

2019 ж. қазан, №4 (56)
Журнал 2005 ж. қаңтардан бастап шығады
Жылына төрт рет шығады

Құрылтайшы: *Қостанай мемлекеттік педагогикалық институт*

Бас редактор: *Әбіл Е.А.*, тарих ғылымдарының докторы, профессор, ҚМПИ, Қазақстан
Бас редактордың орынбасары: *Амандықова А.Б.*, ауыл шаруашылығы ғылымдарының кандидаты, ҚМПИ, Қазақстан

РЕЦЕНЗЕНТТЕР

Бережнова Е.В., педагогика ғылымдарының докторы, ММХҚИ СИМ, Мәскеу қ., Ресей
Жаксылықова К.Б., педагогика ғылымдарының докторы, Қ. Сәтпаев атындағы Қазақ ұлттық техникалық зерттеу университетінің профессоры, Қазақстан

РЕДАКЦИЯ АЛҚАСЫ

Амирова Б.А., психология ғылымдарының докторы, Е.А. Букетов атын. ҚарМУ, Қазақстан
Благодарумная О.Н., экономика ғылымдарының кандидаты, Молдова Халықаралық Тәуелсіз Университетінің доценті, Молдова
Доман Э., лингвистикалық ғылымдар докторы, Макао университеті, Сидней, Австралия
Елагина В.С., педагогика ғылымдарының докторы, профессор, ООМГПУ, Ресей
Жилбаев Ж.О., педагогика ғылымдарының кандидаты, доцент, Ғ. Алтынсарин атындағы Ұлттық білім академиясы президенті, Қазақстан
Кайе Ж., философия ғылымдарының докторы, Виа Домисия Университетінің профессоры, Перпиньян қ., Франция
Катцнер Т., Батыс Вирджиния Университетінің профессоры, PhD докторы, АҚШ, Батыс Вирджиния
Кульгильдинова Т.А., педагогика ғылымдарының докторы, Абылай хан атындағы ҚазХҚ және ӘТУ-нің профессоры, Қазақстан
Марилена Сантана дос Сантос Гарсия, лингвистикалық ғылымдар докторы, Сан-Паулу Папа католик университеті, Бразилия
Монова-Желева М., PhD докторы, Бургас еркін университетінің профессоры, Болгария
Чаба Толгизи, Венгрияның Сегед Университеті экология кафедрасының ғылыми қызметкері, Венгрия

Тіркеу туралы куәлік №8786-Ж
Қазақстан Республикасының Мәдениет және ақпарат министрлігімен
19.11.2007 берілген.
Жазылу бойынша индексі 74081

Редакцияның мекен-жайы:
110000, Қостанай қ., Тәуелсіздік к., 118
(ғылым және халықаралық байланыстар басқармасы)
Тел. (7142) 54-85-56 (135)

№4 (56), октябрь 2019 г.
Издается с января 2005 года
Выходит 4 раза в год

Учредитель: *Костанайский государственный педагогический институт*

Главный редактор: *Абия Е.А.*, доктор исторических наук, профессор, КГПИ, Казахстан
Заместитель главного редактора: *Амандыкова А.Б.*, кандидат сельскохозяйственных наук, КГПИ, Казахстан

РЕЦЕНЗЕНТЫ

Бережнова Е.В., доктор педагогических наук, профессор МГИМО МИД, г. Москва, Россия
Жаксылыкова К.Б., доктор педагогических наук, профессор Казахского национального исследовательского университета им. К. Сатпаева, Казахстан

РЕДАКЦИОННАЯ КОЛЛЕГИЯ

Амирова Б.А., доктор психологических наук, КарГУ им. Е.А. Букетова, Казахстан
Благодарная О.Н., кандидат экономических наук, доцент Международного Независимого Университета Молдовы
Доман Э., доктор лингвистических наук, университет Макао, Сидней, Австралия
Елагина В.С., доктор педагогических наук, профессор, ЮУГГПУ, Россия
Жилбаев Ж.О., кандидат педагогических наук, доцент, президент Национальной академии образования им. И. Алтынсарина, Казахстан
Кайе Ж., доктор философских наук, профессор, Университет Виа Домисия, г. Перпиньян, Франция
Катцнер Т., доктор PhD, профессор Университета Западной Вирджинии, США
Кульгильдинова Т.А., доктор педагогических наук, профессор КазУМОиМЯ им. Абылай хана, Казахстан
Марилена Сантана дос Сантос Гарсия, доктор лингвистических наук, Папский католический университет Сан-Паулу, Бразилия
Монова-Желева М., доктор PhD, профессор Бургасского свободного университета, Болгария
Чаба Толгизи, научный сотрудник кафедры экологии, Университет Сегеда, Венгрия

Свидетельство о регистрации № 8786-Ж
выдано Министерством культуры и информации Республики Казахстан
19 ноября 2007 года.
Подписной индекс 74081

Адрес редакции:

110000, г. Костанай, ул. Тәуелсіздік, 118
(управление науки и международных связей)
Тел. (7142) 54-85-56 (135)

УДК 796.1

Гурская, И.Ф.
магистр туризма,
старший преподаватель кафедры ТуПФКСиТ
Тынбаев, Ж.А.
студент 4 курса ОП «5В090200 – Туризм»,
КГПУ имени У. Султангазина,
Костанай, Казахстан

ВОЗМОЖНОСТИ ПОВЫШЕНИЯ РЕЗУЛЬТАТИВНОСТИ КОНЬКОБЕЖЦЕВ НАЦИОНАЛЬНОЙ СБОРНОЙ РЕСПУБЛИКИ КАЗАХСТАН

Аннотация

В статье рассматриваются возможности повышения скоростно-силовых качеств у спортсменов с применением методик зарубежных и отечественных авторов. Дано описание основ подготовки спортсменов-стайеров на длинные дистанции. Применения методики обоснованы и представлены в таблицах результатов тестирования на заключительном этапе экспериментального исследования.

Ключевые слова: *возможность повышения результатов, эффективные методики в конькобежном спорте, Олимпийский цикл подготовки спортсменов.*

1 Введение

Современный уровень развития конькобежного спорта свидетельствует о скачке в результатах преодоления дистанции спортсменами. Дальнейший прогресс спортивных достижений прямо зависит от важнейших факторов, лимитирующих рост спортивных достижений. Следовательно, возросли требования по всем сторонам подготовки спортсменов, в том числе многолетней.

В рациональном построении многолетней подготовки, логично сочетающей соревнования, тренировки, восстановительные мероприятия, обоснованное чередование циклов и периодов подготовки, ее отдельных компонентов, по нашему мнению, на сегодняшний день имеются наибольшие резервы для повышения эффективности подготовки спортсменов высокой квалификации [1].

Наиболее достоверным показателем эффективности тренировочного процесса является уровень прироста спортивных результатов. При этом просматривается и определенный недостаток: в оценке данного показателя, который возможно определить только по итогам выступлений конькобежцев в наиболее ответственных стартах.

2 Материалы и методы

В научных трудах многие авторы обращались к проблемам повышения эффективности тренировочного процесса, предлагая свои методики в данном направлении. Перечень научных трудов по применению различных методик подготовки спортсменов и организации тренировочного процесса представлен в таблице 1.

Таблица 1 – Список научных трудов по технологиям и методикам тренировочного процесса

Имя автора	Методики тренировочного процесса
Платонов В.Н.	Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте
Мартыненко И.В.	Методика спортивной подготовки юных конькобежцев на начальном этапе в условиях крытых катков
	Актуализация методики подготовки конькобежцев 11-12 лет в современных условиях

Трутаева И.Н.	Методика подготовки высококвалифицированных конькобежцев с трехцикловой периодизацией тренировочного процесса в условиях крытых катков
Кайкан С.М.	Особенности функционального состояния сердечно-сосудистой системы и нейровегетативной регуляции ее деятельности у конькобежек-спринтеров
Бахрах И.И., Докторевич А.М.	Комплексный контроль в системе подготовки юных конькобежцев
Вашляев Б.Ф.	Тренировка квалифицированных конькобежцев
Аркаев Л.Я., Сучилин Н.Г.	Технология подготовки спортсменов высшей квалификации
Васильковский Б.М., Иванов В.С.	Модель годового цикла тренировки конькобежцев-многоборцев

В научной литературе представлены как общие методики подготовки спортсменов, так и технологии, и методики проведения тренировок конькобежцев с учетом специфики данного вида спорта.

3, 4 Результаты и обсуждение

В ходе исследования мы изучили Олимпийский цикл подготовки спортсменов на примере национальной сборной конькобежцев Республики Казахстан. Он состоит из пяти основных этапов:

- 1) повышение специфической по виду спорта двигательной подготовленности;
- 2) приобретение новых технических навыков и комбинаций высокой сложности;
- 3) обновление соревновательных комбинаций;
- 4) повышение технического мастерства и достижению устойчивости (надёжности) соревновательных действий;
- 5) улучшение качества, стабильности соревновательных действий и устойчивости к стрессу [2].

Приведенные выше этапы определяют промежуточные и конечные цели в четырехлетнем цикле подготовки спортсменов высшего мастерства.

В таблице 2 представлены основные направления спортивной подготовки в рамках четырёхлетнего цикла.

Таблица 2 – Спортивная подготовка в рамках четырёхлетнего цикла

Год	Основные направления подготовки
1-й	Приглашение и тестирование новых кандидатов, подбор тренеров и других штатных специалистов, обновление и корректировка привычных форм и методов тренировки, обновление, набора упражнений; формирование командного духа и духа товарищества у спортсменов и штатных специалистов
2-й	Дальнейший отбор и утверждение новых кандидатов, приобретение новых технико-тактических навыков, увеличение тренировочных нагрузок, повышение качества тренировочного процесса
3-й	Достижение максимального уровня тренировочных нагрузок; утверждение плана годового цикла подготовки к олимпийскому сезону и определение индивидуальных характеристик выполнения соревновательного упражнения для каждого члена команды
4-й	Стабилизация состава команды (обычно двойного состава олимпийской сборной); стабилизация тренировочных нагрузок на уровне предыдущего года, утверждение и закрепление модели поведения на соревновании и выполнения соревновательного упражнения

Исследование проходило на базе сборной команды Республики Казахстан по конькобежному спорту. В исследовании принимали участие 5 спортсменов: из них 3 мастеров спорта, 2 – мастеров спорта международного класса. Возраст спортсменов от двадцати до тридцати лет.

Экспериментальное исследование по развитию силовой выносливости конькобежцев нами проводилось в несколько этапов:

1 этап констатирующий (2018-2019 гг.) – констатирующий эксперимент: выявление уровня развития силовой выносливости конькобежцев-стайеров на момент начала эксперимента. Формирующий этап экспериментального исследования проходил с декабря 2018 года по апрель 2019 года.

Формирующий эксперимент ориентирован на изучение динамики развития изучаемого педагогического явления в процессе активного воздействия исследователя на условия выполнения деятельности. На определенном этапе исследования мы анализировали запись соревнований 2018-2019 гг. у спортсменов, участвующих в эксперименте, на дистанции 3000 м.

На основе полученных данных сделаны выводы и даны рекомендации по развитию силовой выносливости конькобежцев.

В нашем исследовании целью констатирующего эксперимента является выявить уровень силовой выносливости конькобежцев-стайеров. Спортсмены показали результат на главных соревнованиях сезона.

Оценка исходного уровня показателей силовой выносливости нами осуществлялась по методике Б.М. Васильковского. Данная методика основывается на подсчете количества шагов (что определяет силовую выносливость в коньках) во время соревнований и контрольных тренировок [5].

Полученные данные сводились в таблицу, отражающие результаты тестирования на начальном этапе экспериментального исследования представлены в таблице 3.

Таблица 3 – Результаты тестирования на начальном этапе экспериментального исследования

Спортсмен (Ф.И.О.)	Результат 3000 м. (мин)	Кол-во шагов в начале	Силовая выносливость в кругах	Скоростная выносливость, в кругах	Некомпенсированное утомление в кругах
Кузин Д.	4.09.65	8-14	3	2 (9-15)	2 (10-16)
Айдова Е.	4.20.30	8-14	2	2 (12-16)	3 (12-16)
Мезенцев Ф.	4.12.73	6-14	2	3 (9-15)	2 (10-15)
Кленко А.	4.23.12	10-14	4	1 (9-15)	2 (10-15)
Морозов Д.	4.21.06	8-14	4	1 (9-16)	2 (10-16)
Среднее значение	4.17.36	8-14	3	1,8	2,2

По результатам тестирования на начальном этапе исследования наблюдается определенное соотношение отдельных показателей, указанных в таблице 3: у нескольких спортсменов. «Количество шагов в начале» показывает нам, как спортсмен бежит в начале дистанции, то есть на прямой и в повороте, а также на протяжении всего круга.

Далее показатель «силовой выносливости» показывает, сколько кругов он держит заданную скорость и заданное количество шагов. Следующий столбец «скоростная выносливость, компенсированная», нам говорит о том, как спортсмены держат ту же скорость, но уже с большим количеством шагов. Это еще показатель накопления лактата в мышцах, усталости, на дистанции и не компенсированное утомление, когда спортсмен бежит на морально-волевых качествах, а не на тренированности. Последний столбец таблицы показывает, как падает скорость и увеличивается количество шагов на дистанции.

Спортсмены показывают достаточно высокий результат, при этом сохраняют одинаковый темп бега, то есть прикладывают на протяжении всей дистанции одинаковое количество силовых импульсов или отталкиваний, при этом скорость круга практически не падает, а остается в пределах 1 секунды.

На следующем этапе экспериментальной работы спортсменам была предложена модифицированная тренировочная программа.

Развитие силовой выносливости сводилось к решению двух задач: повышение, всеми возможными способами величины МПК и формирование мотивационной установки к преодолению неприятных ощущений, связанных с развитием утомления в процессе работы, тем более ощутимого, чем выше интенсивность последней.

В ходе исследования тренировочного процесса мы берём за основу методику Маурицио Маркетто. Итальянский тренер, профессор Маурицио Маркетто разработал собственную методику подготовки спортсменов на олимпийский цикл (4 года). Метод заключается в четком планировании тренировочного процесса с учетом сезонности и распределения объема нагрузок: велотренировки в летний сезон, у мужчин спарринг партнер на ледовых тренировках, длинная штанга (30-40 приседаний с 50-70% от макс.) – с каждым годом объем уменьшается и так спортсмен подходит к олимпиаде.

В ходе исследования мы определяли возможность эффективного применения данного метода в Национальной сборной конькобежцев Республики Казахстан. Для улучшения результатов спортсменов в ходе эксперимента мы расширили методику Маурицио Маркетто. В известную методику подготовки спортсменов итальянского тренера мы добавили несколько слагаемых с целью обновления и повышения результативности: выявляли где будет силовая выносливость спортсмена выше, сравнили традиционную подготовку и подготовку конькобежцев по модернизированной методике Маурицио Маркетто. Данные результатов отображены в таблице 4.

Таблица 4 – Различия традиционной подготовки и подготовки конькобежцев по модернизированной методике Маурицио Маркетто

Традиционная подготовка	Подготовка по методике Маурицио Маркетто
Велоработа 50-70 км за одну тренировку	Работа на велосипеде 100 км за одну тренировку
Преобладает СФП над ОФП (прыжковая, имитационно-техническая)	Преобладает СФП над ОФП, но большая разница в объёме (количество кругов за одну тренировку на льду, количество прыжков)
Силовые тренировки на все группы мышц, один час.	Силовая тренировка на все группы мышц 30 минут, силовая работа на мышцы ног (приседания до 35- 40 раз за один подход)
Работа на льду направлена на скоростно-силовую выносливость (многократное пробегание коротких отрезков)	Работа на льду в основном, набора объема (за один подход до 50 кругов)
Отработка техники прохождения поворота по кругу или прямо, в одну сторону (на земле, на эспандере)	Отработка техники прохождения поворота прямо, правым, и левым боком (на земле, на эспандере).

Нами были внесены следующие дополнения в Подготовку по методике Маурицио Маркетто: с внесением дополнений:

- упражнения на ленте в сторону в силовой тренировке и перед льдом (в разминке);
- в специальных круговых тренировках;
- включены упражнения на динамическое равновесие;
- включены спарринг-партнеры для мужчин.

В связи с этим была модифицирована методика развития силовой выносливости Маурицио Маркетто. Мы выяснили, что для развития силовой выносливости способствуют тренировки, выполняемые на мощности равной анаэробному порогу. Каждому спортсмену подбирается индивидуальный объем нагрузки» [3].

Формирующий этап экспериментального исследования проходил с декабря 2018 года по апрель 2019 года. Для проверки эффективности предложенной методики развития силовой выносливости конькобежцев, в конце экспериментального исследования нами было проведено повторное тестирование спортсменов.

Тестирование уровня показателей силовой выносливости нами осуществлялось по таким же критериям, которые были использованы в констатирующем эксперименте: подсчет количества шагов во время соревнований по методике Б.М. Васильковского.

Поскольку основным показателем эффективности представленной методики являются непосредственно выступления на соревнованиях, мы проанализировали график бега спортсменов по кругам, – на дистанции 3000 м. Результаты тестирования представлены в таблице 5.

Таблица 5 – Результаты тестирования на заключительном этапе экспериментального исследования (экспериментальная группа)

Спортсмен (Ф.И.О.)	Результат 3000 м (мин.)	Кол-во шагов в начале	Силовая выносливость в кругах	Скор. вынос. в кругах (компенсир.)	Некомпенсированное утомление в кругах
Кузин Д.	4.06.61	8-14	4	1 (8-15)	2 (9-15)
Айдова Е.	4.19.16	8-14	3	2 (9-14)	2 (9-17)
Мезенцев Ф.	4.12.20	8-14	3	1 (9-14)	3 (9-15)
Кленко А.	4.20.15	10-14	4	2 (10-15)	1 (11-15)
Морозов Д.	4.14.95	10-14	5	1 (10-15)	1 (11-15)
Ср.знач.	4.14.61	8-14	3,8	1,4	1,8

По результатам контрольного исследования можно отметить, что у спортсменов увеличилось число кругов, пробегаемых за счет силовой выносливости, там они значительно меньше стали переходить в зону некомпенсированного утомления, что поспособствовало росту результатов на 3 км.

У спортсменов Кузина Д. и Мезенцева Ф. силовая выносливость выросла почти вдвое. Они на протяжении всего сезона смогли удержать заданный темп и результат, что показывает хорошую подготовку.

Также у Кленко А. выросла силовая выносливость в один круг, это хороший показатель, т.к. компенсированном утомлений он может находиться дольше.

В результате данного эксперимента, у спортсменов наблюдался прирост силовой выносливости на 1,06 %, виден прогресс в конкретном качестве, повысился уровень на которые вышли спортсмены в сезоне 2017-2018 гг.

5 Выводы

Основная задача подготовки – изыскать скрытые резервы организма спортсмена в различных сторонах его подготовленности (физической, технико-тактической, психологической), и обеспечить их проявление в тренировочной и соревновательной деятельности. Особое внимание уделяется поиску скрытых резервов в сфере тактической и психологической подготовленности [7].

Наиболее значимыми методическими положениями и принципами подготовки спортсменов в олимпийском цикле являются следующие:

- перспективное планирование подготовки, комплексная увязка ее составляющих и систем обеспечения (научного, медицинского, материально-технического, финансового и др.);
- целевой подход, согласно которому, прогнозируемый конечный результат спортсмена на республиканских и международных соревнованиях определяют содержание и характер процесса подготовки;
- базовая подготовка с опережающим развитием физической, функциональной и психологической подготовленности;
- целенаправленное применение в тренировочном процессе инновационных технологий повышения работоспособности;
- углубленная индивидуализация тренировочного и соревновательного процесса;
- оптимальное сочетание нагрузки и факторов восстановления;
- динамичность системы подготовки, гибкое планирование, оперативная коррекция тренировочного процесса в соответствии с текущим состоянием спортсмена [4].

Для успешного выступления на Олимпийских Играх (2018 и 2022 гг.) необходимо уделить дополнительное внимание следующим факторам: научно-методическому обеспечению и медико-биологическому обеспечению, восстановительным мероприятиям и режиму активного отдыха спортсменов [8].

Принимая во внимание мировой положительный опыт подготовки спортсменов, в том числе быстро развивающихся азиатских стран (Китай), необходимо в Республике Казахстан создать центры научно-методического информационного обеспечения подготовки национальных сборных команд Республики Казахстан по видам спорта, которые бы аккумулировали в себе все новое в спортивной индустрии.

Задачами таких центров должно быть:

- сбор и анализ данных уровня спортивного мастерства, физического состояния основного и резервного состава, данных антидопингового контроля;
- информационно аналитическое обеспечение деятельности по всем вопросам подготовки сборной команды;
- подготовка, разработка и внедрение рекомендаций по вопросам подготовки сборных команд к Олимпийским Играм;
- проведение комплексных обследований сборных команд, анализ полученных данных и сравнение их с промежуточными целевыми показателями, для основании этого внесение корректировок в тренировочный процесс;
- проведение анализа тренировочных и соревновательных нагрузок с учетом индивидуализации;
- разработка рекомендаций по спортивному питанию.

При формировании резерва сборных команд ВСМ основой организации должна быть централизованная подготовка спортсменов.

Важным элементом в организационной структуре необходимо выделить наличие административной группы в лице начальников основной и молодежной команд, тренера-администратора и тренера-механика, призванной снять большой объем рутины с тренерского состава и высвободить время для эффективного планирования и организации тренировочной деятельности [6].

Утверждение рациональной схемы взаимодействия сборной команды разграничит ответственность, определит основные направления подготовки сборной команды к зимним олимпийским играм 2022 г. с учетом уровня результата в конкретные дисциплины.

Список литературы

- 1 Васильковский Б. Методики подготовки Олимпийского цикла. – 2003.
- 2 Германов Г.Н., Цуканова Е.Г. Журнал «Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта». – 2010.

- 3 Гречман В.А., Муратов В.А. Силовая подготовка конькобежцев-спринтеров высокой квалификации // Конькобежный спорт. – 1990.
- 4 Гришина Ю.И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: учеб. пособие. – Ростов н/Д: Феникс, 2010.
- 5 Дунаев К.С. Развитие силовой выносливости. – 1999.
- 6 Келлер В.С., Платонов В.Н. Теоретико-методические основы подготовки спортсменов. – 1993.
- 7 Козьменко В.Г., Гречман В.В. Основные принципы технической и скоростносиловой подготовки конькобежцев // Теория и практика физической культуры. – 1998.
- 8 Кубаткин В.П. Конькобежный спорт: программа спортивной подготовки для ДЮСШ, СДЮШОР // Советский спорт. – 2006.

Материал поступил в редакцию: 19.09.2019

ГУРСКАЯ, И.Ф., ТЫНБАЕВ, Ж.А.

ҚАЗАҚСТАН РЕСПУБЛИКАСЫ ҰЛТТЫҚ ҚҰРАМАСЫНЫҢ КОНЬКИМЕН ЖҮГІРУШЛЕРДІҢ НӘТИЖЕЛІЛІГІН АРТТЫРУ МҮМКІНДІКТЕРІ

Мақалада шетелдік және отандық авторлардың әдістемелерін қолдана отырып, спортшылардың жылдамдық-күш қасиеттерін арттыру мүмкіндіктері қарастырылады. Ұзын қашықтыққа стайерлерді дайындау негіздері сипатталды. Әдістемені қолдану тәжірибелік зерттеудің қорытынды кезеңінде тестілеу нәтижелерінің кестелерінде негізделген және ұсынылған.

Кілт сөздер: конькимен жүгіру спортының нәтижелерін арттыру мүмкіндігі, тиімді әдістемелер, спортшыларды дайындаудың Олимпиадалық циклі.

GURSKAYA, I.F., TYNBAYEV, ZH.A.

OPPORTUNITIES TO IMPROVE THE RESULTS OF SKATERS OF THE NATIONAL TEAM OF THE REPUBLIC OF KAZAKHSTAN

The article considers the possibility of improving the speed – strength qualities of athletes using techniques of foreign and domestic authors. This description of basis of preparation of athletes-stayers in the long run.

Applications of the methodology are justified and presented in the tables of test results at the final stage of the experimental study.

Key words: the ability to improve results, effective methods in speedskating, the Olympic cycle of training athletes.

МАЗМҰНЫ

КІРІСПЕ СӨЗ 3

ТЕОРИЯЛЫҚ ЖӘНЕ САРАПТАМАЛЫҚ-ШОЛУ ЗЕРТТЕУЛЕР

Анастасова Л. Жоғары бизнес-білім: түлектердің дағдыларына қатысты жұмыс берушілердің халықаралық үрдістері мен үміттері 5

Байжанова С.А., Балгабаева Г.З. Мектепке дейінгі жастағы балалардың Қазақстан Республикасының тарихы мен мәдени құндылықтарына құрметпен қарауды қалыптастыру 17

Бондаренко Ю.Я. Қазіргі білім беру жүйесінде тарихи және көркем бейнелерді пайдалану 21

Бондаренко О.Ю., Бондаренко Ю.Я. Шаршаған адам. Тарих және қазіргі заман 26

Есіркепова К.Қ., Ихсан Д.М. Ұлықбек Есдәулет поэзиясындағы метафора қолданысы 32

Жандауова Ш.Е., Жабагина Ж.Р. Бастауыш сынып оқушыларының дүниетану сабағында танымдық қызығушылығын дамыту 39

Оспанұлы С., Мырзагалиева К. Абай өлеңдерінің қара сөздерімен үндестігі 43

ЭМПИРИКАЛЫҚ ЗЕРТТЕУЛЕР

Агеева С.В. 13-14 жас шаңғы-жарысушылардың спринттік қашықтыққа физикалық дайындығының ерекшеліктері 50

Аканов Ш.К. Студент жастар арасында салауатты өмір салтын қалыптастыру 58

Гурская И.Ф., Гынбаев Ж.А. Қазақстан Республикасы ұлттық құрамасының конькимен жүгірушілердің нәтижелілігін арттыру мүмкіндіктері 62

ПӘНДЕРДІ ОҚЫТУ ӘДІСТЕМЕСІ ЖӘНЕ ТЕХНОЛОГИЯСЫ

Бекенова А.Қ., Сатбаева М.Т. «Педагогика» курсы бойынша семинар сабақтарын ұйымдастыруда педагогикалық жоғары оқу орындарын оқытудың жаңа тәсілдерін қолдану 69

Даулетбаева Г.Б., Ерсұлтанова З.С. CLIL форматындағы оқыту стратегиялары 74

Ерсұлтанова З.С., Сәбит З.С. Білімді тексеруде және информатикадан сабақтар өткізуде Classroom құралын қолдану 78

ЖАС ЗЕРТТЕУШІЛЕРДІҢ ҒЫЛЫМИ ЕҢБЕКТЕРІ

Аканбаев Б.Н., Шамитдинов А.М. Мұғалімдердің эмоционалды күйіп кетуінің алдын алу технологиясы 83

Рядинская А.И. Қазақстандағы желілік әдебиеттің дамуы Самрат Иржасовтың шығармашылығы мысалында 87

Ташетов А.А., Отынбай Д.О. Медиа-білім оқытудың online жүйесінде студенттердің медиамәдениеті мен медиақауіпсіздігін дамытудың шарты ретінде 92

Турлубаева Д.К. Қостанай облысында музыкалық білім берудің қалыптасуы 96

«РУХАНИ ЖАҢҒЫРУ» БАҒДАРЛАМАСЫН ЖҮЗЕГЕ АСЫРУ

Мукалиева Б. Х., Рысбек Н. Рухани жаңғыру және білім берудің жанарудағы рөлі 101

МЕРЕЙТОЙЛЫҚ ҚҰТТЫҚТАУЛАР 104

Оспанұлы С. Өмірзақ Сұлтанғазин (Өмірзақ Сұлтанғазинді еске алу) 105

БІЗДІҢ АВТОРЛАР 106

АВТОРЛАРДЫҢ НАЗАРЫНА 112

СОДЕРЖАНИЕ

ВСТУПИТЕЛЬНОЕ СЛОВО	3	
ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ И ОБЗОРНО-АНАЛИТИЧЕСКИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ		
<i>Анастасова Л.</i> Высшее бизнес-образование: международные тенденции и ожидания работодателей в отношении навыков выпускников	5	
<i>Байжанова С.А., Балгабаева Г.З.</i> Формирование уважительного отношения к истории и культурным ценностям Республики Казахстан у детей дошкольного возраста	17	
<i>Бондаренко Ю.Я.</i> Использование исторических и художественных образов в системе современного образования	21	
<i>Бондаренко О.Ю., Бондаренко Ю.Я.</i> Человек усталый. История и современность	26	
<i>Есиркепова К.Қ., Ихсан Д.М.</i> Применение метафоры в поэзии Улыкбека Есдаулетова	32	
<i>Жандауова Ш.Е., Жабагина Ж.Р.</i> Развитие познавательного интереса у младших школьников на уроках познание мира	39	
<i>Оспанұлы С., Мырзагалиева К.</i> Гармония стихов и слов назидания Абая	43	
ЭМПИРИЧЕСКИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ		
<i>Агеева С.В.</i> Особенности физической подготовки лыжников-гонщиков 13-14 лет на спринтерские дистанции	50	
<i>Аканов Ш.К.</i> Формирование здорового образа жизни среди студенческой молодежи	58	
<i>Гурская И.Ф., Тынбаев Ж.А.</i> Возможности повышения результативности конькобежцев национальной сборной Республики Казахстан	62	
МЕТОДИКА И ТЕХНОЛОГИЯ ПРЕПОДАВАНИЯ ДИСЦИПЛИН		
<i>Бекенова А.К., Сатбаева М.Т.</i> Использование новых подходов обучения педагогических вузов в организации семинарских занятий по курсу «Педагогика»	69	
<i>Даулетбаева Г.Б., Ерсұлтанова З.С.</i> Образовательные стратегии в формате CLIL	74	
<i>Ерсұлтанова З.С., Сәбит З.С.</i> Использование Classroom для проверки знаний и проведения занятий по информатике	78	
НАУЧНЫЕ РАБОТЫ МОЛОДЫХ ИССЛЕДОВАТЕЛЕЙ		
<i>Аканбаев Б.Н., Шамитдинов А.М.</i> Технология профилактики эмоционального выгорания учителей	83	
<i>Рядинская А.И.</i> Развитие сетевой литературы в Казахстане (на примере творчества Самрата Иржасова)	87	
<i>Ташетов А.А., Отынбай Д.О.</i> Медиаобразование как условие развития медиакультуры и медиабезопасности студентов в системе online обучения	92	
<i>Турлубаева Д.К.</i> Становление музыкального образования в Костанайской области	96	
РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОГРАММЫ «РУХАНИ ЖАҒЫРУ»		
<i>Мукалиева Б.Х., Рысбек Н.</i> Духовное возрождение и роль образования в модернизации	101	
ЮБИЛЕЙНЫЕ ПОЗДРАВЛЕНИЯ		104
<i>Оспанұлы С.</i> Умирзак Султангазин (Посвящается памяти Умирзака Султангазина)	105	
НАШИ АВТОРЫ		108
ИНФОРМАЦИЯ ДЛЯ АВТОРОВ		115

CONTENT

INTRODUCTION..... 3

THEORETICAL AND OVERVIEW-ANALYTICAL ARTICLES

Anastassova L. The higher business education: international trends and employers' expectations towards graduates' skills..... 5

Baizhanova S.A., Balgabayeva, G.Z. Formation of a respectful attitude to history and cultural values in children of preschool age..... 17

Bondarenko Yu.Ya. The use of historical and artistic images in the system of modern education..... 21

Bondarenko O.Yu., Bondarenko Yu. Ya. A tired man. History and modernity..... 26

Esirkepova K.K., Ikhsan D.M. Application of the metaphor in the poetry of Ulikbek Esdauletov..... 32

Zhandauova Sh.E., Zhabagina Zh.R. Development of cognitive interest in younger students in the classroom learning the world..... 39

Ospanuly, S., Myrzagaliyeva, K. Harmony of Abai's poems and edification words..... 43

EMPIRICAL RESEARCH

Ageeva, S.V. Features of the physical training of skiers-racers 13-14 years old at sprint distances..... 50

Akanov, S. K. Formation of a healthy lifestyle among students..... 58

Gurskaya I.F., Tunbaev Zh.A. Opportunities to improve the results of skaters of the national team of the Republic of Kazakhstan..... 62

METHODOLOGY AND TECHNOLOGY OF TEACHING DISCIPLINES

Bekenova A.K., Satbaeva M.T. Use of new approaches to teaching pedagogical higher education institutions in organizing seminar lessons in the pedagogy course..... 69

Dauletbaeva G.B., Ersultanova Z.S. Educational strategies in the CLIL format..... 74

Yersultanova Z. S. Sabit Z.S. Usage of classroom for training and testing of the knowledge on informatics..... 78

SCIENTIFIC WORK OF YOUNG RESEARCHERS

Amanbaev B.N., Shamitdinov A.M. Technology of prevention of emotional burnout of teachers..... 83

Ryadinskaya A.I. The development of the network literature in Kazakhstan by the example of the art of Samrat Irzhasov..... 87

Tashetov A.A., Otynbai D.O. Media education as a condition for the development of mediaculture and media security of students in online education system..... 92

Turlubayeva D.K. Formation of music education in Kostanay region..... 96

REALIZATION OF THE PROGRAMME «RUKHANY ZHANGYRU»

Mukaliev B.H., Rysbek N. Spiritual revival and the role of education in modernization..... 101

ANNIVERSARY CONGRATULATIONS..... 104

Ospanuly S. Umirzak Sultangazin (Dedicated to the memory of Umirzak Sultangazin)..... 105

OUR AUTHORS..... 110

INFORMATION FOR AUTHORS..... 118