контрольная группа была условно разделена на 2 подгруппы: средний уровень роста и выше среднего уровня.

При исследовании определено, что 53,2% исследованных в контрольной группе имеют отклонения в физическом развитии и функциональном состоянии ССС и ДС различного характера: 9,8% дефицит веса, 7% - слабость, 6,1% - нарушения сердцебиения, 3,8% - одышка, 8,8% - нарушение аппетита, 5,2% головные боли и головокружения, 12,5% - бледность кожных покровов и деформация ногтей. Эти нарушения могут в определенной степени влиять на рост и развитие подростков, при этом наблюдается слабая корреляционная связь ($r=±0,26$). На основе анализа полученных данных рассчитаны

стандартизованные показатели, которые приведены в табл. 3.

По нашим данным, у юношей ростом выше 165см показатели $t < 2$, $P=0,05$ говорят о том, что при быстром темпе прироста, идет отставание в физическом развитии, среди причин отмечается неправильное питание и недостаток витаминов, наличие вредных привычек, а также в целом низкий уровень жизни населения в Ошской области, особенно в сельских районах.

Если дефицит массы тела составляет 10 до 20% - это гипотрофия I степени; от 20 до 30% - II степени; более 30% - III степени (данную степень гипотрофии еще называют дистрофией). У обследованных процент отклонений от идеального веса незначительный. По результатам

дополнительного обследования у эндокринолога выявлено, что это связано с гипотиреозом I степени или течением субклинического гипотиреоза.

В целях уточнения диагноза у детей с предварительным диагнозом гипотиреоза и подозрением на субклинический гипотиреоз было проведено исследование крови на определение уровня ТТГ (норма - 0,4-4,0 мкМЕ/м) и уровень Св. Т4 (норма - 10-24 пмоль/л). Как мы уже поняли, в диагностике этого заболевания врачи опирались не на объективные жалобы со стороны пациента, а на результаты лабораторных эндокринологических исследований, которые свидетельствовали о повышении уровня ТТГ.

Таблица 3

Результаты исследования (стандартизованные показатели) в контрольной группе

	Всего		Дефицит веса		Слабость		Сердцебиение		Одышка		Нарушение аппетита		Головные боли и головокружения		Бледность и деформации ногтей	
	п	%	простой	стандартизованный	простой	стандартизованный	простой	стандартизованный	простой	стандартизованный	простой	стандартизованный	простой	стандартизованный	простой	стандартизованный
Кыргызы	230	45	9,1	4,1	5,6	2,5	5,6	2,5	2,6	1,2	9,1	4,1	5,2	2,3	10	4,5
Узбеки	220	44	11,8	5,2	9,5	4,2	8,6	3,8	3,5	1,5	9,5	4,2	6	2,6	17	7,5
Др.нац-сти	52	10,4	3,8	0,4	1,9	0,2	-		9,6	1,0	3,8	0,4	1,9	0,2	6	0,6
Всего:	502	100	9,8	9,7	7	6,9	6,1	6,3	3,8	3,7	8,8	8,7	5,2	5,1	12,5	12,6

однако, необходимо учесть, что даже при норме уровне Св. Т4, возможно наличие субклинического гипотиреоза.

В действительности у подростков одним из основных симптомов была постоянная слабость и чувство усталости, даже по утрам. Пациентов беспокоили постоянные головные боли, очень часто - боли в мышцах и суставах. По видимо, онемение в руках, часто наблюдаемое у пациентов, обусловлено с давлением нервов отечными тканями в канале запястья. Кожа становилась отежной, сухой, волосы и ногти у них - ломкими. Наряду с физической заторможенностью, у обследованных наблюдались заторможенность (знаю, что сделать надо, хочу это сделать – но не могу) и частая забывчивость.

При опросе у данных подростков были жалобы на расстройство зрения, снижение слуха, звон в ушах. У некоторых наблюдались низкие голоса; ночной сон сопровождался храпом; частые запоры и замедление ритма сердца - менее 60 ударов в минуту.

Также нами проведено углубленное обследование подростков для выявления заболеваний с анализом его структуры и последующим стационарным лечением и диспансеризацией.

Из всех обследованных 502 подростков отклонения по состоянию здоровья и физического развития имели 267 (53,2%). Из обследованных подростков после постановки диагноза в стационарных условиях получили лечение всего 58,4% (156). Остальные около 42% подростков не хотели получать лечения в стационаре. Свои решения 25,2% (28) подростки объясняли тем, что получать лечения не обязательно, а у 39,6% (44) – не было денег на лечение, и у 26,1% (29) родители не согласились на лечение.

Заключение.

Данные свидетельствуют о том, что ежегодно из 1000 подростков около 531-532 не здоровы и являются носителями различных заболеваний. Ежегодно из 1000 около 195-196 подростков переносят болезни органов дыхания, 133-134 органов пищеварения, 43-44 - БМПС, по 29-30 болезни нервной системы и эндокринной системы, около 8 ИППП и больных, по ИППП и 5-6 больных психическими расстройствами и расстройствами поведения.

Литература

1. Антропова М.В., Бородкина Г.В., Кузнецова Л.М., Манке Г.Г., Параничева Т.М. Здоровье и функциональное состояние сердечно-сосудистой системы школьников // Школа здоровья. 2000. - т. 7, №3. - С. 16-21.
2. Баранов А.А., Кучма В.Р., Сухарева Л.М. Оценка здоровья детей и подростков при профилактических осмотрах (руковод. для врачей).-М.: Династия, 2004. 168 с.
3. Безруких М.М. Возрастная физиология: (Физиология развития ребенка): Уч. пособ. для студентов высших пед. уч. завед. / В.Д. Сонькин, Д.А. Фарбер. - М.: Академия, 2002. - 416 с.
4. Бережков Л.Ф. Формирование здоровья школьников. Роль медико-биологических и социальных факторов. Научные основы профилактики (актовая речь). - М.: Росс. ассоц. обществ. здоровья, 2001. - 41 с.
5. Койносов П.Г. Закономерности морфофункциональной изменчивости организма жителей Тюменской области /П.Г.Койносов, Е.Г.Зуева, А.П.Койносов, С.В.Малахова //Морфология. 2008. - т.133, №3. - С. 52-53.
6. Стромская В.П., Властовский В.Г., Кардашенко В.Н., Сальникова Г.П., Ямпольская Г.П. Комплексная оценка физического развития детей и подростков // Гигиена и санитария. 1974. - №4. - С.91-95.

СРАВНИТЕЛЬНАЯ ОЦЕНКА ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ЗДОРОВЫХ И ТУБИНФИЦИРОВАННЫХ ДЕТЕЙ ПО ПОЛУ И ВОЗРАСТУ

Садырова Н.А.¹, Орозбекова Б.Т.²

Медицинский факультет Жалалабадского государственного университета¹,
Кыргызская государственная академия физической культуры и спорта, г. Бишкек²

Аннотация. В статье дана оценка физического развития здоровых и тубинфицированных детей по полу и возрасту.

Ключевые слова: дети и подростки, здоровье, туберкулез.

ДЕН-СОЛУГУ ЧЫҢ ЖАНА КУРГАК УЧУК МЕНЕН ООРУГАН БАЛДАРДЫН ФИЗИКАЛЫК ОНУГУУСУН ЖЫНЫСЫ ЖАНА КУРАГЫ БОЮНЧА САЛЫШТЫРМАЛУУ БААЛОО

Садырова Н.А.¹, Орозбекова Б.Т.²

Жалал Абад мамлекеттик университетинин медициналык факультети¹
Кыргыз мамлекеттик дене тарбия жана спорт академиясы, Бишкек ш.²

Аннотация. Макалада ден-соолугу чың жана кургак учук менен ооруган балдардын физикалык онугуусун жынысы жана курагы боюнча салыштырып баалоого анализ берилген.

Негизги создор: балдар жана өспүрүмдөр, ден соолук, туберкулез.

COMPARATIVE EVALUATION OF PHYSICAL DEVELOPMENT OF HEALTHY AND TUBORFIED CHILDREN BY GENDER AND AGE

Sadyrova N.A.¹, Orozbekova B.T.²

Faculty of medicine, Jalal Abad State University, Jalal-Abad.¹
Kyrgyz state physical culture and sports academy, Bishkek c.²

Abstract. The article gives an assessment of the physical development of healthy and tub infected children by sex and age.

Key words: children and adolescents, health, tuberculosis.

Актуальность. Кыргызская Республика занимает второе место по уровню заболеваемости туберкулезом среди Центрально-азиатских стран. По оценке экспертов ВОЗ в последние годы показатель заболеваемости туберкулезом среди населения КР превысил почти в 12 раз по сравнению с принятым в мире пороговым уровнем заболеваемости [1].

Цель исследования – сравнительная оценка физического развития здоровых и тубинфицированных детей по полу и возрасту.

Провести сравнительный анализ особенностей морфофункционального состояния организма условно здоровых и инфицированных туберкулезом детей и подростков.

Результаты исследования. Для оценки физического развития здоровых и тубинфицированных детей, подростков, а

также территориальных особенностей проживания проведено сравнительное исследование антропометрических показателей (табл. 1).

В I группе - (6-8-летних) детей по половой принадлежности имеются нижеследующие достоверные различия: среди детей Джалал-Абадской области при сравнении контрольной с опытной группой, как у мальчиков, так и у девочек имеется достоверные различия: МТ контрольной группы детей от 2 до 4 кг ($p < 0,05$), ДТ у мальчиков (М) - на 13,5 см и у девочек (Д) – на 14,2 см ($p < 0,01$), ОГК у М – на 6,4 см и Д – на 10,4 см ($p < 0,05$; $p < 0,01$) больше, чем в опытной группе.

По Ошской области в контрольной группе девочек МТ на 4 кг ($p < 0,05$), ДТ мальчиков на 12,2 см, а девочек на 12 см больше, чем в опытной группе ($p < 0,001$). При сравнении этих показателей по

регионам в данной группе детей имеются достоверные различия. Так, по Ошской области ДТ мальчиков в опытной группе на 2,9 см ($p < 0,05$), а ОГК у них на 6,1 см ($p < 0,001$) и у девочек на 9,7 см ($p < 0,01$) больше чем у детей Джалал-Абадской области.

Во II группе (9-11 лет) по Джалал-Абадской области имелись достоверные различия при сравнении контрольной группы с опытной группой внутри регионов: в контрольной группе Джалал-Абадской области по ДТ и ОГК как у мальчиков, так и у девочек имеют достоверные различия (ДТ - на 4,6 см и 4,3 см; ОГК - на 4,4 см и 7,9 см у мальчиков и девочек соответственно больше, чем в опытной группе ($p < 0,05$)).

По Ошской области у детей обеих полов контрольной группы все показатели достоверно больше чем в опытной группе: МТ - от 2,9 до 3,2 кг, ДТ - от 2,9 до 7,4 см, ОГК - от 3,8 до 4,7 см ($p < 0,05$).

Достоверные различия параметров по МТ, от 1,4 до 1,9 кг ($p < 0,05$) выявлены в II контрольной группе детей у обоих полов Ошской области при сравнении с детьми Джалал-Абадской области. ОГК девочек из Джалал-Абадской области на 3,7 см больше, чем у девочек Ошской области ($p < 0,05$), а в остальных параметрах особого различия не наблюдается. В опытной группе у девочек Джалал-Абадской области в МТ на 2 кг, в ДТ на 2,2 см больше, чем у девочек Ошской области.

В III группе детей (12-13 лет) анализируемых регионов при анализе показателей в контрольные и опытные группы по Джалал-Абадской области у мальчиков МТ на 4,8 кг ($p < 0,05$), ДТ на 3 см ($p < 0,05$) и ОГК на 8,7 см ($p < 0,01$), а у девочек в ДТ на 7 см и ОГК на 6,5 см ($p < 0,01$) больше, чем в опытной группе. По Ошской области эти показатели различаются только у мальчиков контрольной группы по ДТ и ОГК на 5,8 см больше, чем опытной группы, а в контрольной группе девочек только по ДТ на 5,3 см больше, чем в опытной группе.

При сравнении параметров девочек по регионам в опытной группе Ошской

области по всем показателям имеются достоверные различия от Джалал-Абадских: - МТ на 6,4 кг, ДТ на 2,7 см и ОГК на 10,6 см ($p < 0,05$ до $p < 0,001$). Среди мальчиков имеются достоверные различия со знаком «+» пользу детей Ошской области: - МТ на 3,8 кг и ОГК на 3,8 см ($p < 0,05$). В контрольных группах обоих регионов имеются различия у мужского пола в ДТ на 2,2 см ($p < 0,05$), а у девочек по ОГК на 2,0 см ($p < 0,001$) в пользу детей Ошской области. Из анализа видно, что у детей IV группы Ошской области при сравнении этих показателей по половой принадлежности достоверные различия отмечаются, у юношей в контрольной группе - ДТ на 4,4 см ($p < 0,01$), а в опытной группе по ОГК на 3,1 см ($p < 0,05$). В опытной группе юношей из Джалал-Абадской области в ДТ на 5 см ($p < 0,05$) имеются различия по сравнению со своими сверстниками. А у девушек опытной группы имеются достоверные различия от юношей в МТ на 8,1 кг ($p < 0,001$).

Таким образом, сравнительный анализ материалов исследований 6-8 - летних тубинфицированных и здоровых детей показал, что имеет место выраженное снижение длины, массы тела и окружности грудной клетки. На физическое развитие детей, зараженных микобактериями туберкулеза, по сравнению с контрольной группой, влияют особенности регионального характера. Так дети из опытной группы Джалал-Абадской области намного отстают в ДТ до 2,9 см от детей Ошской области. По ОГК среди тубинфицированных детей индекс пропорциональности у мальчиков равен - $47,2 \pm 4,4\%$ а у девочек - $43,7 \pm 4,4\%$, что свидетельствует о узкогрудости и выраженной узкогрудости. Узкогрудость является основной причиной хронического кислородного голодания организма человека, что приводит к возникновению и развитию у индивида вегетососудистой дистонии (снижению тонуса кровеносных сосудов), гипотонических состояний - хронически пониженного артериального давления и связанных с ними. В экспериментальных группах

тубинфицированных 9-11-летних детей, реабилитирующихся в санаториях г.Ош и г.Джалал-Абад, исследование основного показателя физического развития – длины, масс тела и окружности грудной клетки (ДТ, МТ, ОКГ), выявило достоверные половые различия между мальчиками и девочками только лишь по Джалал-Абадской области.

У девочек данного региона в МТ на 2 кг и ДТ на 2,2 см больше, чем у мальчиков ($p < 0,05$), хотя в норме в этом возрасте они, как правило, уже должны четко проследиваться. Следовательно, можно констатировать задержку функционального созревания обследуемых детей 9-11 лет, зараженных микобактериями, (табл.1).

Таблица 1

Сравнительная оценка физического развития здоровых и тубинфицированных детей разных возрастных групп

Возраст, годы		Кол-во детей		Масса тела, кг		Длина тела, см		ОКГ, см	
		М	Д	М	Д	М	Д	М	Д
Джалал-Абадская область									
6-8 лет	К	244	216	24,0±3,8 Δ	24,2±4,2 Δ	131,9±2,2 ΔΔ	131,5±2,3 ΔΔ	62,3±3,1 Δ	61,7±3,3 ΔΔ
	О	81	91	22,0±3,8	20,3±3,9	118,4±3,6	117,3±6,8	55,9±2,2	51,3±3,9
9-11 лет	К	243	246	32,4±3,0	32,0±2,9	137±2,2 Δ	138,7±2,2 Δ	67±3,0 Δ	71,7±2,8 Δ; ▲
	О	33	39	30,9±3,6	33,0±2,9▲	132,4±2,9	134,4±2,5▲	62,6±2,2	63,8±3,2
12-13 лет	К	251	226	36,8±3,0 Δ	38,9±3,2	146,5±2,2 Δ	148,5±2,3 ΔΔ	71,0±2,8 ΔΔ	70,0±3,0 ΔΔ
	О	20	23	32,8±2,5	31,4±2,9	143,5±2,5	141,5±2,9	62,3±2,5	63,5±1,6
14-15	К	203	212	50,8±3,5 ΔΔ	49,1±3,4	165,0±4,2 ΔΔ	160,6±2,5	77,8±2,9	78,1±2,8Δ
	О	18	17	42,8±2,2	50,9±1,9▲	153,6±2,0	154,2±1,9	75,7±1,9	72,6±1,4
Ошская область									
6-8 лет	К	176	169	25,3±3,2	25,6±3,3 Δ	133,5±2,5 ΔΔΔ	131,1±2,6 ΔΔΔ	63,0±3,2	63,1±3,2
	О	43	40	23,1±1,9	21,6±1,9	121,3±2,9▲	119,1±2,6	62,0±1,7▲▲▲	61,0±1,4▲▲▲
9-11 лет	К	176	160	33,8±3,5 Δ; ▲	33,9±3,7 Δ; ▲	138,4±2,6	139,6±2,7 Δ	68,4±3,5 Δ	68,0±3,7 Δ
	О	32	25	30,6±3,6	31,0±2,9	132,0±1,9	132,2±1,9	63,7±1,8	64,2±2,2
12-13 лет	К	205	196	38,3±3,4	39,9±3,5	148,7±2,5 Δ; ▲	149,5±2,5 Δ	71,9±3,1Δ	72,0±3,1 ▲
	О	30	38	35,8±1,1▲	37,8±2,2▲	142,9±2,0	144,2±2,0▲	66,1±2,5▲	74,1±0,8▲▲▲
14-15	К	188	164	53,7±3,6 Δ; ▲	52,6±3,9Δ; ▲	166,4±2,7	166,0±3,0ΔΔΔ; ▲	78,7±2,9	79,0±3,2 Δ
	О	24	35	45,5±2,5▲	44,0±2,5	159,7±2,4▲▲	154,7±2,2	76,1±2,5	75,5±2,5▲

Примечание: Δ - $P < 0,05$; ΔΔ $P < 0,01$; ΔΔΔ $P < 0,001$ сравн-е К с О группой по полу и возрасту среди одного региона ▲ - $P < 0,05$; ▲▲ $P < 0,01$; ▲▲▲ $P < 0,001$ сравн-е К с О группой по полу и возрасту между 2-ми регионами. К – контрольная группа (здоровые дети); О – ошская группа (тубинфицированные дети).

В то же время, по нашим данным, показатели МТ и ДТ тубинфицированных девочек по Ошской области были ниже соответствующего показателя в группе Джалал-Абадских девочек. Разница составила в среднем по МТ 2 кг ($31,0 \pm 2,9$ и $33,0 \pm 2,9$ кг) и по ДТ на 2,2 см ($132,2 \pm 1,9$ и $134,4 \pm 2,5$ см) в опыте соответственно, при $p < 0,05$.

ДТ и ОГК тубинфицированных мальчиков и девочек этой возрастной группы в Джалал-Абадской области были также значительно ниже своих сверстниц из группы контроля, в среднем на 4,5 и 4,0 см ($133,4 \pm 2,7$ и $137,9 \pm 2,2$ см в опыте и контроле, соответственно, при $p < 0,05$ и $63,2 \pm 2,7$ и $69,4 \pm 2,9$ см в опыте и контроле, соответственно, при $p < 0,05$). В возрастной группе 9-11 лет тубинфицированные мальчики и девочки по Ошской области в МТ, ДТ и по ОГК были также значительно ниже своих сверстниц из группы контроля, в среднем на 3,1 кг, 7,4 и 4,25 см ($30,8 \pm 3,25$ и $33,9 \pm 3,6$ см в опыте и контроле, соответственно, при $p < 0,05$; $132,1 \pm 1,9$ и $139,0 \pm 2,7$ см в опыте и контроле, соответственно, при $p < 0,05$ и $63,9 \pm 2,0$ и $68,2 \pm 3,6$ см в опыте и контроле, соответственно, при $p < 0,05$). Установлено, что между ростом, массой тела и окружностью грудной клетки человека имеются определенные соотношения, которые помогают лучше оценить пропорциональность его телосложения. При анализе пропорциональности между ростом и окружностью грудной клетки получены следующее: данный индекс пропорциональности среди мальчиков 9-11 лет состоящих на учете в Джалал-Абадском областном центре борьбы с туберкулезом равен - 47,2%, а у девочек - 47,5%. В Ошской области у инфицированных туберкулезом мальчиков - 48,2%, у девочек - 48,5%, что свидетельствует о узкогрудости детей в обеих областях. То есть, практически в этой половозрастной группе тубинфицированных детей и подростков, состоящих на диспансерном учете как Джалал-Абадской области, так и в Ошской области отмечается отставание индекса

пропорциональности между ростом и окружностью грудной клетки.

Во 2-ой группе наблюдалось значимое снижение всех основных параметров, характеризующих уровень физического развития. Анализ величин индекса стени (Вервека-Воронцова) свидетельствует о том, что телосложение тубинфицированных детей 9-11 лет, в основном, характеризовалось мезоморфными пропорциями и лишь у одного из мальчиков отмечен долихоморфный тип телосложения, а у одной из девочек - брахиморфный. По этому индексу принято судить не столько о конституции ребенка, сколько о скорости процессов роста (Воронцов И.М., 1986). Интенсивность ростовых процессов у подавляющего большинства тубинфицированных детей 9-11 лет был невысокой.

При сравнении антропометрических показателей тубинфицированных детей 9-11 лет, мы не обнаружили различий в зависимости от пола, хотя, как правило, у здоровых детей этого возраста они уже наблюдаются. Например, скорость роста мальчиков выше по сравнению с девочками. При сопоставлении результатов измерений тотальных размеров тела тубинфицированных детей 9-11 лет с данными, полученными при обследовании детей из контрольной группы, нами выявлено снижение длины и массы тела. Грудная клетка у девочек более узкая по сравнению с девочками контрольной группы. Сравнительный анализ антропометрических показателей тубинфицированных детей и подростков от 12-13 лет, состоящих на диспансерном учете в Джалал-Абадской и Ошской областных центрах борьбы с туберкулезом, свидетельствуют о половом диморфизме, который зависит, по-видимому, от особенностей условий жизни, климатических и географических особенностей проживания, что влияет на обменные процессы, темпы роста и развития отдельных функциональных систем организма в целом. В период онтогенеза 12-13 летних тубинфицированных мальчиков,

состоящих на диспансерном учете в областном центре борьбы с туберкулезом Джалал-Абадской области, с возрастанием длины тела (11,1 см), максимальный годовой прирост массы тела (МТ) происходит на год позже и приходится на 14-15 лет (10,8 кг/год), такая же картина у тубинфицированных детей, состоящих на диспансерном учете в центре борьбы с туберкулезом Ошской области (10,9 см и 9,7 кг/год). Анализ пропорциональности между ростом и окружностью грудной клетки тубинфицированных подростков 12-13 лет состоящих на учете Джалал-Абадском областном центре борьбы с туберкулезом свидетельствует о выраженной узкогрудости у обоих полов, тогда как этот показатель у мальчиков, состоящих в Ошском областном центре борьбы с туберкулезом говорит о узкогрудости, а у девочек он в норме. У детей от 8 до 12 лет процессы роста и развития замедляются; в период полового созревания вновь отмечаются увеличение размеров и изменение формы грудной клетки. У тубинфицированных девочек и мальчиков 14-15 лет из Джалал-Абадской области отмечается небольшая разница в показателях роста. Средний рост девочек составляет - $154,2 \pm 1,9$, а мальчиков - $153,6 \pm 2,0$. По Ошской области этот показатель как у девочек и мальчиков сравнительно выше на $5,0 \pm 1,43$ см и составляет - $M=159,7 \pm 2,4$; $D=154,7 \pm 2,2$ см. Следовательно, можно констатировать, что тубинфицированные дети в 14 - 15 - летнем возрасте значительно отстают от своих здоровых сверстников по длине тела - главному, генетически детерминированному признаку физического развития. Это может свидетельствовать, о влиянии окружающих средовых и социальных условий, на зараженный микобактериями организм. Нельзя исключать и возможное отрицательное воздействие на физическое развитие тубинфицированных детей во время длительного приема лекарственных препаратов (изониазидов). При анализе пропорциональности между ростом и окружностью грудной клетки

свидетельствует, что у мальчиков тубинфицированных подростков 14-15 лет в Джалал-Абадской области он в норме, когда у девочек этого возраста и у обоих полов в Ошской области свидетельствует об узкогрудости. Тубинфицированные подростки 14-15 лет не имели достоверных различий, как по региональной, так и половой принадлежности. Таким образом, низкие величины ОГК обследуемых связаны со снижением интенсивности ростовых процессов в условиях длительного социального неблагополучия, плохого питания, и вероятно, влияния тубинфицированности, а также последствий химиопрофилактики.

Заключение. Сравнительный анализ морфологических показателей тубинфицированных со здоровыми детьми и подростками в возрастно-половых группах 6-15 лет в исследуемых областях свидетельствует о наличии достоверных различий, которые зависят, от особенностей условий жизни, климатических и географических факторов:

- в первой группе антропометрические параметры тубинфицированных детей Ошской области больше чем у детей Джалал-Абадской области;
- по МТ во II группе обоих полов у здоровых детей из Ошской области имеются достоверные различия по сравнению с таковым из Джалал-Абадской области. В этой же группе у здоровых девочек из Джалал-Абадской области ОГК, МТ, ДТ, у тубинфицированных девочек больше, чем у девочек Ошской области; - у 12-13 - летних тубинфицированных детей обоих полов в Ошской области МТ, ОГК был достоверно больше, чем у детей в Джалал-Абадской области;
- здоровые и тубинфицированные дети 14-15-летнего возраста Джалал-Абадской области по всем параметрам значительно отстают от своих сверстников в Ошской области.

Литература

1. Адамбекова А.Д., Адамбеков Д.А. с соавт. - Вестник КазНМУ. -2016. №4.- С. 455-459.

ИЗУЧЕНИЕ ПРИЧИН ТРАВМАТИЗМА ЮНЫХ КАРАТЭИСТОВ И МЕРЫ ПРОФИЛАКТИКИ

Токсобаев Е.Д., Ларионов А.Ф., Андреев М.В.

Кыргызская государственная академия физической культуры и спорта, г.Бишкек

Аннотация. Работа посвящена выявлению причин травматизма юных каратэистов в зависимости от их возраста, спортивной квалификации, условий тренировок. Предложены меры профилактики.

Ключевые слова: травматизм, юные каратэисты, меры профилактики травм.

ЖАШ КАРАТЭИСТТЕРДИН ЖАРАКАТ АЛУУСУНУН СЕБЕПТЕРИН ИЗИЛДӨӨ ЖАНА АЛДЫН АЛУУ ЧАРАЛАРЫ

Токсобаев Е.Д., Ларионов А.Ф., Андреев М.В.

Кыргыз мамлекеттик дене тарбия жана спорт академиясы, Бишкек ш.

Аннотация. Макалa жаш каратэисттердин жашына, спорттук квалификациясына, машыгуулардын шартына жараша жаракат алуусунун себептерин табууга арналат. Алдын алуу чаралары сунушталат.

Негизги создор: травматизм, жаш каратэисттер, алдын алуу чаралар.

STUDY OF THE CAUSES OF TRAUMATISM OF YOUNG KARATEISTS AND MEASURES OF PREVENTION

Toksobaev E.D., Larionov A.F., Andreev M.V.

Kyrgyz state academy of physical culture and sport, Bishkek c.

Abstract. The work is devoted to revealing the causes of injuries of young karateists depending on their age, sports qualifications, and training conditions. Proposed prevention measures.

Key words: traumatism, young karateists, measures of injury prevention.

Введение. В последние годы в Кыргызской Республике получили большое распространение различные виды восточных единоборств. Создаются секции, в которые вовлекаются дети различного возраста. Массовое развитие получило и японское единоборство – каратэ. В литературе имеется достаточно большое количество литературы по профилактике травм среди атлетов различных специализаций – самбистов, футболистов, дзюдоистов, боксеров [1,2,3].

В то же время практически отсутствуют сведения о причинах и условиях возникновения травм в таком травматичном виде спорта как каратэ. На наш взгляд, это объясняется сравнительно недавним появлением данного вида спорта в нашей стране, поскольку занятия каратэ и его пропаганда в Советском Союзе были

запрещены и преследовались по закону. В то же время, как показывает практика, данный вид единоборства один из самых травматичных, поскольку в нем присутствуют разнообразные удары, как руками, так и ногами. Массовость развития каратэ неизбежно ведет и к увеличению травматизма, что влияет на состояние здоровья юных спортсменов и ведет к значительному оттоку их из секций. Все вышеизложенное явилось побудительным моментом для изучения этого фактора спортивной деятельности.

Цель исследования – изучение причин травматизма юных каратэистов и разработать меры профилактики.

Предметом исследования является состояние травматизма при занятиях в секциях каратэ г. Бишкек. Были обследованы 76 юных спортсменов из

различных секций в период с 2016 по 2017 годы. Учитывался возраст спортсменов, спортивная квалификация, условия занятий.

Задачи исследования:

1. выявление частоты травм юных каратэистов и особенностей их локализации;
2. выявление факторов, влияющих на травматизм юных спортсменов;
3. разработка профилактических мер по снижению травматизма юных спортсменов.

Методы исследования:

- анализ литературы по теме исследований;
- педагогическое наблюдение в ходе тренировочного процесса; опрос тренеров и спортсменов;
- анализ карт диспансерного наблюдения спортсменов;
- анкетирование спортсменов и тренеров по специально разработанной анкете;
- статистическая обработка полученного материала адекватными методами (коэффициент Стьюдента $m+-m$).

Результаты исследования.

Спортивные травмы в силу специфики каратэ нельзя полностью ликвидировать, но при определенных условиях можно значительно снизить их частоту и тяжесть. Были изучены факторы, влияющие на травматизм спортсменов. Условно мы разделили их на II части:

I-внутренние факторы: утомление, переутомление, перетренированность, хронические заболевания, перерывы в тренировках, спортивное мастерство и стаж занятий юных спортсменов и др.

II-внешние факторы: санитарно-гигиенические условия тренировок (освещенность, температура), а так же наличие специализированного инвентаря и оборудования.

Установлено, что в большинстве случаев травматизма юных спортсменов-каратэистов виновата низкая спортивно-техническая подготовка, а также утомление, что ведет к нарушению точности движений и их координации. Одной из причин так же является недостаточная разминка, несоблюдение принципа постоянности и отсутствие индивидуального подхода к спортсменам со стороны тренера. Особое значение должно придаваться дисциплине на тренировке постоянному контролю со стороны тренера за каждым спортсменом.

Немаловажное значение имеют медицинские осмотры и их анализ тренером и спортивным врачом. Информативность карт диспансерного наблюдения оказалась невысокой, поскольку подавляющее большинство родителей спортсменов (детей) не обращались к врачам, а лечились самостоятельно в домашних условиях. Значительно больше информации о частоте и локализации травм было получено в беседах со спортсменами и тренерами, а также в ходе педагогических наблюдений на тренировочных занятиях.

По результатам исследований было установлено, что наибольшее количество травм приходится на потертости и ссадины в области груди, живота, бедер (около 50%). Второе место по локализации занимают травмы верхних конечностей – кисти, локтевой сустав, ссадины, ушибы (22,5 %). Сотрясения мозга, ушибы и ссадины в области головы отмечаются значительно реже (8%). Растяжения связок и повреждения сухожилий наблюдаются чаще в нижних конечностях (12%). Другие повреждения (нос, ушные раковины, зубы) составляют 7,5% от всех травм. Поскольку данных о травматизме юных каратэистов в литературе не обнаружено, то мы предприняли попытку сравнить травматизм схожего вида спорта (бокса) с данными В.К. Добровольского [рис. 1 и 2].



(рис.1)



(рис.2)

Следует указать, что полученные данные не совсем корректны, поскольку большое количество незначительных травм скрываются как тренерами, так и самими спортсменами. В целом, положение с травматизмом юных спортсменов в различных видах единоборств вызывают серьезные опасения. Тренеры, зачастую не проводят серьезной профилактической работы, упуская этот важнейший момент воспитания из виду. В большинстве случаев травмы юных спортсменов лечатся в домашних условиях, что может привести к хроническим заболеваниям. В ходе анализа травматизма новичков и опытных спортсменов было установлено, что травмы у новичков встречаются значительно чаще и тяжесть их выше, чем у спортсменов старшего возраста. Это объясняется совершенствованием техники выполнения упражнений, их точности у

квалифицированных спортсменов, появлением высоко координированных двигательных навыков и как следствие этого – снижению травматизма.

Важное значение при этом придается факторам риска – это условия, способствующие возникновению травм. К ним относятся микроклиматические условия залов: температура, влажность, запыленность, достаточная освещенность и вентиляция, состояние спортивного инвентаря, отсутствие необходимой экипировки и др. Сами эти факторы не могут вызвать травмы, но они способствуют утомлению спортсменов снижению их внимания и трудоспособности. Учитывая эти факторы и снижая их негативное воздействие, тренеры в состоянии значительно снизить уровень травматизма своих спортсменов.

Заключение. Установлена закономерность локализации травм, а также их тяжести у юных спортсменов различного возраста и квалификации. Предложены меры профилактики травм юных каратистов в виде методического пособия для тренеров, спортсменов и родителей, что поможет повысить уровень специальных знаний данного контингента.

Литература

- 1) Андреев М.В., Ларионов А.Ф. Причины травматизма юных самбистов и дзюдоистов. - В сб. Материалы международного конгресса: Спорт за интеллектуальное и нравственное развитие общества. -Чолпон-Ата, 2012,- С. 88-91.
- 2) Андреев М.В. с соавт. Характеристика травматизма юных самбистов и дзюдоистов, меры профилактики. - Вестник физической культуры и спорта. -Б.: 2014, №2, - С. 41-46.
- 3) Андреев М.В. с соавт. Травматизм при занятиях ударными видами спорта, его причины и меры профилактики. - Вестник физической культуры и спорта. -Б.: 2016, №1 /19, -С. 81-87.
- 4) Велитченко В.К. Физическая культура без травм. -М.: 2007. -С.58.
- 5) Дембол Г. Заболевания и повреждения при занятиях спортом. -М.: 1976. -С.79.
- 6) Добровольский В.Н. Профилактика повреждений, паталогических состояний и заболеваний при занятиях спортом. -М.: 1997. - С.-47-49.
- 7) Дубровский В.И. Гигиена физического воспитания и спорта.- М.: 2008. - С.85-87.



**IV. ДЕНЕ ТАРБИЯНЫН, СПОРТТУН ТҮПКҮ, ТАБИГЫЙ
ИЛИМИЙ, ТИЛДИК ЖАНА ЭТНОПЕДАГОГИКАЛЫК АСПЕКТИЛЕРИ /
ФУНДАМЕНТАЛЬНЫЕ, ЕСТЕСТВЕННО-НАУЧНЫЕ, ЯЗЫКОВЫЕ И
ЭТНОПЕДАГОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И
СПОРТА / FUNDAMENTAL, NATURAL-SCIENTIFIC, LANGUAGE AND
ETHNOPEDAGOGICAL ASPECTS OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS**

УДК 130.2(575.2)

**ВЗАИМОСВЯЗЬ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ И МИРОВОЗЗРЕНИЯ В СОЗНАНИИ
КОЧЕВНИКА**

Камбарова К. У.

Кыргызская государственная академия физической культуры и спорта, г. Бишкек

Аннотация. В статье раскрыты особенности физического развития и восприятия природы в сознании древних кочевников-кыргызов, которые были отражены в их мифологическом творчестве, в частности, в эпосах «Эр-Тоштюк» и «Кожожаш».

Ключевые слова: природа, физическое развитие, мышление, кочевничество, мифология, экологическое сознание.

**КӨЧМӨНДӨРДҮН АҢ-СЕЗИМИНДЕГИ ДЕНЕ ТАРБИЯНЫН ЖАНА КӨЗ КАРАШТЫН
БАЙЛАНЫШЫ**

Камбарова К. У.

Кыргыз мамлекеттик дене тарбия жана спорт академиясы, Бишкек ш.

Аннотация. Макалада кочмон кыргыздардын жаратылышты кабыл алуусунун өзгөчөлүктөрү, алардын мифологиялык чыгармаларында чагылдырылышы «Эр-Тоштүк» жана «Кожожаш» эпосторунун мисалдарында каралат.

Негизги создор: жаратылыш, ой жүгүртүү, кочмондүүлүк, мифология, экологиялык аң-сезим

**RELATIONSHIP BETWEEN PHYSICAL DEVELOPMENT AND WORLD-VIEWING IN THE
CONSCIOUSNESS**

Kambarova K. U.

Kyrgyz state academy of physical culture and sport, Bishkek c.

Abstract. In article features of perception of the nature in consciousness of ancient Kyrgyz nomads who have been reflected in their mythological creativity, in particular, in eposes "Ayr-Toshtyuk" and "Kozhozhash" are unveiled.

Keywords: nature, thinking, kochevnichestvo, mythology, ecological consciousness.

Введение. Особенности физического здоровья и восприятия природы в сознании древних кочевников формировали мировоззрение, которое выстраивалось из отношения к окружающему миру. Духовное переживание за свое отношение к природе человеку было присуще всегда, на всех этапах его исторического развития [1].

Стремление подчинить природу себе было присуще земледельческим этносам, которые из страха перед силами природы хотели защитить себя, оградить от их воздействия, что, в конечном счете, привело к желанию взять реванш, покорить, подчинить ее себе. Кочевое мировоззрение

формировалось по другому принципу, человек ощущал себя частью природы, не противопоставлял себя, а как бы растворялся в окружающем пространстве и занимался физическим трудом и культурой..

Уникальные духовные ценности, особое отношение к природе выработали модель кочевого образа жизни и стиль номадического мышления. Перемещаясь со своими стадами по огромным пространствам Великой степи, кочевники тесно соприкасались с природным миром, ощущали единство человека и природы, гармонично взаимодействовали с экосредой. Мировоззрение номадов

формировалось в естественной природной среде на протяжении многих веков и передавалось из поколения в поколение, общество кочевников приспособилось к природе не путем ее преобразований, а путем адаптации к ней. В результате выработался такой тип мышления и восприятия природы, в котором выражалось признание ценности и значимости природы как источника и основы материального и духовного бытия человека.

Задачи и объект исследования. В процессе развития экологического сознания древнего кочевника-кыргыза заключалась в единстве человека, кочевой общины и природной среды, в конечном счете, создавался синтез социума и природной среды.

В кочевой период жизни сложился богатый, уникальный диалог человека и природы. Особенности такого диалога – почтительное и уважительное, бережное и гуманное отношение к Земле, сложившееся в тесном взаимодействии кочевого народа с природным окружением, неразрывно связанное со средой обитания, особенно с живой природой.

Для раскрытия взаимосвязи кочевнического сознания, образа жизни и характера хозяйственной деятельности древнего кочевника с окружающим миром большое значение имела мифология, отражающая бессилие человека перед лицом природы, игру ее грозных, непокоренных сил. Мифология была способом познания мира как результата практически-духовного освоения его, в котором картина мира предстает как сумма эмоционально-ценностных оценок [2].

Исследования проводились в одном из важнейших моментов в мифотворчестве кочевников-кыргызов. Устное народное творчество адекватно отражало разносторонние эмпирические познания о видах животных и растениях, минералах, о погоде, стихиях, явлениях природы. Можно сказать, что мифотворчество воспитывало уважительное отношение к природе, как колыбели человеческой жизни, источника материальных и духовных благ.

Наиболее ярко выразились представления человека об окружающем

природном мире в древнем кыргызском сказании «Кожожаш», в котором трагическая судьба главного героя эпоса, охотника Кожожаша, посмеявшего уничтожить потомство серой козы – покровительницы рода, в народном сознании иносказательно трактуется как закономерный результат конфликта между природными силами и человеком [3].

Кожожаш, разрушающий природный мир, гармонию между природой и человеком, достоин осуждения, Природа мстит за неразумное, грубое отношение к ней, человеку, грубо относящемуся к природе, не избежать ее возмездия, месть настигнет не только его, но и его потомков. В то же время в эпосе проводится мысль, что природа щедро вознаграждает за бережное отношение к ней, что она источник благ, душевного и физического здоровья человека.

Таким образом, мы видим, что в мифологии кыргызского народа выражается результат бессознательного освоения природного мира, единство окружающего мира и человека, своеобразная форма проявления мировоззрения людей, содержащего в себе не только элементы фантастического, но и рационального и реалистического.

В мифологии кочевого кыргызского этноса широко распространены и сюжеты о животных. Примером может служить эпос «Эр-Тоштюк» [4]. Древние кыргызы наивно объясняли признаки животных, считали, что люди произошли от животных, был широко распространен тотемизм, почитание животных. У кыргызов животный тотем имел особое почитание. Животное – это не просто животное, а священное животное. Например, Бугу – олень, почитаемый кыргызами как зачинатель рода.

Древние предки кыргызов мыслили, что все окружающее человека (деревья, камни, реки) наделено волей, разумом, чувствами, что мертвого в мире нет, природа одушевлена [4].

Заключение. Таким образом, существенное влияние на физическое развитие кочевника влияет его мировосприятие. Идея равновесия в природе решается древним кочевым

сознанием как триединая связь общества, природы и человека.

Древние кыргызы, объясняя явления природы, заложили основы современного экологического сознания в развитии этнических игр - распознавание следа, подражание животным, упражнения с ниткой и другие [5].

Экологическая проблема может быть решена при целенаправленной и активной практической деятельности всего человечества. В основе такой деятельности лежит многовековой исторический опыт. Перед лицом глобальной экологической угрозы человечеству для сохранения своего физического здоровья необходимо использовать рациональные способы природопользования, регулирования взаимоотношений общества и природы, используя традиционные методы существования человека в природе,

выработанные в кочевой культуре предков, соединив их с достижениями современной науки.

Литература

1. Осмонова Н.И. Символическая Вселенная кочевника: истоки традиционного мировосприятия кыргызов. – Б.: 2014. - 170 с.

2. Мукасов С.М. Мифология как способ познания мира // Жусуп Баласагын и современность. Б.: Технология, 1998. – С.15-20.

3. Сказание об охотнике Кожожаше. – Ф.: Изд-во АН Кирг. ССР, 1959. – 42 с.

4. Эр-Тоштюк: Кырг. эпос. – Ф.: Киргизучпедгиз, 1959. – 168 с.

5. Этничесике игры кыргызов. Уч.пособие для студ.ВУЗ. Б.: -2012.-С.163.

**Международная научно-практическая конференция
«Актуальные проблемы науки, теории и практики физической культуры и спорта» в
Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта**

18 мая 2017 года в Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта (КГАФКиС) была проведена Международная научно-практическая конференция «Актуальные проблемы науки, теории и практики физической культуры и спорта», посвященная Году нравственности, воспитания и культуры.

В конференции приняли участие ученые и преподаватели ряда вузов и регионов Кыргызстана и Турции. К конференции были изданы 2 номера журнала «Вестник КГАФКиС».

Следует отметить, что журнал «Вестник КГАФКиС» индексируется в Российском индексе научного цитирования (РИНЦ) с 2017 года. На май 2017 года в РИНЦ размещены 2 выпуска журнала, включающие 50 научных статей (№1, №2), находящихся в свободном доступе. Проводятся работы по повышению качества рецензирования поступивших статей.

Основные научные направления конференции:

- Вопросы педагогики, психологии, теории, практики спорта и физической культуры;
- Вопросы национальной физической культуры и спорта;
- Медико-биологические аспекты физического здоровья и спорта: физическое развитие подростков, юношей; спортивная медицина и лечебная физкультура;
- Естественнонаучные, этнопедагогические и языковые аспекты физической культуры и спорта.

Были заслушаны три пленарных доклада:

- «Стратегия воспитания граждан на основе этнопедагогических ценностей»;
- «Общая характеристика османского борца и перспективы развития борцовых арен и греческих спортивных залов»;
- «Применение методов традиционной медицины в комплексной реабилитации спортсменов в постсоревновательном периоде».

Работали три секции.

Редакционная коллегия благодарит за активное участие докладчиков и их публикации из Кыргызско-турецкого университета «Манас»; Кыргызской государственной юридической академии; Казахской академии спорта и туризма; Кыргызского государственного университета им.И.Арабаева; Университета Муш Алпарслан Турецкой Республики; Кыргызского национального университета им. Ж.Баласагына; Бишкекского гуманитарного университета им. Х.Карасаева; Кыргызской академии образования; Кыргызской государственной медицинской академии им.И.Ахунбаева; Кыргызско-Российского славянского университета (КРСУ) им.Б.Ельцина; Национальная Олимпийская академия Кыргызской Республики и профессорско-преподавательский состав КГАФКиС.

Подведены итоги и приняты предложения от участников конференции. Проведение научно-практической конференции способствует обмену мнениями между учеными регионов страны и зарубежья, поддерживая связь науки с практикой.

Актуальность представленных материалов объясняется необходимостью всестороннего научного подхода к практике физвоспитания и спорта. Кыргызская государственная академия физической культуры и спорта готова к взаимодействию с партнерами.

Журнал включен в перечень изданий, рекомендованных Президиумом ВАК КР для публикаций материалов диссертаций в области теории и методики физического воспитания, спортивной тренировки, лечебной физкультуры, спортивной медицины.

Редакционная коллегия.

**Правила для авторов,
представляющих статьи в научно-практический журнал «Вестник Кыргызской
государственной академии физической культуры и спорта»**

Прежде чем направлять статью в редакцию журнала, необходимо внимательно ознакомиться со следующими требованиями к оформлению научных статей, разработанными на основе рекомендаций ВАК КР и РИНЦ.

1. Определение авторства. Авторами статьи могут быть лица, внесшие вклад в работу, ее доработку или исправление, окончательное утверждение для публикации, а также ответственные за целостность всех частей рукописи.

2. Плагиат и вторичные публикации. Недопустимо использование текстуального заимствования и присвоение результатов исследований, не принадлежащих авторам подаваемой рукописи. Проверить статью на оригинальность можно при помощи сервисов <https://www.antiplagiat.ru/> (для русскоязычных текстов) <http://www.plagiarism.org/> (для англоязычных текстов). Редакция оставляет за собой право проверки поступивших рукописей на плагиат.

3. Нельзя направлять в редакцию работы, напечатанные в иных изданиях или отправленные в иные издания.

4. Авторское право. Фактом подачи статьи и сопровождающих файлов к публикации в журнале автор (а также все авторы данной статьи, если оно создано в соавторстве) согласен с тем, что предоставляет журналу «Вестник КГАФКиС» право использования статей на безвозмездной основе на территории Кыргызстана и зарубежных стран.

5. Авторские экземпляры предусмотрены, журнал можно получить по подписке на бумажный или электронный вариант издания.

6. Редакция оставляет за собой право на сокращение и редактирование присланных статей. Датой поступления статьи считается время поступления окончательного (переработанного) варианта статьи в случае ее доработки авторами после рецензирования.

7. Рукописи могут быть поданы в редакцию одним из следующих способов:

- по электронной почте на адрес, указанный на сайте журнала в сети Интернет (Текст статьи подается в формате Microsoft Word, а сопроводительные документы с оригинальными подписями прикрепляются к письму в формате PDF);

- обычной почтой (2 экз. распечатки рукописи с обязательным приложением электронной версии (в формате Microsoft Word) на CD-диске, а также оригиналы всех необходимых сопроводительных документов).

8. Редакция оставляет за собой право рецензировать поступившие статьи членами редакционного совета или другими специалистами.

9. Требования к оформлению:

9.1. Объем статьи - от 6 страниц (включая иллюстрации, таблицы, резюме и литературу с учетом перевода необходимых сведений). Размер бумаги – А4 (210x297), все поля шириной 2 см. Шрифт - Times New Roman, размер шрифта (кегель) - 14, междустрочный интервал - полуторный (1,5), абзацный отступ – 1,25, межбуквенный интервал – обычный, межсловный пробел – один знак, переносы – автоматические (не вручную), выравнивание текста – по ширине. Допустимые выделения – курсив, полужирный. Дефис должен отличаться от тире. Тире и кавычки должны быть одинакового начертания по всему тексту. Не допускаются: пробелы между абзацами; использование буквы Ё; использование таблиц с альбомной ориентацией. При наборе не допускается стилей, не задаются колонки. Вся текстовая часть статьи должна быть записана в 1 файле (титульный лист, УДК, аннотация, ключевые слова, текст статьи, таблицы, список цитированной литературы, сведения об авторах); файл с текстом статьи должен быть назван по фамилии первого автора статьи (Иванов. Текст). Рисунки и сканы документов записываются отдельными файлами, также содержащими фамилию первого автора (Иванов. Рисунок).

9.2. Язык статьи. Принимаются рукописи на русском, кыргызском или английском языках. В случае если статья написана на русском языке, то обязателен перевод метаданных

статьи на кыргызский и английский языки (Ф.И.О. авторов, название на английском языке учреждений авторов, адреса, название статьи, резюме статьи, ключевые слова). Для иностранных авторов перевод метаданных на кыргызский язык редакция журнала осуществляет сама.

Статьи зарубежных авторов на английском языке могут публиковаться по решению главного редактора журнала без перевода на русский язык (за исключением названия, резюме и ключевых слов) или с полным или частичным переводом (названия и подписи к рисункам, таблицам).

9.3. Сведения об авторе (на русском, кыргызском, английском языках) должны включать в себя:

1. фамилию и инициалы автора (строчными буквами, курсивом);
2. полное официальное наименование учреждения, в котором работает каждый автор (строчными);
3. место жительства автора – город (строчными);
4. ученую степень, звание, должность каждого автора;
5. электронный адрес каждого автора.

9.4. План построения оригинальных статей. Структура оригинальных статей должна соответствовать формату IMRAD (Introduction, Methods, Results, Discussion). В статье должны быть (на русском, кыргызском, английском языках): УДК (в верхнем левом углу), название статьи (по центру строчными, полужирными буквами); аннотация (*высота шрифта 12, курсив, не более 5 строк*); ключевые слова (*высота шрифта 12, курсив, не более 6 слов*); основной текст (*высота шрифта – 14*). **Введение (актуальность)**, отражающее состояние вопроса к моменту написания статьи; **цель** настоящего исследования; **материалы (объекты) и методы; результаты исследования; обсуждение; выводы** по пунктам или **заклучение**, список цитированной **литературы** (*высота шрифта – 12*).

Методика исследований должна быть описана четко. Рекомендуется руководствоваться «Едиными стандартами представления результатов и испытаний Экспертной группы CONSORT» (Consolidated Standards of Reporting Trials), с которыми можно ознакомиться по ссылке <http://www.consort-statement.org/>

9.5. Оформление обзоров. Оформление обзорных статей осуществляется аналогично оригинальным статьям. Желательно, чтобы составление обзоров соответствовало международным рекомендациям по систематическим методам поиска литературы и стандартам. Резюме обзорных статей должны содержать информацию о методах поиска литературы по базам данных. С подробной информацией относительно составления обзоров можно ознакомиться в руководстве PRISMA (Рекомендуемые элементы отчетности для систематического обзора и мета анализа), доступном по ссылке <http://prisma-statement.org>. Написание ФИО, на которые ссылаются в тексте, должно соответствовать списку литературы.

Рукопись может сопровождать словарь терминов (неясных, способных вызвать у читателя затруднения при прочтении). Помимо общепринятых сокращений единиц измерения, физических, химических и математических величин и терминов (например, ДНК), допускаются аббревиатуры словосочетаний, часто повторяющихся в тексте. Все вводимые автором буквенные обозначения и аббревиатуры должны быть расшифрованы в тексте при их первом упоминании. Не допускаются сокращения простых слов, даже если они часто повторяются.

9.6. Авторское резюме. Резюме должно излагать только существенные факты работы. Резюме должно начинаться с информации, содержащейся на титульном листе. Объем текста резюме должен быть не более 50 слов. Резюме должно сопровождаться ключевыми словами или словосочетаниями (5-12 единиц), отражающими тематику статьи и облегчающими классификацию работы в компьютерных поисковых системах.

9.7. Требования к рисункам. Черно-белые штриховые рисунки: формат файла - TIFF (расширение *.tiff), любая программа, поддерживающая этот формат (Adobe Photoshop, Adobe Illustrator и т. п.); режим - bitmap (битовая карта); с разрешением 300 точек/дюйм, в реальном размере; возможно использование сжатия LZW или другого. Текст на иллюстрациях должен быть четким. Диаграммы из программ MS EXCEL, MS Vizio вместе с исходным материалом.

9.8. Подписи к рисункам и фотографиям. Подписи к рисункам и фотографиям группируются вместе и даются на отдельной странице. Каждый рисунок должен иметь общий

заголовок и расшифровку всех сокращений. В подписях к графикам указываются обозначения по осям абсцисс и ординат, и единицы измерения, приводятся пояснения по каждой кривой. В подписях к микрофотографиям указываются метод окраски и увеличение.

9.9. Оформление таблиц. Сверху справа необходимо обозначить номер таблицы, через черточку дается ее название. Сокращения слов в таблицах не допускаются. Цифры в таблицах должны соответствовать цифрам в тексте.

10. Библиографические списки. Список литературы размещается в конце статьи и обуславливается наличием цитат или ссылок и оформляется в соответствии с ГОСТ 7.1-2003, ГОСТ Р 7.0.9-2009, нумеруется вручную (не автоматически).

В оригинальных статьях желательно цитировать не более 10 источников, в обзорах литературы - не более 20, в лекциях и других материалах - до 7. Библиография должна содержать, помимо основополагающих работ, публикации за последние 5 лет. В списке литературы все работы перечисляются в порядке их цитирования. Библиографические ссылки в тексте статьи даются цифрой в квадратных скобках. Отсылки, используемые для связи текста с библиографическим списком, оформляются с указанием страниц [1, с.15] либо без указания страниц [1; 5]. Использование автоматических постраничных ссылок не допускается. Библиографическое описание книги (после ее названия): город (где издана); после двоеточия - название издательства; после точки с запятой - год издания. Если ссылка дается на главу книги: (авторы); название главы; после точки ставится "В кн.:" или "In:" и фамилия (-и) автора (-ов) или редактора (-ов), затем название книги и выходные данные.

Библиографическое описание статьи из журнала: автор(ы); название статьи; название журнала; год; том, номер журнала, после двоеточия цифры первой и последней страниц. При авторском коллективе до 3 человек включительно упоминаются все, при больших авторских коллективах 3 первых авторов "и др.", в иностранных "et al."); если упоминаются редакторы, после фамилии и.о. после запятой следует ставить сокращение "ред." (в иностранных "ed.").

11. Приблизительный вариант оформления научной статьи.

УДК, пропуск строки, инициалы и фамилия автора (на трех языках), название организации и город (на трех языках), электронный адрес каждого автора, пропуск строки, по центру название статьи строчными полужирными буквами (на трех языках), пропуск строки, аннотация (на трех языках), ключевые слова (на трех языках), текст статьи, список литературы.

12. Материалы, представленные с нарушением требований, редакцией не рассматриваются. После рассмотрения статьи автору будет сообщено о публикации.

13. Редакция может посвящать отдельные номера журнала изданию материалов конференций, симпозиумов, а также материалов, посвященных юбилейным мероприятиям ученых и организаций.

14. Редакция принимает к изданию в приложении «Вестника КГАФКиС» рекламные материалы на договорной основе.

15. Ответственность за содержание и достоверность материалов несут авторы.

“Кыргыз мамлекеттик дене тарбия жана спорт академиясынын жарчысы” илимий-практикалык журналга макалаларын берген авторлор үчүн эрежелер

Макаланы журналдын редакциясына берүүнүн алдында КР ЖАКтын сунуштарынын негизинде иштелип чыккан төмөнкү эрежелер менен таанышуу зарыл.

1. Авторлугун аныктоо. Макаланын авторлору болуп ишке, аны аягына чейин иштеп чыгууга же оңдоого, жарыялоого бекитүү үчүн салымын кошкон, ошондой эле макаланын бардык бөлүктөрүнүн бирдиктүүлүгүнө жооптуу адамдар болушу мүмкүн.

2. Плагиат жана экинчи жолу жарыялоолор. Макаланын авторлоруна тиешеси жок изилдөөлөрдүн жыйынтыктарын энчилеп алып макалада пайдаланууга тыюу салынат.

Макаланын оригиналдуулугун төмөнкү сервистин жардамы менен текшерсе болот <https://www.antiplagiat.ru/> (орус тилиндеги тексттер үчүн), <http://www.plagiarism.org/> (англис тилиндеги тексттер үчүн). Редакция макалаларды плагиатка текшерүүгө укуктуу.

3. Башка басылыштарда жарыяланган же башка басылыштарга жөнөтүлгөн макалаларды редакцияга жиберүүгө болбойт.

4. **Автордук укук.** Автор журналга макаласын жана аны коштогон файлдарды жиберүү менен аны “КМДЖСА жарчысы” журналына Кыргызстандын жана чет өлкөлөрдүн аймагында кайтарымызсыз түрдө пайдаланууга макул экендигин билдирет.

5. Автордук нускаларды чыгаруу маселеси каралган, журналга жазылып кагаз түрүндө же электрондук вариантында алса болот.

6. Редакция келген макалаларды кыскартууга жана редакциялоого укуктуу. Макаланын келген датасы болуп анын рецензиялоодон кийин авторлору тарабынан кайрадан иштелип чыккан вариантынын келген күнү саналат.

7. Макалалар редакцияга төмөнкү ыкмалардын бирин колдонуп берилсе болот:

- журналдын дареги электрондук почтасы боюнча (макаланын тексти Microsoft Word форматында болуш керек);

- кадимки почта аркылуу (2 нуска, сөзсүз электрондук версиясы менен, Microsoft Word форматында) CD-дискинде, ошондой эле бардык зарыл болгон коштоочу документтердин түп нускалары;

8. Редакция келген макалаларды редакциялык кеңештин мүчөлөрү же башка адистер тарабынан рецензиялоого укуктуу.

9. Журналга жиберилүүчү макалаларга болгон талаптар:

9.1. Макала Times New Roman же Arial шрифти менен басылыш керек, шрифтин өлчөмү 14 жана 12, жолдордун ортосу бир аралыгында, бардык жактары, сол жагынан тышкары, жазылыгы 2 см, сол жагыныкы – 3 см. Бардык беттерине номер коюлуш керек. Макаланын бардык бөлүгү бир файлга жазылышы керек (титулдук барак, УДК, резюме, негизги сөздөр, макаланын тексти, таблицалар, адабияттардын тизмеси, авторлор жөнүндө маалымат); текст менен файл макаланын биринчи авторунун аты-жөнү менен аталыш керек (Иванов, текст). Документтин скандары жана сүрөттөр өзүнчө файлга жазылат, ошондой эле биринчи автордун аты-жөнү менен аталат (Иванов, текст).

Макаланын көлөмү 7-10 барактан ашпашы керек (иллюстрацияларды, таблицаларды, резюме жана адабияттын тизмесин кошкондо).

9.2. **Макаланын тили.** Орус, кыргыз же англис тилиндеги кол жазмалар кабыл алынат. Эгерде макала орус тилинде жазылган болсо, макаланын метамаалыматтары кыргыз жана англис тилине которулуш керек (автордун аты-жөнү, англис тилинде авторлордун мекемелеринин расмий аталышы, даректери, макаланын аталышы, макаланын резюмеси, негизги сөздөр). Чет өлкөлүк авторлордун макалалары кыргыз тилине редакция тарабынан которулат.

Чет өлкөлүк авторлордун англис тилиндеги макалалары журналдын башкы редакторунун чечими боюнча орус тилине которулбай эле же толук же толук эмес которулуп жарыяланат (аталышы, резюмеси жана негизги сөздөрүнөн тышкары).

9.3. **Титулдук барак төмөнкү маалымат менен башталыш керек:**

1. макаланын аталышы;

2. авторлордун аты-жөнү же инициалдары;

3. ар бир автор иштеген мекеменин толук аталышы.

Тексттин жана адабияттардын тизмесинен кийин ар бир автордун байланыш үчүн маалыматтары жазылат: аты-жөнү, илимий даражасы, илимий наамы (бар болсо), кызматы, мекеменин аталышы (алдында аббревиатурасы), мекеменин почталык индекси, шаары, өлкөсү жана автордун электрондук дареги.

9.4. **Оригиналдуу макалаларды түзүү планы.** Оригиналдуу макалалардын түзүлүшү IMRAD (Introduction, Methods, Results, Discussion) форматына дал келиши керек. Оригиналдуу макалаларды түзүү планы төмөнкүдөй болуш керек: резюме жана негизги сөздөр, аталышы, авторлордун аты-жөнү орус, англис жана кыргыз тилдеринде. Макаланы жазып жаткан мезгилдеги маселенин абалын чагылдырган **кириш сөз**; бул изилдөөнүн **максаты**; **материалдары** жана **методдору**, **жыйынтыктары**; **талкуулар**; автордун каалоосу боюнча пункттар боюнча тыянактар же **корутунду**, цитата кылынган адабияттын тизмеси **Адабият** деген сөз менен аталат.

9.5. **Обзорлорду тариздөө.** Обзордук макалаларды тариздөө оригиналдуу макалалардыкындай жүргүзүлөт. Обзорлорду түзүү адабияттарды издөө эл аралык системалык

методдору боюнча сунуштарга жана стандарттарга дал келиши керек. Обзордук макалалардын резюмеси маалыматтар базасы боюнча адабияттарды издөө методдору жөнүндө маалыматтарды камтыш керек. Тексттеги шилтемелердеги аттар адабияттын тизмесине дал келиши керек.

Кол жазма терминдердин сөздүгү менен коштолушу мүмкүн (окурманга түшүнүксүз сөздөр). Жалпы кабыл алынган физикалык, химиялык жана математикалык чондуктардын кыскартууларынан башка текстте тез-тез кайталануучу сөз айкалыштардын аббревиатурасына да мүмкүндүк берилет.

Автор тарабынан киргизилген тамгалык белгилер жана аббревиатуралар текстте биринчи жолу кездешкенде чечмеленүүгө тийиш. Жөнөкөй сөздөрдү, тез-тез кайталанса деле кыскартууга жол берилбейт.

9.6. Автордук резюме. Резюмеде иштин анык факттары гана жазылышы керек. Резюме титулдук баракта жазылган маалыматтан башталышы зарыл. Автордук резюменин текстинин көлөмү 50 сөздөн көп болбошу керек. Резюме макаланын негизги тематикасын чагылдырган жана компьютердик издөө системасында иштин классификациясын жеңилдеткен бир нече негизги сөздөр менен коштолушу керек (5-12 бирдик).

9.7. Сүрөттөргө болгон талаптар. Кара-ак штрихтик сүрөттөр: файлдын форматы - TIFF (кеңейтүү *.tiff), ушул форматты жактаган ар кандай программа (Adobe Photoshop, Adobe Illustrator ж.б.у.с.); режими - bitmap (бит картасы); макулдугу 600 dpi (пиксель дюйм); кысуу мүмкүн LZW же башка. Сүрөттөрдүн тексти даана көрүнүш керек.

9.8. Сүрөттөрдүн жазуулары. Сүрөттөрдүн жазуулары чогуу топтолуп өзүнчө баракта берилет. Ар бир сүрөттүн жалпы аталышы жана бардык кыскартуулардын чечмелениши болуш керек. Графиктердин жазууларында абсцисстин жана ординаттын огу боюнча белгилер жана өлчөө бирдиктери көрсөтүлөт, ар бир ийрилер боюнча түшүндүрүүлөр келтирилет.

9.9. Таблицааларды тариздөө. Үстүнүн оң жагында таблицанын номерин көрсөтүү зарыл, сызыктан кийин аталышы жазылат. Таблицанын ичиндеги сөздөрдү кыскартууга болбойт. Таблицадагы цифралар тексттеги цифраларга дал келиши керек. Таблицааларды өзүнчө баракка жазбастан текст ичинде берсе болот.

10. Библиографиялык тизмелер. Оригиналдуу макалаларда 10дон жогору эмес булактарга цитата келтирилсе жакшы, адабияттын обзорунда – 20дан жогору эмес, лекцияларда жана башка материалдарда – 7ге чейин. Библиография негизги иштерден тышкары акыркы 5 жыл ичиндеги жарыяларды камтыш керек. Адабияттын тизмесинде бардык иштер цитата келтирилген тартипте жазылат. Макаланын текстиндеги библиографиялык шилтемелер төрт бурчтуу кашалардын ичинде сан менен берилет. Китептин библиографиялык сүрөттөлүшү (аталышынан кийин): шаар (кайсы жерде чыгарылган); кош чекиттен кийин – басмакананын аталышы; үтүр чекиттен кийин – чыгарылган жылы. Эгерде шилтеме китептин бөлүмүнө берилсе: (авторлор); бөлүмдүн аталышы; чекиттен кийин “...китебинде” жана автордун (лордун) же редактордун (лордун) аты-жөнү, андан кийин китептин аталышы жана маалыматтары.

Макаланы журналдан библиографиялык сүрөттөө: автор (лор); макаланын аталышы; жылы; тому, журналдын номери, кош чекиттен кийин барактардын биринчи жана акыркы беттеринин саны. автордук жамаатта 3 кишиге чейин иштесе бардыгы жазылат, андан көп болсо, биринчи 3 автор жана “ж.б.” деп жазылат.

11. Талаптарды бузуу менен берилген материалдар редакция тарабынан каралбайт. Макала каралгандан кийин, авторго аны жарыялоо шарттары жөнүндө билдирилет.

12. Редакция журналдын кээ бир номерлерин конференциялардын, симпозиумдардын, ошондой эле, окумуштуулардын жана уюмдун юбилейлерине арналган иш чаралардын материалдарын басып чыгарууга арнайт.

13. Редакция “КМДЖСА жарчысынын” тиркемесине келишим негизинде жарыялоого жарнамалык материалдарды кабыл алат.

**Rules for authors,
Representing articles in the scientific and practical journal
"Bulletin of the Kyrgyz state academy physical culture and sports"**

Before submitting an article to the editorial staff of the journal, it is necessary to carefully read the following requirements for the design of scientific articles developed because of the recommendations of the Higher Attestation Commission of the KR and Russian Scientific Citation Index.

1. Definition of authorship. The authors of the article may be persons who contributed to the work, its revision or correction, the final approval for publication, as well as those responsible for the integrity of all parts of the manuscript.

2. Plagiarism and secondary publications. It is inadmissible to use textual borrowing and assigning research results that do not belong to the authors of the submitted manuscript. To check the article for originality, you can use the services <https://www.antiplaqiat.ru/> (for Russian texts) <http://www.plaqiarism.org/> (for English texts). The editors reserve the right to check the received manuscripts for plagiarism.

3. You cannot send to the editorial work, printed in other publications or sent to other publications.

4. Copyright. By submitting an article and accompanying files to the publication in the journal, the author (as well as all the authors of this article, if it is created in co-authorship) agrees that he grants the magazine "Journal KSAPCS" the right to use articles on a gratuitous basis in the territory of Kyrgyzstan and foreign countries.

5. Author's copies are provided; the magazine can be obtained by subscription to a paper or electronic version of the publication.

6. The editors reserve the right to shorten and edit the sent articles. The date of receipt of the article is the time of receipt of the final (revised) version of the article if the authors finalize it after the review.

7. Manuscripts can be submitted to the editor in one of the following ways:

- By e-mail to the address indicated on the website of the journal on the Internet (the text of the article is submitted in Microsoft Word format, and accompanying documents with original signatures are attached to the letter in PDF format);

- Regular mail (2 copies of the manuscript printout with the obligatory electronic version of the application (in Microsoft Word format) on the CD-ROM, as well as the originals of all necessary accompanying documents).

8. The editorial staff reserves the right to review the received articles by members of the editorial board or other specialists.

9. Requirements for registration:

9.1. The volume of the article is from 6 pages (including illustrations, tables, summaries and literature, taking into account the translation of necessary information). The size of the paper is A4 (210x297), all the margins are 2 cm wide. The font is Times New Roman, the font size is 14, the line spacing is 1.5 (1.5), the indentation is 1.25, the letter spacing is normal, Interword space - one character, hyphens - automatic (not manually), text alignment - width. Valid selections are italic, bold. The hyphen should be different from the dash. Dashes and quotes should be the same in all text. Are not allowed: spaces between paragraphs; Use of the letter E; Use of tables with landscape orientation. When typing, styles are not allowed, no columns are specified. The entire text of the article should be written in 1 file (title page, UDC, abstract, key words, article text, tables, list of quoted literature, information about authors); File with the text of the article should be named after the first author of the article (Ivanov Text). Figures and scans of documents are recorded in separate files, also containing the name of the first author (Ivanovo Figure).

9.2. The language of the article. Manuscripts are accepted in Russian, Kyrgyz or English. If the article is written in Russian, then the translation of the metadata of the article into Kyrgyz and English is mandatory (full name of the authors, name in English of the authors' institutions, addresses, title of the article, summary of the article, key words). For foreign authors the magazine itself carries out the translation of the metadata into the Kyrgyz language.

Articles of foreign authors in English can be published by the decision of the editor-in-chief of the journal without translation into Russian (with the exception of title, summary and key words) or with full or partial translation (names and signatures to figures, tables).

9.3. Information about the author (in Russian, Kyrgyz, and English) should include:

1. The author's surname and initials (in lower case letters, italics);
2. The full official name of the institution in which each author works (in lower case);
3. Residence of the author - city (lowercase);
4. Academic degree, title, position of each author;
5. Email address of each author.

9.4. The structure of the original articles should correspond to the IMRAD format (Introduction, Methods, Results, Discussion). The article should be (in Russian, Kyrgyz, English): **UDC** (in the upper left corner), title of the article (centered in lower case, bold letters); **Annotation** (*font height 12, italics, no more than 5 lines*); **Keywords** (*font height 12, italics, no more than 6 words*); Main text (font height - 14). Introduction (relevance), reflecting the state of the issue at the time of writing the article; **The purpose of this study; Materials (objects) and methods; Results of the study; discussion; Conclusions on items or conclusion, a list of references** (font height - 12). The research methodology should be described clearly. It is recommended to be guided by the "Consolidated Standards for Reporting Trials", which can be consulted at <http://www.consort-statement.org/>

9.5. Making reviews. Registration of review articles is carried out in a manner similar to the original articles. It is desirable that the compilation of reviews conforms to international recommendations on systematic methods of searching for literature and standards. A summary of the review articles should contain information on methods for searching literature on databases. Detailed information on the preparation of reviews can be found in the PRISMA manual (Recommended reporting elements for systematic review and meta-analysis), available at <http://prisma-statement.org>. The writing of the full name, referred to in the text, must correspond to the list of literature.

The manuscript can accompany a glossary of terms (vague, that can cause the reader difficulty in reading). In addition to conventional abbreviations of units of measure, physical, chemical and mathematical quantities and terms (for example, DNA), the abbreviations of word combinations that are often repeated in the text are allowed. All letters and abbreviations introduced by the author should be deciphered in the text at their first mention. Do not abbreviate simple words, even if they are often repeated.

9.6. Author is summary. The abstract should only state the essential facts of the work. The resume should begin with the information contained on the title page. The volume of the abstract should not exceed 50 words. The abstract should be accompanied by key words or phrases (5-12 units) reflecting the subject matter of the article and facilitating the classification of work in computer search engines.

9.7. Requirements for drawings. Black and white line drawings: file format - TIFF (extension * .tiff), any program that supports this format (Adobe Photoshop, Adobe Illustrator, etc.); Mode - bitmap (bitmap); with a resolution of 300 dpi, in real size; It is possible to use LZW compression or another. The text in the illustrations should be clear. Diagrams from the programs MS EXCEL, MS Vizio together with the source material.

9.8. Signatures to pictures and photos. The captions to the pictures and photos are grouped together and given on a separate page. Each figure should have a common title and the decoding of all the abbreviations. In the signatures to the graphs, the notations for the abscissa and ordinate axes and units of measurement are indicated, explanations for each curve are given. In the signatures to the photomicrographs, the method of coloring and magnification is indicated.

9.9. Registration of tables. On the top right, you need to designate the number of the table, through the dash its name is given. Abbreviations of words in tables are not allowed. The figures in the tables should correspond to the figures in the text.

10. Bibliographic lists. The list of literature is placed at the end of the article and is conditioned by the presence of citations or references and is made in accordance with GOST 7.1-2003, GOST R 7.0.9-2009, is numbered manually (not automatically).

In original articles, it is desirable to cite no more than 10 sources, in the literature reviews - no more than 20, in lectures and other materials - up to 7. The bibliography should contain, in addition to the basic works, publications for the last 5 years. In the list of literature, all works are listed in the order in which they are cited.

Bibliographic references in the text of the article are given in square brackets. The references used to link the text to the bibliographic list are made out with the pages [1, p.15] or without pages [1; 5]. Use of automatic page references is not allowed. Bibliographic description of the book (after its name): city (where it is published); after colon - the name of the publisher; after the semicolon - the year of publication. If the reference is given to the head of the book: (authors); Title of the chapter; after the point is set "In:" or "In:" and the surname (s)

of the author (s) or editor (s), then the title of the book and the output.

Bibliographic description of the article from the journal: author (s); article title; the name of the journal; year; Volume, journal number, after the colon of the first and last page digits. With the authors 'team up to 3 people inclusive, all are mentioned, with the largest authors' groups, the first three authors, "etc.," in foreign "et al."); If the editors are mentioned, after the name of the acting president. After the comma, the abbreviation "ed." Should be inserted. (In foreign ed.)

11. An approximate version of the design of a scientific article.

UDC, line skip, initials and surname of the author (in three languages), organization name and city (in three languages), email address of each author, line skip, centered title of the article in bold capital letters (in three languages), line skip, (In three languages), keywords (in three languages), the text of the article, the list of references.

12. Materials submitted in violation of requirements are not reviewed by the editorial board. After reviewing the article, the author will be informed of the publication.

13. The editorial staff can devote separate issues of the journal to the publication of materials of conferences, symposiums, and materials devoted to the jubilee activities of scientists and organizations.

14. The editorial board accepts advertising materials on a contractual basis in the "KSAPCS" Bulletin application.

15. The authors are responsible for the content and reliability of the materials.



Научно-практический журнал

ВЕСТНИК ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

Илимий-практикалык журнал

ДЕНЕ ТАРБИЯ ЖАНА СПОРТ ЖАРЧЫСЫ

Дизайнери Таштаналиев Р.Т.

Компьютердик калыпка салган Эргешова Р.К.

Басууга 29.12.2017-ж. кол коюлду. Офсет кагазы.
Кагаздын форматы А-4. Көлөмү 8,25 б.т. Нускасы 200.

ЖИ Аязбеков А.Б. типографиясында басылды.
Бишкек ш., пр. Чуй, 215.