

СПОРТ ҒЫЛЫМЫНДАҒЫ ЗЕРТТЕУЛЕР
ИССЛЕДОВАНИЯ В СПОРТИВНОЙ НАУКЕ
SPORT SCIENCE RESEARCH

2 (7) 2026

ISSN PRINT 3135-6184
ISSN ONLINE 3135-6192

Құрылтайшы:
«Қазақ ұлттық спорт университеті» ЖШС

Тіркеу:
Қазақстан Республикасы Ақпарат және қоғамдық даму министрлігінде есепке қойылды,
30.12.2022 жылғы № KZ85VPY00062325 куәлік.
Уәкілетті орган 22.09.2025 жылы қайта тіркеді, куәлік № KZ01VPY00129894
Ресми сайт: <http://sci.journal.apems.edu.kz/index.php/journal/>
2022 жылдың қарашасында құрылған. Жиілігі: жылына 4 рет.

Редакция мекен-жайы:
Астана қ., 010000, Қарқаралы қ. 15

Учредитель:
ТОО «Казахский национальный университет спорта»

Регистрация:
Поставлен на учет в Министерстве информации и общественного развития Республики
Казахстан, свидетельство № KZ85VPY00062325 от 30.12.2022 года.
Перерегистрирован 22.09.2025 года, свидетельство № KZ01VPY00129894
Официальный сайт: <http://sci.journal.apems.edu.kz/index.php/journal/>
Основан в ноябре 2022 года. Периодичность: 4 раза в год.

Адрес редакции:
г. Астана, 010000, ул. Карқаралы, 15

Founder:
LLP «Kazakh National University of Sports »

Registration:
Registered by the Ministry of Information and Social Development of the Republic of
Kazakhstan, certificate No KZ85VPY00062325 dated 30.12.2022.
Re-registered on 22.09.2025, certificate No KZ01VPY00129894
Official site: <http://sci.journal.apems.edu.kz/index.php/journal/>
Founded in November 2022. Frequency: 4 times a year.

Editorial address:
Astana, 010000, Karkaraly str. 15

РЕДАКЦИЯЛЫҚ АЛҚА

Бас редактор

Нефтисов Александр Витальевич - PhD, қауымдастырылған профессор, ғылым және инновациялар жөніндегі проректор, Қазақ ұлттық спорт Университеті, Астана қ., Қазақстан.

Бас редактордың орынбасары

Тен Алина Владимировна - педагогика ғылымдарының магистрі, проректордың ғылым және инновация жөніндегі орынбасары, Қазақ ұлттық спорт Университеті, Астана қ., Қазақстан.

Шығарушы редактор

Идиятова Юлия Максимовна - халықаралық қатынастар магистрі, Қазақ ұлттық спорт Университеті, Астана қ., Қазақстан

РЕДАКЦИЯЛЫҚ АЛҚА МҮШЕЛЕРІ

Куангалиева Турсынзада Куангалиевна - экономика ғылымдарының кандидаты, қауымдастырылған профессор, ректор, Қазақ ұлттық спорт Университеті, Астана қ., Қазақстан

Касенов Ханат Нурбикович - PhD, қауымдастырылған профессор, Академиялық қызмет жөніндегі проректор, Қазақ ұлттық спорт Университеті, Астана қ., Қазақстан

Мұхатаев Айдос Ағдарбекұлы - педагогика ғылымдарының кандидаты доцент, Astana IT University, Астана қ., Қазақстан

Zbigniew Waśkiewicz - профессор, доктор. habil., Дене шынықтыру академиясы. Георгий Куучки, Катовицы қ., Польша

Мұхамбет Жасын Серікбайұлы - PhD, қауымдастырылған профессор, Қазақ ұлттық спорт Университеті, Астана қ., Қазақстан

Туржанова Динара Еранқызы - PhD, қауымдастырылған профессор, Қазақ ұлттық спорт Университеті, Астана қ., Қазақстан

Eon Ho Kim - PhD, профессор, Донггук университеті, Сеул қ., Корея Республикасы

Кокарев Борис Валерійович - дене шынықтыру және спорт ғылымдарының кандидаты, доцент, "Запорожье политехникасы" ұлттық университеті, Запорожье қ., Украина

Кокарева Світлана Миколаївна - дене шынықтыру және спорт ғылымдарының кандидаты, доцент, "Запорожье политехника" ұлттық университеті, Запорожье қ., Украина

Кириченко Лалита Николаевна – магистр, Industry 4.0, Astana IT University F3O ғылыми қызметкері, Астана қ., Қазақстан

Vladimir Potop - дене шынықтыру және спорт ғылымдарының докторы, профессор, ғылым мен техниканың ұлттық политехникалық университеті, Бухарест, Румыния

Tanu Shree Yadav - PhD, Мэдисондағы Висконсин университеті, Мэдисон, Америка Құрама Штаттары.

Valeriia Tyshenko - ғылым докторы, профессор, Запорожье ұлттық университеті, Запорожье қ., Украина

Шепетюк Михаил Николаевич - педагогика ғылымдарының кандидаты, профессор, Қазақ спорт және туризм академиясы, Алматы қ., Қазақстан

Шуньо Андрей Васильевич - педагогика ғылымдарының кандидаты, сеньор-лектор, Қазақ ұлттық спорт Университеті, Астана қ., Қазақстан

РЕДАКЦИОННАЯ КОЛЛЕГИЯ

Главный редактор

Нефтисов Александр Витальевич – PhD, ассоциированный профессор, проректор по науке и инновациям, Казахский национальный университет спорта, г.Астана, Казахстан.

Заместитель главного редактора

Тен Алина Владимировна - магистр педагогических наук, заместитель проректора по науке и инновациям, Казахский национальный университет спорта, г.Астана, Казахстан.

Выпускающий редактор

Идиятова Юлия Максимовна - магистр международных отношений, Казахский национальный университет спорта, г.Астана, Казахстан

ЧЛЕНЫ РЕДАКЦИОННОЙ КОЛЛЕГИИ

Куангалиева Турсынзада Куангалиевна - кандидат экономических наук, ассоциированный профессор, ректор, Казахский национальный университет спорта, г.Астана, Казахстан

Касенов Ханат Нурбикович - PhD, ассоциированный профессор, проректор по академической деятельности, Казахский национальный университет спорта, г.Астана, Казахстан

Мухатаев Айдос Агдарбекович - кандидат педагогических наук доцент, Astana IT University, г.Астана, Казахстан

Zbigniew Waśkiewicz - профессор, Dr. habil., Академия Физической культуры им. Георгия Кукучки, г. Катовицы, Польша

Мұхамбет Жасын Серікбайұлы - PhD, ассоциированный профессор, Казахский национальный университет спорта, г.Астана, Казахстан

Туржанова Динара Ерланқызы - PhD, ассоциированный профессор, Казахский национальный университет спорта, г.Астана, Казахстан

Eon Ho Kim - PhD, профессор, Донггукский университет, г.Сеул, Республика Корея

Кокарев Борис Валерійович - кандидат наук по физ.воспитанию и спорту, доцент, Национальный университет «Запорожская политехника», г.Запорожье, Украина

Кокарева Світлана Миколаївна - кандидат наук по физ.воспитанию и спорту, доцент, Национальный университет «Запорожская политехника» г.Запорожье, Украина

Кириченко Лалита Николаевна – магистр, научный сотрудник НИЦ Industry 4.0, Astana IT University, г.Астана, Казахстан

Vladimir Potop - доктор наук по физическому воспитанию и спорту, профессор, Национальный Политехнический Университет науки и техники, г.Бухарест, Румыния

Tanu Shree Yadav - PhD, Висконсинский университет в Мэдисоне, г.Мэдисон, Соединенные Штаты Америки.

Valeriia Tyshenko - доктор наук, профессор, Запорожский Национальный университет, г.Запорожье, Украина

Шепетюк Михаил Николаевич - кандидат педагогических наук, профессор, Казахская академия спорта и туризма, г.Алматы, Казахстан

Шунько Андрей Васильевич - кандидат педагогических наук, сеньор-лектор, Казахский национальный университет спорта, г.Астана, Казахстан

EDITORIAL BOARD

Chief Editor

Alexander Neftisov – PhD, Associate Professor, Vice-Rector for Science and Innovation, Kazakh National University of Sports, Astana, Kazakhstan.

Deputy Editor-in-Chief

Alina Ten - Master of Pedagogical Sciences, Deputy Vice-Rector for Science and Innovation, Kazakh National University of Sports, Astana, Kazakhstan.

Issuing Editor

Yuliya Idiyatova - Master's Degree in International Relations, Kazakh National University of Sports, Astana, Kazakhstan

MEMBERS OF THE EDITORIAL BOARD

Tursinzada Kuangaliyeva - Candidate of Economic Sciences, Associate Professor, Rector, Kazakh National University of Sports, Astana, Kazakhstan

Khanat Kassenov - PhD, Associate Professor, Vice-Rector for Academic Affairs, Kazakh National University of Sports, Astana, Kazakhstan

Aidos Mukhatayev - Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor, Astana IT University, Astana, Kazakhstan

Zbigniew Waśkiewicz - Professor, Dr. habil., George Kukucka Academy of Physical Culture, Katowice, Poland

Zhassyn Mukhambet - PhD, Associate Professor, Kazakh National University of Sports, Astana, Kazakhstan

Dinara Turzhanova - PhD, Associate Professor, Kazakh National University of Sports, Astana, Kazakhstan

Eon Ho Kim - PhD, Professor, Dongguk University, Seoul, Republic of Korea

Boris Kokarev - Candidate of Sciences in Physics.Education and Sports, Associate Professor, National University of Zaporizhia Polytechnic, Zaporizhia, Ukraine

Svitlana Kokareva - Candidate of Sciences in Physics.Education and Sports, Associate Professor, National University of Zaporizhia Polytechnic, Zaporizhia, Ukraine

Lalita Kirichenko – master of science, Researcher at SIC Industry 4.0, Astana IT University, Astana, Kazakhstan

Vladimir Potop - Doctor of Sciences in Physical Education and Sports, Professor, National Polytechnic University of Science and Technology, Bucharest, Romania

Tanu Shree Yadav - PhD, University of Wisconsin-Madison, Madison, United States of America.

Valeriia Tyshenko - Doctor of Sciences, Professor, Zaporizhia National University, Zaporizhia, Ukraine

Mikhail Shepetyuk - Candidate of Pedagogical Sciences, Professor, Kazakh Academy of Sports and Tourism, Almaty, Kazakhstan

Andrey Shunko - Candidate of Pedagogical Sciences, Senior Lecturer, Kazakh National University of Sports, Astana, Kazakhstan

СПОРТ ҒЫЛЫМЫНДАҒЫ ЗЕРТТЕУЛЕР

ИССЛЕДОВАНИЯ В СПОРТИВНОЙ НАУКЕ

SPORT SCIENCE RESEARCH

МАЗМҰНЫ // СОДЕРЖАНИЕ // CONTENT

СПОРТ ҒЫЛЫМЫНДАҒЫ ЗЕРТТЕУЛЕР// ИССЛЕДОВАНИЯ В СПОРТИВНОЙ НАУКЕ// SPORT SCIENCE RESEARCH

<i>Жадраев Д.Н., Молдалиев Н.К., Тауасарова Д.А., Насиев Е.К., Айтпанбет А.</i> ПЛАНИРОВАНИЕ ОБЩЕЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ, ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ НА РАЗЛИЧНЫХ ЭТАПАХ В ВИДАХ БОРЬБЫ	9
<i>Шунько А. В., Цой Н. С</i> ОЦЕНКА СОВРЕМЕННОГО СОСТОЯНИЯ НАУЧНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ПОДГОТОВКИ В КАРАТЕ В ДИСЦИПЛИНЕ КАТА.....	18
<i>Таширов А.Ж., Жадраев Д.Н., Тауасарова Д.А., Телемгенова А.М. Шепетюк Н.М</i> СТРУКТУРА ФОРМИРОВАНИЯ ИНДИВИДУАЛЬНОГО СТИЛЯ СОРЕВНОВАТЕЛЬНЫХ ДЕЙСТВИЙ В ВИДАХ БОРЬБЫ.....	28
<i>Ижанов Ж.Т., Сейсенбеков Е.К., Қарақов А.Қ. Мухиддинов Е., Абишев К.С</i> ФУТБОЛМЕН АЙНАЛЫСУШЫЛАРДЫҢ ОЙЫН ДАҒДЫЛАРЫН АРТТЫРУДАҒЫ ПСИХОЛОГИЯЛЫҚ ДАЙЫНДЫҚ ПАРАДИГМАСЫ (ОРТА СЫНЫП ЖАС КЕЗЕҢДЕРІ МЫСАЛЫНДА)	38
<i>Zhupysheva A.O., Rymbay N.Zh., Beisenova R.R., Ignacio Menéndez-Pidal de Navascués</i> PERFORMANCE AUDIT OF MASS SPORTS DEVELOPMENT IN THE REPUBLIC OF KAZAKHSTAN.....	48

ПЛАНИРОВАНИЕ ОБЩЕЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ, ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ НА РАЗЛИЧНЫХ ЭТАПАХ В ВИДАХ БОРЬБЫ

Жадраев Д.Н.^а, Молдалиев Н.К., Тауасарова Д.А., Насиев Е.К., Айтпанбет А.

Казахская академия спорта и туризма, г.Алматы, Казахстан

Автор для корреспонденции: Жадраев Д.Н. nurdaulet.demeu@mail.ru

Аннотация. Авторы обосновывают необходимость объективного распределения тренировочной нагрузки в видах борьбы на различных этапах подготовки с учетом возрастных особенностей организма спортсменов по общей и специальной физической подготовке, а также по технико-тактической подготовке, обосновывают увеличение количества времени на специальную подготовку с ростом спортивного мастерства, а также определение количества соревнований с учетом физической, технико-тактической и психологической подготовленности занимающихся, что позволит уберечь спортсменов от физических и психологических перегрузок, анализируют значимость для спортсменов видов борьбы развитие скоростно-силовых способностей для эффективного выполнения соревновательных действий индивидуально каждым спортсменом.

Ключевые слова: тренировочные нагрузки, общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка, скоростно-силовые способности, спортивные соревнования.

Введение. Анализ достижений казахстанских спортсменов, специализирующихся в видах спортивной борьбы позволяет нам сделать вывод о том, что количество медалей, завоеванных в юношеском возрасте на соревнованиях различного ранга существенно выше чем на соревнованиях юниоров и взрослых. Одна из причин, такого дисбаланса является на всегда обоснованное планирование тренировочных нагрузок в различном возрасте по общей и специальной физической подготовке, технико-тактической подготовке.

Озвученные проблемы затрагивают ведущие специалисты спортивной тренировки (В.К.Бальсевич, 2000; Ю.В.Верхошанский, 1988; Л.В.Волков, 1981; В.В.Гожин, 1996; А.М.Дякин, 1966; А.В. Еганов, 1999; Л.Я. Набатникова, 1982; В.Г.Никитушкин, 1995; О.А.Сиротин, 1966; Г.К. Туманян, 1998; В.П.Фомин, 1980; В.Н.Платонов, 2015) [1-13].

Многолетняя подготовка борца охватывает длительный период становления спортсмена от новичка до мастера высокого класса. Этот период составляет 10-15 лет и включает этапы, которые имеют свои особенности подготовки в различных разделах, особенно взаимосвязи ОФП, СФП с технико-тактической подготовкой [14-16]. Нами выделены основные направления деятельности тренера на различных этапах тренировочного процесса.

Результаты, цель и задачи преимущественной направленности каждого этапа заключается в следующем: (борьба вольная) [20]

Этап начальной подготовки:

- привлечение детей к занятиям видами борьбы и формирование устойчивого интереса к систематическим занятиям спортивной борьбой.
- укрепление здоровья и улучшение физического развития детей подростков;
- овладение основами техники выполнения физических упражнений и формирование основ ведения единоборства;
- приобретение разносторонней физической подготовленности на основе занятий различными видами физических упражнений;
- подготовка и выполнение требований по общей и специальной физической подготовке соответствующих возрастной группе.

Учебно-тренировочный этап:

- повышение разносторонней физической и функциональной подготовленности, воспитание основных физических качеств;
- овладение основами техники и тактики вида борьбы, приобретение соревновательного опыта путем участия в соревнованиях в различных видах спорта;
- подготовка и выполнение нормативных требований по физической и специальной подготовке соответствующих возрастной группы;
- создание предпосылок к дальнейшему повышению спортивного мастерства на основе всесторонней общей физической подготовки, воспитания специальных физических качеств, повышения уровня функциональной подготовленности и освоения допустимых тренировочных нагрузок;

Этап спортивного совершенствования:

- дальнейшая повышение спортивного мастерства на основе совершенствования общей и специальной подготовленности до уровня сборных команд;
- прочное овладение базовой техникой и тактикой вида борьбы;
- совершенствование индивидуальной соревновательной техники и тактики;

Этап высшего спортивного мастерства:

- достижение максимально возможных стабильных спортивных результатов на основе индивидуализации подготовки борцов.

Материалы и методы. В работе применялись методы исследования: анализ научно-методических публикаций; анализ учебных программ по видам борьбы, педагогические наблюдения анализ педагогического опыта ведущих тренеров Республики Казахстан.

Процесс планирования на различных этапах подготовки должен предусмотреть статический аспект, который предусматривает оптимальные для различных видов физического воспитания соотношения между отдельными сторонами подготовки – между отдельными сторонами подготовки и между отдельными видами физических упражнений между общей и специальной подготовкой, между силовой подготовкой и воспитанием выносливости и т.д. на относительно длительный период занятий (годовой, многолетний).

Динамический аспект планирования заключается в оптимальном распределении во времени отдельных разделов воспитания в более короткий период подготовки (этап, недельный, микроцикл, отдельное тренировочное занятие).

Специалисты по борьбе самбо считают, что на этапе специальной подготовки затраты времени на общую и специальную подготовку необходимо распределять – 60-65% на общую и 35-40% на специальную. На следующем этапе углубленной специальной подготовки они предлагают отводить на общую подготовку до 40%, а до 60% на специальную подготовку.

По мнению специалистов самбо, этап демонстрации наивысших достижений характеризуется узкой специализацией, более 2/3 тренировочного времени отводится решению задач специальной подготовки. Обще-подготовительные упражнения на этом этапе используются для более быстрого восстановления специальной работоспособности [21].

В этот период возрастают необходимость широкого применения средств повышения и восстановления работоспособности для достижения высот спортивного мастерства, что требует высокого профессионального мастерства тренеров.

Соотношение средств общей и специальной физической подготовки, и технико-тактической подготовки специалистами самбо Табаков С.Е., Елисеев С.В., 2005 рекомендуется планировать следующим образом (рисунок 1) [15].

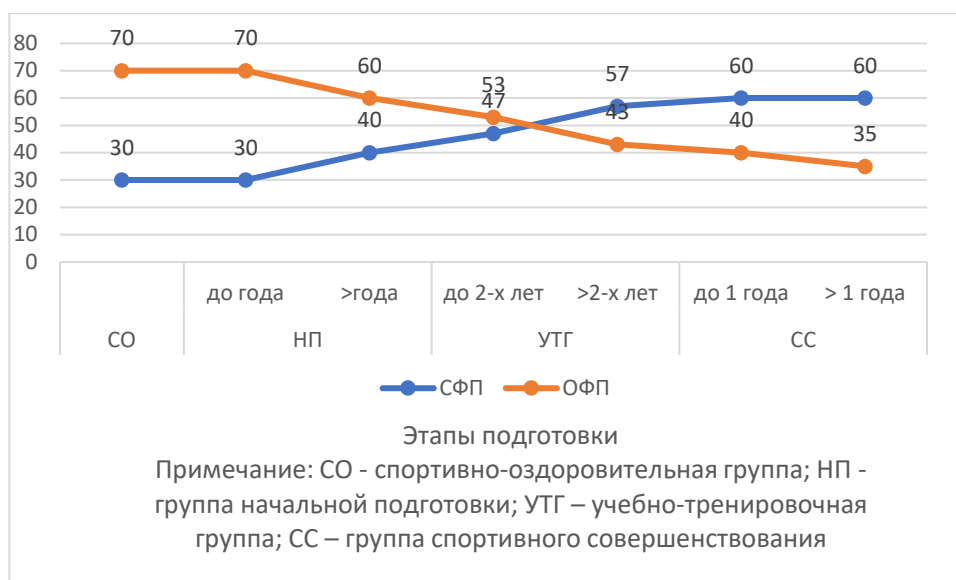


Рисунок 1. Распределение времени на ОФП и СФП (%) на этапах тренировочного процесса по самбо

Спортивные соревнования являются неотъемлемой частью учебно-тренировочного процесса их сроки проведения и характер планируются заранее. Соревнования должны планироваться таким образом, чтобы по своей направленности и степени трудности они соответствовали задачам, поставленным перед спортсменами на данном этапе многолетней подготовки. Основной целью соревнований, особенно на начальных этапах подготовки, является контроль за освоением изученного учебно-тренировочного материала, приобретение соревновательного опыта, регулирование психологического состояния в условиях экстремальных ситуаций.

Важное значение имеет определенное количество соревнований, что дает возможность тренерам планомерно проводить подготовку, в том числе по физической и технико-тактической подготовке, не форсируя ее и обеспечивая возможность демонстрации наивысших результатов на ответственных соревнованиях.

Каждое соревнование требует больших энергетических и психических затрат, поэтому чрезмерно частые соревнования могут проводить к отрицательному влиянию на состояние различных сторон подготовленности спортсмена (таблица 1) [14, 15, 16].

Таблица 1. Примерное распределение соревновательных нагрузок в годичном цикле (количество соревнований)

Выводы борьбы	этап подготовки					
	НП			УТ		СС
	годы обучения					
	до года	свыше года	до 2-х лет	свыше 2-х лет	до года	свыше года
Самбо (2005)	3	4-5	5-6	5-7	6-8	7-10
Вольная борьба (2003)		4-5	5-7	5-7	6-8	6-8
Дзюдо (2009)			4	7		

В спортивных видах борьбы важны все физические качества, но особое значение имеют скоростно-силовые способности [17-25].

Скоростно-силовые способности – это способность спортсмена к проявлению предельных возможностей, усилий в кратчайший промежуток времени при оптимальной амплитуде движений. Показателем скоростно-силовой подготовленности является импульс силы он характеризует большие усилия в кратчайшее время. По мере спортивного совершенствования, величина импульса силы повышается. Однако быстрота и скоростные качества относятся к числу консервативных и слабо изменяющихся под влиянием спортивной тренировки.

Скоростно-силовые качества определяются скоростными и силовыми возможностями человека, которые необходимы для придания возможно большего ускорения собственному телу. При проявлении скоростно-силовых качеств важна не столько величина силы, сколько нарастание ее во времени, чем быстрее нарастание силы до ее максимального значения. Тем выше результативность выполнения технического действия.

Развитие двигательных качеств у спортсменов 12-16 лет находится в зависимости от биологического возраста, что требует индивидуального подхода и обязательного учета благоприятных периодов (сенситивных) развития различных физических качеств.

Развитие скоростных способностей наиболее возможно при выполнении упражнений с отягощениями 30-50% от максимального, что дает наибольший прирост скоростного компонента. Применение упражнений с отягощениями до 70-90% дает наибольший прирост силового компонента. В юношеском возрасте целесообразно применять преимущественно развитие скоростно-силовых качеств с преобладанием скоростного компонента (с отягощением весом 30-50% от максимального).

Развитие скоростно-силовых способностей будет наиболее эффективным, если тренировочные упражнения подбираются с учетом принципа соответствия по ряду критериев соревновательным упражнениям (броску). К ним относятся: амплитуда и направление акцентированного участка рабочей амплитуды, максимум динамических усилий, быстрота нарастания максимальной скоростной силы, режим работы мышц.

Для развития скоростно-силовых способностей рекомендуется применять комплексы следующих упражнений:

- упражнения для развития скоростно-силовых способностей мышц ног;
- упражнения для развития скоростно-силовых способностей мышц разгибателей туловища (спины);
- упражнения для развития скоростно-силовых способностей мышц, рук и плечевого пояса.

При организации тренировок по развитию скоростно-силовых способностей наиболее эффективным, чаще всего, является круговой метод.

Заключение. На начальных этапах спортивной подготовки общая физическая подготовка должна занимать до 70% времени, отводимого на физическую подготовку, а специальная до 30 %.

В видах борьбы большое значение имеют возможности спортсменов к проявлению предельных возможных усилий в кратчайший промежуток времени, что зависит от времени, от развития скоростно-силовых способностей. Скоростные качества следует развивать при использованиях не более 30-50% отягощений, а силовых от максимально не менее 70-90% от максимально возможного.

Соревнования требуют больших энергетических и психических затрат, поэтому количество соревнований необходимо определять с учетом периода подготовки и возможностей демонстрации наивысших результатов на основе физической, технико-тактической и психологической подготовленности.

КҮРЕС ТҮРЛЕРІНДЕ ӘРТҮРЛІ КЕЗЕҢДЕРДЕ ЖАЛПЫ ЖӘНЕ АРНАЙЫ ФИЗИКАЛЫҚ, ТЕХНИКАЛЫҚ-ТАКТИКАЛЫҚ ДАЙЫНДЫҚТЫ ЖОСПАРЛАУ

Жадраев Д.Н.^а, Молдалиев Н.К., Тауасарова Д. А., Насиев Е.К., Айтпанбет А.
Қазақ спорт және туризм академиясы, Алматы қ., Қазақстан

Хат алмасу үшін автор: Жадраев Д.Н. nurdaulet.demeu@mail.ru

Аңдатпа. Авторлар жалпы және арнайы дене шынықтыру дайындығы бойынша, сондай-ақ техникалық-тактикалық дайындық бойынша спортшылар денесінің жас ерекшеліктерін ескере отырып, дайындықтың әртүрлі кезеңдерінде күрес түрлерінде жаттығу жүктемесін объективті бөлу қажеттілігін негіздейді, спорттық шеберліктің өсуімен арнайы дайындыққа кететін уақыт санын көбейтуді, сондай-ақ Физикалық, техникалық-тактикалық және т. б. ескере отырып, жарыстар санын анықтауды негіздейді. бұл спортшыларды физикалық және психологиялық шамадан тыс жүктемелерден қорғауға мүмкіндік береді, әр спортшы бәсекелестік әрекеттерді жеке-жеке тиімді орындау үшін жылдамдық-күш қабілеттерін дамыту күрес түрлерінің спортшылары үшін маңыздылығын талдайды.

Түйінді сөздер: жаттығу жүктемелері, жалпы дене шынықтыру, арнайы дене шынықтыру, жылдамдық-күш қабілеттері, спорттық жарыстар.

PLANNING OF GENERAL AND SPECIAL PHYSICAL, TECHNICAL AND TACTICAL TRAINING AT VARIOUS STAGES IN THE TYPES OF COMBAT

D.N.Zhadrayev^a, N.K. Moldaliyev, D.A. Tauassarova, E.K. Nassiyev, A.Aitpanbet
Kazakh Academy of Sport and Tourism, Almaty, Kazakhstan

Corresponding author: D.N. Zhadrayev nurdaulet.demeu@mail.ru

Abstract. The authors substantiate the need for an objective distribution of the training load in wrestling at various stages of training, taking into account the age characteristics of athletes in general and special physical training, as well as technical and tactical training, justify the increase in the amount of time for special training with increasing athletic skill, as well as determining the number of competitions taking into account physical, technical, tactical and psychological preparedness of those involved, which will protect athletes from physical and psychological overloads, The authors analyze the importance for athletes of the types of wrestling of developing speed and strength abilities for the effective performance of competitive actions individually by each athlete.

Keywords: training loads, general physical training, special physical training, speed and strength abilities, sports competitions.

Список литературы

- 1 Бальсевич В.К. Онтокинезиология человека. – М.: Теория и практика физической культуры. – 2000. – 275 с.
- 2 Верхошенский Ю.В. основы специальной физической подготовки спортсменов. – М.: Физкультура и спорт, 1988. – 331 с.
- 3 Волков Л.В. Физические способности детей и подростков. – Киев: Радянока школа, 1981. – 135 с.
- 4 Гожин В.В. основы управления подготовки борцов вольного стиля в многолетнем цикле тренировки: дис. и канд. пед. наук. - Майкоп, 1996. – 190 с.

- 5 Дякин А.М. Юношам о борьбе (вольная и классические): пособие для тренеров, работающих с юношами. – М.: Физкультура и спорт, 1988. – 271 с.
- 6 Еганов А.В. Управление тренировочным процессом повышения спортивного мастерства дзюдоистов: автореф. дис. и д-ра пед. наук. – Урал ГАФК – Челябинск, 1999. – 41 с.
- 7 Набатникова М.Я. Основы управления подготовкой юных спортсменов. – М.: Физкультура и спорт, 1982. – 280 с.
- 8 Никитушкин В.Г. Методология программа-нормативного обеспечения многолетней подготовки квалифицированных юных спортсменов: автореф. дис.. д-ра пед. наук в виде науч. докл. – М. 1995. – 88 с.
- 9 Сиротин О.А. Возрастно-квалификационные аспекты формирования спортивного мастерства в борьбе дзюдо // Теория и практика физической культуры. – 1995. – №10. – С. 10-12.
- 10 Туманян Г.С. Спортивная борьба: Теория, методика, организация тренировки: учебное пособие. – М.: Советский спорт, 1998. – 280 с.
- 11 Фомин В.Г. Основы юношеского спорта. – М.: Физкультура и спорт, 1980. – 255 с.
- 12 Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практическое применение: учебник [для тренеров]: в 2 кн. – К.: Олимп. лит., 2015. – 1432 с.
- 13 Платонов В.Н. Двигательные качества и физическая подготовка спортсменов. – К.: Олимп. лит., 2017. – 635 с.
- 14 Шепетюк М.Н., Насиев Е.К., Жадраев Д., Тауасарова Д.А., Телемгенова А.М. Современные подходы к научно-методическому сопровождению подготовки в видах спортивной борьбы в Республике Казахстан // XII Международной научно-практической конференции «Подготовка единоборцев: теория, методика и практика» 2026. – 235-241 с.
- 15 Шепетюк М.Н., Кулбаев А.Т., Тен А.В., Бауржан М.Б., Мырзабосынов Е.К. Методические рекомендации по управлению тренировочным процессом борцов казах курес: Методические рекомендации. – Астана: Smart University Press, 2025. -71 с.
- 16 Madina Baurzhan, Alina Ten, Aibol Kulbayev, Yerbol Myrzabossynov, Mikhail Shepetyuk, Yeldar Nassiyev, Oleg Komarov, Anna Zhidovinova, Janat Nurtazina, Karlygash 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.
- 17 Шепетюк М.Н., Конакбаев Б.М., Телемгенова А.М., Таширов А.Ж., Насиев Е.К. Управление тренировочным процессом в видах борьбы // Учебно-методическое пособие. – Алматы: КазАСТ, 2024. - 128 с.
- 18 Кулбаев А.Т., Шепетюк М.Н., Тен А.В., Бауржан М., Шепетюк Н.М. Содержание персонифицированного подхода к тренировочно-соревновательной деятельности в казах курес // Теория и методика физической культуры, Научно-теоретический журнал. №4 (78), 2024.-С. 105-114.
- 19 Телемгенова А.М., Шепетюк М.Н., Таширов А.Ж. Научно-методическое сопровождение подготовки спортсменов в пара дзюдо // Астана, АРЕМС. 23-24 мая 2024 года I Международная научно-практическая конференция «Современные тенденции в реабилитации, спорте и спортивной медицине» С.13-16.
- 20 Шепетюк М.Н., Мырзабосынов Е.К., Тен А.В., Мырзаев М.О., Туебаева Л.Т. Проблемы и перспективы научно-методического обеспечения тренировочного процесса спортсменов казах курес в Казахстане // Теория и методика физической культуры, Научно-теоретический журнал. №4 (74), 2023.-С. 138-144.
- 21 Шепетюк М.Н., Тен А.В., Телемгенова А.М., Кусакбаева Б.А., Шепетюк Н.М. Развитие силовых возможностей у дзюдоистов высокой квалификации в период учебно-тренировочных сборов Материалы III-й международной научно-практической

конференции «Инновации в образовании, физической культуре, спорте и туризме». - 2022. -С.68-74.

22 Вольная борьба. Примерные программы для системы дополнительного образования детей: детско-юношеских спортивных школ специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва. – М.: Советский спорт, 2003. – 216 с.

23 Самбо. Примерные программы спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва. – М.: Советский спорт, 2005. – 240 с.

24 Дзюдо. Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва. – М.: Советский спорт, 2009. – 96 с.

References

1. Balsevich V.K. Human Ontokinesiology, Moscow: Theory and Practice of Physical Culture. - 2000. – 275 p.

2 Verkhoshenskiy Yu.V. fundamentals of special physical training of athletes. Moscow: Physical Culture and sport, 1988. 331 p.

3. Volkov L.V. Physical abilities of children and adolescents. – Kiev: Radianoka school, 1981. – 135 p.

4 Gozhin V.V. fundamentals of management of freestyle wrestlers training in a multi-year training cycle: dis. and kand. pedagogical sciences. - Maikop, 1996. – 190 p.

5 Dyakin A.M. To young men about wrestling (freestyle and classical): A manual for coaches working with young men. Moscow: Physical Culture and Sport, 1988. 271 p.

6 Yeganov A.V. Management of the training process of improving the sports skills of judoists: abstract of the dissertation and Doctor of pedagogical Sciences. –Ural GAFK – Chelyabinsk, 1999. – 41 p.

7 Nabatnikova M.Ya. Fundamentals of training management for young athletes. Moscow: Physical Culture and Sport, 1982. 280 p.

8 Nikitushkin V.G. Methodology of program-normative support of long-term training of qualified young athletes: abstract of the dissertation.. Dr. Ped.Sciences in the form of a scientific report, Moscow, 1995– 88 p.

9 Sirotn O.A. Age-qualification aspects of the formation of sports skills in judo wrestling // Theory and practice of physical culture. - 1995. – No. 10. – pp. 10-12.

10 Tumanyan G.S. Wrestling: Theory, methodology, organization of training: a textbook. – М.: Soviet sport, 1998. – 280 p.

11 Fomin V.G. Fundamentals of youth sports. Moscow: Physical culture and Sport, 1980. 255 p.

12 Platonov V.N. The system of athletes' training in Olympic sports. General theory and its practical application: textbook [for trainers]: in 2 books. – K.: Olymp. lit., 2015. – 1432 p.

13 Platonov V.N. Motor qualities and physical training of athletes. Moscow: Olymp. lit., 2017– 635 p.

14 Shepetyuk M.N., Nasiev E.K., Zhadraev D., Tauasarova D.A., Telemgenova A.M. Modern approaches to scientific and methodological support of training in wrestling in the Republic of Kazakhstan // XII International scientific and practical conference "Training of martial artists: theory, methodology and practice" 2026. - 235-241 p.

15 Shepetyuk M.N., Kulbaev A.T., Ten A.V., Baurzhan M.B., Myrzabosynov E.K. Methodological recommendations for managing the training process of Kazakh kures wrestlers: Methodological recommendations. – Astana: Smart University Press, 2025. -71 p.

16 Madina Baurzhan, Alina Ten, Aibol Kulbayev, Yerbol Myrzabosynov, Mikhail Shepetyuk, Yeldar Nassiyev, Oleg Komarov, Anna Zhidovinova, Janat Nurtazina, Karlygash 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.

17 Shepetyuk M.N., Konakbaev B.M., Telemgenova A.M., Tashirov A.Zh., Nasiev E.K. Management of the training process in wrestling // Educational and methodical manual. Almaty: KazAST, 2024. 128 p.

18 Kulbaev A.T., Shepetyuk M.N., Ten A.V., Baurzhan M., Shepetyuk N.M. The content of a personalized approach to training and competitive activities in Kazakh kures // Theory and methodology of physical culture, Scientific and Theoretical journal. №4 (78),2024.-C. 105-114.

19 Telemgenova A.M., Shepetyuk M.N., Tashirov A.Zh. Scientific and methodological support for the training of athletes in para judo // Astana, APEMS. May 23-24, 2024 I International Scientific and practical Conference "Modern trends in rehabilitation, sports and sports medicine" pp.13-16.

20 Shepetyuk M.N., Myrzabosynov E.K., Ten A.V., Myrzaev M.O., Tuebaeva L.T. Problems and prospects of scientific and methodological support for the training process of Kazakh kures athletes in Kazakhstan // Theory and methodology of physical culture, Scientific and Theoretical journal. №4 (74),2023.-C. 138-144.

21 Shepetyuk M.N., Ten A.V., Telemgenova A.M., Kusakbaeva B.A., Shepetyuk N.M. Development of strength capabilities among highly qualified judoka during training camps Materials of the III-th International scientific and practical conference "Innovations in education, physical culture, sports and tourism". - 2022. -pp.68-74.

22 Freestyle wrestling. Sample programs for the system of additional education for children: children's and youth sports schools of specialized children's and youth schools of the Olympic reserve. Moscow: Sovetskiy Sport, 2003. 216 p.

23 Sambo. Approximate sports training programs for children's and youth sports schools, specialized children's and youth schools of the Olympic reserve. Moscow: Sovetskiy Sport, 2005–240 p.

24. Judo. An approximate sports training program for children's and youth sports schools, specialized children's and youth schools of the Olympic reserve. Moscow: Sovetskiy Sport, 2009. 96 p.

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

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

Жадраев Демеу Нұрдаулетұлы – 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

Молдалиев Нұрсұлтан Қанатұлы – магистр педагогических наук, преподаватель кафедры борьбы, Казахская академия спорта и туризма, г. Алматы, Казахстан

Молдалиев Нұрсұлтан Қанатұлы – педагогика ғылымдарының магистрі, күрес кафедрасының оқытушысы, Қазақ спорт және туризм академиясы, Алматы қ., Қазақстан

Moldaliyev Nursultan – Master of Pedagogical Sciences, Lecturer of the Wrestling Department, Kazakh Academy of Sport and Tourism, Almaty, Kazakhstan

e-mail: sultanmoldaliyev@gmail.com

ORCID iD: 0009-0003-5381-1683

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

Тауасарова Данара Айқымбайқызы – 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

Насиев Елдар Кадырбекович – магистр педагогических наук, старший преподаватель кафедры национальных видов спорта, Казахская академия спорта и туризма, г. Алматы, Казахстан

Насиев Елдар Қадырбекұлы – педагогика ғылымдарының магистрі, ұлттық спорт түрлері кафедрасының аға оқытушысы, Қазақ спорт және туризм академиясы, Алматы қ., Қазақстан

Nasiyev Eldar – Master of Pedagogical Sciences, Senior Lecturer of the Department National Sports, Kazakh Academy of Sport and Tourism, Almaty, Kazakhstan

e-mail: eldar--1990@mail.ru

ORCID iD: 0009-0000-0810-8567

Айтпанбет Аманжол - магистр педагогических наук, старший преподаватель кафедры борьбы, Казахская академия спорта и туризма, г. Алматы, Казахстан

Айтпанбет Аманжол – педагогика ғылымдарының магистрі, күрес кафедрасының аға оқытушысы, Қазақ спорт және туризм академиясы, Алматы қ., Қазақстан

Aitpanbet Amanzhol – Master of Pedagogical Sciences, Lecturer of the Wrestling Department, Kazakh Academy of Sport and Tourism, Almaty, Kazakhstan

e-mail: ajtpanbetamanzol@gmail.com

ORCID iD: 0009-0006-1329-5233

ОЦЕНКА СОВРЕМЕННОГО СОСТОЯНИЯ НАУЧНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ПОДГОТОВКИ В КАРАТЕ В ДИСЦИПЛИНЕ КАТА

Шунько А. В.^а, Цой Н. С.

Казахский Национальный университет спорта, г. Астана, Казахстан

Автор для корреспонденции: Шунько А. В shunko.a@yahoo.com

Аннотация. В настоящее время развитие спортивных единоборств сопровождается повышением требований к уровню подготовленности спортсменов и усложнением соревновательной деятельности. В карате результат выступления определяется не только качеством выполнения техники, но и уровнем развития физических и координационных способностей спортсмена. Особенно это проявляется в дисциплине ката, где большое значение имеет точность, ритмичность и выразительность выполнения технических действий. В связи с этим возрастает значение рациональной организации тренировочного процесса, направленного на всестороннюю подготовку спортсменов. Анализ научной литературы показывает, что подготовка каратистов требует комплексного развития физических качеств, технических навыков и координационных способностей.

Целью данного исследования является анализ научно-методической литературы, посвящённой подготовке спортсменов в карате (дисциплина ката), а также выявление недостаточно изученных аспектов тренировочного процесса. В работе использовались методы анализа, обобщения и систематизации научной литературы по вопросам физической, технической и координационной подготовки каратистов.

Проведенный анализ показал, что большинство исследований рассматривает отдельные стороны подготовки спортсменов, такие как развитие координационных способностей, скоростно-силовых качеств и совершенствование техники. Вместе с тем недостаточно изучены вопросы комплексного взаимодействия различных компонентов подготовки в дисциплине ката. Кроме того, в научной литературе встречаются различные точки зрения относительно ведущих факторов, влияющих на результативность спортсменов. Полученные данные указывают на необходимость дальнейших исследований, направленных на разработку более эффективных методик подготовки спортсменов, специализирующихся в дисциплине ката.

Ключевые слова: карате, ката, спортивная подготовка, тренировочный процесс, координационные способности, физическая подготовленность.

Введение. В последние годы наблюдается активное развитие различных видов спортивных единоборств. Это сопровождается повышением уровня конкуренции и усложнением требований к подготовке спортсменов. В таких условиях особое значение приобретает научное обоснование тренировочного процесса, позволяющее повысить эффективность спортивной подготовки.

Карате является одним из наиболее распространённых видов единоборств. Данный вид спорта характеризуется высокой динамичностью и требует от спортсменов хорошего уровня физической, технической и координационной подготовленности. В структуре соревновательной программы карате особое место занимает дисциплина ката.

Ката представляет собой последовательность строго регламентированных технических действий, которые выполняются спортсменом в определённом ритме и порядке. Оценка выступления спортсмена осуществляется по ряду критериев, среди которых точность выполнения техники, устойчивость позиций, координация движений и общее качество исполнения.

Специфика данной дисциплины заключается в том, что успешность выступления зависит не только от техники выполнения элементов, но и от уровня развития физических качеств, функциональных возможностей организма и способности спортсмена контролировать свои движения.

В научной литературе представлены исследования, посвящённые различным аспектам подготовки спортсменов, занимающихся карате. В ряде работ рассматриваются вопросы развития координационных способностей спортсменов [1; 2]. Другие исследования посвящены развитию скоростно-силовых качеств и повышению уровня физической подготовленности каратистов [3; 7]. Также отдельные авторы уделяют внимание вопросам совершенствования технического мастерства спортсменов и повышения эффективности соревновательной деятельности [4].

Однако анализ научной литературы показывает, что большинство исследований рассматривает отдельные стороны подготовки спортсменов. Вопросы комплексного взаимодействия физических, технических и координационных компонентов подготовки каратистов, выступающих в дисциплине ката, освещены недостаточно.

Кроме того, в научных публикациях встречаются различные точки зрения относительно факторов, оказывающих наибольшее влияние на результативность спортсменов. Одни исследователи подчёркивают важность развития координационных способностей, тогда как другие считают приоритетным развитие скоростно-силовых качеств. Это указывает на наличие определённых различий в подходах к организации тренировочного процесса.

Таким образом, недостаточная разработанность вопросов комплексной подготовки каратистов в дисциплине ката и существующие различия в научных подходах определяют актуальность дальнейшего изучения данной проблемы.

Материалы и методы исследования. В качестве материала исследования использовались отечественные и зарубежные научные публикации, посвящённые вопросам подготовки спортсменов в карате, специализирующихся в дисциплине ката. Анализировались научные статьи, опубликованные в рецензируемых журналах по теории и методике физической культуры и спорта, спортивной тренировке и спортивным единоборствам.

В процессе исследования применялись методы анализа, сравнения, обобщения и систематизации научной литературы. Метод анализа использовался для изучения содержания научных работ, посвящённых координационной, технической, физической и скоростно-силовой подготовке каратистов. Метод сравнения позволил выявить сходства и различия в существующих подходах к организации тренировочного процесса и оценке подготовленности спортсменов. С помощью метода обобщения были выделены основные научные положения, характеризующие современное состояние научно-методического обеспечения подготовки спортсменов в дисциплине ката. Метод систематизации применялся для классификации полученных данных по основным направлениям исследований и выявления недостаточно изученных аспектов подготовки спортсменов.

На основе проведённого анализа научной литературы были определены наиболее разработанные и недостаточно изученные направления исследований, а также выявлены существующие научные проблемы, требующие дальнейшего изучения и методического обоснования.

Научная новизна исследования заключается в проведении комплексного анализа и систематизации современных научных данных, посвящённых подготовке спортсменов в карате, специализирующихся в дисциплине ката. На основе анализа отечественных и зарубежных научных публикаций выделены основные направления исследований, включающие координационную, скоростно-силовую, техническую подготовку, планирование тренировочного процесса и вопросы контроля спортивной подготовленности спортсменов.

Впервые в рамках данного исследования проведено структурированное обобщение научных сведений о состоянии научно-методического обеспечения подготовки спортсменов в дисциплине ката с выделением степени изученности отдельных компонентов спортивной подготовки. Систематизированы существующие подходы к развитию физических и координационных способностей спортсменов, совершенствованию технического мастерства и организации тренировочного процесса.

Научная новизна работы также состоит в выявлении противоречий и недостаточно изученных аспектов подготовки спортсменов в дисциплине ката. Установлено, что современные исследования преимущественно направлены на изучение отдельных компонентов подготовки, тогда как вопросы их комплексного взаимодействия освещены недостаточно полно. Выявлен дефицит научных данных, посвящённых объективному контролю подготовленности спортсменов, взаимосвязи показателей физического развития с качеством выполнения соревновательных комплексов, а также физиологическим особенностям выполнения ката.

В результате проведённого анализа определены перспективные направления дальнейших исследований, связанные с разработкой научно обоснованной системы комплексного контроля подготовленности спортсменов, совершенствованием методов оценки технического мастерства и изучением факторов, определяющих результативность соревновательной деятельности в дисциплине ката.

Анализ литературы. Анализ литературы показывает, что проблема совершенствования тренировочного процесса в карате является актуальным направлением современных исследований в области теории и методики спортивной подготовки. Это обусловлено тем, что необходимо повышать эффективность тренировочного процесса, совершенствовать физические качества спортсменов и научно обосновывать средства и методы подготовки на различных этапах спортивного совершенствования.

Так, в ряде научных исследований рассматриваются вопросы развития координационных способностей спортсменов, занимающихся карате. В работе М.Х. Хаупшева и З.Н. Канукова исследуются особенности развития двигательной координации при ритмо-темповой организации тренировочного процесса [1]. Авторы отмечают, что координационные способности играют важную роль в успешном освоении технических действий в карате, поскольку выполнение ударных и защитных элементов требует высокой точности, согласованности движений и способности быстро адаптироваться к изменяющимся условиям поединка. В ходе этого исследования установлено, что использование ритмо-темповых упражнений способствует улучшению ориентации спортсмена во времени и пространстве, а также повышению эффективности выполнения технических действий.

Аналогичное направление исследований представлено в работе Е.Н. Нагоевой, посвящённой развитию координационных способностей у юных спортсменов, занимающихся карате [2]. Авторка отмечает, что в детском и подростковом возрасте формируются базовые двигательные навыки, которые в дальнейшем определяют эффективность освоения сложных технических элементов. В ходе проведённого исследования было установлено, что включение в тренировочный процесс специальных упражнений на развитие равновесия, пространственной ориентации и ритмичности движений способствует более эффективному формированию координационных способностей у юных каратистов.

Так же, значительное внимание в научной литературе уделяется вопросам специальной физической подготовки спортсменов, занимающихся карате. В исследовании Н.И. Спиридонова рассматриваются средства специальной подготовки, применяемые в карате-до [3]. Автор отмечает, что эффективность соревновательной деятельности во многом определяется уровнем развития скоростных, силовых и скоростно-силовых способностей спортсменов. При этом подчеркивается, что в тренировочном процессе необходимо использовать комплекс специальных упражнений, направленных на развитие

данных физических качеств, включая различные варианты ударных и прыжковых упражнений, а также упражнения с собственным весом и дополнительным сопротивлением.

В научных работах также рассматриваются вопросы оценки спортивного мастерства каратистов и эффективности тренировочного процесса. Так, в исследовании Г.И. Попова и Е.О. Бузиной проведена статистическая оценка мастерства спортсменов в карате [4]. Авторы анализируют эффективность применения методики совершенствования индивидуального исполнительского мастерства в дисциплине «ката». Полученные результаты свидетельствуют о том, что использование системного подхода к тренировочному процессу, основанного на анализе соревновательной деятельности и индивидуальных особенностей спортсменов, способствует повышению качества выполнения технических элементов и росту спортивных результатов.

Отдельное направление научных исследований связано с изучением структуры и содержания тренировочного процесса каратистов. В работе, посвящённой моделированию тренировочных нагрузок в карате в условиях предсоревновательной подготовки, рассматриваются особенности планирования и распределения тренировочных нагрузок [5]. Авторы отмечают, что эффективность подготовки спортсменов во многом определяется рациональным сочетанием объёма и интенсивности тренировочных воздействий. При этом подчеркивается, что в предсоревновательный период особое значение приобретает оптимизация тренировочных нагрузок с целью достижения наивысшего уровня функциональной готовности спортсмена к соревнованиям.

В ряде исследований рассматриваются также вопросы развития физических качеств юных каратистов. В частности, в работе, посвящённой некоторым аспектам развития физических качеств в программе подготовки юных каратистов, отмечается, что физическая подготовка является фундаментом успешного освоения технических элементов и тактических действий в карате [6]. Авторы подчеркивают необходимость систематического развития силы, быстроты, выносливости и координационных способностей в процессе многолетней спортивной подготовки.

В научной литературе также представлены исследования, посвящённые развитию скоростно-силовых способностей спортсменов, занимающихся карате. В работе, посвящённой развитию скоростно-силовых способностей юных спортсменов в дисциплине ката, рассматривается возможность повышения эффективности тренировочного процесса за счёт индивидуализации подготовки [7]. Авторы отмечают, что применение индивидуально ориентированных тренировочных программ позволяет более эффективно развивать ведущие физические качества спортсменов, учитывая их возрастные и функциональные особенности.

Особый интерес представляют зарубежные исследования, посвящённые анализу соревновательной деятельности спортсменов в карате. Так, в работе Н. Chaabène, Y. Nachana, E. Franchini, B. Mkaouer и K. Chamari проведён комплексный анализ физических и физиологических характеристик высококвалифицированных спортсменов, занимающихся карате [8]. Авторы отмечают, что успешность соревновательной деятельности определяется не только уровнем технического мастерства, но и развитием скоростно-силовых способностей, координации движений, а также функциональных возможностей организма.

Проведенный анализ научной литературы позволил систематизировать основные направления исследований, а также выявить недостаточно изученные аспекты подготовки каратистов в дисциплине ката. Результаты обобщения научных публикаций представлены в таблице 1.

Таблица отражает основные направления исследований, степень их изученности и существующие научные проблемы, требующие дальнейшего изучения.

Таблица 1. Недостаточно изученные аспекты подготовки спортсменов в дисциплине ката

Направление исследования	Что изучено в литературе	Недостаточно изученные аспекты	Научная проблема
Координационная подготовка	Исследованы упражнения для развития координационных способностей	Отсутствует система объективного контроля уровня координации именно в дисциплине ката	Не разработаны специализированные тесты оценки координационных способностей спортсменов, выступающих в ката
Скоростно-силовая подготовка	Изучено влияние упражнений на развитие взрывной силы и быстроты	Недостаточно данных о связи скоростно-силовых показателей с качеством выполнения ката	Отсутствует научное обоснование критериев контроля скоростно-силовой подготовленности каратистов
Техническая подготовка	Рассматриваются методики совершенствования техники ката	Практически отсутствуют объективные методы оценки качества выполнения технических элементов	Не разработаны количественные показатели контроля технического мастерства в ката
Планирование тренировочного процесса	Изучены особенности распределения тренировочных нагрузок	Недостаточно данных о взаимосвязи нагрузок и качества выполнения соревновательных комплексов	Недостаточно научных данных при оптимизации структуры тренировочного процесса в ката
Физиологическое обеспечение	В отдельных работах рассматриваются физические качества спортсменов	Практически не исследованы физиологические особенности выполнения соревновательных комплексов ката	Недостаточно изучены энергетические и функциональные механизмы выполнения ката
Контроль подготовленности	Используются общие тесты физической подготовленности	Отсутствуют специализированные тесты для оценки комплексной подготовленности каратистов в ката	Отсутствует научно обоснованная система комплексного контроля подготовленности спортсменов
Физическая и функциональная подготовка спортсменов	Изучены физические и физиологические характеристики спортсменов различной квалификации	Недостаточно данных о взаимосвязи функционального состояния спортсмена и качества выполнения ката	Отсутствует комплексная система оценки влияния физиологических показателей на результативность соревновательной деятельности в ката

Источник: составлено авторами

Анализ данных, представленных в Таблице 1, показывает, что в научной литературе наиболее подробно изучены вопросы координационной, скоростно-силовой и физической подготовки спортсменов. В последние годы также появляются исследования, посвящённые физиологическим характеристикам каратистов и их влиянию на соревновательную деятельность. Вместе с тем вопросы комплексного контроля подготовленности спортсменов, выступающих в дисциплине ката, остаются недостаточно разработанными.

Кроме того, недостаточно изучены физиологические особенности выполнения соревновательных комплексов ката, а также взаимосвязь между показателями физической подготовленности и качеством выполнения технических элементов.

Полученные данные свидетельствуют о том, что в существующих исследованиях преобладает изучение отдельных компонентов подготовки спортсменов, тогда как вопросы комплексного контроля и оценки подготовленности каратистов остаются недостаточно разработанными.

Результаты исследования. Анализ научно-методической литературы позволил установить, что современные исследования в области подготовки спортсменов, специализирующихся в дисциплине ката, преимущественно посвящены отдельным компонентам тренировочного процесса. Наиболее изученными направлениями являются развитие координационных способностей, совершенствование скоростно-силовых качеств и техническая подготовка каратистов.

Установлено, что большинство авторов рассматривают данные компоненты подготовки изолированно, без учета их комплексного взаимодействия в структуре соревновательной деятельности спортсменов. При этом в научной литературе отсутствует единый подход к определению ведущих факторов, обеспечивающих успешность выступления в дисциплине ката. Одни исследователи акцентируют внимание на координационной подготовке спортсменов, другие на развитии скоростно-силовых качеств и совершенствовании техники выполнения соревновательных комплексов.

В результате систематизации литературных источников были выявлены недостаточно изученные аспекты подготовки каратистов в дисциплине ката. К ним относятся вопросы объективного контроля координационной подготовленности, оценки технического мастерства, изучения физиологических особенностей выполнения соревновательных комплексов, а также определения взаимосвязи между уровнем физической подготовленности спортсменов и качеством выполнения ката.

Установлено, что наиболее перспективным направлением дальнейших исследований является разработка научно обоснованной системы комплексного контроля подготовленности спортсменов, специализирующихся в дисциплине ката. Такая система должна включать показатели физической, технической, координационной и функциональной подготовленности и обеспечивать объективную оценку готовности спортсменов к соревновательной деятельности.

Обсуждение. Несмотря на значительное количество научных исследований, посвящённых подготовке спортсменов в карате, анализ литературы показывает, что большинство работ сосредоточено преимущественно на отдельных аспектах тренировочного процесса. Так, значительная часть исследований направлена на изучение развития координационных и скоростно-силовых способностей спортсменов [1; 2; 7], тогда как вопросы комплексного взаимодействия физических, технических и тактических компонентов подготовки рассматриваются значительно реже. Вместе с тем в зарубежных исследованиях всё больше внимания уделяется изучению физических и физиологических характеристик спортсменов различной квалификации [8]. Полученные данные свидетельствуют о том, что уровень физической подготовленности и функциональных возможностей организма оказывает существенное влияние на эффективность соревновательной деятельности спортсменов.

Кроме того, в научных публикациях отмечается определённая разобщённость подходов к организации тренировочного процесса. Так, одни авторы подчеркивают ведущую роль развития координационных способностей в подготовке каратистов [1; 2], тогда как другие исследователи считают приоритетным развитие скоростно-силовых качеств спортсменов [3; 7]. Подобные различия в научных подходах свидетельствуют о наличии определённых противоречий в оценке факторов, оказывающих наибольшее влияние на спортивную результативность в карате.

Следует отметить и то обстоятельство, что значительная часть исследований проводится на ограниченных выборках спортсменов, что затрудняет обобщение полученных результатов и их применение в практике подготовки каратистов различного уровня спортивного мастерства. Кроме того, в ряде работ недостаточно рассматриваются вопросы комплексного планирования тренировочного процесса, включающего взаимосвязь физической, технической и тактической подготовки спортсменов.

Проведённый анализ научной литературы показал, что существующие исследования в области подготовки каратистов преимущественно посвящены отдельным компонентам

тренировочного процесса, таким как развитие физических качеств и совершенствование техники выполнения элементов. Вместе с тем вопросы научного обоснования системы контроля подготовленности спортсменов, выступающих в дисциплине ката, остаются недостаточно разработанными. В частности, в научной литературе практически отсутствуют специализированные тесты оценки координационных способностей, скоростно-силовой подготовленности и технического мастерства, адаптированные к специфике соревновательной деятельности в ката. Кроме того, недостаточно изучены физиологические особенности выполнения соревновательных комплексов и их влияние на результативность выступления спортсменов.

Таким образом, анализ научной литературы позволяет определить основные направления дальнейших исследований.

В первую очередь необходимо научно обосновать систему тестов контроля подготовленности спортсменов, специализирующихся в дисциплине ката.

Во-вторых, требуется изучить физиологические особенности выполнения соревновательных комплексов ката, включая анализ энергетического обеспечения и функциональных реакций организма спортсменов.

В-третьих, необходимо провести сравнительный анализ взаимосвязи показателей физической подготовленности и качества выполнения технических элементов ката.

В-четвёртых, требуется разработать объективные критерии оценки технического мастерства спортсменов, позволяющие повысить эффективность контроля тренировочного процесса.

В-пятых, перспективным направлением является создание системы комплексного педагогического контроля подготовленности каратистов, учитывающей взаимосвязь физических, технических и координационных компонентов спортивной подготовки.

Заключение. Результаты анализа показали, что наибольшее количество исследований посвящено развитию координационных способностей и физической подготовке каратистов. В работах различных авторов подчёркивается важная роль данных компонентов в повышении эффективности соревновательной деятельности спортсменов.

Вместе с тем проведённый анализ литературы свидетельствует о том, что большинство исследований рассматривает отдельные стороны подготовки спортсменов. Вопросы комплексного взаимодействия физических, технических и координационных компонентов подготовки каратистов, выступающих в дисциплине ката, остаются недостаточно изученными.

Кроме того, в научных публикациях отмечается недостаточная разработанность вопросов объективного контроля подготовленности спортсменов. В частности, в литературе практически отсутствуют специализированные методы оценки координационных способностей, скоростно-силовой подготовленности и технического мастерства, адаптированные к специфике соревновательной деятельности в дисциплине ката.

Таким образом, результаты проведённого анализа научной литературы подтверждают актуальность дальнейших исследований, направленных на совершенствование системы подготовки спортсменов, специализирующихся в дисциплине ката, а также на разработку научно обоснованных методов контроля их подготовленности.

Полученные результаты могут быть использованы тренерами и специалистами при разработке программ подготовки, планировании тренировочных нагрузок и создании системы педагогического контроля спортсменов, специализирующихся в дисциплине ката.

ASSESSMENT OF THE CURRENT STATE OF SCIENTIFIC SUPPORT FOR TRAINING IN KARATE (KATA DISCIPLINE)

A. V. Shunko^a, N. S. Tsoi

Kazakh National University of Sport, Astana, Kazakhstan

Corresponding author: A. V. Shunko shunko.a@yahoo.com

Abstract. At present, the development of combat sports is accompanied by increasing demands on the level of athletes' preparedness and the growing complexity of competitive activity. In karate, performance outcomes are determined not only by the quality of technical execution but also by the level of development of physical and coordination abilities of the athlete. This is especially evident in the kata discipline, where precision, rhythm, and expressiveness of technical actions are of great importance. In this regard, the importance of the rational organization of the training process aimed at comprehensive athlete development is increasing. Analysis of scientific literature shows that karate training requires the integrated development of physical qualities, technical skills, and coordination abilities.

The purpose of this study is to analyze scientific and methodological literature devoted to the training of karate athletes (kata discipline), as well as to identify insufficiently studied aspects of the training process. The study employed methods of analysis, generalization, and systematization of scientific literature on issues of physical, technical, and coordination training of karate athletes.

The conducted analysis revealed that most studies examine individual aspects of athlete preparation, such as the development of coordination abilities, speed-strength qualities, and technical improvement. At the same time, the issues of comprehensive interaction between different components of training in the kata discipline remain insufficiently studied. In addition, the scientific literature presents differing viewpoints regarding the leading factors influencing athletes' performance. The obtained data indicate the need for further research aimed at developing more effective training methods for athletes specializing in the kata discipline.

Keywords: karate, kata, sports training, training process, coordination abilities, physical fitness.

КАРАТЭНІҢ КАТА ДИСЦИПЛИНАСЫНДА ДАЯРЛЫҚТЫ ҒЫЛЫМИ ҚАМТАМАСЫЗ ЕТУДІҢ ҚАЗІРГІ ЖАҒДАЙЫН БАҒАЛАУ

Шуњко А. В. ^а, Цой Н. С.

Қазақ ұлттық спорт университеті, Астана қ., Қазақстан

Хат алмасу үшін автор: Шуњко А. В. shunko.a@yahoo.com

Аңдатпа. Қазіргі уақытта спорттық жекпе-жектердің дамуы спортшылардың дайындық деңгейіне қойылатын талаптардың артуымен және жарыс қызметінің күрделенуімен сипатталады. Каратэде нәтижелілік тек техниканы орындау сапасымен ғана емес, сонымен қатар спортшының физикалық және үйлестіру қабілеттерінің даму деңгейімен де анықталады. Бұл әсіресе ката дисциплинасында айқын көрінеді, мұнда техникалық әрекеттердің дәлдігі, ырғақтылығы және мәнерлілігі үлкен маңызға ие.

Осыған байланысты спортшыларды жан-жақты даярлауға бағытталған жаттығу үдерісін ұтымды ұйымдастырудың маңызы артып отыр. Ғылыми әдебиеттерді талдау каратэшілерді даярлау физикалық қасиеттерді, техникалық дағдыларды және үйлестіру қабілеттерін кешенді түрде дамытуды талап ететінін көрсетеді.

Зерттеудің мақсаты – каратэ (ката дисциплинасы) бойынша спортшыларды даярлауға арналған ғылыми-әдістемелік әдебиеттерді талдау, сондай-ақ жаттығу үдерісінің жеткілікті зерттелмеген аспектілерін анықтау.

Жұмыста каратэшілердің физикалық, техникалық және үйлестіру дайындығына қатысты ғылыми әдебиеттерді талдау, жинақтау және жүйелеу әдістері қолданылды.

Жүргізілген талдау көрсеткендей, зерттеулердің көпшілігі спортшылар даярлығының жекелеген қырларын ғана қарастырады, мысалы, үйлестіру қабілеттерін дамыту, жылдамдық-күш қасиеттері және техниканы жетілдіру. Сонымен қатар, ката дисциплинасында даярлық компоненттерінің кешенді өзара әрекеттесу мәселелері жеткілікті деңгейде зерттелмеген. Бұдан бөлек, ғылыми әдебиеттерде спортшылардың нәтижелілігіне әсер ететін жетекші факторларға қатысты әртүрлі көзқарастар кездеседі.

Алынған деректер ката дисциплинасына маманданған спортшыларды даярлаудың тиімді әдістемелерін әзірлеуге бағытталған қосымша зерттеулердің қажеттілігін көрсетеді.

Түйінді сөздер: каратэ, ката, спорттық даярлық, жаттығу үдерісі, үйлестіру қабілеттері, физикалық дайындық.

Список литературы

1 Хаупшев М.Х., Кануков З.Н. Развитие координационных способностей спортсменов, занимающихся карате, на основе ритмо-темповой организации тренировочного процесса // Теория и практика физической культуры. – 2020. – № 6. – С. 58–60.

2 Нагоева Е.Н. Развитие координационных способностей у юных спортсменов, занимающихся карате // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2019. – № 10 (176). – С. 198–202.

3 Спиридонов Н.И. Средства специальной физической подготовки в карате-до // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2018. – № 3. – С. 41–44.

4 Попов Г.И., Бузина Е.О. Статистическая оценка спортивного мастерства каратистов и эффективности методики совершенствования индивидуального исполнительского мастерства в дисциплине «ката» // Теория и практика физической культуры. – 2021. – № 9. – С. 72–75.

5 Пономарев А.В., Губа В.П. Моделирование тренировочных нагрузок в карате в условиях предсоревновательной подготовки // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2017. – № 12 (154). – С. 160–165.

6 Кузнецов В.В., Орлов А.А. Некоторые аспекты развития физических качеств в программе подготовки юных каратистов // Вестник спортивной науки. – 2019. – № 5. – С. 33–37.

7 Иванова Т.С., Петров А.В. Развитие скоростно-силовых способностей юных спортсменов в дисциплине ката на основе индивидуализации тренировочного процесса // Физическая культура и спорт: актуальные вопросы теории и практики. – 2020. – № 2. – С. 89–94.

8 Chaabène H., Nachana Y., Franchini E., Mkaouer B., Chamari K. Physical and Physiological Profile of Elite Karate Athletes // Sports Medicine. – 2012. – Vol. 42(10). – P. 829–843.

References

1 Haupshev M.Kh., Kanukov Z.N. Razvitie koordinatsionnykh sposobnostei sportsmenov, zanimayushchikhsya karate, na osnove ritmo-tempovoi organizatsii trenirovochnogo protsessa [Development of coordination abilities of athletes practicing karate based on rhythmic-tempo organization of training process] // Teoriya i praktika fizicheskoi kul'tury. – 2020. – No. 6. – P. 58–60.

2 Nagoeva E.N. Razvitie koordinatsionnykh sposobnostei u yunyh sportsmenov, zanimayushchikhsya karate [Development of coordination abilities in young athletes practicing karate] // Uchenye zapiski universiteta im. P.F. Lesgafta. – 2019. – No. 10 (176). – P. 198–202.

3 Spiridonov N.I. Sredstva spetsial'noi fizicheskoi podgotovki v karate-do [Means of special physical training in karate-do] // Fizicheskaya kul'tura: vospitanie, obrazovanie, trenirovka. – 2018. – No. 3. – P. 41–44.

4 Popov G.I., Buzina E.O. Statisticheskaya otsenka sportivnogo masterstva karatistov i effektivnosti metodiki sovershenstvovaniya individual'nogo ispolnitel'skogo masterstva v distsipline “kata” [Statistical assessment of karate athletes' sports mastery and effectiveness of methods for improving individual performance skills in kata discipline] // Teoriya i praktika fizicheskoi kul'tury. – 2021. – No. 9. – P. 72–75.

5 Ponomarev A.V., Guba V.P. Modelirovanie trenirovochnykh nagruzok v karate v usloviyakh pedsorevnovatel'noi podgotovki [Modeling training loads in karate under pre-competition preparation conditions] // Uchenye zapiski universiteta im. P.F. Lesgafta. – 2017. – No. 12 (154). – P. 160–165.

6 Kuznetsov V.V., Orlov A.A. Nekotorye aspekty razvitiya fizicheskikh kachestv v programme podgotovki yunyh karatistov [Some aspects of physical qualities development in training programs for young karate athletes] // Vestnik sportivnoi nauki. – 2019. – No. 5. – P. 33–37.

7 Ivanova T.S., Petrov A.V. Razvitie skorostno-silovykh sposobnostei yunyh sportsmenov v distsipline kata na osnove individualizatsii trenirovochnogo protsessa [Development of speed-strength abilities of young athletes in kata discipline based on training process individualization] // Fizicheskaya kul'tura i sport: aktual'nye voprosy teorii i praktiki. – 2020. – No. 2. – P. 89–94.

8 Chaabène H., Hachana Y., Franchini E., Mkaouer B., Chamari K. Physical and Physiological Profile of Elite Karate Athletes // Sports Medicine. – 2012. – Vol. 42(10). – P. 829–843.

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

Шунько Андрей Васильевич – кандидат педагогических наук, сеньор-лектор департамента спортивного образования и коучинга, Казахский национальный университет спорта, г. Астана, Казахстан.

Шунько Андрей Васильевич – педагогика ғылымдарының кандидаты, Қазақ ұлттық спорт университетінің спорттық білім беру және жаттықтыру кафедрасының аға оқытушысы, Астана қ., Қазақстан.

Andrey Shunko – Candidate of Pedagogical Sciences, Senior Lecturer of the Department of Sports Education and Coaching, Kazakh National University of Sports, Astana, Kazakhstan.

e-mail: shunko.a@yahoo.com

ORCID iD: 0000-0002-3041-5501

Цой Наталья — студентка 4 курса, Казахский национальный университет спорта, г. Астана, Казахстан.

Цой Наталья – 4 курс студенті, Қазақ ұлттық спорт университеті, Астана қ., Қазақстан.

Natalya Tsoy – 4th-year Student, Kazakh National University of Sports, Astana, Kazakhstan.

e-mail: tsoyyynatasha15@gmail.com

ORCID iD: 0009-0009-0727-9271

СТРУКТУРА ФОРМИРОВАНИЯ ИНДИВИДУАЛЬНОГО СТИЛЯ СОРЕВНОВАТЕЛЬНЫХ ДЕЙСТВИЙ В ВИДАХ БОРЬБЫ

¹Таширов А.Ж.^а, ¹Жадраев Д.Н., ¹ Тауасарова 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 индивидуальный 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)

ФУТБОЛМЕН АЙНАЛЫСУШЫЛАРДЫҢ ОЙЫН DAҒДЫЛАРЫН АРТТЫРУДАҒЫ ПСИХОЛОГИЯЛЫҚ ДАЙЫНДЫҚ ПАРАДИГМАСЫ (ОРТА СЫНЫП ЖАС КЕЗЕҢДЕРІ МЫСАЛЫНДА)

¹Ижанов Ж.Т., ¹Сейсенбеков Е.К.^а, ¹Қарақов А.Қ. ²Мухиддинов Е., ¹Абишев К.С.

¹*Абай атындағы Қазақ ұлттық педагогикалық университеті, Алматы қ., Қазақстан*

²*Қазақ ұлттық қыздар педагогикалық университеті, Алматы қ., Қазақстан*

Хат алмасу үшін автор: Сейсенбеков Е.К yerlan_fks@mail.ru

Аңдатпа: Мақалада білім беру мекемелеріндегі білім алушылардың футбол дағдыларын дамыту үшін психологиялық дайындықтың ережелер жиынтығы, ойлау шаблондары мен мінез-құлық моделі берілген. Жалпы, дене шынықтыру сабақтарында дене жаттығулары практикалық тұрғыда жиі назарда болғанымен, ішкі түрткі, сенімділік және эмоционалдық реттеу сияқты психологиялық факторлар шеберліктің жан-жақты дамуын қамтамасыз етуге үлесін қосады. Аталмыш еңбекте әртүрлі психологиялық жаттығулар әдістері, олардың футболды үйренуге әсері, әсіресе, танымал спорт түрлерінде жиі кездесетін психологиялық қысымды жағдайлар жайлы мәселе көтерілген. Сауалнамалар, сұхбаттар және бақылау зерттеулерін қамтитын аралас әдістер әдісі арқылы зерттеу білім алушылардың техникалық дағдыларына, топтық жұмысына және ойын өнімділігіне психологиялық әсер етудің тиімділігін бағалайды.

Сауалнама нәтижелері білім алушылардың психологиялық дайындығы қысым жағдайында орындау, зейінді сақтау және ойын кезінде төзімділік таныту қабілеттерінің айтарлықтай артқанын көрсетті. Зерттеу жеке және эмоционалдық дамудың маңызды кезеңінде тұрған білім алушылардың ерекше қажеттіліктерін қанағаттандыратын бейімделген психологиялық стратегияларының маңыздылығын ашты. Бұл стратегиялар визуализация әдістерін, мақсат қою жаттығуларын және стрессті басқару тәжірибесін қамтып, футбол дағдыларын жақсартты және жалпы спорттық өнімділікті арттырды.

Сауалнамаға қатысушылардың нәтижелері бойынша психологиялық дайындықты білім беру мекемелерінің білім беру бағдарламаларына енгізуі маңызды екендігі анықталды, арнайы білімнің өсуіне ықпал етті. Бапкерлерге, тәрбиешілерге және спорт психологтарына футбол жаттығуларындағы тиімді психологиялық дайындық әдістерін енгізу бойынша практикалық ұсыныстар берілді, нәтижесінде жан-жақты және табысты спортшы болып өсуіне әкелді.

Түйін сөздер: білім алушылар, психологиялық дайындық, футбол дағдылары, ішкі түрткі, сенімділік, буырқанды сезімдік реттеу, визуализация әдістері.

Кіріспе. Футбол балалар мен жасөспірімдер үшін кеңінен танымал және қолжетімді спорт түрі. Онда үйлестіру, төзімділік және ұжымдық жұмыс сияқты дене қабілеттерін дамыту құралы ғана емес, сонымен қатар тұлғаның әлеуметтік-психологиялық аспектілерін жетілдірудің күшті құралы ретінде де қызмет етеді. Спорттық жаттықтыру әдістерін дамытушылық дайындық қағидаларымен үйлестіре отырып, футбол білім алушылардың дене шынықтыруын, әлеуметтік-психологиялық қасиеттерін жақсартуға ықпал ететін құрылымдық ортаны қамтамасыз етеді [1].

Соңғы жылдары жасөспірімдер футболында психологиялық дайындықтың маңыздылығы артты. Дәстүрлі оқыту бағдарламалары дене дайындығы мен техникалық дағдыларды дамытуға көп көңіл бөлгенімен, мотивация, сенімділік, эмоционалды реттеу және психикалық тұрақтылық сияқты психологиялық факторлардың рөлі дағдылардың

жан-жақты дамуын қамтамасыз ету аз, деп танылуда. Психологиялық дайындық әдістерін біріктіру тек техникалық және тактикалық көрсеткіштерді ғана емес, сонымен қатар спорттық бәсекелестікте жиі кездесетін қиын жағдайларды жеңу қабілетін де арттыратынын көрсетті. Футбол жаттығуларына неғұрлым біртұтас көзқарасқа қарай бұл ауысу психологиялық факторлардың спорттық көрсеткіштерге айтарлықтай әсерін атап көрсететін өсіп келе жатқан зерттеулермен қамтамасыз етіледі [2].

Зерттеудің әдістері мен ұйымдастырылуы. Зерттеу мақсатына – білім алушылардың футбол дағдыларын арттырудағы психологиялық дайындықтың рөлін талдау кірді. Атап айтқанда, футболдың көрсеткіштерін жақсартудағы визуализация әдістері, мақсат қою жаттығулары және стрессті басқару тәжірибесі сияқты әртүрлі психологиялық жаттығулардың тиімділігі берілген. Футболмен айналысушы білім алушылардың жеке және эмоционалдық өсуінің маңызды кезеңінде тұрған ерекше даму қажеттіліктерін қанағаттандырудағы психологиялық стратегияларды бейімдеуі талданды. Аталмыш шаралар білім алушылардың техникалық дағдыларына, топтық жұмысына, жалпы ойын көрсеткіштеріне әсерін зерттей отырып, тиімді және футбол ойыны жаттығуларының жан-жақты бағдарламаларын әзірлеуге көмектесетін құнды түсініктерді беру ниеттілігі анықталды [3].

Зерттеу Астана қ. №23 орта мектепте 5-7 сынып білім алушылары арасында жүргізілді. Барлығы 289, оның ішінде, 113 ұлдар, 176 қыздар болды. Сыныптар бойынша зерттеуге – 10-11 жастағы (5-ші сыныптар): 38 ұл, 55 қыз, барлығы 93 білім алушы; 11-12 жастағы (6-шы сыныптар): 39 ұл, 58 қыз, барлығы 97 білім алушы; 12-13 жастағы (7-ші сыныптар): 36 ұл, 63 қыз, барлығы 99 білім алушы қатысты (Кесте 1).

Кесте 1. – Зерттеуге қатысқан білім алушылар

Қатысушылар	10-11 жастағы (5-ші сыныптар)	11-12 жастағы (6-шы сыныптар)	12-13 жастағы (7-ші сыныптар)	Барлық қатысушылар саны
Ұлдар	38	39	36	113
Қыздар	55	58	63	176
Барлығы	93	97	99	289

Спорт психологиясындағы (соның ішінде, мектептік жағдайда) алғашқы зерттеулер психикалық күйлер мен спорттық өнімділік арасындағы байланысты зерттеп, психикалық табандылық, ішкі түрткі және эмоционалды реттеу сияқты түсініктердің дамуына әкелді. Бұл зерттеулер психологиялық дайындықтың спортшыларға стрессті жеңуге, зейінді сақтауға және қысым кезінде ең жоғары өнімділікке жетуге көмектесудегі маңызды рөлді атап өтті. Бапкерлер мен спорт психологтары білім беру мекемелеріндегі жас спортшылардың психикалық тұрақтылығын, эмоционалдық тұрақтылығын арттыру үшін нақты стратегияларды әзірледі [4].

Қазіргі заманғы спорттық жаттығуларда, әсіресе, жасөспірімдер спортында психологиялық дайындық спортты дамытудың кешенді бағдарламаларының құрамдас бөлігі болды. Жаттығудың заманауи әдістері жан-жақты дамыған спортшыларды тәрбиелеу үшін дене дайындығы мен психологиялық стратегияларды біріктіретін біртұтас тәсілге баса назар аударуда. Бұл ауысым жас спортшылардың тек дене дамуы ғана емес, сонымен қатар жеке және эмоционалдық өсудің маңызды кезеңінде екенін мойындаумен байланысты [5].

Білім беру мекемелеріндегі дене шынықтыру сабақтары мен үйірмелерді жүргізу барысындағы спорт психологиясы саласы дамыған сайын психологиялық дайындық барлық деңгейдегі айналысушылар үшін пайдалы және маңызды. Көрнекілік, мақсат қою, өз бетінше сөйлесу, құрылымдық психологиялық араласуларды енгізу – дәстүрлі дене жаттығуларын толықтырды. Бұл әдістер айналысушылар үшін қысымшылық жағдайында өнер көрсету, зейінді сақтау және сәтсіздіктерден қалпына келтіру қабілетін арттыруға,

осылайша жалпы өнімділікті жақсартуға арналған. Дене және психологиялық құрамдастарды қамтитын спорттық жаттығулардағы біртұтас көзқарасқа ауысу спорттық жетістікте ақыл мен дененің күрделі өзара әрекеттесуінің өсіп жатқан танылуын көрсетеді [6].

Қазіргі әдістер жас спортшылардың психикалық және эмоционалдық тұрақтылығын дамытуға бағытталған, бұл факторлар олардың қалыптасу кезеңінде шешуші рөл атқарады. Агіа (2016) зерттеуі, әсіресе, футбол және хоккей сияқты командалық жағдайларда жастар спортындағы психологиялық-педагогикалық қолдаудың маңыздылығын, жас спортшылардың жоғары сезімталдыққа, стресске тез жауап беруге және мақтау мен марапаттарға деген қатты мұқтаждыққа ие екенін көрсетеді, бұл тиімді психологиялық дайындық бағдарламаларын жасауда маңызды ескерулер болып табылады [7].

Уляева мен Мельниктің (2014) зерттеуі футболдың дене және психикалық күйзеліспен күресу сияқты психологиялық талаптары спорттың бәсекеге қабілеттілігінің ажырамас бөлігі екенін атап өтіп, мұны одан әрі қуаттайды. Тиімді психологиялық дайындық мектеп жасындағы спортшыларға қателіктерден тез қалпына келуге, ойын кезінде зейінді сақтауға мүмкіндік беретін төзімділікті дамытуға көмектеседі [8].

Жас футболшыларды даярлауда қазіргі психологиялық дайындық әдістері ретінде мақсат қою, визуализация, күйзелісті басқару және өз-өзімен сөйлесу сияқты әдістер жатады. Мақсат қою – спортшылар өздерін ынталандыру және олардың жетістіктерін бақылау үшін нақты, өлшенетін және қол жеткізуге болатын, мақсаттар қоятын тағы бір кеңінен қолданылатын әдіс. Визуализация айналысушылардың сенімділігін арттырып, психомоториканың дамуын қамтиды, жарыстар алдында алаңдаушылықты азайтуға көмектеседі. Күйзелісті басқаруда – терең тыныс алу жаттығулары, релаксация әдістері жас футболшыларға стрессті жағдайларда сабырлы және зейінін сақтауға көмектесу үшін қолданылады. Өз-өзімен позитивті сөйлесу – өзіне сенімділікті арттырады, жақсы ойлауды нығайтады. Психологиялық дайындық әдістерін біріктіру жас спортшылардың көрсеткіштерін айтарлықтай арттыратыны көрсетіледі, дене жаттығуларынан туындаған аффективті өзгерістердің себептері зерттеледі [9].

Футболдағы негізгі дағдылардың психологиялық сипаттамалары әртүрлі әдістермен назар аударып, көру жадысын, реакция уақытын жақсартатын психокоррекция арқылы шешіледі. Бұған қоса, психикалық бейнелерді, релаксация әдістерін және құрылымдық кері байланысты пайдалану жас спортшыларға стрессті басқаруға, психофизикалық дамуына, ойын кезінде зейінін арттыруға көмектеседі. Аталмыш әдістерді үнемі қолдану жеке өнімділікті жақсартады, спортшылардың ақыл-ойы, дене қуаты дамиды, қолдаушы командалық орта қалыптасады. Зерттеу барысында ептілік, тепе-теңдік және жалпы дене дайындығындағы статистикалық маңызды жақсартуларды, пас беру мен дриблинг әдістерінің біршама жақсарғанын көрсетті [10].

Ішкі түрткімен тығыз байланысты сенімділік айналысушылардың өз қабілеттерін қалай қабылдауында және бәсекелестікке жақындауында шешуші рөл атқарады. Жоғары сенімділік деңгейі ең жақсы нәтиже береді, өйткені олар тәуекелге баруға, дағдыларды дәл орындауға және қателерден тез қалпына келтіруге бейім. Керісінше жағдайда өз-өзіне сенімсіздік пен дүдәмалдыққа әкеліп, тиімді өнімділікке теріс әсер етеді. Содан жас футболшылардың спортқа берілгендігінің себептері, олар кездесетін кедергілер зерттелді. Зерттеу бойынша ішкі түрткідегі гендерлік айырмашылықтар анықталды. Ұлдарда футбол арқылы мансап жасау ниеті туындаса, ал қыздарда олардың ішкі түрткілері мен қатысуына теріс әсер ететін сексизм және мойындамау сияқты қиындықтарға тап болатыны белгілі болды. Аталмыш зерттеу білім алушылардың демографиясын талдау барысында пайда болған ішкі түрткіге оң әсер беру кезінде инклюзивті және қолдаушы ортаны құрудың маңыздылығын атап көрсетті [11].

Жоғарыдағы тұжырымдарды қорытындылай келе, жан-жақты дамыған айналысушыларды дамыту үшін, білім алушылардың спорттағы психологиялық дайындығын біріктіру өте қажет. Психологиялық факторлар дұрыс тәрбиеленгенде жас

футболшылардың жалпы тұлғалық дамуы мен спорттық көрсеткіштері артады. Мақсатты сұрақтар қою арқылы оқыту мен оқу үдерісінің әртүрлі аспектілері, соның ішінде қатысушылардың қиындықтары мен жетістіктері зерттелді. Орындалған әдіс қазіргі оқыту әдістерінің тиімділігі туралы құнды түсініктер беріп, жақсартуға арналған бағыттар белгіленді. Айналысушыларға, бапкерлерге және тәрбиешілерге футбол жаттығулары туралы ерекше көзқарастарын білдіретін арнайы сұрақтар әзірленді. Бапкерлер мен тәрбиешілер қолданатын әдіс-тәсілдер, инклюзивті ауқымы, олардың тиімділігі, оқыту үдерісіндегі психологиялық-педагогикалық аспектілердің рөлі туралы сұрақтар қойылды. Қатысушылар ақпараттандырылған келісім беріп, сұхбаттар құрметпен, этикалық қағидаларды ұстана, жеке тұлғалық араласпайтын түрде жүргізілді. Таза цифрлық талдауда оқу тәжірибесінің еленбей қалуы мүмкін маңызды аспектілері ашылды.

Зерттеу нәтижелері және оларды талқылау. Зерттеу нәтижелері білім алушылардың футбол дағдыларын арттыруда психологиялық араласулардың маңызды рөл атқаратынын көрсетті. Астана қ. №23 жалпы білім беретін мектепте білім алушылармен, бапкерлермен және мұғалімдермен жүргізілген сұхбаттар аталмыш араласулардың футбол жаттығуларының әртүрлі аспектілеріне қалай әсер ететіні жайлы құнды түсініктер берді. Көрнекілік техникасы, мақсат қою жаттығулары және стрессті басқару тәжірибесі сияқты психологиялық тренинг әдістеріне қатысқан білім алушылар стрессті жағдайларда назар аударуды, тұрақтылық пен сенімділікті көрсетті. Қолданылған психологиялық құралдар оқушыларға ойын кезінде жақсы нәтиже көрсетуге, стресс кезінде сабырлылықты сақтауға және қиындықтарға оң көзқараспен қарауға мүмкіндік берді, жалпы дағдыларды дамытуға ықпал етті.

Жүргізілген сұхбаттар визуализация және стрессті басқару сияқты психологиялық тренинг әдістеріне қатысушылардың 80% ойын кезінде зейін қою қабілетінің жоғарылағанын хабарлады. Атап айтқанда, білім алушылардың 75% тұрақтылығы мен жоғары қысымды жағдайларды жеңу қабілетінің айтарлықтай жақсарғаны байқалып, ойын сапасына тікелей оң әсер етті (Кесте 2).

Кесте 2. – Қатысушы білім алушылардың сұхбат нәтижелері: футбол дағдыларын меңгеру үдерісіндегі ішкі түрткі, тәжірибе және күту

Сұрақтар	Оң жауаптар (%)	Бейтарап жауаптар (%)	Теріс жауаптар (%)	Стандартты ауытқу (%)
Футбол ойнауға ішкі түрткі	85	10	5	40,47
Тренингтен күту	70	25	5	27,05
Жаттығу тәжірибесі	65	30	5	25,17
Дағдылардың үлгерімін бағалау	75	20	5	32,86
Дағдыларды меңгерудегі қиындықтар	40	45	15	15,17
Жаттығуға эмоционалды қатынас	60	25	15	22,98
Ойынның қызықты аспектілері	70	20	10	25,17
Оқуды басқа дағдыларды дамытумен байланыстыру	80	15	5	30,55
Жаттықтырушылардан күту	65	25	10	26,89
Футболдағы болашақ	45	40	15	21,08

Ескерту: Пайыздар оң, бейтарап және теріс жауаптар санының сұхбатқа қатысқан білім алушылардың жалпы санына қатынасын білдіреді (жалпы саны – 40 қатысушы).

Деректерді талдау кезінде психологиялық дайындықпен айналысқан білім алушылардың 70%-да техникалық дағдылары, допты бақылау мен дәл беруінің жоғарылағаны анықталды. Олардың 85%-да психологиялық дайындық арқылы командалық жұмысына оң әсер етіп, алаңда жақсы қарым-қатынас пен үйлестіруі қамтамасыз етілді. Ойын көрсеткіштері бойынша білім алушылардың 78%-да стрессті басқару және зейінді сақтау қабілетінің жоғарылауының арқасында матчтар барысында тұрақты өнер көрсеткені атап өтілді.

Сұхбат нәтижелерін талдау барысында психологиялық дайындық көрсеткіштері мен футболшылардың ойын әрекетінің жеке сипаттамалары арасындағы өзара байланыстар анықталды. Корреляциялық талдау үшін Пирсонның сызықтық корреляция коэффициенті пайдаланылды. Коэффициенттердің статистикалық маңыздылығы $p \leq 0,05$ деңгейінде бағаланды. Сонымен қатар корреляция коэффициенттері үшін 95% сенімділік интервалдары есептелді.

Талдау нәтижелері футбол ойнауға деген ішкі түрткі мен оқу-жаттығу үдерісінен күтілетін нәтижелер арасында күшті оң байланысты көрсетті ($r=0,72$; 95% CI: 0,51-0,85; $p<0,001$). Бұл көрсеткіш жоғары ішкі түрткіге ие спортшылардың психологиялық дайындық элементтерін тиімді қабылдайтынын және оқу-жаттығу үдерісіне белсенді қатысатынын айғақтайды.

Дағдыларды меңгеру барысында туындайтын қиындықтар мен ойын нәтижелерін өзіндік бағалау арасында орташа деңгейдегі теріс корреляция анықталды ($r=-0,65$; 95% CI: -0,81 – -0,41; $p<0,01$). Аталған нәтиже техникалық элементтерді игеруде қиындықтарға жиі кездесетін спортшылардың өз мүмкіндіктерін төмен бағалауға бейім екенін көрсетеді. Бұл жағдай психологиялық қолдаудың қажеттілігін және сенімділікті қалыптастыруға бағытталған арнайы жаттығулардың маңыздылығын дәлелдейді.

Футбол ойнауға деген ішкі түрткі мен болашақ спорттық мансапқа ұмтылыс арасындағы байланыс әлсіз деңгейде болды ($r=0,30$; 95% CI: 0,02–0,54; $p=0,041$). Мұндай нәтиже зерттеуге қатысушылардың кәсіби мақсаттары мен болашақ жоспарларының әртүрлі болуымен түсіндіріледі.

Жалпы алғанда, корреляциялық талдау нәтижелері психологиялық факторлардың жас футболшылардың оқу-жаттығу үдерісіндегі белсенділігіне, өз мүмкіндіктерін бағалауына және болашақ спорттық бағдарларына ықпал ететінін көрсетті. Алынған нәтижелер психологиялық дайындықты футболшыларды даярлау жүйесінің маңызды құрамдас бөлігі ретінде қарастыру қажеттігін растайды.

Зерттеу нәтижелері айналысушылардың футбол дағдыларын арттырудағы психологиялық дайындықтың маңызды рөлін, қолданыста бар психологиялық теориялар мен спорттық әдебиеттердің сәйкестігін, спорттық нәтижелерде психикалық кондицияның маңыздылығын көрсетеді. Ішкі түрткі, күту және қысым кезіндегі өнімділік арасында байқалған оң корреляция мақсат қою және визуализация сияқты психологиялық араласулардың өзіндік тиімділігін, сол арқылы білім алушылардың техникалық дағдылары мен ойын өнімділігін арттыруда пайдалы екендігін көрсетеді.

Жаттығу бағдарламалары олардың когнитивті және эмоционалдық мүмкіндіктеріне сәйкес келетін жас ерекшеліктеріне сәйкес психологиялық стратегияларды қамтуы керек, бұл жас спортшылардың өсуінің барлық аспектілері бойынша қолдау көрсетілуін қамтамасыз етеді. Осы ерекше қажеттіліктерді қанағаттандыра отырып, тәрбиешілер мен бапкерлер білім алушыларға тек спортшы ретінде ғана емес, сонымен қатар, алаңда және одан тыс жерлерде қиындықтарға төтеп беруге дайын жан-жақты тұлға ретінде қалыптасуына көмектесе алады.

Қорытындылар. Зерттеу қорытындысын талдау барысында айналысушылардың футбол дағдыларын дамытуда психологиялық дайындықтың маңызды әсері спорт психологиясы саласына құнды түсініктер беретіні анықталды. Негізгі қорытындылар жоғарыда аталған психологиялық факторлардың техникалық дағдыларын, командалық жұмысты және басымдық қысым жағдайында өнімділікті арттырудың ажырамас бөлігі

екенін, футбол бағдарламаларына құрылымдық психологиялық дайындықты енгізу айналысушыларға үлкен пайда келтіріп, тиімді жан-жақты дамуға әкелетінін көрсетеді.

Нәтижелерді жүзеге асыруда психологиялық дайындықты футбол жаттығуларының бағдарламаларына негізгі құрауыш ретінде, соның ішінде, мақсат қою, визуализация және стрессті басқару сияқты стратегияларды біріктіру ұсынылады. Аталмыш әдістер футболмен айналысушылардың жас ерекшеліктеріне сәйкес бейімделуі керек, себебі, бұл олардың спорттық және жеке өсуі үшін қажетті психикалық қолдауын қамтамасыз етеді.

Тоқ етерін айтса, психологиялық дайындық спорттық өнімділікті арттырып қана қоймай, жас спортшылардың жалпы дамуында шешуші рөл атқарады. Тұрақтылыққа, назар аударуға және өзіне деген сенімділікке тәрбиелеу арқылы аталмыш араласулар спорттың да, өмірдің де қиындықтарын жеңуге жақсырақ жабдықталған жан-жақты дамыған тұлғаларды қалыптастыруға көмектеседі.

ПАРАДИГМА ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ ПОВЫШЕНИЯ ИГРОВЫХ НАВЫКОВ ФУТБОЛИСТОВ (НА ПРИМЕРЕ ЗАНИМАЮЩИХСЯ СРЕДНИХ КЛАССОВ)

¹Ижанов Жомарт Тусипбекович, ¹Сейсенбеков Ерлан Кенжебаевич, ¹Караков Амантай Каракович, ²Мухиддинов Ергали, ¹Абишев Кендибай Саметович

¹Казахский национальный педагогический университет имени Абая, г. Алматы, Казахстан

²Казахский национальный женский педагогический университет, г. Алматы, Казахстан

Автор для корреспонденции: Сейсенбеков Е.К. yerlan_fks@mail.ru

Аннотация: В статье представлены набор правил, модель мышления и поведенческая модель психологической подготовки для развития футбольных навыков обучающихся в учебных заведениях. Хотя в целом, физические упражнения часто являются основным направлением практической подготовки на уроках физкультуры, психологические факторы, такие как мотивация, уверенность и эмоциональная регуляция, способствуют всестороннему развитию навыков. Поднимаемый вопрос о различных методах психологической подготовки, их влиянии на обучение футболу, особенно на психологически стрессовые ситуации, часто встречаются в массовых видах спорта. Используемый смешанный подход, включающий анкетирование, интервью и контрольные исследования, оценивает эффективность психологического воздействия на технические навыки, командную работу и игровую результативность учащихся.

Результаты показывают, что психологическая подготовка учащихся значительно повышает их способность выступать под давлением, сохранять концентрацию и проявлять выносливость во время игры. Исследование подчеркивает важность адаптированных психологических стратегий, отвечающих специфическим потребностям учащихся, находящихся на критическом этапе личностного и эмоционального развития. Данные стратегии включают методы визуализации, упражнения по постановке целей и практики управления стрессом, способствующих улучшению футбольных навыков и общей спортивной результативности.

Кроме того, важно включать психологическую подготовку в образовательные программы учебных заведений, способствующих росту специализированных знаний. Это дает тренерам, педагогам и спортивным психологам практические рекомендации по внедрению эффективных методов психологической подготовки в тренировках по футболу, что в конечном итоге приведет к развитию всесторонне развитых и успешных юных спортсменов.

Ключевые слова: обучающиеся, психологическая подготовка, навыки футбола, мотивация, уверенность, эмоциональная регуляция, методы визуализации.

A PARADIGM OF PSYCHOLOGICAL PREPARATION FOR IMPROVING THE PLAYING SKILLS OF FOOTBALL PLAYERS (USING THE EXAMPLE OF MIDDLE SCHOOL STUDENTS)

¹Izhanov Zhomart, ¹Seisenbekov Yerlan, ¹Karakov Amantay, ²Mukhiddinov Ergali, ¹Abishev Kendibay

¹Abai Kazakh National Pedagogical University, Almaty, Kazakhstan

²Kazakh National Women's Teacher Training University, Almaty, Kazakhstan

Corresponding author: Ye.K. Seisenbekov yerlan_fks@mail.ru

Abstract: This article presents a set of rules, a thinking model, and a behavioral model of psychological preparation for developing students' football skills in educational institutions. Although physical exercises are often the primary focus of practical training in physical education lessons, psychological factors such as motivation, confidence, and emotional regulation contribute to comprehensive skill development. This article explores the various methods of psychological preparation and their impact on football learning, particularly in psychologically stressful situations, which are common in popular sports. A mixed-method approach, including questionnaires, interviews, and control studies, evaluates the effectiveness of psychological interventions on students' technical skills, teamwork, and game performance.

The results show that psychological preparation significantly improves students' ability to perform under pressure, maintain concentration, and demonstrate endurance during games. The study emphasizes the importance of tailored psychological strategies that meet the specific needs of students at a critical stage of personal and emotional development. These strategies include visualization techniques, goal-setting exercises, and stress management practices, which contribute to improved football skills and overall athletic performance.

Furthermore, it is important to incorporate psychological training into educational programs at educational institutions that foster the development of specialized knowledge. This provides coaches, teachers, and sports psychologists with practical recommendations for implementing effective psychological training methods in football training, which will ultimately lead to the development of well-rounded and successful young athletes.

Key words: students, psychological preparation, football skills, motivation, confidence, emotional regulation, visualization methods.

Әдебиет

1 Абдуллаева Г.К. Комплексный контроль и учет процесса подготовки учащихся общеобразовательной школы, занимающихся футболом. // Сборник научных статей студентов и молодых ученых, Алматы: КазАСТ, – 2017. – С. 19-23.

2 Prontenko K., Bublei T., Marushchak M., Bondar T.A. Computer program for evaluation of children's fitness at football classes // Інформаційні технології і засоби навчання, – 2020. – Том 77, – №3. doi: 10.33407/itlt.v77i3.3277

3 Evangelio C., Sierra-Díaz J., González-Víllora S., Fernández-Río J. The Sport Education Model in Elementary and Secondary Education: A Systematic Review // O Modelo de Sport Education na Educação Primária e Secundária: Revisión Sistemática. Movimento, – 2018. – 24(3), – С. 931-946.

4 Оплетин А.А., Паначев В.Д., Филатов А.В. Футбол в процессе формирования компетенции саморазвития личности студента // Педагогико-психологические, медико-биологические проблемы физической культуры и спорта, – 2015. – №3(36), ISSN 2070 4798. DOI 10.14526/01_1111_37.

5 Саракаева С.А., Сокаев Х.М. Основные направления повышения у подростков устойчивой мотивации к здоровому образу жизни // Северо-Осетинский государственный

университет имени К.Л. Хетагурова. Балтийский гуманитарный журнал, – 2018. – №7(2), – С. 44-46.

6 Храмов В.В., Костюченко В.Ф., Чистяков В.А., Врублевский Е.П. Организационные и психолого-педагогические аспекты внедрения компьютерных средств обучения в методику преподавания физической культуры // Ученые записки, – 2014. – №(112), – С. 60-68.

7 Арджа М. А.М. Психолого-педагогическое сопровождение юных спортсменов командных видов спорта (на примере футбола и хоккея) // – 2016. – [Диссертация, Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург].

8 Уляева Л.Г., Мельник Е.В. Психолого-педагогическое сопровождение спортивной деятельности в контексте самореализации личности: Монография. // Москва: Изд. Мархотин П.Ю. – 2014.

9 Ábel K.E., Komáromi L., Szabo A. Reasons for exercise and training-induced affective changes in co-active and interactive sports. // Cognition, Brain, Behavior. An Interdisciplinary Journal. – 2024. – 28(1). – P. 39-51. DOI: 10.24193/cbb.2024.28.03

10 Milenković D., Radonjić J., Nikić N., Zubić I. The Influence of Physical Education Over A Semester on the Psycho-Physical Development in Elementary School Students. // Physical Education Theory and Methodology. – 2024. – 24(1). – P. 87-94. DOI: 10.17309/tmfv.2024.1.11

11 Rivrais C., Nicaise V., Ottogalli-Mazzacavallo C. Reasons for commitment: Obstacles and levers to the practice of soccer. Exploratory study of young high-level footballers. // Movement and Sports Sciences - Science et Motricite. – 2024. – 124. – P. 13-23. DOI: 10.1051/sm/2023023

References

1 Abdullayeva G.K. Kompleksnyy kontrol' i uchet protsessa podgotovki uchashchikhsya obshcheobrazovatel'noy shkoly, zanimayushchikhsya futbolom // Sbornik nauchnykh statey studentov i molodykh uchenykh, Almaty: KazAST, – 2017. – S. 19-23.

2 Prontenko K., Bublei T., Marushchak M., Bondar T.A. Computer program for evaluation of children's fitness at football classes // Інформаційні технології і засоби навчання, – 2020, – Tom 77, No 3. doi: 10.33407/itlt.v77i3.3277

3 Evangelio C., Sierra-Díaz J., González-Víllora S., Fernández-Río J. The Sport Education Model in Elementary and Secondary Education: A Systematic Review // O Modelo de Sport Education na Educação Primária e Secundária: Revisión Sistemática. Movimento, – 2018. – 24(3), – С. 931-946.

4 Opletin A.A., Panachev V.D., Filatov A.V. Futbol v protsesse formirovaniya kompetentsii samorazvitiya lichnosti studenta // Pedagogiko-psikhologicheskiye, mediko-biologicheskiye problemy fizicheskoy kul'tury i sporta, – 2015. – №3(36), ISSN 2070 4798. DOI 10.14526/01_1111_37.

5 Sarakayeva S.A., Sokayev K.H.M. Osnovnyye napravleniya povysheniya u podrostkov ustoychivoy motivatsii k zdorovomu obrazu zhizni // Severo-Osetinskiy gosudarstvennyy universitet imeni K.L. Khetagurova. Baltiyskiy gumanitarnyy zhurnal, – 2018. – №7(2), – С. 44-46.

6 Khramov V.V., Kostyuchenko V.F., Chistyakov V.A., Vrublevskiy Ye.P. Organizatsionnyye i psikhologo-pedagogicheskiye aspekty vnedreniya komp'yuternykh sredstv obucheniya v metodiku prepodavaniya fizicheskoy kul'tury // Uchenyye zapiski, – 2014. – №(112), – С. 60-68.

7 Ardza M. A.M. Psikhologo-pedagogicheskoye soprovozhdeniye yunych sportsmenov komandnykh vidov sporta (na primere futbola i khokkeya) // – 2016. – [Dissertatsiya, Natsional'nyy gosudarstvennyy universitet fizicheskoy kul'tury, sporta i zdorov'ya imeni P.F. Lesgafta, Sankt-Peterburg].

8 Ulyayeva L.G., Mel'nik Ye.V. Psikhologo-pedagogicheskoye soprovozhdeniye sportivnoy deyatelnosti v kontekste samorealizatsii lichnosti: Monografiya. // Moskva: Izd. Markhotin P.YU. – 2014.

9 Ábel K.E., Komáromi L., Szabo A. Reasons for exercise and training-induced affective changes in co-active and interactive sports. // Cognition, Brain, Behavior. An Interdisciplinary Journal. – 2024. – 28(1). – P. 39-51. DOI: 10.24193/cbb.2024.28.03

10 Milenković D., Radonjić J., Nikić N., Zubić I. The Influence of Physical Education Over A Semester on the Psycho-Physical Development in Elementary School Students. // Physical Education Theory and Methodology. – 2024. – 24(1). – P. 87-94. DOI: 10.17309/tmfv.2024.1.11

11 Rivrais C., Nicaise V., Ottogalli-Mazzacavallo C. Reasons for commitment: Obstacles and levers to the practice of soccer. Exploratory study of young high-level footballers. // Movement and Sports Sciences - Science et Motricite. – 2024. – 124. – P. 13-23. DOI: 10.1051/sm/2023023

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

Ижанов Жомарт Түсіпбекович – докторант специальности 8D01404 «Физическая культура и спорт», Казахский национальный педагогический университет имени Абая, г. Алматы Казахстан.

Ижанов Жомарт Түсіпбекұлы – 8D01404 «Дене шынықтыру және спорт» мамандығының докторанты, Абай атындағы Қазақ ұлттық педагогикалық университеті, Алматы қ., Қазақстан.

Zhomart Izhanov – Doctoral student in 8D01404 "Physical Education and Sports", Abai Kazakh National Pedagogical University, Almaty, Kazakhstan.

e-mail: zhomart_izhanov@mail.ru

ORCID iD: 0009-0005-3872-9862

Сейсенбеков Ерлан Кенжебаевич – кандидат педагогических наук, профессор, академик АПН РК, кафедра Оздоровительная-Спорт, Казахский национальный педагогический университет имени Абая, г. Алматы, Казахстан.

Сейсенбеков Ерлан Кенжебайұлы – педагогика ғылымдарының кандидаты, профессор, ҚР ПҒА академигі, Сауықтыру-спорт кафедрасы, Абай атындағы Қазақ ұлттық педагогикалық университеті, Алматы қ., Қазақстан.

Yerlan Seisenbekov – Candidate of Pedagogical Sciences, Professor, Academician of the Academy of Pedagogical Sciences of the Republic of Kazakhstan, Department of Health and Sports, Abai Kazakh National Pedagogical University, Almaty, Kazakhstan.

e-mail: Yerlan_fks@mail.ru

ORCID iD: 0000-0002-3491-1799

Караков Амантай Каракович – доктор педагогических наук, доцент, кафедра Теории и методики физической культуры и спорта, Казахский национальный педагогический университет имени Абая, г. Алматы, Казахстан.

Қараков Амантай Қарақұлы – педагогика ғылымдарының докторы, доцент, Дене мәдениеті және спорт теориясы мен әдістемесі кафедрасы, Абай атындағы Қазақ ұлттық педагогикалық университеті, Алматы қ., Қазақстан.

Amantay Karakov – Doctor of Pedagogical Sciences, Associate Professor, Department of Theory and Methodology of Physical Education and Sports, Abai Kazakh National Pedagogical University, Almaty, Kazakhstan.

e-mail: amantai.karakov@mail.ru

ORCID iD: 0009-0007-2364-9901

Мухиддинов Ергали – кандидат педагогических наук, профессор, кафедра Физической культуры и спорта, Казахский национальный женский педагогический университет, г. Алматы, Казахстан.

Мухиддинов Ерғали – педагогика ғылымдарының кандидаты, профессор, Дене шынықтыру және спорт кафедрасы, Қазақ ұлттық қыздар педагогикалық университеті, Алматы қ., Қазақстан.

Ergali Mukhiddinov – Candidate of Pedagogical Sciences, Professor, Department of Physical Education and Sports, Kazakh National Women's Pedagogical University, Almaty, Kazakhstan.

e-mail: erzhyk@bk.ru

ORCID iD: 0000-0001-9059-9720

Абишев Кендибай Саметович – кандидат педагогических наук, и.о. асс. профессора, член-корреспондент АПН РК, кафедра Оздоровительная-Спорт, Казахский национальный педагогический университет имени Абая, г. Алматы, Казахстан.

Әбішев Кендібай Саметұлы – педагогика ғылымдарының кандидаты, асс. профессор м.а., ҚР ПҒА корреспондент-мүшесі, Сауықтыру-спорт кафедрасы, Абай атындағы Қазақ ұлттық педагогикалық университеті, Алматы қ., Қазақстан.

Kendibay Abishev – Candidate of Pedagogical Sciences, Acting Associate Professor, Corresponding Member of the Academy of Pedagogical Sciences of the Republic of Kazakhstan, Department of Health and Sports, Abai Kazakh National Pedagogical University, Almaty, Kazakhstan.

e-mail: kendeken@mail.ru

ORCID iD: 0009-0006-2662-5350

PERFORMANCE AUDIT OF MASS SPORTS DEVELOPMENT IN THE REPUBLIC OF KAZAKHSTAN

^{1,2}Zhupysheva A.O.^a, ³Rymbay N.Zh., ^{1,2,4}Beisenova R.R., ⁵Ignacio Menéndez-Pidal de Navascués

¹ Kazakh National University of Sport, Astana, Kazakhstan

² L.N. Gumilyov Eurasian National University, Astana, Kazakhstan

³ M. Narikbayev KAZGUU University, Astana, Kazakhstan

⁴ Peoples' Friendship University of Russia (RUDN University), Moscow, Russian Federation

⁵ Universidad Politécnica de Madrid, Madrid, Spain

Corresponding author: Zhupysheva A.O. aktoty.zhupysheva@knus.edu.kz

Abstract. This article presents the results of an assessment of the effectiveness of mass sports development in the Republic of Kazakhstan from a government audit perspective. The relevance of the study stems from the need to improve the effectiveness of state policy in physical education and sports, and achieve the targets set forth in the Concept of Development of Physical Culture and Sports of the Republic of Kazakhstan for 2023–2029. The objective of the study is to assess the effectiveness of mass sports development in the country. The assessment is based on an analysis of population engagement indicators, staffing in the industry, the development of youth sports, and the achievement of key state policy indicators. The study utilized statistical, comparative, and analytical methods, as well as a method for assessing the degree of achievement of target indicators. The obtained results can be used to improve the mechanisms of state audit, monitoring the effectiveness of state programs and forming strategic directions for the development of mass sports in the Republic of Kazakhstan.

Key words: state audit, performance audit, mass sports, state policy, physical education and sports, target indicators, sports industry.

Introduction. The development of mass sports is considered a priority by the state social policy of the Republic of Kazakhstan, because increasing the level of involvement of the population in regular physical education and sports is considered an important factor in strengthening public health, developing human capital, and improving the quality of life of the population. Addresses by the President of the Republic of Kazakhstan have repeatedly emphasized the need to create conditions for the development of mass sports, increase the availability of sports infrastructure, and engage citizens in a healthy lifestyle [1, 4].

In accordance with the Concept of Development of Physical Culture and Sports of the Republic of Kazakhstan for 2023–2029, one of the key target indicators is to increase the proportion of the population regularly engaged in physical education and sports to 50% by 2029 [1]. To achieve set goals, the state is implementing measures to develop sports infrastructure, support children's and youth sports, improve the system for training sports reserves, and develop state sports procurement.

However, the sufficiency of public resources does not always ensure consistent results in sports development across different regions of the country. Regional differences in the availability of sports facilities, human resources, and public engagement demonstrate the need for rigorous evaluation of the effectiveness of implemented public policies.

In the current environment, public audit is instrumental for both monitoring the use of budgetary funds, and assessing the performance and effectiveness of government agencies. Performance audit is particularly important, allowing us to determine the extent to which strategic

goals are achieved and the effectiveness of public resource use in specific economic and social sectors [5, 6, 12].

The aim of the study is to evaluate the effectiveness of mass sports development in the Republic of Kazakhstan based on an analysis of indicators of population engagement, staffing in the industry, the development of youth sports, and the achievement of state policy targets.

To achieve this goal, the following **research objectives** were defined:

- analyze the level of population involvement in systematic physical education and sports;
- assess the staffing of the mass sports system of the Republic of Kazakhstan;
- study the main indicators of the development of children’s and youth sports and sports reserves;
- assess the achievement of key indicators provided for by the Concept of Development of Physical Culture and Sports of the Republic of Kazakhstan for 2023–2029;
- determine directions for increasing the effectiveness of state policy in the field of development of mass sports.

The scientific novelty of the study lies in the development and testing of a integrated index of the achievement of key indicators of mass sports development, which allows for the assessment of the effectiveness of the implementation of state policy in the sports industry.

Materials and Methods. The study was based on official data from the Ministry of Tourism and Sports of the Republic of Kazakhstan, the Bureau of National Statistics of the Republic of Kazakhstan, as well as materials from state programs and strategic documents regulating the development of physical education and sports [1–4].

The study utilized indicators of population engagement in physical education and sports, data on staffing in the sports industry, indicators of youth sports development, the sports reserve, and the target indicators of the Concept of Development of Physical Culture and Sports of the Republic of Kazakhstan for 2023–2029.

To achieve this goal, statistical, comparative, and analytical methods were used. The effectiveness of mass sports development was assessed by comparing actual and target values of key indicators using the target indicator achievement coefficient.

Data processing and visualization were performed using Microsoft Excel and Python software.

Study Results. Analysis of Population Engagement in Mass Sports.

One of the key indicators of the effectiveness of mass sports development is the level of population engagement in regular physical education and sports. This indicator reflects the effectiveness of state sports policy, the availability of sports infrastructure, the level of provision of sports services, and the prevalence of a healthy lifestyle among the population.

To assess the regional characteristics of mass sports development, an analysis was conducted of the population size, the number of people regularly involved in physical education and sports, and the level of population engagement in sports activities by region of the Republic of Kazakhstan for 2025.

Table 1 - Population Participation in Mass Sports by Region of Kazakhstan (2025)

Region	People Engaged in Sports	Participation Rate (%)
Astana	601,200	39.3
Almaty	955,710	41.7
Shymkent	544,946	43.3
Akmola Region	329,823	41.8
Aktobe Region	407,916	43.0
Atyrau Region	320,649	45.1
Almaty Region	642,276	41.1
West Kazakhstan Region	285,941	41.0
Zhambyl Region	503,317	41.1
Karaganda Region	442,048	38.9
Kostanay Region	368,573	44.6
Kyzylorda Region	342,223	40.4

Mangystau Region	328,020	40.7
Turkistan Region	885,485	41.1
Pavlodar Region	296,747	39.5
North Kazakhstan Region	225,088	43.1
East Kazakhstan Region	311,708	43.0
Abai Region	244,096	40.4
Zhetysu Region	292,504	42.1
Ulytau Region	77,943	35.2
<i>Note: Compiled by the authors based on data from the Ministry of Tourism and Sports of the Republic of Kazakhstan [2] and the Bureau of National Statistics of the Republic of Kazakhstan [3].</i>		

Population involvement in regular physical education and sports is a key indicator of the effectiveness of state policy for the development of mass sports [1, 7]. An analysis of regional data for 2025 reveals significant differences in the level of population participation in sports activities across the regions of the Republic of Kazakhstan.

The average population involvement in physical education and sports across the studied regions was 41.6%. The highest levels of involvement were recorded in Atyrau Region (45.1%), Kostanay Region (44.6%), and North Kazakhstan Region (43.1%). High values for this indicator are also observed in East Kazakhstan and Aktope Regions, where the population participation in sports activities reaches 43.0%.

The lowest rates were found in Ulytau Region (35.2%), Karaganda Region (38.9%), and Astana City (39.3%). The gap between the leading and the worst performing regions is 9.9 percentage points, demonstrating significant regional differentiation in the development of mass sports.

To assess the homogeneity of regional development, the coefficient of variation was calculated and found to be approximately 5.6%, reflecting a relatively low level of variation in population involvement across regions. This indicates that, overall, the level of population participation in sports activities remains fairly stable across the country, despite persistent regional differences.

These results suggest that further improvement in the effectiveness of mass sports development requires consideration of regional specifics and an analysis of the factors influencing the level of population involvement. Therefore, the next stage of the study is an analysis of the staffing of the mass sports system as a key factor in its sustainable development [7, 8].

Analysis of Coaching Staff Availability. One of the key factors for the effective development of mass sports is the availability of sufficient human resources to support the organization of the training process, the development of sports reserve, and the implementation of state programs in the field of physical education and sports. The level of coaching qualifications directly impacts the quality of athletic training, the results of sports selection, and the level of public engagement in systematic sports [1, 5].

As of 2025, 15,684 coaches were working in sports schools in the Republic of Kazakhstan, of which 10,228 were full-time employees. A significant portion of the coaching staff has specialized training and relevant qualifications, demonstrating the existence of a well-established system for staffing the sports industry.

To assess the staffing potential of sports schools in the Republic of Kazakhstan, we examine the key indicators of the coaching staff (Table 2).

Table 2 – Coaching Staff Characteristics in Sports Schools of Kazakhstan (2025)

Indicator	Value
Total coaches	15 684
Full-time coaches	10 228
Coaches with physical education qualification	10 203
Coaches with higher education	9 081
Highest coaching category	1 382
First coaching category	1 358
Second coaching category	3 071
Share of coaches with higher education (%)	57.9

Note: Compiled by the authors based on data from the Ministry of Tourism and Sports of the Republic of Kazakhstan [2]

An analysis of the presented data shows that over 65% of the coaching staff at sports schools are full-time employees, ensuring the sustainability of the sports training system. A significant proportion of specialists have higher education and specialized physical education training, which positively impacts the quality of the educational and training process.

At the same time, the relatively low proportion of coaches of the highest qualification category indicates the need for further improvement of the professional development system, advanced training for coaches, and the expansion of continuing professional education programs.

Thus, the staffing potential of the sports industry in the Republic of Kazakhstan is generally characterized by a sufficient level of availability. However, further improvement of the effectiveness of mass sports development requires strengthening the staff and increasing the proportion of highly qualified specialists.

Analysis of the development of children's and youth sports. Children's and youth sports are the foundation for the formation of the sports reserve of the country and a crucial element of state policy in the field of physical education and sports. The effectiveness of the sports training system is determined, alongside the number of participants, by the results of sports selection expressed in the assignment of sports categories and qualifications.

According to data from sports schools in the Republic of Kazakhstan, 393,842 people were involved in regular sports training in 2025. On average, there were 25 athletes per coach, indicating a relatively favorable level of human resources for the training process. The development of the sports reserve was carried out with the participation of 15,684 coaches, supporting the educational and training process at various stages of athletic development [1, 4].

An important indicator of the effectiveness of the sports training system is the number of athletes who have reached qualification standards. By the end of 2025, sports schools in the Republic of Kazakhstan had trained 12,222 first-class athletes, 25,115 Candidate Masters of Sport (CMS), 1,691 Masters of Sport (MS), and 288 Masters of Sport of International Class (MSIC).

To assess the structure of the sports reserve, we will examine the distribution of athletes by athletic qualification level.

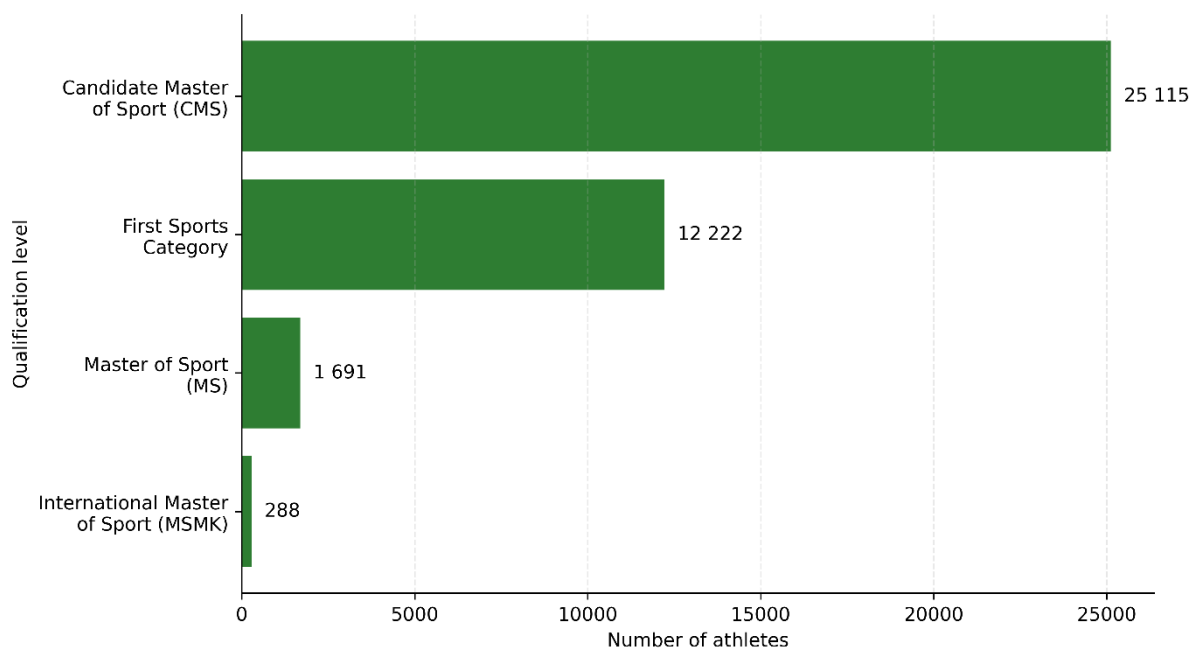


Figure 1 – Structure of Sports Reserve by Qualification Level in Kazakhstan (2025)

Note: Compiled by the authors based on data from the Ministry of Tourism and Sports of the Republic of Kazakhstan [2]

An analysis of the structure of the sports reserve shows that the largest proportion is made up of Candidate Masters of Sports, numbering 25,115 individuals. The significant number of first-class athletes also indicates a broad base for further development of the sports reserve.

However, the number of Masters of Sports and International Masters of Sports is significantly lower, reflecting the natural selection process of athletes at higher stages of athletic training. The decrease in the number of athletes as their qualification level increases indicates the existence of a competitive training system and the concentration of resources on the most promising athletes.

These results allow us to conclude that the youth sports system in the Republic of Kazakhstan ensures the sustainable development of the sports reserve and creates the necessary preconditions for the development of high-class athletes. However, further improvement of the effectiveness of the system requires improved selection mechanisms, enhanced coaching support, and refined sports infrastructure.

Evaluation of the Effectiveness of Mass Sports Development in the Republic of Kazakhstan.

The effectiveness of mass sports development was assessed by comparing the actual values of key indicators with the targets established by the Concept of Development of Physical Culture and Sports of the Republic of Kazakhstan for 2023–2029 [1]. These indicators were defined as involvement of the general population in systematic physical education and sports, and the participation of children and adolescents in sports activities.

To determine the degree of achievement of target benchmarks, a target achievement coefficient was used, calculated using the following formula [5, 6]:

$$AR = \frac{AV}{TV} * 100 \quad (1)$$

where:

AR – target indicator achievement rate, %;

AV – actual indicator value;

TV – target indicator value.

To comprehensively assess the effectiveness of public policy, an integrated index of key mass sports development indicators was additionally calculated, representing the arithmetic mean of the individual target indicator achievement rates.

The integrated index was calculated using the formula:

$$KPIi = \frac{\sum AR}{n} \quad (2)$$

where:

KPIi – the integrated index of key performance indicators (KPIs), in %;

AR – the rate of achievement of an individual target indicator (KPI), in %;

n – the number of indicators being assessed.

The assessment results are presented in Table 3.

Table 3 – Achievement of Key Sports Development Indicators in Kazakhstan

KPI	2025	Target 2029	Achievement Rate (%)
Population participation (%)	44.5	50.0	89.0
Children participation (%)	34.6	45.0	76.9
Integrated KPI Achievement Index	-	-	83.0
<i>Note: Compiled by the authors based on the Concept of Development of Physical Culture and Sports of the Republic of Kazakhstan for 2023–2029 [1] and data from the Ministry of Tourism and Sports of the Republic of Kazakhstan [2]</i>			

Based on the calculated target achievement rates, the integrated KPI achievement index was determined to be 83.0%. This value characterizes the high effectiveness of the state policy implementation in the field of physical culture and sports and demonstrates the progressive achievement of the strategic benchmarks outlined in the Concept of Development of Physical Culture and Sports of the Republic of Kazakhstan for 2023–2029. According to the applied methodology, an integrated index value above 80% can be interpreted as a high level of target achievement.

For a visual comparison of the actual and target values of key indicators, the results are presented in Figure 2.

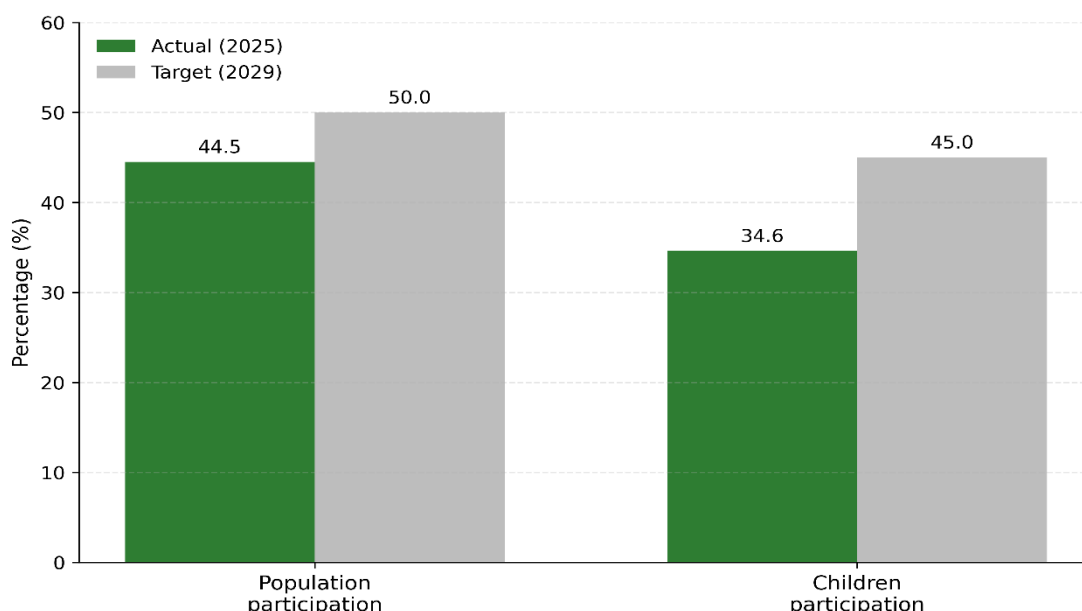


Figure 2 – Achievement of Key Performance Indicators of Sports Development in Kazakhstan

Note: Compiled by the authors based on the Concept of Development of Physical Culture and Sports of the Republic of Kazakhstan for 2023–2029 [1] and data from the Ministry of Tourism and Sports of the Republic of Kazakhstan [2]

The analysis results show that, as of 2025, the rate of population participation in physical education and sports reached 44.5%, which corresponds to 89.0% of the target value set for 2029. This demonstrates a high degree of achievement of strategic guidelines of state policy and sustainable positive dynamics in the development of mass sports.

The participation rate of children and adolescents in systematic sports reached 34.6%, which comprised 76.9% of the target value. Such correspondence shows the need for further expansion of the sports section network, improvement of state sports procurement mechanisms, and increased accessibility of sports infrastructure for children and youth.

These results are supported by the development of resource potential of the sports industry. As of 2025, 26,518 sports facilities and 922 children's and youth sports clubs were operating in the Republic of Kazakhstan, and the number of coaches exceeded 68,000. These indicators confirm the formation of the necessary organizational and infrastructural conditions for the further development of mass sports and increased physical activity among the population.

Thus, the results of the assessment demonstrate a high degree of achievement of key indicators for the development of mass sports. The overall target achievement rate was 83.0%, confirming the effectiveness of implemented public policy measures and the positive dynamics of the development of sports sector. However, the lower achievement rate for the indicator of children and adolescents' involvement in sports indicates potential for further improvement of state support mechanisms and the development of mass sports.

Discussion. The results of the study demonstrate positive dynamics in the development of mass sports in the Republic of Kazakhstan. As of 2025, the level of population involvement in systematic physical education and sports reached 44.5%, significantly exceeding the figures for previous years and confirming the effectiveness of the implemented state policy measures.

The analysis showed that the development of mass sports is supported by the combined influence of several factors, among which the key ones are staffing potential in the industry, the development of youth sports, and the expansion of sports infrastructure. The presence of over 68,000 coaches, the functioning of 922 youth sports clubs, and over 26,000 sports facilities create necessary conditions for further growth of population participation in sports.

The development of the sports reserve system is particularly important for the sustainable development of the industry. The high number of athletes in the mass sports categories and candidate masters of sports demonstrates the existence of a broad base for the further development of high-class athletes and the competitiveness of Kazakhstani sports on the international stage. At the same time, the results of the study revealed a number of problematic aspects. Despite positive trends, the level of children and adolescents' involvement in sports remains below established targets. This highlights the need for further improvement of state sports procurement mechanisms, increased accessibility to sports clubs, and strengthening the material and technical infrastructure of sports organizations.

From a state audit perspective, the obtained results demonstrate the need for further development of the system for monitoring the effectiveness of state sports programs. Priority should be given not only to the level of funding for the sector but also to achieving specific social outcomes, such as increased public participation, expanded participation of children in sports, and improved utilization of sports infrastructure [5, 6].

Conclusion. The study assessed the effectiveness of mass sports development in the Republic of Kazakhstan based on an analysis of population engagement indicators, staffing levels in the industry, development of youth sports, and achievement of state policy targets.

It was found that by the end of 2025, the level of population engagement in systematic physical education and sports reached 44.5%, which is 89.0% of the target value envisaged by the Concept of Development of Physical Culture and Sports of the Republic of Kazakhstan for 2023–2029 [1]. The obtained results indicate positive dynamics in the development of mass sports and a high degree of implementation of strategic state policy guidelines.

An analysis of regional indicators revealed differences in the level of population engagement in sports. The highest values were recorded in the Atyrau, Kostanay, and North Kazakhstan

regions, while the lowest rates were observed in the Ulytau region, Karaganda region, and the city of Astana. This demonstrates the need to consider regional specifics when implementing sports development programs. The study revealed that the training system of the sports reserve of the Republic of Kazakhstan possesses significant potential. In 2025, more than 393,000 people were enrolled in sports schools, training over 25,000 Candidate Masters of Sports, 1,691 Masters of Sports, and 288 International Masters of Sports. A well-developed sports training system creates the preconditions for further enhancing the competitiveness of domestic sports.

From a government audit perspective the effectiveness of mass sports development is assessed in terms of funding levels and achievement of specific social outcomes, which include the level of public engagement, the participation of children and adolescents in sports activities, the availability of staff in the industry, and the effectiveness of training the sports reserve.

To further enhance the effectiveness of state policy in physical education and sports, it is advisable to improve the system for monitoring the achievement of target indicators, expand the participation of children and adolescents in sports programs, strengthen the staffing capacity of the industry, and develop mechanisms for evaluating the effectiveness of state programs. The implementation of these measures will contribute to achieving the strategic goals of mass sports development and improving the effectiveness of public administration in the sports sector.

ГОСУДАРСТВЕННЫЙ АУДИТ ЭФФЕКТИВНОСТИ РАЗВИТИЯ МАССОВОГО СПОРТА В РЕСПУБЛИКЕ КАЗАХСТАН

^{1,2}Жупышева А.О. ^а, ³Рымбай Н.Ж., ^{1,2,4}Бейсенова Р.Р., ⁵Ignacio Menéndez-Pidal de Navascués

¹Казахский национальный университет спорта, Астана, Казахстан

²Евразийский национальный университет им. Л.Н. Гумилева, Астана, Казахстан

³Максут Нарикбаев Университет, Астана, Казахстан

⁴Российский университет дружбы народов, Москва, Российская Федерация,

⁵Политехнический университет Мадрида, Мадрид, Испания

Автор для корреспонденции: Жупышева А.О. aktoty.zhupysheva@knus.edu.kz

Аннотация. В статье представлены результаты оценки эффективности развития массового спорта в Республике Казахстан с позиции государственного аудита. Актуальность исследования обусловлена необходимостью повышения результативности государственной политики в сфере физической культуры и спорта, а также достижения целевых ориентиров, предусмотренных Концепцией развития физической культуры и спорта Республики Казахстан на 2023–2029 годы. Целью исследования является оценка эффективности развития массового спорта на основе анализа показателей вовлеченности населения, кадрового обеспечения отрасли, развития детско-юношеского спорта и достижения ключевых индикаторов государственной политики. В исследовании использованы методы статистического, сравнительного и аналитического анализа, а также метод оценки степени достижения целевых показателей. Полученные результаты могут быть использованы при совершенствовании механизмов государственного аудита, мониторинга результативности государственных программ и формировании стратегических направлений развития массового спорта в Республике Казахстан.

Ключевые слова: государственный аудит, аудит эффективности, массовый спорт, государственная политика, физическая культура и спорт, целевые индикаторы, спортивная отрасль.

ҚАЗАҚСТАН РЕСПУБЛИКАСЫНДАҒЫ БҰҚАРАЛЫҚ СПОРТТЫ ДАМУ ТИІМДІЛІГІНІҢ МЕМЛЕКЕТТІК АУДИТІ

^{1,2}Жұпышева А.О.^а, ³Рымбай Н.Ж., ^{1,2,4}Бейсенова Р.Р., ⁵Ignacio Menéndez-Pidal de Navascués

¹ Қазақ ұлттық спорт университеті, Астана, Қазақстан

² Л.Н. Гумилев атындағы Еуразия ұлттық университеті, Астана, Қазақстан

³ Мақсұт Нәрікбаев Университеті, Астана, Қазақстан

⁴ Ресей халықтар достығы университеті (РХДУ), Мәскеу, Ресей Федерациясы

⁵ Мадрид политехникалық университеті, Мадрид, Испания

Хат алмасу үшін автор: Жұпышева А.О. aktoty.zhupysheva@knus.edu.kz

Аңдатпа. Мақалада Қазақстан Республикасындағы бұқаралық спортты дамытудың тиімділігі мемлекеттік аудит тұрғысынан бағаланды. Зерттеудің өзектілігі дене шынықтыру және спорт саласындағы мемлекеттік саясаттың нәтижелілігін арттыру, сондай-ақ Қазақстан Республикасында дене шынықтыру мен спортты дамытудың 2023–2029 жылдарға арналған тұжырымдамасында белгіленген мақсатты индикаторларға қол жеткізу қажеттілігімен айқындалады. Зерттеудің мақсаты – халықтың спортпен шұғылдануға тартылу деңгейін, саланың кадрлық әлеуетін, балалар мен жасөспірімдер спортын дамыту көрсеткіштерін және мемлекеттік саясаттың негізгі индикаторларына қол жеткізу деңгейін талдау негізінде бұқаралық спортты дамытудың тиімділігін бағалау. Зерттеу барысында статистикалық, салыстырмалы және аналитикалық талдау әдістері, сондай-ақ мақсатты көрсеткіштерге қол жеткізу деңгейін бағалау әдісі қолданылды. Зерттеу нәтижелерін мемлекеттік аудит тетіктерін жетілдіруде, мемлекеттік бағдарламалардың нәтижелілігін мониторингтеуде және Қазақстан Республикасында бұқаралық спортты дамытудың стратегиялық бағыттарын қалыптастыруда пайдалануға болады.

Түйінді сөздер: мемлекеттік аудит, тиімділік аудиті, бұқаралық спорт, мемлекеттік саясат, дене шынықтыру және спорт, мақсатты индикаторлар, спорт саласы.

References

- 1 Republic of Kazakhstan. Concept of Development of Physical Culture and Sports of the Republic of Kazakhstan for 2023–2029: Resolution of the Government of the Republic of Kazakhstan No. 251 dated March 28, 2023.
- 2 Ministry of Tourism and Sports of the Republic of Kazakhstan. Report on the Development of Physical Culture and Sports in the Republic of Kazakhstan for 2025. Astana, 2025.
- 3 Bureau of National Statistics of the Agency for Strategic Planning and Reforms of the Republic of Kazakhstan. Statistical Bulletin “Physical Culture and Sports in the Republic of Kazakhstan”. Astana, 2025.
- 4 Republic of Kazakhstan. Law on Physical Culture and Sports No. 228-V dated July 3, 2014.
- 5 INTOSAI. GUID 3910: Central Concepts for Performance Auditing. Vienna: International Organization of Supreme Audit Institutions, 2019.
- 6 OECD. Government at a Glance 2023. Paris: OECD Publishing, 2023. DOI: <https://doi.org/10.1787/3d5c5d31-en>
- 7 World Health Organization. Global Status Report on Physical Activity 2022. Geneva: WHO, 2022. Available at: <https://www.who.int/publications/i/item/9789240059153>
- 8 European Commission. Sport and Physical Activity Report 2024. Brussels, 2024.
- 9 Zhupysheva A.O., Spatayeva S.B., Beisenova R.R., Menéndez-Pidal de Navascués I. Audit effektivnosti prirodnookhrannykh programm v Kazakhstane: kontseptual'nye podkhody i natsional'nye priority [Performance Audit of Environmental Programs in Kazakhstan:

Conceptual Approaches and National Priorities]. Statistika, uchet i audit. 2026;1(100):54–70. DOI: <https://doi.org/10.51579/1563-2415.2026.-1.04>

10 United Nations. Transforming Our World: The 2030 Agenda for Sustainable Development. New York: United Nations, 2015.

11 World Bank. Enhancing Government Effectiveness and Transparency: The Fight Against Corruption. Washington, DC: World Bank, 2020.

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

Жупышева Актоты Ойратовна – PhD, научный сотрудник офиса тактико-стратегического анализа отдела научных программ Казахского национального университета спорта, и.о. доцента кафедры «Государственный аудит» Евразийского национального университета имени Л.Н. Гумилева, Астана, Казахстан.

Жупышева Актоты Ойратқызы – PhD, Қазақ ұлттық спорт университетінің Ғылыми бағдарламалар бөлімінің Тактикалық- стратегиялық талдау офисінің ғылыми қызметкері, Л.Н. Гумилев атындағы Еуразия ұлттық университетінің «Мемлекеттік аудит» кафедрасының қауымдастырылған профессорының міндетін атқарушы, Астана, Қазақстан.

Zhupysheva Aktoty Oiratovna – PhD, Research Fellow at the Tactical and Strategic Analysis Office of the Department of Scientific Programs, Kazakh National University of Sport; Acting Associate Professor of the Department of State Audit, L.N. Gumilyov Eurasian National University, Astana, Kazakhstan.

e-mail: aktoty.zhupysheva@knus.edu.kz

ORCID iD: 0000-0001-6267-8579

Рымбай Нұрадден Жасұланұлы – магистрант Maqsut Narikbayev University, младший научный сотрудник ТОО “SMART ECO-NNECT”.

Рымбай Нұрадден Жасұланұлы – Maqsut Narikbayev University магистранты, "SMART ECO-NNECT" ЖШС кіші ғылыми қызметкері.

Nuradden Zhasulanuly Rymbay – Master's candidate at Maqsut Narikbayev University, junior researcher at “SMART ECO-NNECT” LLP.

e-mail: nuraddenrymbay@gmail.com

ORCID iD: 0009-0006-8005-8051

Бейсенова Райхан Рымбаевна – кандидат биологических наук, профессор, директор Департамента стратегии и корпоративного управления Казахского национального университета спорта, профессор Евразийского национального университета имени Л.Н. Гумилева, Астана, Казахстан, профессор Российского университета дружбы народов, Москва, Российская Федерация

Бейсенова Райхан Рымбайқызы – биология ғылымдарының кандидаты, профессор, Қазақ ұлттық спорт университетінің Стратегия және корпоративтік басқару департаментінің директоры, Л.Н. Гумилев атындағы Еуразия ұлттық университетінің профессоры, Астана, Қазақстан, сондай-ақ Ресей халықтар достығы университетінің (РХДУ) профессоры, Мәскеу, Ресей Федерациясы.

Beisenova Raikhan Rymbaevna – Candidate of Biological Sciences, Professor, Director of the Department of Strategy and Corporate Governance at the Kazakh National University of Sport, Professor at L.N. Gumilyov Eurasian National University, Astana, Kazakhstan, and Professor at Peoples' Friendship University of Russia (RUDN University), Moscow, Russian Federation.

e-mail: raihan_b_r@mail.ru

ORCID iD: 0000-0003-0913-9503

Ignacio Menéndez Pidal de Navascués – PhD, профессор Политехнического университета Мадрида, Мадрид, Испания

Ignacio Menéndez Pidal de Navascués – PhD, Мадрид политехникалық университетінің профессоры, Мадрид, Испания

Ignacio Menéndez Pidal de Navascués – PhD, Professor at the Technical University of Madrid (Universidad Politécnica de Madrid), Madrid, Spain.

e-mail: ignacio.menendezpidal@upm.es

ORCID iD: 0000-0002-7053-110

ҚҰРМЕТТІ АВТОРЛАР!

«Спорт ғылымындағы зерттеулер» ғылыми журналы мерзімді ғылыми басылым болып табылады. Журналдың миссиясы - дене шынықтыру және спорт саласындағы заманауи ғылыми тақырыптар мен зерттеу нәтижелеріне тоқсан сайын рецензияланатын шолулар беру.

Журналдың құрылтайшысы және баспагері - Дене шынықтыру және бұқаралық спорт академиясы (Астана қ., Қазақстан Республикасы).

«Дене шынықтыру және спорт саласындағы зерттеулер» ғылыми журналы жылына 4 рет жарияланады:

№1 шығарылым - 30 наурызға дейін

№2 шығарылым - 30 маусымға дейін

№3 шығарылым - 30 қыркүйекке дейін

№4 шығарылым - 30 желтоқсанға дейін

Тақырыптық бағыт: спорт ғылымдары (Sports Science), спорт педагогикасы.

Журналда мақалалар бөлімдер бойынша жарияланады:

1. Спорт физиологиясы және биомеханикасы
2. Спортшыларды оқыту және даярлау
3. Спорттық медицина және оңалту
4. Спорт психологиясы
5. Спорт және технологиялар
6. Бұқаралық спорт және халықтың денсаулығы
7. Спорттық педагогика
8. Спорттық менеджмент

«Спорт ғылымындағы зерттеулер» ғылыми журналында мәліметтерді жариялау Open Journal System (OJS) - ғылыми мақалаларды онлайн-ұсыну және рецензиялау жүйесін пайдалану арқылы жүзеге асырылады.

Тіркеу немесе авторландыру «Біз туралы» - «Материалдарды жіберу» бөлімінде қол жетімді.

Редакторлық қызмет туралы жалпы ережелер мен ақпарат сайтта жарияланған «Спорт ғылымындағы зерттеулер» ғылыми журналының редакциялық саясатында баяндалған.



Журналдың сайты <http://sci.journal.apems.edu.kz/>

МАҚАЛАЛАРДЫ РӘСІМДЕУГЕ ҚОЙЫЛАТЫН ТАЛАПТАР

Редакциялық кеңес журналдың ғылыми бағыттары бойынша бұрын жарияланбаған мақалаларды қабылдайды. Мақала электрондық форматта (doc, .docx, .rtf форматта), журнал сайтының (Open Journal System) функционалдығымен жүктеу арқылы ғана ұсынылады.

1. Журналдың пішімі: Microsoft Word (doc). Парақ пішімі: А4. Жоғарғы және төменгі жиегі – 2 см, сол жағы – 3 см, оң жағы – 1 см. Негізгі қаріп: Times New Roman. Негізгі мәтіннің қаріп өлшемі: 12 кегль. Кестелердің, сілтемелердің, сызбалардың, кестелердің,

диаграммалар мен суреттердің мәтінде (12 кегельден) кіші өлшемдегі қаріпті пайдалануға рұқсат етіледі. Жоларалық интервал: дара. Мәтінді туралау: ені бойынша, сөз тасымалданбауы керек. Азат жол (қызыл жол): 1,0 см.

2. Мақалада мәтін суреттердің жанына емес, төмен жағына жазылады. Суреттер анық болуы және суреттегі жазулар оңай оқылуы керек. Суреттер мен кестелерде жазбалар болмауы керек. Суреттер тұтас пішімде болуы тиіс (жекелеген бөліктерді, фигураларды, жазбаларды және т.б. біріктіріп сурет жасауға болмайды). Барлық суреттер мен кестелер нөмірленуі қажет. Кестелер мен суреттерді нөмірлеу бөлек жүргізіледі. Мақала мәтінде міндетті түрде кестелерге, суреттерге, графиктерге сілтемелер болуы тиіс. Барлық кестелер мен суреттердің (егер кесте немесе сурет басқа жерден алынған болса) дереккөз сілтемелері көрсетілуі тиіс немесе авторлардың суреті екені көрсетілуі керек. Статистикалық деректерді пайдаланған кезде кестелер мен суреттерде (деректер негізінде авторлар тарапынан құрастырылған) деп көрсетілуі тиіс.

3. Формулаларды жасау үшін тек стандартты Microsoft Office құралдарын пайдаланыңыз.

4. Мақаланы журналға жариялауға берген кезде төменде көрсетілгендерге жол берілмейді:

- беттерді нөмірлеу;
- мәтінде беттердің алшақтықтарын пайдалану;
- автоматты бет сілтемелерін пайдалану;
- автоматты тасымалдарды пайдалану;
- сирек немесе тығыздалған әріптік аралықты пайдалану;
- мақаланың бөлімдеріндегі мәтіндерді қалың қаріппен белгілеу.

5. Әдебиет тізімдерінің сілтемелері тік жақшада рәсімделеді:

Қазақ тілінде - [1]; [1, б. 78]; [189, б. 42-43].

Орыс тілінде - [1]; [1, с.78]; [189, с. 42-43].

Ағылшын тілінде - [1]; [1, б.78]; [189, р. 42-43].

6. Мақала көлемі – 7 беттен кем болмауы керек.

7. Мақаланың түпнұсқалығы кем дегенде 60% болуы керек. Шолу мақалаларының түпнұсқалығы 40% және одан жоғары, егер мақалада пайдаланылған материал және авторлық қорытындылар толық талданған болса, бір ақпарат көзінен бұрыс және көп көлемде ақпарат алынбауы қажет.

8. **Мақала келесі ережелерге сәйкес рәсімделуі тиіс:** жоғарғы сол жақ бұрышында – FTAMP, бос жолдан кейін, ортасында авторлардың тегі және аты-жөнінің инициалы (5 автордан көп емес), ғылыми дәрежесі мен ғылыми атағы (қысқартусыз, толық жазылуы қажет), төменірек ЖОО-ның немесе ғылыми мекеменің атауын, мемлекет пен қала атауын жазу керек. Ортасында бос жолдан кейін мақаланың атауы бас әріптермен жазылады. Бос жолдан кейін, парақтың ені бойынша бос жолдан кейін – аңдатпа (100-200 сөз аралығында) және 5-7 түйін сөздер және бос жолдан кейін, мақаланың мәтіні жазылады. Мақаланың соңында бос жолдан кейін «Әдебиеттер тізімі» көрсетіледі. Әрі қарай, аударылған әдебиеттер тізімі.

*Журналдың бір санында бір автордың екіден көп емес мақаласы жариялануы мүмкін.

9. Мақала атауы, авторлардың толық аты-жөні, аңдатпа және түйін сөздер үш тілде (қазақ, орыс, ағылшын) болуы тиіс. Аударма сапалы және мамандар тарапынан орындалуы керек.

10. **Аңдатпа** орыс, қазақ және ағылшын тілдерінде **100-200 сөзден** тұрып, мақаланың мазмұнын көрсетуі керек, себебі көптеген оқырмандар үшін бұл зерттеу туралы негізгі ақпарат көзі болып табылады.

11. Барлық қысқартулар мақалада бірінші рет қолданған кезде толық жазылуы керек.

12. **Мақаланың құрылымы**

• *Ғылыми мақала:*

- мақаланың атауы, барлық авторлардың тізімі, аффилиация, аңдатпа, түйін сөздер;
- мақала IMRAD құрылымы бойынша ресімделеді: кіріспе, материалдар мен әдістер, нәтижелер, талқылау, қорытынды, қаржыландыру туралы ақпарат (бар болса), әдебиеттер тізімі.

• *Шолу мақаласы:*

- мақаланың атауы, барлық авторлардың тізімі және электрондық пошталары, аффилиация, аңдатпа, түйін сөздер;
- әдеби шолудың бөлімдері IMRAD құрылымы бойынша ресімделуі мүмкін: кіріспе, материалдар мен әдістер, нәтижелер, талқылау, қорытынды, қаржыландыру туралы ақпарат (бар болса), әдебиеттер тізімі.

13. **Автордың (лардың) аты-жөнін, мақаланың атауын және бөлімдердің атауларын:** "Аңдатпа", "Түйін сөздер", "Кіріспе" (зерттеудің өзектілігі, мақсаты мен міндеттері), "Материалдар мен әдістер", "Нәтижелер", "Талқылау", "Қорытынды", "Қаржыландыру туралы ақпарат" (бар болса), "Әдебиеттер тізімі" бөлімдерінің атауларын қалың қаріппен жазып көрсету қажет.

- *Хат алмасау үшін* автордың тегі, аты-жөні және электрондық поштасы жеке жолда көрсетілуі керек.

- Бірінші авторды, автордың инициалдарынан кейін латын әрпімен "а" деп белгілеу қажет, мысалы, ¹**Құлбаев А.Т.**^а

- Егер бірінші автор хабар алмасу үшін автор болса, онда ресімдеу үлгі бойынша жүргізіледі:

Бірінші автор және корреспонденция үшін бірінші автор: Телемгенова А. М. t.a.m_111@inbox.ru

14. **"Материалдар мен әдістер"** бөлімі келесілерді қамтуы керек:

- зерттеу жүргізу үрдісі;
- үлгі сипаттамасы: эксперимент немесе сауалнама қатысушыларының саны, жынысы, жасы және басқа да сипаттамалары;
- зерттеу барысында қолданылған әдістер мен әдістемелердің сипаттамасы;
- талдау мен статистикалық өңдеу әдістері және репродуктивтілікті қамтамасыз етудің басқа тәсілдері.

15. Сандық деректерді ұсыну кезінде талдау мен статистикалық өңдеудің заманауи әдістерін қолдану қажет.

16. **Әдебиеттер тізімі.**

- Әдебиеттер тізімінің көлемі кемінде 7-8 дереккөз болуы керек.

- Библиографияда негізгі жұмыстардан басқа, соңғы 5 жылдағы басылымдар болуы керек.
- Web of Science, SCOPUS, РҒДИ базаларына кіретін жоғары дәйексөзге ие шетелдік және қазақстандық журналдардың мақалаларына сілтемелердің болуы міндетті.
- Мақаланың DOI немесе URL сілтемесін көрсету керек.
- Мәтіндері интернет желісінде қолжетімді болса, барлық дереккөздер үшін URL мекенжайын (сілтемені) және жүгіну күнін көрсету ұсынылады.
- Өз жұмыстарына сілтеме жасауға рұқсат етіледі, 30%-дан аспайтын көлемде болуы керек.
- Әдебиеттер тізімі мәтіндегі (алфавит бойынша емес) дереккөздердің көрсетілу ретімен сілтеме жасалуы керек және мақаланың соңында орналастырылуы керек. Қазақ және орыс тілдеріндегі әдебиеттер тізімін ресімдеу стилі ГОСТ 7.1-2003 "Библиографиялық жазба. Библиографиялық сипаттамаға сәйкес. Жалпы талаптар мен құрастыру ережелері".

Авторлар библиографиялық мәліметтердің дұрыстығына жауап береді.

Жарияланбаған диссертациялық жұмыстарға сілтеме жасауға жол берілмейді.

Әдебиет тізімдеріндегі пайдаланылатын дереккөздердің дұрыс сипатталуы, дәйексөз берілген жарияланым авторларының және олар ұсынатын ұйымдардың ғылыми қызметін бағалау кезінде ескерілетініне кепіл болады.

- Әдебиеттер тізімінде кириллицада ұсынылған жұмыстар болған жағдайда әдебиеттер тізімін екі нұсқада ұсыну қажет:

Біріншісі – түпнұсқада;

Екінші - романизацияланған алфавитпен (транслитерация <http://www.translit>).

Мысалы:

Әдебиеттер тізімі

1 Федоров А.И., Авсиевич В.Н., Ившин В.Л., Голубков А.В. Поведенческие риски в отношении современных студентов к своему здоровью // Материалы XXI российской научно-практической конференции (с международным участием) Российский человек и власть в контексте радикальных изменений в современном мире: доклады / редкол.: Л.А. Закс и др. – Екатеринбург: Гуманитарный университет, 2019. – С. 929-933.

References

1 Fedorov A.I., Avsievich V.N., Ivshin V.L., Golubkov A.V. Povedencheskie riski v otnoshenii sovremennyh studentov k svoemu zdorov'yu // Materialy XXI rossijskoj nauchno-prakticheskoy konferencii (s mezhdunarodnym uchastiem) Rossijskij chelovek i vlast' v kontekste radikal'nyh izmenenij v sovremennom mire: doklady / redkol.: L.A. Zaksidr. – Ekaterinburg: Gumanitarnyj universitet, 2019. – S. 929-933.

- Ағылшын тіліндегі мақалаларда әдебиеттер тізімі тек ағылшын тілінде ұсынылады, мысалы:

References

1 Arcelli, E., Canova R. *Trenirovka v marafonskom bege: nauchni podhod* [Training in marathon running: a scientific approach]. Moscow, House Terra-Sport Publ., – 2000. – 70 p

2 Kiryanov M. A., Kalinin I.N., Kharitonova L.G. [Rheographic performance athletes cyclic sports]. *Bulletin of the South Ural state University. Ser. Education, Healthcare Service, Physical Education*, 2010, on 24 (200), pp. 125-128 (in Russ.).

3 Larsen, H. B. Kenyan dominance in distance running. *Comparative Biochemistry and Physiology Part A: Molecular and Integrative Physiology*, 2003. on. 136(1), pp. 161-170.

АВТОРЛАР ТУРАЛЫ МӘЛІМЕТТЕР

Жеке бетте әрбір автор туралы қосымша мәліметтер көрсетіледі:

- Тегі, аты, әкесінің аты (*бар болса*) толығымен қазақ, орыс және ағылшын тілдерінде*, ғылыми (академиялық) дәрежелері және ғылыми атақтары (*бар болса*), лауазымы, ұйымы (атауы, қаласы, елі), e-mail, цифрлық сәйкестендіргіштері: **міндетті түрде - ORCID ID, бар болса - Scopus Author ID, Researcher ID.**

18. Мақалаларды жариялау ТЕГІН негізде жүргізіледі.

19. Ғылыми мақаланы рәсімдеу үлгісі *1-қосымшада* берілген.

Құрметті авторлар, Қазақстан Республикасында барлық салалар бойынша оның ішінде "Дене шынықтыру және спорт" бекітілген терминологияны қазақ тілінде қолдану үшін, <https://termincom.kz/> сайттың пайдалануды ұсынамыз. Бұл сайт ғылым мен білім, техника мен экономика, қоғамдық –әлеуметтік өмір терминдерінің, сөздерінің, сөз тіркестерінің Республикалық бірыңғай терминологиялық электрондық базасы болып табылады.

Қосымша 1

МАҚАЛАНЫ РӘСІМДЕУ ҮЛГІСІ

FTAMP 77.03.05

ҚАЗАҚСТАН РЕСПУБЛИКАСЫНДА ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ МЕН БҰҚАРАЛЫҚ СПОРТТЫ ДАМУДЫҢ ПЕРСПЕКТИВАЛАРЫ МЕН МҮМКІНДІКТЕРІ

¹Тен А.В., ²Зауренбеков Б.З., ³Байтасов Е.К., ²Телемгенова А.М., ⁴Шепетюк Н.М.

¹ Дене шынықтыру және бұқаралық спорт академиясы, Астана қ., Қазақстан

² Қазақ спорт және туризм академиясы, Алматы қ., Қазақстан

³Л.Н. Гумилев атындағы Еуразия ұлттық университеті, Астана қ., Қазақстан

⁴ Әл-Фараби атындағы Қазақ ұлттық университеті, Алматы қ., Қазақстан

Хат алмасу үшін автор: Телемгенова А. М. t.a.m_111@inbox.ru

Аңдатпа. 100-200 сөз

Түйін сөздер: 5-7 сөз

ПЕРСПЕКТИВЫ И ВОЗМОЖНОСТИ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И МАССОВОГО СПОРТА В РЕСПУБЛИКЕ КАЗАХСТАН

¹Тен А.В.^а, ²Зауренбеков Б.З., ³Байтасов Е.К., ²Телемгенова А.М., ⁴Шепетюк Н.М.

¹Академия физической культуры и массового спорта, г. Астана, Казахстан

²Казахская академия спорта и туризма, г. Алматы, Казахстан

³Евразийский национальный университет имени Л.Н. Гумилева, г. Астана, Казахстан

⁴Казахский Национальный университет имени аль-Фараби, г. Алматы, Казахстан

Автор для корреспонденции: Телемгенова А.М. t.a.m_111@inbox.ru

Аннотация. 100-200 слов

Ключевые слова: 5-7 слов

PROSPECTS AND OPPORTUNITIES FOR THE DEVELOPMENT OF PHYSICAL CULTURE AND MASS SPORTS IN THE REPUBLIC OF KAZAKHSTAN

¹Ten A., ²Zaurenbekov B., ³Baitasov Y., ²Telemgenova A., ⁴Shepetyuk N.

¹ Academy of Physical Education and Mass Sports, Astana, Kazakhstan

² Kazakh Academy of Sports and Tourism, Almaty, Kazakhstan

³ L.N. Gumilyov Eurasian National University, Astana, Kazakhstan

⁴ Al-Farabi Kazakh National University, Almaty, Kazakhstan

Corresponding author: Telemgenova A.M. t.a.m_111@inbox.ru

Abstract. 100-200 words.

Key words: 5-7 words

Кіріспе... мақала мәтіні

Әдістер мен материалдар ... мақала мәтіні

Нәтижелер ... мақала мәтіні

Талқылау ... мақала мәтіні

Қорытынды ... мақала мәтіні

Қаржыландыру туралы ақпарат (бар болса) ... мақала мәтіні

Әдебиеттер тізімі

1 Тен А.В., Шепетюк М.Н., Наурызбаева А.А., Байтасов М.К. О развитии физической культуры и массового спорта по месту жительства в Республике Казахстан // Материалы XXVII междунар. науч. конгресса «Олимпийский спорт и спорт для всех», Душанбе, 2021. – Том 2. – С. 281-289.

2 Авсиевич В.Н., Мухамбет Ж.С. Совершенствование подготовки научно-педагогических кадров в области физической культуры и спорта в Республике Казахстан // Теория и методика физической культуры. – 2018. – №4 (54). – С. 17-23.

3 Мухамбет Ж.С. Влияние спортивных нагрузок на мотивацию занятий спортом в студенческой среде высшего учебного заведения: 6D010800 – «Физическая культура и спорт»: диссертация на соискание ученой степени доктора PhD. – Алматы, 2021. – 174 с.

References

1 Ten A.V., Shepetjuk M.N., Nauryzbaeva A.A., Bajtasov M.K. O razvitii fizicheskoy kul'tury i massovogo sporta po mestu zhitel'stva v Respublike Kazakhstan // Materialy XXVII mezhdunar. nauch. kongressa «Olimpijskij sport i sport dlja vseh», Dushanbe, 2021. – Tom 2. – S. 281-289.

2 Avsievich V.N., Muhambet Zh.S. Sovershenstvovanie podgotovki nauchno-pedagogicheskikh kadrov v oblasti fizicheskoy kul'tury i sporta v Respublike Kazakhstan // Teorija i metodika fizicheskoy kul'tury. – 2018. – №4 (54). – S. 17-23.

3 Muhambet Zh.S. Vlijanie sportivnyh nagruzok na motivaciju zanjatij sportom v studencheskoj srede vysshego uchebnogo zavedenija: 6D010800 – «Fizicheskaja kul'tura i sport»: dissertacija na soiskanie uchenoj stepeni doktora PhD. – Almaty, 2021. – 174 s.

АВТОРЛАР ТУРАЛЫ МӘЛІМЕТТЕР:

Тен Алина Владимировна - педагогика ғылымдарының магистрі; ғылым және халықаралық ынтымақтастық департаментінің директоры, Дене шынықтыру және бұқаралық спорт академиясы, Астана қ., Қазақстан.

Тен Алина Владимировна – магистр педагогических наук; директор исследовательского института, Академия физической культуры и массового спорта, г. Астана, Казахстан,

Ten Alina – Master of Pedagogical Sciences; Director of the Department of Science and International Cooperation, Academy of Physical Education and Mass Sports, Astana, Kazakhstan.

Tel.: +7

e-mail: alina_ten@apems.edu.kz

ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0003-0995-9966>

Scopus Author ID: 55960431800

*Пікір берушінің пікіріне сәйкес мақала авторларға қайта өңдеу және түзету үшін қайтарылған жағдайда, мақала **15 күнтізбелік күн** ішінде түзетілген нұсқа түрінде қайтарылуы тиіс. Көрсетілген түзету мерзімнен кеш түскен мақалалар жаңадан түскен мақала ретінде қарастырылады. Редакция қажетті нақтылаулар мен қысқартулар жасау құқығын, сондай-ақ авторларға өз мақалаларын қысқартуды ұсыну құқығын өзіне қалдырады.*

УВАЖАЕМЫЕ АВТОРЫ!

Научный журнал **«Исследования в спортивной науке»** является периодическим научным изданием. Миссия журнала заключается в предоставлении ежеквартальных рецензируемых обзоров современных научных тем и результатов исследований в области физической культуры и спорта.

Учредителем и издателем журнала является Казахский национальный университет спорта (г. Астана, Республика Казахстан).

Научный журнал **«Исследования в спортивной науке»** публикуется 4 раза в год:

Выпуск № 1 – до 30 марта

Выпуск № 2 – до 30 июня

Выпуск № 3 – до 30 сентября

Выпуск № 4 – до 30 декабря

Тематическая направленность журнала: Спортивные науки (Sports Science), спортивная педагогика.

В журнале публикуются статьи по секциям:

1. Физиология и биомеханика спорта
2. Тренировка и подготовка спортсменов
3. Спортивная медицина и реабилитация
4. Психология спорта
5. Спорт и технологии
6. Массовый спорт и здоровье населения
7. Спортивная педагогика
8. Спортивный менеджмент

Публикация материалов в научном журнале **«Исследования в спортивной науке»** осуществляется с использованием Open Journal System (OJS) - системы онлайн-подачи и рецензирования научных статей.

Регистрация или авторизация доступны в разделе **«О нас» - «Отправка материала»**.

Общие положения и информация о редакторской деятельности изложены в редакционной политике научного журнала **«Исследования в спортивной науке»**, размещенной на сайте.



Сайт журнала <http://sci.journal.apems.edu.kz/>

ТРЕБОВАНИЯ К ОФОРМЛЕНИЮ СТАТЕЙ

Редакционный совет принимает ранее неопубликованные статьи по научным направлениям журнала. Статья представляется в электронном формате (в форматах .doc, .docx, .rtf) ТОЛЬКО посредством загрузки статьи через функционал сайта журнала (Open Journal System).

1. Формат файла: Microsoft Word (docx). Формат листа: А4. Поля: верхнее и нижнее — 2 см, левое — 3 см, правое — 1 см. Основной шрифт: Times New Roman. Размер шрифта основного текста: 12 пунктов. Допускается использование шрифта меньшего размера (12 пунктов) в тексте таблиц, ссылок, схем, графиков, диаграмм и рисунков. Межстрочный интервал: одинарный. Выравнивание текста: по ширине, без переноса слов. Абзацный отступ (красная строка): 1,0 см.

2. Рисунки в тексте статьи располагаются без обтекания текстом. Рисунки должны быть четкими, надписи на них — легко читаемыми. Подписи не должны быть частью рисунков или таблиц. Рисунки должны иметь цельный формат (не допустимо составление рисунка из отдельных частей в виде вставок, фигур, надписей и т.д.). Все рисунки и таблицы должны быть пронумерованы. Нумерация таблиц и рисунков ведется отдельно. В тексте статьи обязательно должны содержаться ссылки на таблицы, рисунки, графики. Все таблицы и рисунки должны иметь ссылку на источник (если таблица или рисунок заимствованы) или подписаны «Рисунок/фото автора (-ов)». При использовании статистических данных в таблицах и рисунках должно быть указано - (Составлено автором (-ами) на основе данных...).

3. Для составления формул использовать только стандартные средства Microsoft Office.

При подаче статьи для публикации в журнал не допускается:

- нумерация страниц;
- использование в тексте разрывов страниц;
- использование автоматических постраничных ссылок;
- использование автоматических переносов;
- использование разреженного или уплотненного межбуквенного интервала;
- выделение текста жирным шрифтом внутри разделов статьи.

5. Ссылки на литературу оформляются в квадратных скобках:

На казахском языке - [1]; [1, б. 78]; [189, б. 42-43].

На русском языке - [1]; [1, с. 78]; [189, с. 42-43].

На английском языке - [1]; [1, p. 78]; [189, p. 42-43].

6. Объем статьи – не менее 7-ми полных страниц.

7. Оригинальность статьи должна быть не менее 60%. Для обзорных статей допускается оригинальность в объеме 40% и выше, при наличии в статье полноценного анализа использованного материала и авторских выводов, отсутствии некорректных заимствований, отсутствии заимствований большого объема из одного источника.

8. **Статья должна быть оформлена в строгом соответствии со следующими правилами:** в верхнем левом углу – МРНТИ, через пустую строку по центру – фамилия и инициалы автора (-ров) (не более 5 авторов)*, ученая степень и ученое звание (без сокращений), ниже без пропуска наименование вуза или научного учреждения, город и страна. Через пустую строку по центру прописными буквами – название статьи. Далее через пустую строку по ширине страницы – аннотация (от 100 до 200 слов) и ключевые слова (5-

7 слов) и через пустую строку – текст статьи. В конце статьи через пустую строку – «Литература». И далее транслитерированный список литературы.

* В одном выпуске журнала может быть опубликовано не более двух статей одного автора.

9. Название статьи, ФИО авторов (полностью), аннотация и ключевые слова должны быть на трех языках (казахский, русский, английский). Перевод должен быть качественным и выполнен специалистами.

10. **Аннотация**, объемом **100-200 слов**, на русском, казахском и английском языках, должна отражать содержание статьи, поскольку для большинства читателей она будет главным источником информации о проведенном исследовании.

11. Все аббревиатуры и сокращения должны быть расшифрованы при первом использовании в статье.

12. Структура научной статьи

- *Исследовательская статья:*

- название статьи, список всех авторов, аффилиация, аннотация, ключевые слова;
- статья оформляется по структуре IMRAD: введение, материалы и методы, результаты, обсуждение, заключение, информацию о финансировании (при наличии), список литературы.

- *Обзорная статья:*

- название статьи, список всех авторов, аффилиация, аннотация, ключевые слова;
- разделы литературного обзора могут быть оформлены по структуре IMRAD: введение, материалы и методы, результаты, обсуждение, заключение, информацию о финансировании (при наличии), список литературы.

13. Необходимо выделить жирным шрифтом **ФИО автора (-ров), название статьи и наименования разделов: «Аннотация», «Ключевые слова», «Введение»** (актуальность, цель и задачи исследования), **«Материалы и методы», «Результаты», «Обсуждение», «Заключение», «Информация о финансировании»** (при наличии), **«Список источников»**.

- Фамилию, инициалы и электронную почту автора для корреспонденции нужно указать в отдельной строке.
- Первого автора необходимо отметить латинской буквой «а» после инициалов автора, например, ¹Кулбаев А.Т.^а
- В случае, если первый автор является автором для корреспонденции, то оформление производится по примеру:

*Первый автор и автор для корреспонденции: Телемгенова А.М.
t.a.m_111@inbox.ru*

14. Раздел **«Материалы и методы»** должен содержать:

- процедуру проведения исследования;
- описание выборки: число участников эксперимента либо опроса, пол, возраст и другие характеристики;
- примененные в ходе исследования методы и методики с их описанием;

- методы анализа и статистической обработки и другие способы обеспечения воспроизводимости.

15. При представлении количественных данных необходимо использовать современные методы анализа и статистической обработки.

16. Список литературы.

- Объем списка литературы должен составлять не менее 7-8 источников.
- Библиография должна содержать, помимо основополагающих работ, публикации последних 5 лет.
- **Обязательно** наличие ссылок на статьи из высокоцитируемых зарубежных и казахстанских журналов входящих в базы: Web of Science, SCOPUS, РИНЦ.
- Необходимо указывать DOI статьи или URL ссылку на статью.
- Рекомендуется указывать URL (ссылку) и дату обращения для всех источников, тексты которых доступны в сети Интернет.
- Самоцитирование допустимо в объеме не более 30% источников.
- Список литературы следует составлять по мере упоминания источников в тексте (не по алфавиту) и размещать в конце статьи. Стиль оформления списка литературы на казахском и русском языках согласно ГОСТ 7.1-2003 «Библиографическая запись. Библиографическое описание. Общие требования и правила составления».

Авторы несут ответственность за верность библиографических данных.

Не допускаются ссылки на неопубликованные диссертационные работы.

Правильное описание используемых источников в списках литературы является залогом того, что цитируемая публикация будет учтена при оценке научной деятельности ее авторов и организаций, которые они представляют.

• В случае наличия в списке литературы работ, представленных на кириллице, необходимо представить список литературы в двух вариантах:

первый – в оригинале;

второй – романизированным алфавитом (транслитерация - <http://www.translit.ru>).

Например:

Список источников

1 Федоров А.И., Авсиевич В.Н., Ившин В.Л., Голубков А.В. Поведенческие риски в отношении современных студентов к своему здоровью // Материалы XXI российской научно-практической конференции (с международным участием) Российский человек и власть в контексте радикальных изменений в современном мире: доклады / редкол.: Л.А. Закс и др. – Екатеринбург: Гуманитарный университет, 2019. – С. 929-933.

References

1 Fedorov A.I., Avsievich V.N., Ivshin V.L., Golubkov A.V. Povedencheskieriskivotnosheniisovremennyhstudentovksvoemuzdorov'yu // MaterialyXXIrossijskojnauchno-prakticheskoykonferencii (smezhdunarodnymuchastiem) Rossijskijchelovekivlast' vkonteksteradikal'nyhizmenenijvsovremennom mire: doklady / redkol.: L.A. Zaksidr. – Ekaterinburg: Gumanitarnyjuniversitet, 2019. – S. 929-933.

• В статьях на английском языке список литературы представляется только на английском языке, например:

References

- 1 Arcelli, E., Canova R. *Trenirovka v marafonskombege: nauchni podhod* [Training in marathon running: a scientific approach]. Moscow, House Terra-Sport Publ., – 2000. – 70 p
- 2 Kiryanov M. A., Kalinin I.N., Kharitonova L.G. [Rheographic performance athletes cyclic sports]. *Bulletin of the South Ural state University. Ser. Education, Healthcare Service, Physical Education*, 2010, on 24 (200), pp. 125-128(in Russ.).
- 3 Larsen, H. B. Kenyan dominance in distance running. *Comparative Biochemistry and Physiology Part A: Molecular and Integrative Physiology*, on. 136(1), pp. 161-170.

17. СВЕДЕНИЯ ОБ АВТОРАХ.

На отдельной странице указываются дополнительные сведения о каждом авторе:

- Фамилия, имя, отчество (*при его наличии*) полностью на казахском, русском и английском языках*, ученые (академические) степени и ученые звания (*при наличии*), должность, организация (название, город, страна), e-mail, цифровые идентификаторы: *ORCID iD*, *при наличии* - *Scopus Author ID*, *Researcher ID*.

18. Публикация статей проводится на БЕСПЛАТНОЙ основе.

19. Образец оформления научной статьи представлен в *приложении 1*.

Приложение 1

ОБРАЗЕЦ ОФОРМЛЕНИЯ СТАТЬИ

МРНТИ 77.03.05

ПЕРСПЕКТИВЫ И ВОЗМОЖНОСТИ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И МАССОВОГО СПОРТА В РЕСПУБЛИКЕ КАЗАХСТАН

¹Тен А.В.^а, ²Зауренбеков Б.З., ³Байтасов Е.К., ²Телемгенова А.М., ⁴Шепетюк Н.М.

¹Академия физической культуры и массового спорта, г. Астана, Казахстан

²Казахская академия спорта и туризма, г. Алматы, Казахстан

³Евразийский национальный университет имени Л.Н. Гумилева, г. Астана, Казахстан

⁴Казахский Национальный университет имени аль-Фараби, г. Алматы, Казахстан

Автор для корреспонденции: Телемгенова А.М. t.a.m_111@inbox.ru

Аннотация. 100-200 слов

Ключевые слова: 5-7 слов

ҚАЗАҚСТАН РЕСПУБЛИКАСЫНДА ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ МЕН БҰҚАРАЛЫҚ СПОРТТЫ ДАМУДЫҢ ПЕРСПЕКТИВАЛАРЫ МЕН МҮМКІНДІКТЕРІ

¹Тен А.В., ²Зауренбеков Б.З., ³Байтасов Е.К., ²Телемгенова А.М., ⁴Шепетюк Н.М.

¹ Дене шынықтыру және бұқаралық спорт академиясы, Астана қ., Қазақстан

² Қазақ спорт және туризм академиясы, Алматы қ., Қазақстан

³ Л. Н. Гумилев атындағы Еуразия Ұлттық Университеті, Астана қ., Қазақстан

⁴Әл-Фараби атындағы Қазақ ұлттық университеті, Алматы қ., Қазақстан

Хат алмасу үшін автор: Телемгенова А. М. t.a.m_111@inbox.ru

Аңдатпа. 100-200 сөз

Түйін сөздер: 5-7 сөз

PROSPECTS AND OPPORTUNITIES FOR THE DEVELOPMENT OF PHYSICAL CULTURE AND MASS SPORTS IN THE REPUBLIC OF KAZAKHSTAN

¹Ten A., ²Zaurenbekov B., ³Baitasov Y., ²Telemgenova A., ⁴Shepetyuk N.

¹ Academy of Physical Education and Mass Sports, Astana, Kazakhstan

² Kazakh Academy of Sports and Tourism, Almaty, Kazakhstan

³ L.N. Gumilyov Eurasian National University, Astana, Kazakhstan

⁴ Al-Farabi Kazakh National University, Almaty, Kazakhstan

Corresponding author: Telemgenova A.M. t.a.m_111@inbox.ru

Abstract. 100-200 words.

Key words: 5-7 words

Введение....текст статьи

Методы и материалы. ...текст статьи

Результаты. ...текст статьи

Обсуждение. ...текст статьи

Заключение. ...текст статьи

Информация о финансировании (при наличии). ...текст статьи

Список источников

1 Тен А.В., Шепетюк М.Н., Наурызбаева А.А., Байтасов М.К. О развитии физической культуры и массового спорта по месту жительства в Республике Казахстан // Материалы XXVII междунар. науч. конгресса «Олимпийский спорт и спорт для всех», Душанбе, 2021. – Том 2. – С. 281-289.

2 Авсиевич В.Н., Мухамбет Ж.С. Совершенствование подготовки научно-педагогических кадров в области физической культуры и спорта в Республике Казахстан // Теория и методика физической культуры. – 2018. – №4 (54). – С. 17-23.

3 Мухамбет Ж.С. Влияние спортивных нагрузок на мотивацию занятий спортом в студенческой среде высшего учебного заведения: 6D010800 – «Физическая культура и спорт»: диссертация на соискание ученой степени доктора PhD. – Алматы, 2021. – 174 с.

References

1 Ten A.V., Shepetjuk M.N., Nauryzbaeva A.A., Bajtasov M.K. O razvitii fizicheskoy kul'tury i massovogo sporta po mestu zhitel'stva v Respublike Kazakhstan // Materialy XXVII mezhdunar. nauch. kongressa «Olimpijskij sport i sport dlja vseh», Dushanbe, 2021. – Tom 2. – S. 281-289.

2 Avsievich V.N., Muhambet Zh.S. Sovershenstvovanie podgotovki nauchno-pedagogicheskikh kadrov v oblasti fizicheskoy kul'tury i sporta v Respublike Kazakhstan // Teorija i metodika fizicheskoy kul'tury. – 2018. – №4 (54). – S. 17-23.

3 Muhambet Zh.S. Vlijanie sportivnyh nagruzok na motivaciju zanjatij sportom v studencheskoj srede vysshego uchebnogo zavedeniya: 6D010800 – «Fizicheskaja kul'tura i sport»: dissertacija na soiskanie uchenoj stepeni doktora PhD. – Almaty, 2021. – 174 s.

СВЕДЕНИЯ ОБ АВТОРАХ:

Тен Алина Владимировна – магистр педагогических наук; директор департамента науки и международного сотрудничества, Академия физической культуры и массового спорта; г.Астана, Казахстан,

Тен Алина Владимировна - педагогика ғылымдарының магистрі, ғылым және халықаралық ынтымақтастық департаментінің директоры, Дене шынықтыру және бұқаралық спорт академиясы, Астана қ., Қазақстан.

Ten Alina Vladimirovna – Master of Pedagogical Sciences; Director of the Department of Science and International Cooperation, Academy of Physical Education and Mass Sports, Astana, Kazakhstan.

Tel.: +7

e-mail:

ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0003-0995-9966>

Scopus Author ID: 55960431800

*В случае возвращения статьи авторам для переработки и исправления, согласно отзыву рецензента, статья должна быть возвращена в течение **15 календарных дней** в виде доработанного варианта. Статьи, поступившие с доработки позднее указанного срока, рассматриваются как вновь поступившие. Редакция оставляет за собой право производить необходимые уточнения и сокращения, а также право предложить авторам сократить свою статью.*

DEAR AUTHORS!

The scientific journal "**Sport Science Research**" is a periodical scientific publication. The mission of the journal is to provide quarterly peer-reviewed reviews of current scientific topics and research results in the field of Physical Education and Sports.

The founder and publisher of the journal is the Academy of Physical Education and Mass Sports (Astana, Republic of Kazakhstan).

The scientific journal "**Sport Science Research**" is published 4 times a year:

Issue No. 1 – by March 30

Issue No. 2 – by June 30

Issue No. 3 – by September 30

Issue No. 4 – by December 30

Thematic Focus of the Journal: Sports Science and Sports Pedagogy

The journal publishes articles in the following Sections:

1. Physiology and biomechanics of sports
2. Training and preparation of athletes
3. Sports medicine and rehabilitation
4. Psychology of sports
5. Sports and technology
6. Mass sports and public health
7. Sports pedagogy
8. Sports management

The scientific journal "**Sport Science Research**" publishes materials using the Open Journal System, a system for online submission and review of scientific articles.

Registration or authorization is available in the section "**About us**" - "**Submission of Materials**".

General provisions and information on editorial activities are set out in the editorial policy of the scientific journal "**Sport Science Research**", posted on the website.



The journal's website <http://sci.journal.apems.edu.kz/>

REQUIREMENTS FOR THE REGISTRATION OF ARTICLES

The editorial board accepts previously unpublished articles on the scientific areas of the journal. The article must be submitted in electronic format (in .doc, .docx, .rtf formats) only by uploading the article through the functionality of the journal's website (Open Journal System).

1. File format: Microsoft Word (doc). Sheet size: A4. Margins: upper and lower - 2 cm, left - 3 cm, right - 1 cm. Body type: Times New Roman. Body text size: 12 pt size. It is allowed to use a smaller size (12 pt size) in the text of tables, links, diagrams, graphs, diagrams, and figures. Line

spacing: single. Text justification: breadthwise, without word break. Paragraph indents (new line): 1.0 cm.

2. Figures in the text of the article are located without text wrapping. Figures should be clear and legible; figure captions should not be part of figures or tables. Figures should have an integral format (it is not permissible to compose a figure from separate parts in the form of inserts, figures, inscriptions, etc.). All figures and tables should be numbered. Tables and figures are numbered separately. The text of the article must contain references to tables, figures, and graphs. All tables and figures must have a link to the source (if the table or figure is borrowed) or signed "Figure/photo of the author (s)". When using statistical data, tables and figures should indicate - (Compiled by the author (s) based on data ...).

3. To compose formulas, use only standard Microsoft Office tools.

4. While submitting an article for publication in the journal, it is not allowed:

- pagination;
- use of page breaks in the text;
- use of automatic paging links;
- using automatic hyphenation;
- using sparse or condensed letter spacing;
- text highlighting in bold within the sections of the article.

5. References to the literature are made in square brackets:

In Kazakh - [1]; [1, p. 78]; [189, p. 42-43].

In Russian - [1]; [1, p. 78]; [189, p. 42-43].

In English - [1]; [1, p. 78]; [189, p. 42-43].

6. The volume of the article – at least 7 full pages.

7. The originality of the article must be at least 60%. For review articles, an originality of 40% or higher is allowed, provided the article includes a thorough analysis of the material used, the author's conclusions, the absence of incorrect borrowings, and no extensive borrowing from a single source.

8. **The article must be formatted strictly in accordance with the following rules:** In the upper left corner, include the IRSTI code; on the next line, centered, provide the surname and initials of the authors (***no more than five authors***), along with their academic degrees and titles (without abbreviations); below that, without spacing, list the name of the university or scientific institution, the city, and the country. On the next line, centered in capital letters, write the title of the article. After that, with an empty line, include the abstract (100 to 200 words) and keywords (5-7 words). The main text of the article should follow, starting after an empty line. At the end of the article, with an empty line, the word "References" should appear, followed by a transliterated list of references.

* No more than two articles by the same author may be published in a single issue of the journal.

9. The title of the article, full names of the authors, abstract, and keywords must be provided in three languages: Kazakh, Russian, and English. The translation must be of high quality and carried out by specialists.

10. **The abstract**, consisting of 100-200 words in Kazakh, Russian, and English, should reflect the content of the article, as it will serve as the primary source of information about the study for most readers.

11. All abbreviations and acronyms must be spelled out when they are first used in the article.

12. **Structure of the article:**

• *Research article:*

- Title of the article, list of authors and their email addresses, affiliations, abstract, and keywords;

- The article should be structured according to the IMRAD format: Introduction, Materials and Methods, Results, Discussion, Conclusion, funding information (if available), and references.

• *Review article:*

- Title of the article, list of authors and their email addresses, affiliations, abstract, and keywords;

- The sections of the literature review may follow the IMRAD structure: Introduction, Materials and Methods, Results, Discussion, Conclusion, funding information (if available), and references.

13. **The full name(s) of the author(s), the title of the article**, and the section headings should be in bold: "**Abstract**," "**Keywords**," "**Introduction**" (including relevance, aim, and objectives of the study), "**Materials and Methods**," "**Results**," "**Discussion**," "**Conclusion**," "**Funding Information**" (if available), "**References**".

• The surname, initials, and email address of the corresponding author must be provided on a separate line.

• The first author should be marked with the Latin letter "**a**" after the initials, for example, ¹Kulbaev A.T.^a

• If the first author is the corresponding author, the formatting should follow this example:

First author and corresponding author: Telemgenova A.M. t.a.m_III@inbox.ru

14. The "**Materials and Methods**" section should include:

- The research procedure;
- Description of the sample: number of participants in the experiment or survey, gender, age, and other characteristics;
- Methods and techniques used during the research with their description;
- Methods of analysis and statistical processing, and other ways to ensure reproducibility.

15. When presenting quantitative data, modern methods of analysis and statistical processing must be used.

16. **REFERENCES**

• The reference list must include at least 7-8 sources.

• The bibliography should include not only foundational works but also publications from the last 5 years.

• References to articles from highly cited international and Kazakh journals indexed in databases such as Web of Science, SCOPUS, and RSCI must be included.

- The DOI of the article or the URL link to the article must be provided.
- It is recommended to indicate the URL (link) and the date of access for all sources whose texts are available on the Internet.
- Self-citation is allowed for no more than 30% of the sources.
- The reference list should be compiled in the order in which the sources are mentioned in the text (not alphabetically) and placed at the end of the article. The citation style for references in Kazakh and Russian should follow AUSS (GOST) 7.1-2003 "Bibliographic record. Bibliographic description. General Requirements and Rules for Compilation."

The authors are responsible for the accuracy of the bibliographic data.

Links to unpublished dissertations are not allowed.

The correct description of the sources used in the reference list ensures that the cited publication will be considered when evaluating the scientific activities of its authors and the organizations they represent.

- If the reference includes works presented in Cyrillic, it is necessary to submit the list of literature in two versions:

The first is in the original;

The second - in a Romanized alphabet (transliteration - <http://www.translit.ru>).

For example:

References

1 Федоров А.И., Авсиевич В.Н., Ившин В.Л., Голубков А.В. Поведенческие риски в отношении современных студентов к своему здоровью // Материалы XXI российской научно-практической конференции (с международным участием) Российский человек и власть в контексте радикальных изменений в современном мире: доклады / редкол.: Л.А. Закс и др. – Екатеринбург: Гуманитарный университет, 2019. – С. 929-933.

References

1 Fedorov A.I., Avsievich V.N., Ivshin V.L., Golubkov A.V. Povedencheskie riski v otnoshenii sovremennyh studentov k svoemu zdorov'yu // Materialy XXI rossijskoj nauchno-prakticheskoy konferencii (s mezhdunarodnym uchastiem) Rossijskij chelovek i vlast' v kontekste radikal'nyh izmenenij v sovremennom mire: doklady / redkol.: L.A. Zaksidr. – Ekaterinburg: Gumanitarnyj universitet, 2019. – S. 929-933.

- **In articles written in English, the reference list should be provided only in English, for example:**

References

4 Arcelli, E., Canova R. *Trenirovka v marafonskom bege: nauchni podhod* [Training in marathon running: a scientific approach]. Moscow, House Terra-Sport Publ., – 2000. – 70 p

5 Kiryanov M. A., Kalinin I.N., Kharitonova L.G. [Rheographic performance athletes cyclic sports]. *Bulletin of the South Ural State University. Ser. Education, Healthcare Service, Physical Education*, 2010, on 24 (200), pp. 125-128 (in Russ.).

6 Larsen, H. B. Kenyan dominance in distance running. *Comparative Biochemistry and Physiology Part A: Molecular and Integrative Physiology*, 2003. on. 136(1), pp. 161-170.

INFORMATION ABOUT THE AUTHORS:

Additional information about each author is provided on a separate page:

- Surname, first name, patronymic (*if available*) completely in Kazakh, Russian, and English*, academic degrees (academic) and scientific titles (if available), position, organization (name, city, country), e-mail, digital identifiers: *ORCID ID*, if available - *Scopus Author ID*, *Researcher ID*.

The publication of articles is **FREE**.

A sample of the scientific article formatting is provided in *Appendix 1*.

Appendix 1

IRSTI 77.03.05

SAMPLE ARTICLE DESIGN

PROSPECTS AND OPPORTUNITIES FOR THE DEVELOPMENT OF PHYSICAL CULTURE AND MASS SPORTS IN THE REPUBLIC OF KAZAKHSTAN

¹Ten A., ²Zaurenbekov B., ³Baitasov Y., ²Telemgenova A., ⁴Shepetyuk N.

¹ Academy of Physical Education and Mass Sports, Astana, Kazakhstan

² Kazakh Academy of Sports and Tourism, Almaty, Kazakhstan

³ L.N. Gumilyov Eurasian National University, Astana, Kazakhstan

⁴ Al-Farabi Kazakh National University, Almaty, Kazakhstan

Corresponding author: Telemgenova A.M. t.a.m_111@inbox.ru

Abstract. 100-200 words.

Key words: 5-7 words

Introduction... the text of an article

Methods and materials... the text of an article

Results... the text of an article

Discussion ... the text of an article

Conclusions... the text of the article

Funding information (if available) ... the text of an article

References

1 Ten A.V., Shepetyuk M.N., Nauryzbayeva A.A., Baitasov M.K. On the development of physical culture and mass sports at the place of residence in the Republic of Kazakhstan / /

materials of the XXVII International Scientific. Congress "Olympic sport and sport for all", Dushanbe, 2021. - Volume 2. – pp. 281-289.

2 Avsievich V.N., Mohammed J.S. Improving the training of scientific and pedagogical personnel in the field of physical culture and sports in the Republic of Kazakhstan // theory and methodology of physical culture. – 2018. – №4 (54). – Pp. 17-23.

3 Muhammad J.S. The influence of sports loads on the motivation of sports in the student environment of a higher educational institution: 6d010800 – "Physical Education and Sports": dissertation for the degree of doctor PhD. - Almaty, 2021. - 174 p.

INFORMATION ABOUT THE AUTHORS:

Ten Alina – Master of Pedagogical Sciences, Director of the Department of Science and International Cooperation, Academy of Physical Education and Mass Sports, Astana, Kazakhstan.

Tel.: +7 (optional)

e-mail: alina_ten@apems.edu.kz

ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0003-0995-9966>

Scopus Author ID: 55960431800

*In case the paper is returned to the author for further corrections according to the reviewer's comments it should be reviewed and resubmitted within **15 calendar days**. The articles resubmitted after the deadline are considered as newly submitted. The Editorial Board keeps the right for refinements and reductions. The Editorial Board can ask the authors to abbreviate their articles.*

[illegible]