

СТРУКТУРА ФОРМИРОВАНИЯ ИНДИВИДУАЛЬНОГО СТИЛЯ СОРЕВНОВАТЕЛЬНЫХ ДЕЙСТВИЙ В ВИДАХ БОРЬБЫ

¹Таширов А.Ж.^а, ¹Жадраев Д.Н., ¹Тауасарова Д.А., ¹Телемгенова А.М.,
²Шепетюк Н.М.

¹Казахская академия спорта и туризма, г.Алматы, Казахстан

²Казахский национальный университет им. Аль-Фараби, г.Алматы, Казахстан

Автор для корреспонденции: Таширов А.Ж. aslan_14.07@mail.ru

Аннотация. В статье рассматривается структура, формирование и содержание индивидуального технического арсенала борцов в дзюдо, формирование индивидуальной соревновательной деятельности. Анализируются ключевые факторы формирования технической подготовленности элементы борьбы дзюдо в стойке и партере, их вариативность и зависимость от индивидуальных особенностей спортсмена, тактических задач и стиля соперника. Приводятся современные тенденции в развитии различных разделов индивидуального соревновательного мастерства в видах борьбы: физическое развитие, технико-тактическая подготовка, психологическая подготовка и особенности формирования и совершенствования каждого из них, взаимосвязь этих разделов с антропометрической и морфофункциональными особенностями организма спортсменов, построением соревновательных действий.

Ключевые слова: борьба, техника, приёмы, стойка, партер, тактика, соревнования, арсенал борца.

Введение. Современная спортивная борьба характеризуется высокой плотностью конкуренции и возрастающими требованиями к индивидуальному мастерству спортсменов. В спорте высших достижений существуют определенные требования к формированию индивидуального стиля соревновательных действий, которые должны учитывать особенности развития организма спортсменов и его преимущества в различных разделах подготовки: физической, технико-тактической, психологической. Одним из ключевых компонентов подготовки борца является технический арсенал, который представляет собой совокупность освоенных и эффективно применяемых приёмов в условиях поединка, освоенных с учетом индивидуальных особенностей спортсменов. Необходимо учитывать морфофункциональные особенности спортсменов [1,2]. Важную роль в формировании индивидуального мастерства играет учет функциональных возможностей организма. Получение эффективного результата, ожидаемой тренированности – основано на интеграционном взаимодействии факторов создания функциональной готовности организма [3, 4].

Материалы и методы исследования обусловлены необходимостью системного подхода к формированию и реализации индивидуального соревновательного стиля в борьбе дзюдо.

Цель исследования - обоснование значимых факторов, влияющих на формирование индивидуального стиля выполнения соревновательных действий дзюдоистов.

Задачи исследования - определить влияние на индивидуальный стиль соревновательных действий антропометрических и морфофункциональных показателей организма дзюдоистов:

- оценить взаимосвязь арсенала технических приёмов и содержания индивидуального стиля соревновательных действий;

- обосновать роль различных показателей подготовленности дзюдоистов в формировании индивидуальных соревновательных действий.

Методы исследования:

- анализ научно методических публикаций;
- антропометрические измерения;
- оценка технической подготовки участников соревнований после анализа видеозаписей турнира;
- педагогическое тестирование физической подготовки и оценка функциональных возможностей спортсменов.

Результаты и их обсуждение. Основой индивидуальной соревновательной деятельности является технико-тактическая подготовка. Техничко-тактическая подготовка в борьбе направлена на освоение рациональных способов ведения поединка, овладение системой атакующих и защитных действий и включает три уровня: базовый (освоение основных технических приёмов), вариативный (освоение различных вариантов техники), тактический (применение технических действий в различных ситуациях борьбы).

Классификация приёмов борьбы дзюдо:

2.1 Техника в стойке:

- броски туловищем - через бедро, плечо, спину;
- броски ногами - подсечки, подножки, зацепы, подхваты;
- броски руками – выведения из равновесия.

2.2 Техника в партере:

- удушающие;
- болевые;
- удержания;

В каждом виде спорта существуют определённые критерии, влияющие на формирование индивидуального соревновательного стиля. В дзюдо важное значение имеют, антропометрические и морфологические параметры, оценка физической подготовки. Процесс управления подготовкой спортсменов возможен только на основе постоянного контроля уровня их подготовленности. Физическая подготовленность борца определяется, прежде всего состоянием мышечного аппарата и адекватным состоянием к возможностям, производительности сердечно-сосудистой системы [4,5,6].

В ходе исследования нами определены факторы, влияющие на формирование индивидуального технического арсенала:

1. Индивидуальные особенности борца (антропометрические данные - рост, вес, длина конечностей и т.д.);

К основным морфологическим показателем относятся: поперечные размеры тела; размеры массы и длины тела, парциальные обхватные и поперечные размеры; толщина кожно-жировых складок. Для дзюдоистов достоверно значимыми морфологическими показателями являются: обхватные размеры грудной клетки плеча и бедра, диаметры дистальных эпифизов бедра и голени. Перечисленные показатели могут быть использованы в качестве морфологических показателей при прогнозировании успешности соревновательной деятельности в дзюдо [7, 8, 9].

Длина тела и конечностей существенно влияет на индивидуальных стиль соревновательной деятельности, так как в дзюдо большое количество приемов выполняется с помощью ног. Важно формировать индивидуальный стиль используя преимущество в росте для выполнения бросков ногами. Важным морфологическим признаком, влияющим на функциональные свойства организма, является поверхность тела (на массу циркулирующей крови, деятельность дыхательной и сердечно-сосудистой систем, теплоотдача, основной обмен и др.) [10].

2. Развитие физических качеств (быстрота, ловкость, сила, гибкость, выносливость);

Важным направлением для формирования индивидуального стиля соревновательных действий является оценка показателей развития физических (сила, скорость, гибкость, ловкость, выносливость). В спортивной практике следует оценивать взаимосвязь физических качеств: скоростно-силовые качества, динамическая и статическая сила, силовая, статическая и скоростная выносливость. Особо важно учитывать координационную выносливость, что играет существенное значение в интенсивных поединках дзюдо, особенно в дополнительном времени встречи.

3. Индивидуальная техническая и тактическая подготовка (атакующая, защитная, контратакующая);

Индивидуальная техническая подготовка – это формирование и совершенствование индивидуального стиля выполнения технических приемов и действий. Для полноценной технико-тактической подготовки, по мнению И.И. Алиханова, необходима своевременная (по возрастному критерию) и последовательная проработка семи уровней: изучение элементов техники, техническая подготовка приема, овладение фрагментами выполнения элементов борьбы, учебные схватки, учебно-тренировочные схватки (моделирование), контрольные схватки, соревновательные схватки [11].

Соотношение индивидуальных и групповых форм технической подготовки неодинаково на различных этапах подготовки.

4. Характеристика действий противника по результатам анализа соревновательных действий [12].

- количество оценённых атакующих технических действий, оценённых действий соперников в условиях соревнований;

- тактика ведения соревновательного поединка (атакующая, контратакующая, защитная) стойка, захват.

5. Условия соревнований (уровень турнира, весовая категория, судейство, задачи участия в турнире).

Современные тенденции:

- Современная борьба требует от спортсменов высокой скорости выполнения эффективных действий, способности к переходу между техниками, использования нестандартных решений.

Содержание подготовки дзюдо включает:

- увеличение темпа атакующих действий;

- усиление контроля в захватах;

- рост значимости переходных действий и «второго темпа»;

- подготовка условий для выполнения технических действий.

Методические аспекты подготовки.

Сегодня активно применяется видеонаблюдение для анализа и определения стратегии ведения соревновательных действий:

- построение учебно-тренировочного процесса с учётом этапов подготовки;

- моделирование соревновательных ситуаций;

- формирование индивидуального стиля соревновательной борьбы;

- анализ и коррекция ошибок на основе педагогических наблюдений.

Индивидуальный соревновательный технический арсенал борца — это не только арсенал приёмов, но и отражение его подготовки, интеллекта и тактической гибкости. Успешная реализация техник на соревнованиях возможна при наличии глубокого понимания своих возможностей, стиля соперника и умения принимать решения в условиях дефицита времени. Поэтому формирование технического арсенала должно строиться на принципах индивидуализации, вариативности и соревновательной направленности.

Борьба относится к ациклическим нестандартно-переменным (ситуационным) упражнениям анаэробно-аэробного характера. Основным видом деятельности в дзюдо является поединок, в котором определяется победитель среди двух борцов. Поединок в

дзюдо состоит из интерактивных взаимодействий борцов и пауз. В среднем поединок равных по подготовленности дзюдоистов содержит 9-15 эпизодов и 8-14 пауз. Эпизоды в поединке дзюдоистов состоят из трех фаз – борьбы за захват, противоборство, отдых.

При формировании у дзюдоиста индивидуальных соревновательных действий необходим комплексный подход учитывающий его индивидуальные морфологические, физические и психические особенности.

На начальном этапе подготовки борцы овладевают основами техники из различных классификационных групп и лишь к 15-17 годам осваивается индивидуальная техника.

При формировании индивидуального технического арсенала важно учитывать рост дзюдоистов. Исследования, проведенные Ю.А. Моргуновым с соавторами показывают что при формировании индивидуального стиля необходимо учитывать биомеханическую целесообразность выполнения приемов борцами различного роста. Полученные результаты дают основание заключить следующие: во-первых, борцы различных ростовых групп должны обратить особое внимание на совершенствование атакующих действий, наиболее приемлемых для них: во-вторых, должны быть изучены варианты приемов, применение которых будет способствовать достижению успеха в поединках с противниками, имеющими различные антропометрические данные [13].

Борцы высокого роста часто применяют броски с помощью ног: броски подсечкой, броски подножкой, подхватом.

Борцы среднего роста часто применяют следующие броски: через спину, выведение из равновесия, прогибом.

Борцы низкого роста наиболее часто применяют технические действия: броски через голову, через спину, подсечки и подножки.

В процессе индивидуализации технической подготовки борцов можно выделить несколько этапов:

Во-первых, этап формирования технического арсенала, двигательных способностей борца;

Во-вторых, этап углубленного развития технических способностей, должны быть выделены и надежно освоены результативные приемы;

В-третьих, этап оптимизации и совершенствования технического мастерства борцов, за счет, улучшения биомеханических характеристик движений и возросшего уровня физических кондиций, совершенствования умения результативно проводить технические действия против разных соперников и выполнения тактических действий для создания благоприятных условий к выполнению технических действий (рисунок 1).



Рисунок 1. Структура формирования индивидуального стиля соревновательной деятельности в дзюдо

Нами определены действия спортсмена при формировании индивидуального стиля по различным разделам [14, 15, 16]:

Физическое развитие включает в себя – уровень развития физических качеств (быстрота, сила, ловкость, выносливость, гибкость); функциональные возможности (аэробные, анаэробные); техническая подготовка в атаке, защите, контратаках; тактическая подготовка владение тактическими действиями в атаку, защите, контратаке; проведение технического действия, ведение схватки, тактика участия в соревнованиях; психологическая подготовка (развитие психических качеств, моральных и волевых качеств, мотивирующих факторы – достижения спортивных результатов, моральные и другие стимулы).

При совершенствовании технико-тактических действий необходимо придерживаться следующих рекомендаций [17-22]:

- совершенствовать выполнение действий в удобную сторону, в удобной ситуации;
- регулярно проводить оценку физической и функциональной подготовки;
- выполнять технические действия в удобную и в неудобную сторону, в неудобной ситуации;
- выполнять защитные действия в различных ситуациях;
- выполнять контратакующие действия в различных ситуациях.

Заключение: Эффективное управление формированием индивидуального стиля дзюдоиста возможно при наличии достоверной информации о всех сторонах и компонентах подготовки, о динамике состояния организма и подготовленности спортсмена:

- антропометрические и морфофункциональные показатели благодаря которым определяется индивидуальный арсенал эффективных технических действий;
- регулярной оценке технико-тактической подготовленности;
- оценке психологической подготовки.
- анализ соревнований позволяет определить, объем технических действий, оцененных судьями, что позволяет определить необходимость их включения в индивидуальный стиль ведения схватки;

– эффективность индивидуального стиля соревновательных действий будет возможно при учете всех факторов: физических возможностей организма спортсмена; арсенала технико-тактических действий с учетом индивидуальных особенностей организма, в том числе и психологических.

КҮРЕС ТҮРЛЕРІНДЕГІ БӘСЕКЕЛЕСТІК ӘРЕКЕТТЕРДІҢ ЖЕКЕ СТИЛІН ҚАЛЫПТАСТЫРУ ҚҰРЫЛЫМЫ

¹Таширов А.Ж.^а, ¹Жадраев Д.Н., ¹Тауасарова Д.А., ¹Телемгенова А.М.,

²Шепетюк Н.М.

¹Қазақ спорт және туризм академиясы, Алматы қ., Қазақстан

²Әл-Фараби атындағы Қазақ ұлттық университеті, Алматы қ., Қазақстан

Хат алмасу үшін автор: Таширов А.Ж. aslan_14.07@mail.ru

Аңдатпа. Мақалада дзюдодағы балуандардың жеке техникалық арсеналының құрылымы, қалыптасуы және мазмұны, жеке бәсекелестік қызметті қалыптастыру қарастырылады. Техникалық дайындықты қалыптастырудың негізгі факторлары, дзюдо стендіндегі және партердегі күрес элементтері, олардың өзгергіштігі және спортшының жеке ерекшеліктеріне, тактикалық міндеттері мен қарсылас стиліне тәуелділігі талданады. Күрес түрлерінде жеке бәсекелестік шеберліктің әртүрлі бөлімдерін дамытудың заманауи тенденциялары келтірілген: физикалық даму, техникалық-тактикалық дайындық, психологиялық дайындық және олардың әрқайсысының қалыптасуы мен жетілу ерекшеліктері, осы бөлімдердің спортшылар денесінің антропометриялық және морфофункционалды ерекшеліктерімен байланысы, бәсекелестік әрекеттерді құру.

Түйінді сөздер: күрес, техника, әдістер, ұстаным, партер, тактика, жарыс, балуанның арсеналы.

THE STRUCTURE OF FORMATION, INDIVIDUAL STYLE OF COMPETITIVE ACTIONS IN TYPES OF WRESTLING

¹A.Zh. Tashirov^a, ¹D.N. Zhadrayev, ¹D.A. Tauassarova, ¹A.M. Telemgenova,

²N.M. Shepetyuk

¹Kazakh Academy of Sport and Tourism, Almaty, Kazakhstan

²Al-Farabi Kazakh National University, Almaty, Kazakhstan

Corresponding author: Tashirov A.Zh. aslan_14.07@mail.ru

Abstract. The article examines the structure, formation and content of the individual technical arsenal of wrestlers in judo, the formation of individual competitive activities. The key factors of the formation of technical readiness are analyzed: elements of judo wrestling in the stand and stalls, their variability and dependence on the individual characteristics of the athlete, tactical tasks and style of the opponent. Modern trends in the development of various sections of individual competitive skills in wrestling are given: physical development, technical and tactical training, psychological training and features of the formation and improvement of each of them, the relationship of these sections with the anthropometric and morphofunctional features of the athletes' body, the construction of competitive actions.

Keywords: wrestling, technique, techniques, stance, stalls, tactics, competitions, wrestler's arsenal.

Список литературы

- 1 Руденко Г.В., Ткачук В.А., Дорофеев В.А. Морфологические показатели успешности соревновательной деятельности в единоборствах // Теория и практика физической культуры. -2020. – №2. – С.92-94.
- 2 Федлаев Н.А., Никитченко С.Ю., Мелентьев А.Н., Мусаев И.С-Х. Влияние морфологических особенностей на технический арсенал борцов-самбистов // Теория и практика физической культуры. – 2022. - №12. –С.15-18.
- 3 Шиян В.В., Блер В.В., Фролов В.В. Особенности динамики важнейших биоэнергетических функций у высококвалифицированных дзюдоистов в макроцикле предсоревновательной подготовки // Актуальные проблемы спортивных единоборств: теория и методика подготовки спортсменов. Выпуск3: Рос. гос. Акад.физ.культуры – 2001. –С. 24-27.
- 4 Блах В.Я. Принцип построения биологически обоснованной концепции физической подготовки борцов (самбо и дзюдо) // Теория и практика физ.культуры. – 2005. -№5. – С.30-35.
- 5 Игорь Цесьлински. Антропометрические профили и состав тела сильнейших польских борцов классического стиля // Теория и практика физической культуры. -2020. – №11. – С.92-94.
- 6 Селуянов В.Н. Построения микроцикла физической подготовки дзюдоистов высшей квалификации // Актуальные проблемы спортивной борьбы / Рос. гос. акад. физ. культуры. – Москва, 1998. –С. 14-23.
- 7 Туманян Г.С. Спортивная борьба: отбор и планирование, М.: ФиС, 1984. – 134с.
- 8 Свищев И.Д., Бухарин А.В. Темп выполнения дзюдоистами технико-тактических действий в соревновательном поединке // Теория и практика физ. культуры. - 2008. -№8. – С. 35-38.
- 9 Свищев И.Д., Курамкин А.И., Коновалев В.М. Особенности соревновательного поединка в борьбе дзюдо // Теория и практика физ. культуры. – 1990. - №2. – С.37-41.
- 10 Станков А.Г., Климин В.П., письменский И.А. Индивидуализация подготовки борцов. – М.: Физкультура и спорт. 1984. – 240с.
- 11 Алиханов И.И. Техника и тактика вольной борьбы, М.: ФиС, 1986. – 304 с.
- 12 Моргунов Ю.А., Шинелев И.В., Патратий Р.С. // Спортивная борьба, Ежегодник. – 1974 г. – С.16-18.
- 13 Шепетюк М.Н., Кусакбаева Б.А., Имангалиева М.М., Альмуханбетова Г.Н. Инновации в физической подготовке дзюдоисток // Материалы IX Международной научной конференции студентов и молодых ученых «Университетский спорт: Здоровье и процветание нации ». -С.71-76.
- 14 Шепетюк М.Н., Альмуханбетова Г.Н., Кусакбаева Б.А., Имангалиева М.М., Кашкын Ж.С. К вопросу оценки специальной выносливости дзюдоисток ,используя результаты регистрации технических действий // Теория и методика физической культуры, Научно-теоретический журнал.№1(55), 2019.-С 94-100.
- 15 Шепетюк М.Н., Караков С.Б., Житкеев А.Р., Тен А.В. Силовая подготовка в дзюдо // Алматы: КазАСТ. учебно-методическое пособие, 2017. – 205 с. (каз., рус.).
- 16 Шепетюк М.Н., Житкеев А.Р., Насиев Е.К., Райфова З.Р., Сайлаубаев Ж.Н. Физическая подготовка в дзюдо // Физическая подготовка в дзюдо: учебное пособие. - Алматы: КазАСТ,2019, -235с.
- 17 Шепетюк М.Н., Альмуханбетова Г.Н., Тен А.В., Насиев Е.К., Джамбербаев Б.О. Контроль за технической подготовленностью участников чемпионата Республики Казахстан по дзюдо // Теория и методика физической культуры, № 1, 2017. -С.86-92.
- 18 Шепетюк М.Н., Альмуханбетова Г.Н., Насиев Е.К., Конакбаев Б.М., Шепетюк Н.М. Алматы, «Педагогика и психология» научно-методический журнал.Казакской национальный педагогический университет имени Абая,2017.-№2(31).-С.161-166.

19 Шепетюк М.Н., Конакбаев Б.М., Бекембетов Р.А., Нурмуханмедов М.Б., Сайлаубаев Ж.Н. Научно-методическое обеспечение подготовки высококвалифицированных спортсменов // Караганда, 2017 // Международная научно-практическая конференция «Проблемы и перспективы студенческого спорта».

20 Шепетюк М.Н., Телемгенова А.М., Жунисбек Д.Н., Таширов А.Ж., Шепетюк Н.М. Оценка технической подготовленности участников Чемпионата Азии по дзюдо // Теория и методика физической культуры, Научно-теоретический журнал. №3(69), 2022. - С. 119-124.

21 Шепетюк М.Н., Нурпеисова С.А., Телемгенова А.М., Торегожина А.Ж., Салыкова А.А. Основные требования к формированию индивидуального стиля соревновательных действий дзюдоисток // Теория и методика физической культуры, Научно-теоретический журнал. №1(77), 2023. - С. 181-189.

22 Madina Baurzhan, ALINA TEN, AIBOL KULBAYEV, MIKHAIL SHEPETYUK, YERBOL MYRZABOSSYNOV, YELDAR NASSIYEV, OLEG KOMAROV, ANNA ZHIDOVINOVA, JANAT NURTAZINAKARLYGASH ABSATTAROVA. Impact of intermittent hypoxic training on hematological, biochemical, and functional parameters in Qazaq Kuresi Wrestlers: A pilot study. *Journal of Physical Education and Sport* ® (JPES), Vol. 25 (issue 9), Art 219, pp. 1966-1973, September 2025.

References

1 Rudenko G. V., Tkachuk V. A., Dorofeev V. A. morphological indicators of prosperity in the United States // theory and practice of Physical Culture. -2020. - No. 2. - pp. 92-94.

2 Fedlaev N. A., Nikitchenko S. Yu., Melentyev A. N., Musaev I. S-H. Vliya morphological features in the technical arsenal of bortsov-sambistov // theory and practice of Physical Culture. – 2022. - №12. - pp. 15-18.

3 Shiyan V. V., Blair V. V., Frolov V. V. specificity of the dynamics of essential bioenergetic functions of highly qualified judoists in the macrocycle of advanced training // actual problems of sports unity: theory and methods of training athletes. Vipusk3: Ros. Gos. ACAD.Fiz.culture – 2001. - pp. 24-27.

4 Blah V. ya. the principle of post-biological development of the concept of physical training bortsov (Sambo and judo) // theory and practice of physics.culture. – 2005. - No. 5. - pp. 30-35.

5 Igor Tseslinski. Anthropometric profiles and figures of Polish bortsov in the classical style // Theory and practice of Physical Culture. -2020. - No. 11. - pp. 92-94.

6 Seluyanov V. N. Postroeniya microcycle physical training of judoists higher qualification // actual problems of sports training / Ros. Gos. ACAD. Fiz. culture. - Moscow, 1998. - Pp. 14-23.

7 Tumanyan G. S. Sportivnaya Borba: firestorm and planning, M.: FIS, 1984. - 134c.

8 Svishchev I. D., Bukharin A.V. tempo of the exit of judoists in technical and tactical activities in a productive way // Theory and practice of physics. culture. - 2008. - No. 8. - pp. 35-38.

9 Svishchev I. D., Kuramkin A. I., Konovalev V. M. specificity of the educational process in the field of judo // theory and practice Fiz. culture. – 1990. - No. 2. - pp. 37-41.

10 Stankov A. G., Klimin V. P., pismensky I. A. individualization of training bortsov. - M.: Physical Culture and sports. 1984. - 240s.

11 Alikhanov I. I. technique and tactics volnoy Borba, M.: FIS, 1986. - 304 P.

12 Morgunov Yu.a., Shinelev I. V., Patratiy R. S. // Sportivnaya Borba, Ezhegodnik. – 1974-pp. 16-18.

13 Shepetyuk M. N., Kusakbaeva B. A., Imangalieva M. M., Almukhanbetova G. N. innovation in physical training of judoists // materials of the IX International Scientific Conference of students and young students "University Sports: Health and development of the nation". -Pp. 71-76.

14 Shepetyuk M. N., Almukhanbetova G. N., Kusakbaeva B. A., Imangalieva M. M., Kashkyn Zh. s.K on the issue of special issues of judoism ,using the results of registration of technical

activities // theory and methods of Physical Culture, scientific and theoretical journal.No. 1 (55), 2019.-C 94-100.

15 Shepetyuk M. N., Karakov S. B., Zhitkeev A. R., Ten A.V. Silovaya training in judo // Almaty: Kazast. 2017. - 205 P. (Kaz., Rus.).

16 Shepetyuk M. N., Zhitkeev A. R., Nasiev E. K., Raifova Z. R., Sailaubayev Z. N. physical training in judo // physical training in judo: educational post. - Almaty: Kazast,2019,- 235с.

17 Shepetyuk M. N., Almukhanbetova G. N., Ten A.V., Nasiev E. K., Dzhamberbayev B. O. control of technical training of participants in the championship of the Republic of Kazakhstan in judo // theory and methods of Physical Culture, No. 1, 2017.- P.86-92.

18 Shepetyuk M. N., Almukhanbetova G. N., Nasiev E. K., Konakbayev B. M., Shepetyuk N. M. Almaty, scientific and methodological Journal "pedagogy and psychology".Kazakh National Pedagogical University named after Abaya,2017.-№2(31).-Pp. 161-166.

19 Shepetyuk M. N., Konakbayev B. M., Bekembetov R. A., Nurmukhanmedov M. B., Sailaubayev zh. n.scientific and methodological provision of training of highly qualified sportsmen // Karaganda,2017//International Scientific and practical conference "problems and prospects of student sports".

20 Shepetyuk M. N., Telemgenova a.m., Zhunisbek D. N., Tashirov A. zh., Shepetyuk N. M. description of technical training of participants of the Asian Judo Championship // theory and methodology of Physical Culture, scientific and theoretical journal.№3(69),2022.-C. 119-124.

21 Shepetyuk M. N., Nurpeisova S. A., Telemgenova a.m., Toregozhina A. zh., Salykova A. A. basic trebovaniya for the formation of individual style of intellectual activity of judoists // theory and methods of Physical Culture, scientific and theoretical journal. №1(77), 2023. -C. 181-189.

22 Madina Baurzhan, ALINA TEN, AIBOL KULBAYEV, MIKHAIL SHEPETYUK, YERBOL MYRZABOSSYNOV, YELDAR NASSIYEV, OLEG KOMAROV, ANNA ZHIDOVINOVA, JANAT NURTAZINAKARLYGASH ABSATTAROVA. Impact of intermittent hypoxic training on hematological, biochemical, and functional parameters in Qazaq Kuresi Wrestlers: A pilot study. Journal of Physical Education and Sport ® (JPES), Vol. 25 (issue 9), Art 219, pp. 1966-1973, September 2025.

Авторлар туралы ақпарат // Информация об авторах // Information about the Authors

Таширов Аслан Жумағалиевич – магистр педагогических наук, старший преподаватель кафедры борьбы, Казахская академия спорта и туризма, г. Алматы, Казахстан.

Таширов Аслан Жұмағалұлы - педагогика ғылымдарының магистрі, күрес кафедрасының аға оқытушысы, Қазақ спорт және туризм академиясы, Алматы қ., Қазақстан

Tashirov Aslan - Master of Pedagogical Sciences, Lecturer of the Wrestling Department, Kazakh Academy of Sport and Tourism, Almaty, Kazakhstan

e-mail: aslan_14.07@mail.ru

ORCID iD: [0009-0000-0169-8314](https://orcid.org/0009-0000-0169-8314)

Жадраев Демеу Нурдаулетович – магистр педагогических наук, докторант, Казахская академия спорта и туризма, г. Алматы, Казахстан

Жадраев Демеу Нұрдәулетұлы – педагогика ғылымдарының магистрі, докторант, Қазақ спорт және туризм академиясы, Алматы қ., Қазақстан

Zhadrayev Demeu – Master of Pedagogical Sciences, doctoral student, Kazakh Academy of Sport and Tourism, Almaty, Kazakhstan

e-mail: nurdaulet.demeu@mail.ru

ORCID iD: 0009-0009-9679-9390

Телемгенова Айгерим Маратовна – магистр педагогических наук, преподаватель кафедры борьбы, Казахская академия спорта и туризма, г. Алматы, Казахстан

Телемгенова Айгерим Маратовна – педагогика ғылымдарының магистрі, күрес кафедрасының оқытушысы, Қазақ спорт және туризм академиясы, Алматы қ., Қазақстан

Telemgenova Aigerim - Master of Pedagogical Sciences, Lecturer of the Wrestling Department, Kazakh Academy of Sport and Tourism, Almaty, Kazakhstan

e-mail: t.a.m_aiko@inbox.ru

ORCID iD: [0009-0000-5632-0693](https://orcid.org/0009-0000-5632-0693)

Тауасарова Данара Айкымбаевна – магистр педагогических наук, докторант, Казахская академия спорта и туризма, г. Алматы, Казахстан

Тауасарова Данара Айкымбайқызы – педагогика ғылымдарының магистрі, докторант, Қазақ спорт және туризм академиясы, Алматы қ., Қазақстан

Tauassarova Danara – Master of Pedagogical Sciences, doctoral student, Kazakh Academy of Sport and Tourism, Almaty, Kazakhstan

e-mail: danara_judo@mail.com

ORCID iD: 0009-0008-3000-077X

Шепетюк Наталья Михайловна – и.о. ассоц.профессор, Казахский национальный университет им.аль-Фараби, г.Алматы, Казахстан,

Шепетюк Наталья – м.а. қауымдастырылған профессор, Өл-Фараби атындағы Қазақ ұлттық университеті, Алматы қ., Қазақстан

Shepetyuk Natalya – Acting assoc.Professor, Al-Farabi Kazakh National University, Almaty, Kazakhstan

e-mail: nshepetyuk82@mail.ru

ORCID iD: [0009-0006-6783-6576](https://orcid.org/0009-0006-6783-6576)