

ВЕСТНИК ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

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

**2
2019(25)**

Бишкек

ДЕНЕ ТАРБИЯ ЖАНА СПОРТ ЖАРЧЫСЫ
ВЕСТНИК ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА
BULLETIN OF PHYSICAL CULTURE AND SPORT
Илимий-практикалык журнал / научно-практический журнал /
scientific-practical journal

№2 (25) 2019

БАШКЫ РЕДАКТОРУ / ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР /
CHIEF EDITOR

Иманалиев Т.Т. к.п.н., профессор

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

Тулеев Т.М. д.м.н., профессор

РЕДАКЦИЯЛЫК КЕҢЕШИ
РЕДАКЦИОННЫЙ СОВЕТ
EDITORIAL COUNCIL

Алымкулов Р.Д. - д.м.н., профессор КГМА
Анаркулов Х.Ф. – д.п.н., профессор КГЮА
Белов Г.В. – д.м.н., профессор ОшГУ
Закирьянов К.Х. – д.п.н., профессор (Казахстан)
Збарский В.А. - к.п.н., доцент
Кадыралиев Т.К. - д.м.н., профессор
Кармышаков А.О. - к.филол.н., доцент
Кийзбаев М.С. - к.п.н., профессор
Мамбеталиев К.У. - к.п.н., профессор
Мамытов А.М. - д.п.н., профессор КАО
Манликова М.Х. – д.п.н., профессор
Матвиенко В.В. – к.б.н., доцент (Россия)
Мукамбетов А.А. - к.п.н., доцент
Наралиев А.М. - к.п.н., профессор
Саралаев М.К. - к.п.н., доцент
Син Е.Е. - д.п.н., профессор МКУ

Журнал включен в перечень изданий, рекомендованных
Президиумом ВАК КР для публикации основных научных
результатов диссертаций.
Индексируется Российским индексом научного цитирования
(РИНЦ) с 2017 года.

Учредитель:
КЫРГЫЗСКАЯ
ГОСУДАРСТВЕННАЯ
АКАДЕМИЯ
ФИЗИЧЕСКОЙ
КУЛЬТУРЫ И
СПОРТА

Издается с 2010 года

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

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

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

E-mail:
prorektor.nauka@mail.ru

МАЗМУНУ/СОДЕРЖАНИЕ / CONTENT

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

Акбар уулу Д. Спорттук гимнастика менен машыгуучу 6, 7 жаштагы кыздардын дене кыймыл даярдыгы / Физическая подготовленность девочек 6-7 лет занимающихся спортивной гимнастикой / Sports gymnastics for girls at the age of 6, 7 years and their physical training.....

Гапонова Л.Ю. Маунтинбайктын (кросс-кантри) мелдеш түзүлүшүнүн ишмердүүлүгү / Структура соревновательной деятельности в маунтинбайке (кросс-кантри) / The structure of competitive activity in a mountain bike (cross-country).....

Кыдырова М.А., Каниметова К.А. Балбандарды машыктырууда ишке болгон жөндөмдүүлүктү калыбына келтирүү / Использование восстановительных мероприятий в тренировке борцов / The use of rehabilitation measures in the training of wrestlers.....

Кулгожаев А. Угуу боюнча инвалид дзюдочу спортсмендер машыгууда күч-ылдамдуулукка окутуу процессиндеги пландаштыруу / Особенности средств и методов технической подготовки спортсменов-дзюдоистов с нарушениями слуха. / Planning the training process for speed-power preparation of sportsmen-invalids on hearing.....

Мысыкбаев Ж.Е. Футбол оюнчулардын ылдамдык сапаттарын жогорулатууга багытталган машыктыруучу программаларын моделдөөнүн теоретикалык негиздери / Теоретические основы моделирования тренировочных занятий, направленных на повышение скоростных качеств футболистов / Theoretical basics of modeling training trainees aimed at improving the high-speed qualities of football players.....

Орозбекова Б.Т., Абрамова С.Е. Кичи футбол боюнча жогорку дасыктагы дарбазачынын дене өнүгүү өзгөчөлүктөрү жана дене кыймыл даярдыгы / Особенности физического развития и двигательной подготовленности вратарей высокой квалификации по мини-футболу / Features of physical development, motor preparedness of the high-qualified goalkeepers of mini football.....

Саралаев М.К., Исаев К., Тулекеев Т.М. “Дене тарбияны жетектөө” сабактарын калыбына келтирүүнүн жолдору / О возможных путях восстановления предмета “Управление физической культурой” / The ways of formation discipline “Management the physical culture”.....

Чыныбеков К. Т. Футбол оюнунун жаштарды мекенчилдикке тарбиялоодогу тийгизген таасири / Влияние футбола в воспитании молодежи к патриотизму / Influence of football on patriotic education of youth of Kyrgyzstan

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

Акибаев А., Мамбеталиев К.У. Бүткүл дүйнөлүк этно-оюндары: булактары, алгачкы жыйынтыктар жана келечеги / Всемирная конфедерация этноигр: истоки, первые итоги и перспективы / World ethno games confederation: origins, first results and prospects.....

Саралаев М.К., Азизбаев С.С. Байыркы кыргыздардын кесиптик баалуулуктары: азоо атты минүүгө үйрөтүү, саяпкерлик, мүнүшкөрлүк, тайганчылык / Профессиональные ценности древних кыргызов: обучение на необъезженном коне, берейторство, сокольничество, обучение борзат / The professional values of ancient Kyrgyz people: teaching riding horses, hunting, take care, falconry.....

Түркмен М., Осмоналиев Ж., Саралаев М.К. Түрк элдеринин күрөшү тууралуу түшүнүгү (концепциясы) / Понятие (концепция) борьбы тюркских народов / The concept of wrestling in turkish people.....

Умаралиев Э.С., Тагаев М.И. Көчмөндөрдүн улуттук оюндарындагы жаныбарларга сыйынуусу жана алардын Умай энеге сыйынуу менен байланышы / Культ животных в национальных играх кочевников и их связь с культом матери Умай / The cult of animals in the national games of nomads and their connection with the cult of the mother Umai

Умаралиев Э.С., Тагаев М.И. Байыркы түрктөрдүн жана кыргыздардын Умай энеге сыйынуусу жөнүндө / О культе Умай эне у древних тюрков и кыргызов / About the cult of mother's Umai in ancient turks and kyrgyz.....

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

Иманалиев Т.Т., Бейшекеев Э.М., Орозбекова Б.Т. Айыл аймактын шарттарында волейбол ойногон 13-15 жаштагы балдардын кээ бир антропометрикалык көрсөткүчтөрүнүн салыштырма талдоосу / Сравнительный анализ некоторых антропометрических показателей 13-15 летних мальчиков занимающихся волейболом в условиях сельской местности / Comparative analysis of some anthropometric indicators of 13-15 year-old boys practising volleyball in rural areas.....

Кыдырова М.А., Каниметова К.А. Вестибулярдык системага тийгизген таасирлерге карата жүрөк-кан тамыр системасынын туруктуулугун изилдөө жана балбандардын вестибулярдык аппаратын машыктыруу / Вестибулярная устойчивость и реакция сердечно-сосудистой системы и вестибулярное раздражение у спортсменов борцов / "Vestibular stability and the reaction of the cardiovascular system and the vestibular irritation in athletes wrestlers».....

Матвиенко В.В., Тулекеев Т.М., Шведский М.С., Антонян Д.Г. Курч гипобариялык гипоксиянын липиддердин (майлардын) кычкылдануу деңгээлине тийгизген таасири жана оксидантка каршы (антиоксиданттык) коргонуу / Влияние острой гипобарической гипоксии на уровень перекисного окисления липидов и антиоксидантной защиты / Effect of acute hypobaric hypoxia on the level of lipid peroxidation and antioxidant defense.....

Тулекеев Т.М., Матвиенко В.В., Матвиенко О.В., Шагеева М.С. Бийик тоолуу шарттарда кыймыл жүктөм учурунда өпкө кан-тамырларынын морфо-функционалдык өзгөчөлүктөрү / Морфо-функциональные изменения сосудистого русла легких при физических нагрузках в условиях высокогорья / Changes in the vascular bed and parenchyma of the lungs during exercise at high altitude.....

IV. ДЕНЕ ТАРБИЯНЫН, СПОРТТУН ТҮПКҮ, ТАБИГЫЙ ИЛИМИЙ, ТИЛДИК ЖАНА ЭТНОПЕДАГОГИКАЛЫК АСПЕКТИЛЕРИ / ФУНДАМЕНТАЛЬНЫЕ, ЕСТЕСТВЕННО-НАУЧНЫЕ, ЯЗЫКОВЫЕ И ЭТНОПЕДАГОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА / FUNDAMENTAL, NATURAL-SCIENTIFIC LANGUAGE AND ETHNOPEDAGICAL ASPECTS OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORT

Абдыбекова Н.А., Добаев К.Д. Болочок дене тарбия адистерин кесиптик жактан даярдоонун педагогикалык шарттары / Педагогические условия подготовки будущих специалистов по направлению физическая культура / Pedagogical conditions of the preparation future specialists in the field of physical culture by specialty.....

Саралаева А. М., Саралаев М.К., Байбосунова Г. Ж. Спорттун кээ бир түрүнөн машыгууда, мелдешүүдө жана көрсөтүүдө музыканы пайдалануусу жөнүндө / Использование музыки в тренировках, соревнованиях и показательных выступлениях по некоторым видам спорта / Use of music in trainings, competitions and indicator performances on some sports.....

Чилукури Бхуванешвар. Дене тарбия багытындагы студенттерге ka: rmik (KLTA) методикасы боюнча англис тилин окутуу / Преподавание английского языка студентам по направлению физическая культура: по методике / Ka:rmik (KLTA) / Teaching english conversation to students in the field of physical culture: a ka:rmik language teaching approach (KLTA).....

«Кыргыз мамлекеттик дене тарбия жана спорт академиясынын жарчысы» илимий- практикалык журналга макалаларын берген авторлор үчүн эрежелер

Правила для авторов, представляющих статьи в научно-практический журнал “Вестник Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта”

Governed for authors, presenting the articles in a research and practice magazine «Announcer Kyrgyz to the state academy of physical culture and sport»

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

УДК. 796.413/.418

Физическая подготовленность девочек 6 -7 лет занимающихся спортивной гимнастикой

Акбар уулу Д.

Кыргызская государственная академия физической культуры и спорта, г. Бишкек

Аннотация. В статье рассматриваются 6 и 7-летние девочки, занимающиеся спортивной гимнастикой и их физическая подготовленность.

Ключевые слова: спортивная гимнастика, физическая подготовка.

Спорттук гимнастика менен машыгуучу 6, 7 жаштагы кыздардын дене кыймыл даярдыгы

Акбар уулу Д.

Кыргыз мамлекеттик дене тарбия жана спорт академиясы, Бишкек ш.

Аннотация. Макалада 6, 7 жаштагы кыздардын спорттук гимнастика менен машыгуудагы дене кыймыл даярдыгы каралат.

Негизги сөздөр: спорттук гимнастика, дене кыймыл даярдыгы.

Sports gymnastics for girls at the age of 6, 7 years and their physical training

Akbar uulu D. Post graduate student.

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

Abstract. The article discusses 6 and 7 year old girls involved in gymnastics and their physical fitness.

Key words: gymnastics, physical training.

Киришүү. Спорт ыкмасынын натыйжаларынын (жыйынтыктарынын) деңгээлин жогорулап өсүшү байгелүү орундарга жетишүүсү спорттук гимнастиканын өнүгүшүндө татаал көнүгүүлөрдү жана жаңы элементтерди киргизүүгө мажбур кылат. Ушуга байланыштуу гимнастардын дене тарбиялык даярдыгынын көйгөйү жыл өткөн сайын өзүнүн актуалдуулугун жоготпой, алдыга өнүгүүнүн жаңы суроолорун коюп келе жатат. Суроолорду жаңы заманбап илимий усулдардын жардамы менен чечүү зарылдыгы дүйнөлүк гимнастиканын тенденциясы жана келечектеги өнүгүүсү менен шайкеш келиш керек.

Бул көйгөйлүү суроо боюнча көптөгөн изилдөөлөргө кунт койсок, башта жаңы белгисиз болгон адамдардын керек болгондо колдоно ала турган(резервдеги) дене күчүн өнүктүрүү

мүмкүнчүлүктөрүнө ылайыкталып, иштелип чыккан усулдар бар экендиги далилденген [2].

Спортсмен үчүн дене күч даярдыгы спорт техникасын өнүктүрүүнүн негизи болуп эсептелинет. Күч деңгээлинин өнүгүүсүнөн, чыдамкайлыгынан, муундардын кыймылынан аткарылып же үйрөтүлүп жаткан көнүгүүлөрдүн канчалык деңгээлде ийгиликтүү болушунан көз каранды. Ошондуктан, даярдоо мезгилинде эң зарыл болгон негиздердин бири — бул жалпы жана атайын жеке гимнастикалык даярдык.

Изилдөөнүн максаты - 6, 7 жаштагы балдардын окуу - үйрөнүү, машыгуу усулдук сабактарын өстүрүүдө дене күч даярдыктарынын көрсөткүчтөрүн изилдөө.

Изилдөөнүн милдеттери:

- спорттук гимнастика менен машыккан 6-7 жаштагы кыз балдардын дене күч даярдыгынын деңгээлин аныктоо;
- даярдоо мезгилинде жарым жылдык циклдин кыймыл сапаттарынын кыймылын изилдөө.

Изилдөөнүн усулу:

- адабий булактардын анализи; текшеруу тестеринин усулу; педагогикалык эксперимент; изилдөөнү уюштуруу.

Изилдөө КМДТЖСАнын гимнастика залында кадимки жагдайда окуу - машыгуу учурунда жумасына үч жолу 1,5 сааттан, башталгыч машыгуу 6 – 7 жаштагы кыз балдардын тайпасында өткөрүлдү. Өткөрүлгөн мезгил 2017 - жылдын сентябырынан 2018 - жылдын июнь айына чейин жүргүзүлдү.

Изилдөөнүн жыйынтыгы жана талкуулоо. Адабий булактарды изилдөө бир топ олуттуу дене күч сапаттарынын ушул жашта өнүктүрүп, өстүрүүгө мүнөздүү жактарын тактай алды [3]. Күч даярдыгында мындай негизги сапаттарга ылдамдык - күчтүүлүк, динамикалык түйүлүү, тез статикалык күч кирет.

Тездикте - кыймыл реакциясынын ылдамдыгы, бир кыймылдын ылдамдыгы жана кыймыл жыштыгы каралат.

Ийилчээктик - активдүү, пассивдүү, кыймыл таяныч тутумдарын карайт.

Башталгыч баскычта гимнасттарды 6-7 жаштан даярдоодо машыгуунун көпчүлүк басымы жалпы даярдоо баскычына тура келээри көрсөтүлдү, бул мезгилдин максаты жалпы ар тараптуу даярдык, себеби мындай даярдык гимнастикалык татаал кыймылдарды (көнүгүүлөрдү) жеңил үйрөнүүнүн негизи боло алат. Ишти баштоонун алдындагы жыйынтык тайпанын кайсыл күч даярдыгы төмөнкү деңгээлде экендигин көрсөткөн. Текшерүү көрсөткүчтөрдө бул нормативдерде төмөнкү деңгээл байкалган [5].

- Чуркоо - төмөнкү деңгээл, себеби группа өздөрүнүн кыймыл күчүн туура сарптоого көнүгө элек (30-60-100 м. аралыкка чуркоо).
- Тартылуу – көрсөткүчү нөл, кыймыл булчуңдарынын иштөөсү алсыз. Бул кыздардын

морфо-функционалдык өзгөчөлүктөрүнө байланыштуу.

- Тумбагасекирипчыгыптушүү - эңтөмөнкүдеңгээл. Себеби, азырынчакыздардын кыймыл күч сапаттары өсүп жетиле элек.

Сентябрь айындагы изилдөөнүн негизинде топтун жетишпеген жактары жана жекече мүмкүнчүлүктөрү аныкталды. Мындан биз үч айлык мезгилге комплекстүү жүргүзүүчү ишти түзүшүбүз керек болду (сентябрь, октябрь, ноябрь) айларына карата түздүк.

1 – комплексте:

- **күчкө тарбиялоо.** Аркан 1 жолу, тартылуу 10-15 жолу (жардам аркылуу), туртулуу- 10-15 жолу (отжимание), бутту көтөрүү — 10-20 жолу (жардам аркылуу), отуруп — туруу — 20-30 жолу;
- **тездикти тарбиялоо.** Эки бутту түз кармап секирүү 20-30 жолу, чакан устунда ары бери секирүү, 20-30 жолу. Тумбага секирүү 20 жолу, ордуна туруп секирүү, 20 жолу жасоо, бир орунда жүгүрүү, 1-4 мүнөт;
- **чапчандыкка тарбиялоо.** Скамейкада сойлоо, 360° 3 жолу айлануу, анан түз алга карай көздү жумуп басуу;
- **ийилчеектике тарбиялоо.** Отурган негизги абалда эңкейүү, чалкасынан жаткан абалда (кыры менен) – көпүрө, шпагаты (бутту эки капталга түздөп жазуу), ар багытта бутту шилтөө.

Мындан сырткары кыймылдуу оюн, эстафета, спорт оюндары, гимнастикалык оюн элементтери менен колдонулду.

Биринчи комплекске дене кыймыл сапатына арналган бардык көнүгүүлөр оптималдуу жүктөм жана ченем менен кире бербейт, басым начар (алсыз) жактарына көбүрөөк көрсөтөт. Алгачкы 2-3 айда оюн аралашкан гимнастикалык көнүгүүлөргө көп көңүл бурулду, булар аткарылып жаткан иштин эффективдүү көрсөткүчү боло алды. Үч айлыктын жыйынтыгында экинчи жолку нормативдер алынды. Бул жерден биз «деңгээлдин» бир аз алга жылгандыгын көрүүдөбүз, б.а. Орточодон төмөнүрөөк, ошону менен бирге эле бардык күч кыймылдарынын жакшыргандыгы байкалат. Көнүл буруучу нерсе - тартылуу. Ал нормативде «нөл» көрсөткүчкө ээ болду, бирок атайын комплекстик көнүгүүлөрдү колдонууда көрсөткүч ондун бир бөлүгүнө жакшырды [3].

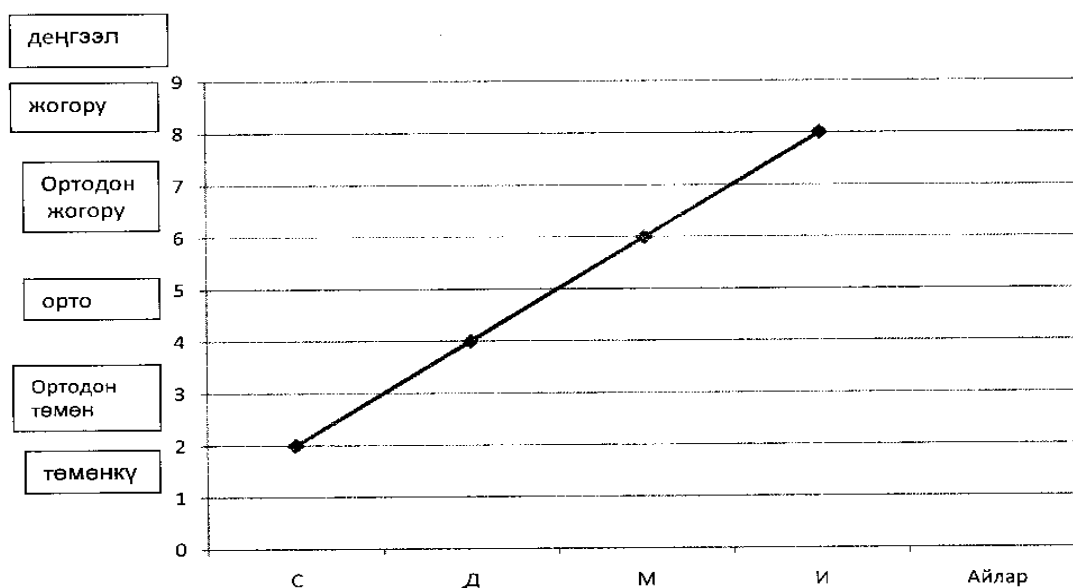
Чуркоо - нормативинин көрсөткүчү жакшырды, себеби кыймылдуу оюндар, ылдамдыктагы күч тапшырмалары группанын дене күч сапаттарын тагыраак айтканда теزدигин, күчүн, шамдагайлыгын өркүндөттү.

Баштапкы алынган маалымат жыйынтыктан кийин жеке жөндөмдүүлүктөрүн аныктоого болот, б.а. Ар бир бала жеке кыймыл күч сапатын көрсөтө алды. Мисалы: чуркоодо ал ортоңку көрсөткүчтө болсо, ал эми узундукка секирүүдө «төмөнкү деңгээл» көрсөттү. Ушулардын негизинде 2 комплекс түзүлөт жана көнүгүүлөрүн саны көбөйт. Амплитудасы, дозировкасы көбөйөт. Ар бир дене күч сапатына жаңы көнүгүүлөр кошулуп, алар ошол сапатты жогорулатууга жардам берет. Жыйынтык анализдөө маалыматы башталгыч

машыгуудагы группанын көрсөткүчүн «ортодон төмөн»деген көрсөткүчкө жакындатты [2]. Мартта 3 норматив боюнча текшерүү алынды, ал орточо деңгээлди көрсөттү. Демек дене кыймыл күч сапаттарын тарбиялоо, окуу - машыгуу процессинде ар бир машыгуучунун ушул кезде кайсы сапаттары күчтүүлүк кыларын көрсөтөт.

2 – комплексте:

- **күчтү тарбиялоо** аркан тартуу, 2-3 жолу, тартылуу 20-25 жолу (жардам менен), отжимание 20-25 жолу, оордоштуруп отуруп - туруу 10 жолу, толкун 10 жолу, асылуудан таканчыкка өтүү 10 жолу (жардам менен).
- **тездикти тарбиялоо** эки буттун башы менен секирик жасоо 50-60 ж. (секирик жип колдонсо болот), чакан устундан бир орунда туруп, секирик жасоо (30-40 жолу) жылаанча 5- 6 жолу, тумбага секирип чыгуу, 4 жолу, секирик 25-30 жолу, жүгүрүү 1-4 минутага чейин колдонуу гимнастикалык таяктан секирүү, 10- 15 жолу, жарым манжага которулуу 20-40 жолу
- **чапчандыкка тарбиялоо** скамейкада сойлоо 3-4 кайтарым менен, 360° тегеренүү (3 жолу) анан түз алга карай көздү жумуп басуу, бийик устунга чыгуу (асылуу менен) 3-4 кайтарым, оюн ким тез чогултат, (1 сүрөт).



Сүрөт 1. Кыздардын дене кыймыл сапатынын көрсөткүчтөрү

Алгачкы анализ жыйынтыктар 3 комплексти түзүү керектигин көрсөттү. Комплекс 3 өзүнүн ичине конкреттүү жеке сапаттагы көнүгүүлөрдү камтыйт, ошондой эле бул учурда ылдамдык күч ишине жана чыдамкайлыкты тарбиялоого көп көңүл бурулат. Июнда акыркы жолу нормативдер алынган. Бул анализдөө төмөнкү нормативдерди көрсөттү:

- чуркоо - кээ бир машыгуучулар көзөмөлдүк көрсөткүчкө жетишишти. Мисалы: жылдын башында көрсөткүчүн жыйынтыгы 4,7, ал эми акыркы убакытта 3,8.
- узундукка секирүү - эки жолку нормативдин жыйынтыгы эң начар жыйынтык - 98

см болгон, ал эми акыркы жыйынтык 1 м 55 см.

- тартылуу - эң башында эң начар болсо, бул учурда 7-8 жолу тартылып калышты.

Тайпа боюнча жыйынтык чыгарсак, ортодон жогору деген деңгээлге жетишти. Мындан жалпы дене күч сапатынын динамикасын жыйынтыктасак: биздин «түз» жыйынтык, тепкич тепкич менен көрсөткүчтөрүн жакшыртканы көрүнүп турат, бирок эң жогорку көрсөткүчкө жетише элек. Тайпа үчүн «ортодон жогору» деген баа жетиштүү. Себеби, тайпанын дагы экинчи жылкы машыгуусу бар. Ал эми башталгыч этаптагы окуу - машыгуу 1-2,5 жылды камтыйт.

Жыйынтыктоо

- Кыздардын дене кыймыл сапаттарынын деңгээлинин даярдыгын билүү машыгуучулардын алдын ала окуу - машыгуу процессин баштапкы этапта пландоонун негизи боло алат. 6-7 жаштагы балдардын дене күч даярдыгынын көрсөткүчү - күч сапаты боюнча тездик, ийкемдүүлүк боюнча орточо деңгээлде.

- Атайын көнүгүүлөрдүн тандалуусу кыймыл даярдыгынын начаржактарын эске алгандыктан жыйынтык көрсөткүчтө оң таасирин кээбир күч сапаттарын тийгизген. Дене күч сапатына комплексти даярдоодо ар турдүү жүктөм колдонууда организмдин морфо-функционалдык өзгөчөлүктөрүн эске алуу менен бирге тайпанын жаш өзгөчөлүктөрүн эске алуу керек. Оптималдуу дозировканы пландоо жана ирээттүү көзөмөл жүргүзүү, ошондой эле окуу-машыгуу процессин анализдөө.

Адабияттар

1. Брыкин Н.А., Смоленский В.М. Гимнастика. -М.: Фис 1985.-С.45.
2. Гавердовский Ю.К., Смоленский В.М. Спортивная гимнастика -М.:Фис, 1979 -С.76.
3. Дитрих Харре. / Учение о тренировке, -М.:Фис, 1971.-с. 87.
4. Зациорский В.М. / Физические качества спортсмена. Основы теории и методики воспитания. -М.: Фис., 1989.-С .24.
5. Зуев Е.И. / Волшебная сила растяжки. -М.: Советский спорт –М.: 1999.-С. 12.
6. Лисицкая Т.С. / Хореография в спортивной гимнастике. –М.: Фис, 1999.-С. 56.

**Структура соревновательной деятельности в маунтинбайке
(кросс-кантри)**

Гапонова Л.Ю.

Национальный университет физического воспитания и спорта Украины, г. Киев

Аннотация. В данной статье анализируется тренировочная и соревновательная деятельность велосипедистов-маунтинбайкеров с целью определения структуры соревновательной деятельности в олимпийской дисциплине кросс-кантри.

Ключевые слова: маунтинбайк, кросс-кантри, экстрим, препятствия, профиль соревновательной трассы.

Маунтинбайктын (кросс-кантри) мелдеш түзүлүшүнүн ишмердүүлүгү

Гапонова Л.Ю.

Украина улуттук дене тарбия жана спорт университети, Киев ш.

Аннотация. Макалада велесипедчи –маутинбайкердин машыгуу, даярдануусу тастыкталат. Максаты машыгунуунун түзүлүшүн олимпиадалык кросс-кантри сабагында аныктоо.

Негизги сөздөр: маунтбайкер, кросс-кантри, тоскоолдор, машыгуу жолдору.

The structure of competitive activity in a mountain bike (cross-country)

Gaponova L.Yu.

National University of Ukraine on Physical Education and Sport, Kyiv c.

Annotation. In this article analyzes the training and competitive action of mountain bikers on purpose to determine the structure of competitive activity in the olympic discipline cross-country.

Keywords: mountain bike, cross-country, extreme, obstacles, profile of the competition track.

Актуальность. Для эффективного ведения тренировочной и соревновательной деятельности необходимо четко понимать структуру соревновательной деятельности, которую очень сложно определить в маунтинбайке, а именно в олимпийской дисциплине кросс-кантри (ХСО), из-за его многокомпонентности. В проанализированной специализированной научной литературе по велосипедному спорту было изучено, что соревновательная структура определена только в гонках на шоссе и на треке [4], а в маунтинбайке нет единого мнения теоретиков и практиков спорта по этому вопросу. Это обуславливает актуальность нашего исследования.

Цель исследования – определить структуру соревновательной деятельности в маунтинбайке (в кросс-кантри).

Задачи исследования:

- изучить научно-методическую литературу и информацию сети Интернет по велосипедному спорту;

- проанализировать какие элементы соревновательной деятельности в маунтинбайке влияют на результативность прохождения дистанции;
- путем анкетирования ведущих тренеров, теоретиков спорта и экспертного опроса определить структуру соревновательной деятельности в маунтинбайке (в кросс-кантри).

Методы исследования. Анализ тренировочной и соревновательной деятельности маунтинбайкеров, научно-методической литературы, анкетирование и экспертный опрос (4-х кратного участника Олимпийских игр в дисциплине кросс-кантри, главного тренера сборной команды Украины по маунтинбайку, судьи международной категории по велосипедному спорту).

Результаты исследования. Маунтинбайк –езда на горном велосипеде по бездорожью и различным горным массивам, природным и искусственным препятствиям [2]. Он относится к экстремальным видам спорта, поскольку в ходе тренировочной и соревновательной деятельности спортсменов вынужден проявлять свои физические качества в постоянно меняющейся обстановке (зависит от внешних факторов).

Одним из видов этого популярного велосипедного спорта является кросс-кантри – массовый заезд по пересеченной местности на расстоянии от шести до восьми километров. Кросс-кантри – это единственная дисциплина, которая входит в программу Олимпийских игр (впервые это случилось в 1996 году).

Для эффективного ведения «гонки» в кросс-кантри, маунтинбайкер должен обладать такими способностями, как точность выполнения сложно координационных движений, воспроизведение, оценка и измерения пространственных, временных и силовых параметров движений, скорость восприятия и переработки информации, скорость реакции, и принятия решения, способность ведения соревновательной «гонки» в условиях физического и психологического напряжения [1]. Он должен отработать большой арсенал технических приемов [3], которые обеспечат быстрое и безопасное прохождение на велосипеде дистанции с преодолением специфических препятствий, тяжелых участков трассы и тому подобное. Поэтому, он должен четко понимать структуру соревновательной деятельности в избранном виде спорта.

Структура соревновательной деятельности отражает двигательные возможности велосипедиста во время прохождения соревновательной трассы от старта и до финиша, что позволяет целесообразно подбирать средства и методы подготовки к соревнованиям в различных видах гонок в маунтинбайке, а также в зависимости от длительности прохождения обусловленной дистанции [6].

Характер соревновательной деятельности зависит от отдельных участков (отрезков) дистанции соревнований и эффективности деятельности спортсмена на них. Структура соревновательной деятельности и структура подготовленности спортсмена взаимосвязаны. Таким образом, в процессе подготовки к соревнованиям нужно развивать двигательные

качества, которые являются необходимыми для достижения спортивного результата, который состоит из основных компонентов соревновательной деятельности – старта, дистанционной скорости и финиша (эти компоненты касаются велосипедного спорта на шоссе и треке) [5, 6].

В ходе нашего исследования было изучено особенности соревновательной деятельности в кросс-кантри, а именно экстремальные условия, где проводится тренировочный процесс спортсменов, наличие разнообразных препятствий (природных и искусственных), которые усложняют прохождение дистанцию, и требуют максимального проявления координации, ловкости и технического мастерства (владения велосипедом). Также было определено, что соревновательная структура «старт, дистанционная скорость и финиш» не может в полной мере отобразить многокомпонентность маунтинбайка, так как результат в нем в большей мере зависит от эффективности преодоления препятствий (трамплинов, дропов, контр-уклонов, свитчбэков и т. д.).

Экспертным методом было определено необходимость включить в один из компонентов структуры соревновательной деятельности – «дистанционная скорость», следующие факторы, которые напрямую обуславливают спортивный результат, характер введения гонки, а также психологическое состояние спортсменов (рис. 1.).

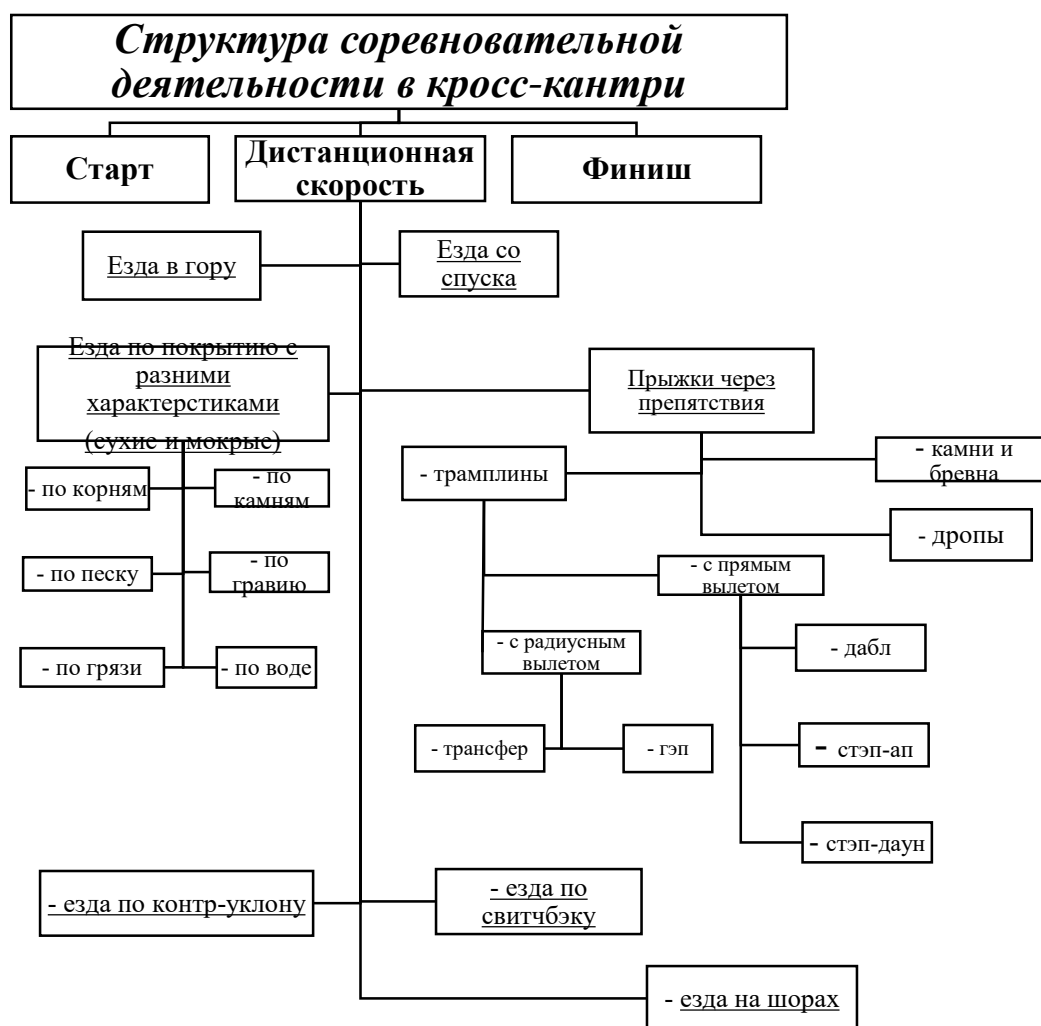


Рис. 1. Структура соревновательной деятельности в кросс-кантри

К этим факторам относятся:

- искусственно созданные препятствия:

- трамплины, которые бывают разными в зависимости от траектории полета:

- дабл - трамплин, у которого приземления находится на одном уровне с вылетом,
- степ-даун - трамплин, у которого приземления ниже вылета,
- степ-ап - трамплин, у которого приземления находится выше вылета,
- трансфер - трамплин, приземление которого находится в другой плоскости по вылету.

При прыжке с такого трамплина велосипед нужно переводить в полете

- гэп –трамплин при прыжке, с которого надо через что-то (ручей, яма и др.) лететь;
- дроп - прыжок в склон с плоской поверхности, то есть с такой, которая не имеет вылета, с резким ее обрыванием и необходимостью приземления на плоскую поверхность трассы, которая находится ниже;
- контр-уклон - специально подготовленная конструкция, которая упрощает и ускоряет прохождение поворота. Контр-уклон создает колесам велосипеда, заложенного в поворот, перпендикулярную плоскость, по которой тот и едет, тем самым значительно улучшая сцепление велосипеда в повороте.
- свитчбек - элемент трассы, представляющий собой резкий разворот на 180 градусов на склоне, часто встречается другое название - «шпилька»;
- шоры - так называют любую конструкцию, которая представляет собой деревянный мост с досок на трассе [7].

Природные препятствия:

- езда по грунту, песку и камням с различными характеристиками (меняются от климатических условий): сухом (пыль), мокром и вязком (грязь) и др.;

- езда по корням деревьев; езда по воде; езда на различных топографических местностях: со склона, в гору в поворотах и разворотах и т.д.

В результате экспертного опроса было установлено, какие из общепринятых компонентов соревновательной деятельности в велосипедном спорте (старт, дистанционная скорость, финиш) являются наиболее значимыми в достижении результата (рис. 2.). Для этого экспертам нужно было определить процентное соотношения влияния данных компонентов на эффективность прохождения соревновательной дистанции в кросс-кантри.

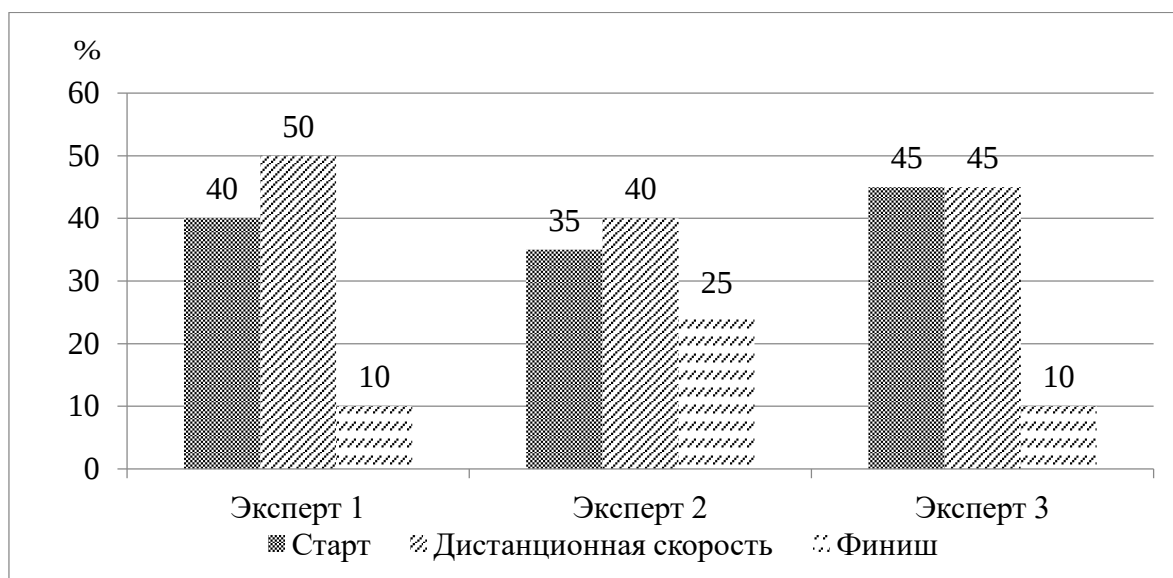


Рис.2. Процентное соотношение влияния компонентов соревновательной деятельности на спортивный результат в кросс-кантри

Анализируя ответы экспертов можно сделать вывод, что все три респондента считают, что дистанционная скорость больше всего влияет на конечный результат введения «гонки» (50 % - эксперт 1 (спортсмен), 40 % - эксперт 2 (тренер), 45 % - эксперт 3 (судья)). Это объясняется тем, что на сегодняшний день в маунтинбайке наблюдается тенденция к повышению экстремальности трасс, через включение в нее разнообразных сверх сложных в координационном и психологическом плане препятствий, в преодолении которых у велосипедистов возникают трудности, и они вынуждены объезжать (терять драгоценные секунды и силы) их по так называемой «трассе В», которая легче в техническом плане, но длиннее. Именно поэтому эксперты считают дистанционную скорость наиболее влияющей на результат в целом.

Поскольку одной из особенностей кросс-кантри является массовый старт и сужение трассы после 100-200 м в тропинку, по которой очень сложно осуществить обгон, старт является важным, поскольку от его эффективности зависит позиция гонщика на дистанции [3]. Если спортсмен «стартовал» одним из первых и в контактной борьбе выборов лучшую позицию, то он избежит «завалов» (падений) и сможет комфортно подъезжать к препятствиям и эффективно их преодолевать. Важность старта эксперты оценили следующим образом: спортсмен - 40 %, тренер - 35 % и судья оценил на 45 % (также как и дистанционную скорость).

Мнение экспертов также сошлось в оценке влияния финиша на конечный результат, все поставили его на третье место из трех возможных (эксперт 1 - 10, эксперт 2 – 25 %, эксперт 3 - 10 %).

При анализе видеозаписей соревнований по кросс-кантри разных уровней было выяснено, что в этой дисциплине очень редко наблюдается финишная борьба (гонщики чаще всего подъезжают к финишу с отрывом друг от друга).

Заключение. Для достижения высоких результатов в олимпийской дисциплине кросс-кантри спортсменам и тренерам необходимо четко определять структуру соревновательной деятельности, которая влияет на прохождение дистанции и зависит от условий (экстремальных) проведения гонки.

Акцентирование внимания на наиболее важных компонентах соревновательной деятельности и развитии соответствующих им двигательных качеств (старт – сила, скорость; дистанционная скорость – выносливость, ловкость, координация, техника и владение велосипедом) повысит результативность маунтинбайкеров.

Литература

1. Дышаков И. С. Психофизиологические показатели эффективности деятельности велосипедистов, специализирующихся в маунтинбайке. – М: Материалы XIII Международной научно-практической конференции психологов физической культуры и спорта, 2017. – С. 315-318.
2. Краснов В. Н. Кросс кантри: спортивная подготовка велосипедистов: монография.– М.: Научно издательский центр «Теория и практика физической культуры и спорта», 2006. – 446 с.
3. Краснов В. Н. Тренировка гонщиков в кросс-кантри: учеб. пособие. – Чебоксары: Чувашский ун-т, 2003. – 178 с.
4. Платонов В. Н. Организационно-методические проблемы подготовки велосипедистов / В. Н. Платонов, Д. А. Полищук // Велосипедный спорт. – 1983. – С. 12–19.
5. http://nskvmf.ru/maunting1/harakteristika_strukturnyh_kompo.htm
6. <http://www.trek.org.ru/struktura-sorevnovatelnoy-deyatelnosti-2.html>
7. https://bb30.ru/blogs/velo_skills/elementy-trassy-dlya-mauntinbayka

Сведения об авторе:

Гапонова Л.Ю. Национальный университет физического воспитания и спорта Украины
г.Киев luda/haponova@gmail.com

Использование восстановительных мероприятий в тренировке борцов

Кыдырова М.А., Каниметова К.А.

Кыргызская государственная академия физической культуры и спорта, г. Бишкек

Аннотация: Статья посвящена вопросам восстановления работоспособности спортсменов борцов с применением медико-биологических средств восстановления. Опубликованы результаты проведенного эксперимента по восстановлению работоспособности спортсменов.

Ключевые слова: борцы, медико-биологические средства восстановления, физическая подготовленность.

Балбандарды машыктырууда ишке болгон жөндөмдүүлүктү калыбына келтирүү

Кыдырова М.А., Каниметова К.А.

Кыргыз мамлекеттик дене тарбия жана спорт академиясы, Бишкек ш.

Аннотация. Макала медициналык биологиялык калыбына келтирүү каражаттарын колдонуу менен балбандардын ишке болгон жөндөмдүүлүгүн калыбына келтирүү маселелерине арналган, ошондой эле жүргүзүлгөн эксперименттин жыйынтыктары көрсөтүлгөн.

Негизги сөздөр: балбандар, медициналык биологиялык калыбына келтирүү каражаттары, дене даярдыгы.

The use of rehabilitation measures in the training of wrestlers

Kadyrova M. A., Kanimetova K. A.

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

Annotation. The Article is devoted to the restoration of performance of athletes wrestlers with the use of biomedical mea.

Key words: wrestlers, biomedical means of recovery, physical fitness.

Актуальность. За последние годы объёмы и интенсивность тренировочных нагрузок возросли в несколько раз. Спортсмены борцы убедились в необходимости поиска новых сочетаний видов физических нагрузок со средствами, способными вызвать в организме адаптационные перестройки, сопровождаемые ростом работоспособности [1,3,5,6]. К таким средствам следует отнести педагогические, психологические, гигиенические и медико-биологические средства восстановления [2,4,6].

Результаты исследований, представленные в данной работе, направлены на совершенствование системы организации подготовки спортсменов борцов с использованием медико-биологических средств восстановления.

Цель исследования - разработать методику восстановления работоспособности борцов с помощью медико - биологических средств.

Объект исследования - учебно-тренировочный процесс борцов.

Предмет исследования - процесс восстановления работоспособности борцов после тренировочных нагрузок.

Задачи исследования:

- проанализировать проблемы восстановления в спорте и изучить основные средства восстановления работоспособности борцов;
- применить в ходе эксперимента методику восстановления борцов с использованием медико-биологических средств.

Методы исследования.

- Анализ литературных источников;
- педагогическое наблюдение;
- тестирование;
- педагогический эксперимент;
- методы математической статистики;

Организация исследования. Эксперимент проводился в три этапа:

На первом этапе – проведены тесты - прыжки в длину с места, подтягивание, подъём туловища из положения лёжа, бег 20 метров. Результаты тестов заносились в протоколы. Затем из общего числа респондентов были сформированы две выборки: контрольная группа (10 человек) в которой занятия осуществлялись согласно программе детско-юношеской спортивной школы и экспериментальная группа (10 человек), в которой дополнительно спортсмены применяли разработанные нами комплексы восстановительных средств.

На втором этапе - применялась методика по восстановлению работоспособности борцов, а именно: баня, массаж, гидропроцедуры и витаминизация.

На третьем этапе – (контрольная) проведена повторная диагностика, целью которой было установить эффективность разработанной методики (пакет текстов, применяемых на предварительном этапе).

Результаты исследования и их обсуждения. Результаты, полученные на предварительном и контрольном этапах эксперимента, представлены в табл. 1

Результаты контрольной и экспериментальной групп, полученные на предварительном и контрольном этапах эксперимента

№	Название тестов	До эксперимента		После эксперимента	
		Контр. группа $X \pm m$	Эксперим. группа $X \pm m$	Контр. группа $X \pm m$	Эксперим. группа $X \pm m$
1.	Прыжки в длину с места (см)	174 $\pm$ 0,52	173 $\pm$ 0,22	181 $\pm$ 0,42	185 $\pm$ 0,68
2.	Подтягивание на перекладине (кол-во раз)	9 $\pm$ 0,33	10 $\pm$ 0,26	13 $\pm$ 0,50	18 $\pm$ 0,38
3.	Подъём туловища из положения лёжа (кол-во раз)	25 $\pm$ 0,41	25 $\pm$ 0,16	31 $\pm$ 0,56	36 $\pm$ 0,27
4.	Бег 20 м (сек.)	3,3 $\pm$ 0,06	3,1 $\pm$ 0,05	3,2 $\pm$ 0,03	3,1 $\pm$ 0,04

Данные, представленные в табл. 1, позволяют говорить о том, что на момент проведения предварительного этапа эксперимента в контрольной и экспериментальной группах отличий в физической подготовленности выявлено не было. Повторное проведение тестирования на контрольном этапе эксперимента позволило установить прирост результатов.

В результате анализа результатов, представленных в табл. 1 мы, пришли к выводу о том, что произошел рост показателей в обеих группах, однако в экспериментальной группе, где использовались медико-биологические средства восстановления, результаты выше, чем в контрольной группе. Для того чтобы проверить является ли выявлена разница достоверной, мы использовали t-критерий Стьюдента (табл.2).

Таблица 2

Сравнение результатов контрольного этапа контрольной и экспериментальной групп

№ п/п	Название испытания	КГ	ЭГ	t-критерий
1.	Прыжки в длину с места (см)	181,13	184,93	** $p \leq 0,01$
2.	Подтягивание на перекладине (кол-во раз)	13,13	18,8	** $p \leq 0,01$
3.	Подъём туловища из положения лёжа (кол-во раз)	31,67	36,6	** $p \leq 0,01$
4.	Бег 20 м (сек.)	3,16	3,13	$p \geq 0,05$

Результаты, представленные в табл. 2, позволяют говорить о том, что сравнительный анализ подтвердил, что существует значимая разница между показателями контрольной и экспериментальной групп по испытаниям «прыжки в длину с места», «подтягивание на перекладине», «подъём туловища из положения лёжа». Не было выявлено значимой

разницы между показателями контрольной и экспериментальной групп по испытанию «бег 20 м» ($p \geq 0,05$).

Таким образом, нам удалось подтвердить предположение о том, что комплексное применение медико-биологических средств (витаминация, массаж, баня) восстановления может оказать положительное влияние на физическую работоспособность, рост спортивных результатов борцов.

Заключение. Использована методика восстановления работоспособности борцов, основанная на применении медико-биологических средств с использованием массажа, гидропроцедур, бани и витаминизации.

Проведенный нами эксперимент установил эффективность применения медико-биологических средств восстановления (массаж, баня, гидропроцедуры, витаминизация,) на рост физической подготовленности и спортивных результатов борцов.

Литература

1. Бирюков А.А. Средства восстановления работоспособности спортсменов /А.А.Бирюков К.А.Кафаров.- М.: Физкультура и спорт, 1979.- 157 с.
2. Бурых А.Н. Методика комплексного подхода к использованию средств восстановления спортивной работоспособности. - М.: Физкультура и спорт, - 44 с.
3. Бурых А.Н. Методика комплексного подхода к изучению использования физических средств восстановления работоспособности спортсменов//Матер. Всесоюзн.научн.симпозиума. - М.: 1982. - С.67-68.
4. Волков В.М.Восстановительные процессы в спорте / В.М.Волков. –М.: Физкультура и спорт, 1977. - 144с.
5. Панков В.А. Особенности комплексного применения восстановительных средств при подготовке борцов (научно-практические рекомендации) - М.:Телер, 1998. -15 с.
6. Погосян М.М. Специальные средства восстановления работоспособности борцов в перерывах между соревновательными схватками: автореф.дисс.к.п.н. -М.:1983.-23 с.

Особенности средств и методов технической подготовки спортсменов-дзюдоистов с нарушениями слуха

Кулгожаев А. Ж.

Кыргызская Государственная академия физической культуры и спорта, г. Бишкек

Аннотация. В данной статье рассмотрен опыт работы по определению средств и методов технической подготовки по дзюдо для спортсменов-инвалидов по слуху, а также подготовки к участию в соревнованиях в процессе учебно-тренировочных занятий.

Ключевые слова. Результаты, спорт, лидер, здоровье, обучение, реабилитация, научный подход.

Угуу боюнча инвалид спортсмендер машыгууда күч-ылдамдуулука окутуу процессиндеги пландаштыруу

Кулгожаев А.Ж.

Кыргыз мамлекеттик дене тарбия жана спорт академиясы, Бишкек ш.

Аннотация. Бул макалада дзюдо менен машыккан мункунчулугу чектелген спортчуларды техникалык жактан даярдоо каражаттаары жана методдору жана окуу-машыгуу процессинин мелдеши жерге катышууга даярдоо процессы каралган.

Негизги сөздөр: жыйынтыктар, спорт, лидери, ден соолук, окутуу, калыбына келтирүү, илимий негизде.

Planning the training process for speed-power preparation of sportsmen – in valids on hearing

Kulgochaev A.J.

Kyrgyz state physical education and sport academy, Bishkek c.

Abstract. This article describes the experience in defining the technical preparation of participation at judo competitions for athletes with hearing disabilities, as well as preparation to participate in the competition in the process of training sessions.

Keywords: results, sports, leader, health, training, rehabilitation, scientific approach.

Введение. Каждый из десяти жителей земли является инвалидом вследствие различных заболеваний, по данным Всемирной организации здравоохранения. ЮНЕСКО также отмечает, что на современном этапе развития общества, в мире насчитывается 250 миллионов детей с ограниченными возможностями от 14 лет, в том числе 42 миллиона с нарушениями слуха [5, 7].

Некоторые авторы указывают, что глухие дети отстают от их здоровых сверстников в физическом развитии [1]. Отставание выразилось в точной координации движений, поддержке равновесия, низком уровне развития пространственной ориентации. По данным авторов у глухих детей по сравнению со здоровыми, наблюдается ухудшение вестибулярных функций. Поэтому физическое воспитание и занятия спортом являются мощнейшим

средством для лиц с нарушениями слуха, способствующим воспитанию, укреплению здоровья, становлению социальной адаптации.

На современном этапе, в связи с участием спортсменов с нарушениями слуха в Сурдолимпийских играх, приобщением спортсменов к систематическим тренировкам, дает возможность в дальнейшем к адаптации в обществе, к трудовой деятельности, что и послужило к существенной актуальности проблемы совершенствования системы спортивной тренировки для таких лиц.

Цель исследования - изучить особенности средств и методов технической подготовки спортсменов-дзюдоистов с нарушениями слуха.

Материалы и методы исследования. С 2007 года на базе Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта действует группа по борьбе дзюдо для инвалидов по слуху. Для определения степени технической подготовленности запланировано участие спортсменов на соревнованиях. Были составлены годовой и рабочий планы тренировок, куда включены основные средства и методы технической подготовки с дальнейшим тестированием. Годовой график включал два макроцикла, с 14 дневным переходным периодом между ними. Запланированы два основных старта. В подготовительный период включалось участие на соревнованиях различного масштаба, для оценки промежуточной технической подготовки, слабых и сильных сторон. Спортсмены участвовали наравне со здоровыми спортсменами. В 2016 году основными соревнованиями были Чемпионат Мира в г. Самсун (Турции). В 2017 году Параолимпийские игры в г. Самсун (Турции), в 2019 году Азиатские игры среди инвалидов по слуху в г. Бангкок (Таиланде).

Результаты исследования и их обсуждения. В связи с развитием инвалидного спорта и предоставлению возможностей для занятий физической культурой не только в нашей стране, но и по всему миру, сложилось несколько направлений адаптивного спорта. Адаптивный спорт – это спорт, созданный для удовлетворения особых потребностей лиц с отклонением в состоянии здоровья [1].

Признание в мировой общественности и наибольшее распространение получили три направления: паралимпийское, сурдлимпийское и специальное олимпийское [4].

Наибольший опыт по организации физкультурно-оздоровительной и спортивной работы имеют инвалиды по слуху [8]. Поэтому именно эта категория спортсменов было рассмотрено нами.

Международное спортивное движение инвалидов возникло в 1924 году после проведения первых Всемирных игр глухих и основания в этом же году Международного спортивного комитета глухих. Глухие спортсмены не участвуют в паралимпийских играх, а проводят сурдлимпийские игры (с 2001 г. Дефлимпийские), так как относят себя к культурно-языковому меньшинству без физических и психических нарушений [5, 6].

Среди спортсменов с нарушениями слуха, соревнования проводят по правилам, утвержденным Международными спортивными федерациями. Исключение составляют некоторые изменения технического характера, связанные со спецификой данного контингента занимающихся [4,7].

У спортсменов, имеющих нарушение слуха, техническая подготовка имеет свои особенности. Нарушения в двигательной области, которые необходимо учитывать при организации занятий:

- низкий уровень развития двигательных качеств;
- недостаточно точная координация и уверенность в движениях;
- сложность сохранения статического и динамического равновесия;
- низкий уровень развития ориентирования в пространстве;

Также следует отметить, что система физического воспитания в специализированных школах для слабослышащих и глухонемых, не обеспечивает необходимого уровня развития физических качеств и должным образом не обеспечивает социальную адаптацию [5, 7, 9].

Так, например, при освоении основ технической подготовки в работе со слабослышащими спортсменами необходимо придерживаться принципа постепенности и последовательности (от простого к сложному). В процессе применения упражнений надо использовать принцип многократного повторения одного и того же приёма, так же отмечается эффективность совместного учебно-тренировочного процесса со здоровыми спортсменами по дзюдо по трем направлениям:

1. Показ, рассказ и объяснение с помощью сурдопереводчика и демонстрации выполнения приемов по видео.
2. Совместное проведение учебно-тренировочных занятий (по общей программе) здоровых дзюдоистов и с нарушениями слуха. Но этот раздел показал свою малоэффективность, так как спортсмен с нарушением слуха только копирует прием, не осмысливая последующие тактические действия, которое необходимо для более успешного освоения.
3. Проведение учебно-тренировочных занятий спортсменов с нарушениями слуха по специальному плану технической подготовки с привлечением здоровых дзюдоистов. Это направление оказалось наиболее эффективным. Так как процесс подготовки включал в себя осмысление и взаимообучение спортсменов, использовался метод строго регламентированного упражнения. В процессе обучения и совершенствования отработки приемов осуществляется на здоровых дзюдоистах, которые следят за правильной техникой выполнения движения. В результате этого у тренера появляется больше времени для индивидуальной работы с каждым занимающимся [6, 8, 10].

Показаны результаты: На Чемпионате Мира г. Самсун (Турция), Каналбек уулу Ильгиз до 100 кг – II место, На Азиатских играх г. Сеул (Корея), Бейшенкулов Максат до 66 кг – III

место. Участвовали страны: Корея, Япония, Тайвань, Иран, Китай, Малайзия. В 2017 году Сурдолимпийские летние игры г. Самсун (Турция). Показаны результаты Каналбек у. Ильгиз - III место, Атабеков Марс - XII место. Что весьма не плохой результат для нашей страны.

Заключение. На социализацию в обществе людей с ограниченными возможностями положительно влияет стремительное развитие адаптивного спорта, что показал анализ специальной и научно-методической литературы.

При рассмотрении технической подготовки спортсменов с нарушениями слуха в борьбе дзюдо были выявлены определенные особенности: обучение новым двигательным действиям или техническим элементам необходимо осуществлять от простого к сложному с многократными повторениями, и сопровождать показом фильмов, схем и т.п.

Эффективно влияет на подготовку спортсменов с нарушениями слуха учебно-тренировочный процесс, предусматривающий проведение занятий с привлечением физически здоровых спортсменов.

Литература

1. Байкина Н. Г., Сермеев Б. В. Физическое воспитание в школе глухих и слабослышащих. -М.: Советский спорт, 1991. — 64 с.
2. Байкина Н.Г. Диагностика и коррекция двигательной сферы у лиц с нарушениями слуха, Запорожье: ЗГУ, 2003, 232 с.
3. Винник Д.П. Адаптивное физическое воспитание и спорт,-Киев: Олимпийская литература, 2010, 608 с.
4. Евсеев С.П. Теория и организация адаптивной физической культуры, -М.: Советский спорт, 2005, 296 с.
5. Евсеев С.П. Теория и организация адаптивной физической культуры, -М.: Советский спорт, 2009, 448 с.
6. Евсеев С.П., Шапкова Л.В. Адаптивная физическая культура, М.: Советский спорт, 2000, -240 с.
7. Кадочкин А.Н., Валеев Р.В., Савиных Л.Е. Эффективность совместных учебно-тренировочных занятий физически здоровых дзюдоистов и спортсменов с нарушениями слуха, Теория и практика физической культуры, 2011, № 8, -С. 86 – 88.
8. Мишарина С.Н. Шелков О.М, Евсеев С.П. Особенности подготовки элитных спортсменов в паралимпийских видах спорта, Спорт и здоровье, СПб., 2005 -С. 188-189.
9. Осколкова Е.А., Рубцова Н.О. Роль адаптивного физического воспитания в системе профессиональной адаптации инвалидов с нарушением слуха, Теория и практика физической культуры, 2008, № 1- С. 14.
10. Присоединяйтесь – мы, разные – но, равные: Специальная олимпиада – разрушает барьеры. / Под общей редакцией Мамбеталиева К.У.– Б.: 2007. - С.1-10.

Теоретические основы моделирования тренировочных занятий, направленных на повышение скоростных качеств футболистов

Мысыкбаев Ж.Е.

Кыргызская государственная академия физической культуры и спорта, г. Бишкек

Аннотация. Статья освещает теоретические основы применения междисциплинарного подхода в моделировании тренировочных программ по повышению скоростных качеств футболистов юношеского возраста. Рассматриваются методики отечественных и зарубежных теоретиков и практиков в области спринтерского бега, легкой и тяжелой атлетики, спортивной метрологии и др.

Ключевые слова: теоретические основы, моделирование, тренировочная программа, повышение скорости, технология, скоростные качества.

Футбол оюнчулардын ылдамдык сапаттарын жогорулатууга багытталган машыктыруучу программаларын моделдөөнүн теоретикалык негиздери

Мысыкбаев Ж.Е.

Кыргыз мамлекеттик дене тарбия жана спорт академиясы, Бишкек ш.

Аннотация. Макалада жаш оюнчулардын ылдамдык сапаттарын жогорулатуудагы машыктыруучу программаларын моделдөөдө дисциплиналар аралык ыкмасын колдонуунун теоретикалык негиздери чагылдырылат. Айрыкча, спринтерлик жүгүрүү, жеңил жана оор атлетика, спорттук метрология чөйрөсүндөгү өлкөлүк жана чет элдик теоретиктер менен практиктердин методикаларынын айкалышы жана башка маселелер каралат.

Негизги сөздөр: теоретикалык негиздер, моделдөө, машыктыруучу программа, ылдамдыкты жогорулатуу, технология, ылдамдык сапаттар.

Theoretical basics of modeling training trainees aimed at improving the high-speed qualities of football players

Mysykbaev J.E.

Kyrgyz State Physical Education and Sport Academy, Bishkek city.

Abstract. The article covers the theoretical basics of the using of an interdisciplinary approach in modeling the training programs to improve the speed of youthful players. Also are considered the methods of domestic and foreign theorists and practitioners in the field of sprint, light and heavy athletics, sports metrology, etc.

Keywords: theoretical basics, modeling, training program, speed increase, technology, speed.

Введение. В современном футболе способность игрока выполнять свою задачу в минимальное время и на максимально высокой скорости является одним из основных факторов его успешной деятельности. Для решения этой задачи научные специалисты из легкой атлетики предлагают использовать апробированные методики повышения скорости бега спринтеров. Спринтерский бег не только самостоятельная дисциплина подготовки

спортсменов, но и прекрасная база для уточнения направленности работы по развитию мышц, как всего двигательного аппарата, так и отдельных ее компонентов [1]. Большинство тренеров по футболу считают, что техника бега футболистов существенно отличается от техники бега спринтера.

При этом работы Стивена Флека, Уильяма Кремера и Томаса Хогена наиболее полно отражают специфику проблематики. Так, по мнению Т. Хогена, "для достижения наилучших результатов требуется работа по совершенствованию трех основных сторон в подготовке: увеличение скорости бега, тяжелая атлетика для развития мышц ног и техника бега". С помощью самого бега трудно, а порой и невозможно исправить ошибки и недостатки. Чтобы выделить отдельные фазы бега и исправить ошибки в отдельных движениях бегового шага используют специальные беговые упражнения [3].

Наряду с этим, задачи исследования заключаются в изучении средств и методов подготовки ведущих спринтеров, которые вполне применимы в моделировании тренировочных занятий, направленных на повышение скорости футболистов. В особенности, влияние плиометрических и специальных беговых упражнений спринтеров дает положительный результат в улучшении упругости и эластичности мышц стопы, голени, бедра и корпуса. Правильный подбор физических упражнений и постоянная работа по улучшению техники бега на каждом этапе годичного периода гарантирует повышения скорости и взрывной силы у футболистов [4].

Цель исследования -изучение теоретических и практических основ методики повышения скоростных способностей спринтеров для последующего практического применения в моделировании специальных тренировочных занятий по повышению скоростных способностей футболистов.

Объект и предмет исследования - спринтерский бег, тренировочные программы по увеличению скорости бега в футболе и легкой атлетике.

Методы исследования.

- анализ научной и методической литературы.
- педагогический эксперимент.
- физиологические исследования.
- методы сравнительного и логического анализа.

Теоретическая основа исследования построена на разработках советских, теоретиков и практиков спортивной науки, которые изучались многими западными и европейскими футбольными клубами и до настоящего времени весьма эффективно и широко применяются [2].

Результаты исследования. При моделировании тренировочных занятий взятых из построения тренировочных основ в подготовке спринтера и для разработки модельных

характеристик предлагается использовать показатели или факторы, объективно отражающие отдельные компоненты скоростно-силовых качеств и двигательных функций спортсменов[5]. Так как повышение быстроты выполнения двигательных действий в футболе, зависит от уровня функциональных возможностей организма спортсмена, обуславливающих скоростные характеристики в различных формах двигательной деятельности. В методике воспитания быстроты существует два направления: целостное воспитание быстроты в определенном движении и аналитическое совершенствование отдельных факторов, обуславливающих максимальную скорость движения.

На сегодняшний день одной из наиболее востребованных способностей ведущего игрока является стартовая и дистанционная скорость с ускорением до 30 метров. Преимущественно, успех игрока на поле заключается в опережающем скоростном выполнении технического элемента в условиях ограниченного пространства и времени. Так, во время матча профессиональный игрок способен пробежать с максимальной скоростью от 30 до 40 и более рывков, а в остальное время может двигаться и перемещаться по полю в среднем или медленном темпе. Анализ соревновательной двигательной активности, выполненной в виде спринта, позволил установить следующие данные. За игру основной объем спринтерской работы выполняется в диапазоне 300-600 м. Полузащитники выполняют наибольший объем работы. Например, в течение сезона полузащитник пробегает по полю 12000–13500 м, из них в виде спринта 520 ± 18 м. Защитник в среднем пробегает 9100-9800 м, объем спринтерской работы 280 ± 24 м. Нападающие преодолевает от 8800 до 10200 м при объеме спринтерского бега 245 ± 26 м.

Сравнение показателей беговой работы отечественных спортсменов и ведущих клубов Европы показывают, что если в объеме беговой работы различий нет, то по количеству и объёму рывков и ускорений с максимальной скоростью различия существенно не в пользу наших футболистов. Двигательные функции спортсменов условно подразделяются на консервативные и неконсервативные, компенсируемые и некомпенсируемые, которые необходимо учитывать при программировании тренировочных занятий. Критерием отбора средств по развитию скорости должно стать разработка тренировочной программы специальной физической подготовки с преимущественной направленностью на развитие взрывного и скоростного компонентов движений [6]. Важным моментом в исследуемой проблематике является то, что работа должна быть построена на двух базовых принципах. В первом случае, упражнения должны выполняться в умеренном темпе, с акцентом на взрывное усилие в самом начале действия. Во втором случае, акцент необходимо делать на повышение темпа движений с сохранением взрывного действия [7].

В ходе исследования доказана целесообразность сочетания в тренировке легкоатлетов-спринтеров коротких (3-6 повторных отталкиваний с места в полную силу), и длинных (многократные отталкивания с быстрым продвижением вперед на отрезках 60-100 м.)

прыжковых упражнений. Первые способствуют увеличению скорости стартового разгона, вторые скорости бега по дистанции [8]. При этом остается важным соответствие главных параметров выполняемых специальных упражнений (кинематической, динамической и ритмической структур) основному упражнению, к выполнению которого приступают в начале основной части занятия. Специальные беговые упражнения выполняются в определенной последовательности. Вначале выполняются упражнения меньшей интенсивности, затем постепенно, в зависимости от готовности мышц, можно включать упражнения большей интенсивности. Подбор упражнений должен обеспечить постепенное повышение нагрузки от минимальной до значительной [9].

Показательным моментом исследования является положение о том, что современные спринтеры способны развивать высокую стартовую скорость, демонстрируя взрывную силу [10]. При подготовке футболистов, в построении тренировочных циклов необходимо подбирать и обращать внимание на эффективное выполнение прыжковых упражнений и работу взрывного характера. Кроме того, упражнения должны носить характер исправления ошибок в технике бега и недостатков силы мышц, что в свою очередь улучшит длину шага при беге и сократится время опоры. Улучшению техники надо уделять внимание каждый день, и при этом исследователям технологий подготовки спринтеров хорошо знакомо то, что для совершенствования стартовой взрывной скорости применяются методики тренировок, взятых из тяжёлой атлетики. Спортивной практикой доказано, что высококлассный спринтер - это гармонично развитый атлет, с хорошо развитой мускулатурой всего тела, а не только ног [11]. Однако наша задача и прикладной смысл исследования нацелен на развитие четырёх сторон мышечных групп: туловища, бедра, голени и стопы.

Техника игры в футбол охватывает все процессы движения с мячом и без мяча, которые в соответствии с правилами необходимы для проведения игры. Однако, техника перемещения игрока на высоких скоростях с одновременным выполнением технико-тактических задач требует специализированной подготовки. При подборе комплекса упражнений в данном направлении будет отдано тем упражнениям, направленность которых решает задачу по своевременному исправлению ошибок, препятствующих росту скоростных показателей футболистов. Игрок будет учиться правильному взаимодействию функций быстроты, силы, выносливости, а также рациональной координации своих движений в зависимости от внешних действий. Гипотеза заключается в том, что в отличие от быстроты возможности совершенствования скорости движения гораздо шире.

Длительность выполнения рывка зависит от длины пробегаемого расстояния. В футболе в основном применяются рывки на 15 – 30 м с места (стартовая скорость), а также на 45 м (дистанционная скорость) [12]. С учетом выше обозначенных теоретических и практических положений вполне возможно будет разработать эффективную модель тренировочной программы для развития скоростных качеств.

Полагаясь на основные концептуальные положения спортивного физиолога Ю.Верхошанского, "руководствуясь некоторыми специальными тренировочными программами, спортсмен любой специализации, от которого требуется взрывное проявление усилия, может подобрать для себя необходимый комплекс упражнений для решения этой задачи".

Проявление быстрой силы чрезвычайно разнообразно, а природа ее в высокой степени специфична, что имеет сравнительно медленный темп развития. Отсюда и методика совершенствования быстрой силы очень специфична [16].

Скептические оценки данной гипотезы сводятся к тому, что, хотя методика подготовки спринтеров улучшит скорость бега футболиста, футбол не является линейной игрой и наряду с высокой скоростью важна также большая ловкость. Однако, если задача стоит совместить увеличение скорости бега и уменьшение времени торможения, то силовые тренировки и специальные беговые упражнения с улучшением техники бега и скоординированными действиями всего тела, могут стать достаточным основанием для увеличения, как скорости, так и ловкости.

Закключение. Практика и специально организованные исследования свидетельствуют, что развитие скоростной выносливости будет более эффективно, если тренировки содержат больше скоростных нагрузок [14]. Вследствие этого, ряд разработок спортивных физиологов имеют универсальный характер, и может использоваться в смежных спортивных дисциплинах, «если возможно увеличить одну способность, то возможно и увеличение другой способности», или другими словами, "тренировочные технологии повышения скоростных качеств спринтеров вполне применимы и в футболе".

Тренировочные технологии повышения скоростных качеств у спринтеров вполне применимы и в футболе, для достижения наилучших результатов требуется работа по воспитанию быстроты, увеличение скорости бега за счет средств силовой подготовки и улучшения техника бега.

Литература

1. Верхошанский Ю.В. «Основы специальной силовой подготовки в спорте». 3-е изд. — М.: Советский спорт, 2013. — 216 с.
2. Верхошанский Ю.В. «Основы специальной физической подготовки спортсменов». Наука – спорту.- М.: «ФиС», 1988 - С.64.
3. Выприков Д. В. Учебно-тренировочный процесс квалифицированных спортсменов в мини-футболе» - М.: ФГБОУ ВО «РЭУ им. Г. В. Плеханова», 2017 - С. 16.
4. Гаськов А.В., В.А. Кузьмин. «Теоретические аспекты построения спортивной тренировки в единоборствах». Красноярск, 2002 - С. 6.

5. Губа В., Стула А., Кромке К. "Подготовка футболистов в ведущих клубах Европы". Издательство "Спорт", 2017- С. 31.
6. Дубровский В.И., В.Н. Фёдорова, «Биомеханика»-М.: «Владос-пресс», 2003- С.50.
7. Заботин В.Г., С.В. Иванов А.Б. Лаврентьев. «Особенности методики подготовки и развития силовых способностей студентов». Учебное пособие, Владимир 2007 - С. 41.
8. Захарова В., А. И. Стафеев. «Легкая атлетика в вузе. Силовая подготовка спринтеров. Методические указания к практическим занятиям для студентов 1–3 курсов для специализации «Легкая атлетика». Ульяновск, УлГТУ, 2012 - С. 57.
9. Калинин Д.И. «Развитие основных физических качеств футболистов» Физическая культура и спорт Молодой учёный №19 (123) октябрь-1 2016 - С. 26.
10. Козловский Ю.И. «Скоростно-силовая подготовка бегунов на средние и длинные дистанции». «Здоровья», 1980 Киев - С. 264.
11. Коростелёва Е.Н. «Методика обучения технике бега на короткие дистанции». УМП к практическим занятиям. М.: 2017 - С. 34.
12. Кузнецов А.А. «Футбол. Настольная книга детского тренера». Олимпия, Человек.-М.: 2008 - С. 40.
13. Макаренко В.Г. "Практика использования спортивно-игрового метода в учебно-тренировочном процессе юных футболистов". УМП, Челябинск, 2018 - С. 82.
14. Сиренко Д.В. «Методика развития скоростных способностей у юных футболистов с учетом их игрового амплуа», Волгоград, 2008 Легкоатлетический Вестник. Специальный раздел "Спринт". ИААФ 1, 24:1; 3,2009 - С. 80.
15. Чибисов А. А. «Совершенствование методики воспитания скоростных качеств хоккеистов 13-14 лет». Материалы VII Международной студенческой научной конференции «Студенческий научный форум» 06.04.2019 - С. 111.
16. Мариано Роперо, Карлос Кантанеро. «Школа испанского футбола». М.: 2015 - С. 36.
17. «Методические рекомендации для анализа спортивных результатов и системы прогнозирования успешности выступления московских спортсменов при подготовке к Олимпийским играм в городе Сочи 2014 года». М.: 2012 - С. 30.
18. Развитие прыжковой выносливости у баскетболистов, занимающихся в сборных командных ВУЗах». Учебно-методическое пособие. КПФУ. Казань, 2015 - С. 28.
19. Методические указания. "Типичные ошибки легкоатлетов при освоении техники бега, методы их устранения". Издательство «Самарский университет». 2002 -С. 6.
20. «Основы теории физической культуры и спорта. Учебное пособие. Казань, 2011 - С. 10.

Особенности физического развития и двигательной подготовленности вратарей высокой квалификации мини-футбола

Орозбекова Б.Т., Абрамова С.Е.

Кыргызская государственная академия физической культуры и спорта, г. Бишкек

Аннотация. В статье освещается проблема физической подготовленности вратарей высокой квалификации в мини-футболе. Имеет место, нехватка вратарей по Республике, чтобы улучшить двигательную подготовленность вратарей следует обратить внимание на тренировочный процесс игрока данного амплуа.

Ключевые слова: вратарь, мини-футбол, физическое развитие, двигательная подготовленность, тренировочный процесс.

Кичи футбол боюнча жогорку дасыктагы дарбазачынын дене өзгөчөлүктөрү жана дене кыймыл даярдыгы

Орозбекова Б.Т., Абрамова С.Е.,

Кыргыз мамлекеттик дене тарбия жана спорт академиясы, Бишкек ш.

Аннотация. Макала мини-футболдогу дене-бойдун жөндөмдүүлүгүн, дарбазачылардын маселесин белгилейт. Азыркы учурда оюнчунун кыймыл-бойдун өсүшүн жана мыкты дарбазачыларды даярдоо максатында Республикада мыкты дарбазачылардын жетишсиздиги байкалат.

Негизги сөздөр: дарбазачы, мини-футбол, дене-боюнун жетилишин, кыймыл-бойду, даярдоо.

Features of physical development, motor preparedness of the high-qualified goalkeepers of mini-football

Orozbekova B.T., Abramova S.E.

Kyrgyz state physical education and sport academy, Bishkek c.

Abstract. The article highlights the problem of physical fitness of highly skilled goalkeepers in mini-football. Currently, there is a shortage of goalkeepers in the Republic, in order to improve the movement skills of goalkeepers, one should pay attention to the training process of a player of this role.

Keywords: goalkeeper, futsal, physical development, motor fitness, training process

Актуальность. Мини-футбол – игра нестандартными движениями и работой переменной интенсивности с постоянно меняющимися игровыми ситуациями в защите и нападении.

Наиболее важным качеством в мини-футболе, является антиципация (предвидение, предвосхищение). В современном мини-футболе достижение максимально возможных результатов в значительной мере обусловлено как ходом естественного возрастного развития, так и применяемой системой спортивной подготовки. Для достижения высоких результатов в

соревнованиях необходимо постоянно совершенствовать систему спортивной подготовки команды в целом, а также, изыскивая все более эффективные средства и методы обучения и тренировки [1-5].

Вопросы подготовки вратарей и игроков рассматриваются преимущественно в тренировке всей команды, либо посвящены отдельным аспектам тренировки квалифицированных вратарей. Вратарь – одно из основных звеньев в любой «игровой» команде. Общие закономерности методологии организации и построения учебно-тренировочного процесса вратарей и игроков в видах спортивных игр раскрыты достаточно поверхностно [6,7,8].

В мини-футболе, серьезной проблемой является подготовка вратарей, как профессиональных клубов, так и любительских команд. На сегодняшний день сборные команды страны и отечественные профессиональные клубы-участники официальных международных соревнований, испытывают острый дефицит футболистов и вынуждены прибегать к помощи легионеров [9,10, 11].

Соревновательной деятельности в мини-футболе вратарская нагрузка отличается большей насыщенностью физической работой. Значимыми для успешности защитных действий вратарей здесь являются анаэробные механизмы энергообеспечения соревновательной деятельности [12- 17].

Цель исследования - научное обоснование учебно-тренировочного процесса физической подготовленности вратарей высокой квалификации в мини-футболе (футзале).

Задачи исследования - изучить особенности физического развития, двигательной подготовленности вратарей высокой квалификации мини-футболом.

Организация и результаты исследования. Объектом исследования являлась тренировочная деятельность вратарей сборной Кыргызстана и высокой квалификации в мини-футболе.

Предметом исследования были показатели физической подготовленности вратарей высокой квалификации в мини-футболе (футзале), а также структура и содержание их соревновательной деятельности.

Сборная Кыргызстана по мини-футболу (Кыргызстан улуттук мини-футбол курамасы) - представляет Кыргызскую республику на международных матчах и соревнованиях по мини-футболу (и футзалу), контролируется Федерацией футбола КР, член ФИФА и АФК.

По состоянию на ноябрь 2018 года, сборная Кыргызстана занимает 42-е место в мировом рейтинге сборных по мини-футболу.

Чемпионат мира по мини-футболу:

- 1989, 1992, 1996, 2000гг. – не участвовала в квалификации;
- 2004, 2008, 2012, 2016гг. – не смогла пройти квалификацию.

В связи с этим, на основе анализа игровой соревновательной деятельности мини-футболистов мы считаем, что необходимым условием для решения задач подготовки является полный учет компонентов, прежде всего, технико-тактической деятельности игроков. В системе управления подготовкой мини-футбольных команд особенно вратарей, в последнее время все более важное место занимает контроль соревновательной деятельности.

В системе обследования соревновательной деятельности мы выделили разделы по контролю командных действий в атаке и обороне, индивидуальной деятельности вратарей и мини-футболистов и регистрации отдельных технических приемов (табл.1).

Таблица 1

Показатели объема защитных технико-тактических действий вратарей различной квалификации команд

Показатели	Квалификация команд		
	Сборная Кыргызстана (n=20)	Молодежная сборная Кыргызстана (n=18)	Дублеры (n=10)
Ловля мячей (всего за игру)	10,4±4,1	8,3±4,6	6,1±3,7
Ловля мячей в верхней части ворот	3,5±2,1	2,5±2,2	2,1±1,1
Ловля мячей в нижней части ворот	6,9±1,9	5,8±2,9	4,0±3,4
Отбивание мячей			
Отбивание мячей (всего за игру)	8,6±1,6	7,4±3,4	10,4±2,4
Отбивание мяча руками (всего)	4,7±1,3	4,3±2,1	5,6±1,2
Отбивание мяча руками на месте	2,2±1,1	2,2±1,2	2,9±1,2
Отбивание мяча руками в броске (прыжке)	2,5±1,1	2,1±1	2,7±1,3
Отбивание мяча ногами (всего)	3,9±1,1	3,1±2,3	4,8±1,6
Отбивание мяча ногами на месте (в выпаде)	2,6±0,6	1,9±1,6	3,9±2,3
Отбивание мяча ногами в броске (в шпагате)	1,3±0,9	1,2±1,2	0,9±1,2

Средний показатель ловли мяча у вратарей Сборная Кыргызстана составляет 10,4±4,1 раз, а Молодежная сборной 8,3±4,6, Вратари-дублеры 6,1±3,7 за матч. Ловля мячей в верхней части ворот Сборная Кыргызстана составляет 3,5±2,1 раз, а Молодежная сборной и Вратари-дублеры 2,5±2,2 и 2,1±1,1 соответственно. Когда, ловля мячей в нижней части ворот у вратарей Сборная Кыргызстана 1,2 и 1,7 раз больше чем Молодежная сборной и Вратари-дублеры. Однако, отбивание мячей (всего за игру, руками, руками на месте, в броске, в прыжке, ногами (всего), а также, и на месте (в выпаде) у Вратарей-дублеров больше чем, у Сборная Кыргызстана и Молодежной сборной. По видимо, это объясняется с тем, что дублеры не повторяют ошибки основных игроков. Но отбивание мяча ногами в броске (в шпагате) у

вратарей Сборная Кыргызстана лучше, чем у остальных, из-за своего опыта и тренированности. Очевидно, что использование в игре этого приема требует соответствующего уровня развития гибкости и ловкости. В остальных случаях вратари отбивают мяч. Впрочем, выявленные различия оказались недостоверны.

Наибольшее количество мячей вратари ловят в нижней части створа ворот. В частности, вратарям сборной команды приходилось ловить мячи, направленные в нижнюю часть ворот, в 67 % всех случаев ловли. Вратари дублеры мячи в нижней части ворот в 71 % случаев, Молодежной сборной - в 72 %. Больше всех нижних мячей - 76 % поймали вратари дублирующих составов Сборная Кыргызстана. При этом вратари Сборная Кыргызстана мяч в игре достоверно ($p < 0,05$) большее количество раз, чем игроки Молодежная команды и дублеры.

В верхнюю часть ворот мячи направляют реже, чем в нижнюю. Вратарям сборной команды КР 33% мячей приходилось ловить в верхней части ворот, Молодежной команде - 27 %, и дублерам - 24 %.

Кроме ловли, вратари защищают свои ворота, отбивая мяч руками и ногами. Вратари сборной команды КР чаще отбивают мяч руками - 52% против 48 % отбиваний ногами. Вратари дублеры также, больше отбивают мяч руками.

Заключение. Структура технико-тактических действий вратарей высокой квалификации имеет свои характерные особенности.

- Средний показатель ловли мяча у вратарей Сборная Кыргызстана 1,25 раза Молодежная сборной и 1,7 раза больше чем, Вратари-дублеры. Ловля мячей в верхней части ворот Сборная Кыргызстана составляет $3,5 \pm 2,1$ раз, а Молодежная сборной и Вратари-дублеры $2,5 \pm 2,2$ и $2,1 \pm 1,1$ соответственно.
- Отбивание мяча ногами в броске (в шпагате) у вратарей Сборная Кыргызстана лучше, чем у остальных, из-за своего опыта и тренированности. Учитывая индивидуальные особенности вратарей, необходимо следить за динамикой результатов тестирования и корректировать процесс подготовки, ориентируясь на разработанные нами и приведенные ниже нормативные показатели уровней физической подготовленности.
- Важным фактором повышения эффективности тренировочного процесса является педагогический контроль технико-тактических действий вратарей в соревнованиях. Для практической деятельности тренеров в этом направлении рекомендуется использовать параметры технико-тактических действий, которые использовались нами в процессе нашего исследования.

Литература

1. Голомазов, С. Принципы тренировки, направления и организация работы при развитии двигательных качеств вратарей / С.В. Голомазов, Б.Г. Чирва // Теория и методика футбола. - 2003. - №4 (20). - С.44-46.
2. Голомазов, С.В. Футбол. Факторы, влияющие на успешность ловли и отражения мячей вратарями: методическое пособие. / С.В. Голомазов, Б.Г. Чирва. - Выпуск 21. - М., РГУФК, 2004. - 44 с.
3. Епихин, Г.В. В ворота и от ворот: Специальная подготовка вратаря в хоккее на траве / Г.В. Епихин // Спортивные игры. -1984. - №1. - С. 18-19.
4. Заганшин, О.З. К вопросу управления подготовкой вратарей в мини-футболе / О.З. Заганшин, В.М. Шищенко // Физическая культура и спорт в современном обществе: (материалы Всерос. конф. 26-28 марта 2003) / Дальневост. гос. акад. физ. культуры. - Хабаровск, 2003.
5. Ивахин, Е.И. Техника, тактика и методика подготовки вратаря: метод. разработки по гандболу / Е.И. Ивахин, Н.И. Хомутов, Л.А. Латышкевич; КГИФК. - Киев, 1972. - 55 с.
6. Игнатьева, В.Я. Физическая подготовленность вратарей различной квалификации / В.Я. Игнатьева, Е.О. Надеждин // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - 2004. - №5. - С. 38.
7. Казиев, М.Х. Двигательные действия, связанные с реакцией на движущийся объект (летящий мяч), и некоторые пути повышения их эффективности: автореф. дис. ... канд. пед. наук / Казиев М. Х.; ГЦОЛИФК. - М., 1989. - 24 с.
8. Косинцев, В.С. Экспериментально-педагогическое исследование внимания и путей его совершенствования в гандболе (на материале игры вратарей): Автореф. дис... канд. пед. наук / Косинцев Владимир Сергеевич. - М.: ГЦОЛИФК, 1970. - 27с.
9. Матвеев, Л.П. Очерки по теории физической культуры / Л.П. Матвеев. - М.: Физкультура и спорт, 1984. - С.224-240.
10. Орлов, А.В. Контроль соревновательной деятельности в системе управления подготовкой игроков в мини-футболе: метод. рекомендации для студентов РГУФКа / А.В. Орлов. - РИО РГУФК, 2000. - 24с.
11. Платонов, В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте /В.Н. Платонов. - Киев: «Олимпийская литература», 1997. - 583 с.
12. Сидельников, А.Г. Техничко-тактические показатели соревновательной деятельности высококвалифицированных футбольных вратарей / А.Г. Сидельников, В.Р. Мильрут // Совершенствование подготовки кадров в области физической культуры и спорта, модернизации профессионального образования в России: Тез. докл. 2-й науч.-практ. конф. 25-27 марта 2004 г. - М., 2004. - С. 185-187.
13. Сурков, Е.Н. Пути обучения футбольных вратарей упреждающим действиям / Е.Н. Сурков, Ю.С. Якобсон // Научные основы физического воспитания и спорта. - Л., 1976. - С. 104-105.
14. Сурков, Е.Н. Антиципация в спорте /Е.Н. Сурков.-М.:Физкультура и спорт,1982.-144 с.
15. Тюленьков, С.Ю. Теоретико-методические аспекты управления подготовкой высококвалифицированных футболистов: Автореф. дис ...доктора пед. наук / Тюленьков Сергей Юрьевич; ВНИИФК. - М., 1996. - 44 с.
16. Цапенко, В.А. Диагностика специальной физической подготовленности вратарей высокой квалификации в игре гандбол: Автореф. дис. ... канд. пед. наук / Цапенко Валентин Александрович. - М., 1991. - 22 с.
17. Шамардин, А.И. Исследование игровой деятельности вратаря в футболе и экспериментальное обоснование методики подготовки: Автореф. дис. ... канд. пед. наук / Шамардин Александр Иванович; ГЦОЛИФК. - 1979. – 15.

**О возможных путях восстановления предмета
«Управление физической культурой»**

*Саралаев М.К.,¹ Исаев К.О.,² Тулекеев Т.М.
Кыргызская государственная академия физической культуры и спорта,¹
Спортивно-оздоровительный лагерь "Эдельвейс", г. Бишкек²*

Аннотация. По предмету «Управление физической культурой» студенты должны изучать по программе бакалавриата на 4-ом курсе. Часть выпускников Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта (КГАФКиС) направляется ежегодно в физкультурно-спортивные организации республики в качестве инструкторов, менеджеров и других функционеров различного уровня. Однако, ни на одном факультете в течение многих лет данный предмет не преподается. По нашему мнению необходимо восстановление данного предмета.

Ключевые слова: физкультурные организации, управление физической культурой и спортом, государственные и общественные физкультурно-спортивные организации, спортивный менеджмент, массовая физическая культура, организация спортивно-массовых мероприятий.

«Дене тарбияны жетектөө» сабактарын калыбына келтирүүнүн жолдору

*Саралаев М.К.,¹ Исаев К.О.,² Тулекеев Т.М.
Кыргыз мамлекеттик дене тарбия жана спорт академиясы,¹
"Эдельвейс" спорттук - ден соолукту бекемдөөчү лагерь, Бишкек ш.²*

Аннотация. «Кыргыз Республикасындагы дене тарбияны жетектөө» деген сабак 4-курстун студенттери бакалавриаттын программасынын негизинде окушу керек болот. Кыргыз мамлекеттик дене тарбия жана спорт академиясында (КМДТжСА) ар бир жыл сайын дене тарбиялык-спорттук республикабыздагы уюмдарына иштөөгө бүтүрүүчүлөр жиберилет. Бирок, көп жылдар бою академиянын бир дагы факультети аталган сабакты окутпайт. Бул сабактарын кайрадан жандандыруу керек деген пикирдебиз.

Негизги сөздөр: дене тарбиялык уюмдары, дене тарбия жана спортту жетектөө, мамлекеттик жана коомдук дене тарбиялык-спорттук уюмдары, массалуу дене тарбия, спорттук-массалык иш-аракеттерин уюштуруу.

**Ways to restore a subject
"Management of physical culture in the kyrgyz republic"**

*Saralaev M.K.,¹ Isaev K. O.,²Tulekeyev T.M.,
Kyrgyz state academy of physical culture and sports,¹
Sports and Health Camp "Edelweiss", Bishkek c.²*

Annotation. The subject "Physical Culture Management in the Kyrgyz Republic" should be studied under the 4-year undergraduate program. A certain part of the graduates of the Kyrgyz State Academy of Physical Culture and Sports (KGAFKiS) is sent annually to the republic's sports and

fitness organizations as instructors, managers and other functionaries of various levels. However, at no faculty (pedagogical, coaching, pre-prescription physical education and advanced training courses) this subject has not been taught for many years. Modern requirements force the restoration of this subject, taking into account the new conditions for the training of specialists in physical education and sports.

Key words: *sports organizations, management of physical education and sports, state and public sports and sports organizations, sports management, mass physical education, organization of sports events.*

Введение. В прежние времена (в советском периоде) в институтах преподавался предмет «Управление физической культурой», в котором студенты выпускного курса получали знания о структуре, содержании, функциях физкультурно-спортивных организаций республики, СССР и мира. Эти знания помогали нашим выпускникам, если они в дальнейшем работали в спорткомитете, НОК, спортивных федерациях, ДСО и других организациях. Сейчас же студенты не ориентируются в этих тонкостях. Это установлено на государственной аттестации и личных беседах. Поэтому есть необходимость восстановления названного предмета.

Цель исследования – анализ причин и поиск возможных путей восстановления предмета «Управление физической культурой».

Задачи исследования:

- Составить список физкультурно-спортивных организаций, изучить их уставы и положения;
 - Осуществить анализ деятельности спорторганизаций Кыргызской Республики и определить их соответствие с требованиями современности;
- Разработать рабочую программу предмета и добиться включения ее в Учебный план бакалавриата.

Объект и методы исследования:

- Изучение литературных источников по вопросам управления и организации физической культуры;
- Обобщить опыт практики физкультурно-спортивных организаций Кыргызской Республики: Агентства по физической культуре и спорту; НОК Кыргызской Республики; Добровольных спортивных обществ, федераций по видам спорта и др.;
- Изучить архивные материалы по вопросам управления и организации ФКиС;
- Провести анкетирование (беседы) со специалистами по физической культуре и спорту.

Результаты исследования. В результате изучения данной проблемы удалось выяснить следующее: во второй половине XX века в Кыргызском государственном институте физической культуры преподавался предмет «Управление организации физической культуры». Студенты института получали знания на выпускном (4 курсе) курсе знания о структуре и деятельности физкультурно-спортивных организаций в Кыргызской ССР. В процессе прохождения

организационной практики они получали дополнительные знания в физкультурно-спортивных организациях: спорткомитете, добровольных спортивных организациях, спортклубах и коллективах физической культуры. Знакомились также о методах организации спортивных соревнований, составлении планов и отчетов, реализацией развития массового спорта и спорта высших достижений. Данный предмет читали и проводили практические занятия, а также принимали экзамены опытные старшие преподаватели и преподаватели кафедры «Истории и организации физической культуры» (Лисичкина Л. И., Раимбеков С. А., Калыбаев Т. Ж., Мотукеев Б. Дж., Нестеренко Т. И.), в разные годы [1].

В начале XXI века данный предмет был аннулирован по какой-то причине.

В последние годы, уже несколько лет мы, члены Государственной Аттестации на госэкзаменах, убеждаемся, что выпускники КГАФКиС не знают о том, какие физкультурно-спортивные организации имеются в республике, какова их деятельность, как осуществляется пропаганда массовой физической культуры и спорта, как используются спортивные сооружения и т.д.

Необходимо восстановить преподавание предмета «Управление физической культурой». Эта проблема – веление времени и требование современных вопросов любительского и профессионального спорта и массовой физической культуры [7].

В организационно-управленческой деятельности выпускник должен обладать следующими профессиональными компетенциями:

- способен анализировать итоги деятельности государственных и общественных органов в сфере физической культуры и спорта;
- способен составлять документы планирования и отчетности, организовать и планировать оздоровительные, физкультурно-массовые и спортивные мероприятия;
- способен практически использовать документы государственных и общественных органов управления в сфере физической культуры и спорта;
- способен применять полученные знания в области экономики и права в процессе осуществления профессиональной деятельности в организациях любых форм собственности в сфере физической культуры и спорта с целью повышения ее эффективности;
- уметь составлять документы учета и отчетности в сфере физической культуры и спорта;
- способен разрабатывать программы, проекты и планы в области физической культуры и спорта.

(Из требований к основам образовательной программы (ООП) подготовки бакалавров).

Кроме того, в паспорте специальности ВАК Кыргызской Республики 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной

физической культуры», где определяются области исследования, среди фундаментальных проблем общей теории физической культуры [2], под пунктом 1.2 обозначено «Управление в системе физической культуры» и перечислены:

- менеджмент в системе физической культуры;
- маркетинг в системе физической культуры;
- управление физкультурным движением;
- управление физкультурной организацией;
- управление физической культурой в государстве, регионе, республике, городе, области, районе, отдельном населенном пункте.

Все эти области исследования – это разделы и темы «Управление физической культурой в Кыргызской Республике».

Для восстановления данного предмета необходимо дополнительно изучить знаний нынешних выпускников по вопросам организации управления физической культурой и спортом в республике. Затем нужно восстановить прежние документы (рабочую программу, лекционный материал, экзаменационные вопросы, публикации в трудах института физической культуры). И только после этого с учетом современных требований нужно заново разработать учебно-воспитательную документацию и в целом Учебно-методическую систему обучения предмета. Причем надо учитывать, что в современных условиях в физкультурном движении произошли большие изменения: Кыргызская Республика приобрела независимость, в стране появились новые спортивные организации – профессиональные клубы, частые спорторганизации, виды единоборств и фитнесклубы. Развиваются новые виды спортивных специальностей – менеджмент, и др. Многие виды национального спорта вышли на международный уровень. Уже не осуществляется спортобеспечение спортивным инвентарем и спортивной одеждой централизованно и т.д.

С учетом всего нового в развитии физкультурного движения Кыргызской Республики необходимо восстановление преподавания, названного выше предмета.

При восстановлении организации управления физической культуры и спорта на новой основе следует помнить, что спортсмены республики самостоятельно участвуют в международных соревнованиях и олимпийских играх, самостоятельно решают вопросы строительства спортивных сооружений и изготовления спортивного инвентаря.

Следует также учитывать то обстоятельство, что правительство Кыргызской Республики выделяет все меньшее количество денежных средств на развитие физической культуры и спорта [3].

При составлении новой учебно-методической системы обучения данного предмета необходимо учесть:

- активизировать научную работу по исследованию проблемных вопросов организации управления физической культуры и спорта в республике;
- следует искать пути совершенствования уставов и положений о спорторганизациях, особенно профессиональных и частных спорторганизаций;
- необходимо учесть разработку новых нормативных основ физкультурного движения в республике (физкультурный комплекс и спортивная классификация);
- необходимо проведение ежегодных научно-практических конференций и круглых столов по обсуждению злободневных вопросов организации и управления физической культуры и спорта;
- следует восстановить учебный материал, разработанный прежними опытными специалистами по организации и управлению ФКиС;
- изучить и использовать опыт физкультурных учебных заведений некоторых стран СНГ по преподаванию названного предмета;
- на основе бесед и анкетирования обобщить опыт, накопленный в практике деятельности физкультурно-спортивных организаций Кыргызской Республики;
- следует добиться опубликования научно-практических статей по вопросам организации управления физической культурой и спортом в журналах и сборниках Кыргызстана;
- необходимо изучать планово-отчетную и текущую документацию физкультурно-спортивных организаций Кыргызской Республики;
- по возможности, в результате обработки собранного материала дать рекомендации по разработке и преподаванию данного предмета будущим бакалаврам физической культуры в академии.

Следует особо отметить, что организация и управление физической культуры и спорта требует выполнения множества проблемных вопросов:

1. Государственное агентство по физической культуре и спорту при правительстве Кыргызской Республики. Студенты должны изучить и знать систему и функции этой организации, содержание деятельности, связь и руководство других физкультурно-спортивных организаций; национальный Олимпийский комитет Кыргызской Республики – его структура, содержание деятельности, связь с федерациями по олимпийским видам спорта, работа по подготовке и участию спортсменов республики на Олимпийских и Азиатских играх; деятельность добровольных спортивных обществ Кыргызской Республики («Динамо», ДСО «Профсоюз», «Трудовые резервы» (Эмгек резервдери), ДСО «Жаштык»).

2. Организаторские и управленческие функции физкультурно-спортивных организаций Кыргызской Республики предполагают: выработка решений, планирование развития физической культуры и спорта в республике, подготовка специалистов, руководство научными исследованиями и методическими разработками в сфере физической культуры и

спорта, исследование вопросов права в физкультурных организациях, пропаганда физической культуры и спорта.

3. Основными вопросами организации в физкультурно-спортивных организациях являются:

- разработка учебной программы по предмету «Организация управления физкультурным движением в Кыргызской Республике»;
- руководство развитием физической культурой и спортом, осуществления планирования, контролем и учетом в сфере физической культуры и спорта;
- руководство строительством и ремонтом спортивных сооружений и спортивного инвентаря, выпуском спортивной одежды;
- руководство пропагандой и агитацией физической культуры и спорта среди населения республики и т.д. [4].

Заключение

- Предмет «Управление физической культурой» преподавался до 2000 года. В последующем по разным причинам данный предмет был исключен из учебного плана КГАФКиС. Учебно-методическая система, требования науки и практики физической культуры и спорта позволяют возродить названного предмета для преподавания в бакалавриате на 4-ом курсе. Для того чтобы выпускники бакалавриата физического воспитания знали и умели организовать управление физкультурой и спортом, необходимо разработать рабочую программу предмета «Управление физической культурой», разработать учебную документацию и учебные пособия, включить преподавание предмета в Учебный план КГАФКиС.
- Учебные материалы должны в себе содержать лекционные материалы по: организации и функциональной деятельности физкультурно-спортивных организаций; Агентства по ФКиС, НОК Кыргызской Республики, ДСО, федераций по видам спорта, коллективов физической культуры, профессиональных и частных физкультурно-спортивных организаций.
- Необходимо дать рекомендации по организации пропаганды физической культуры, менеджмента и правовым вопросам физической культуры и спорта.

Литература

1. Вопросы организации массовой физкультурно-оздоровительной работы в Киргизской ССР. Сборник научных трудов. – Фрунзе, 1989. – 88 с.
2. Жмарёв Н. В. «Управление деятельностью спортивной организации». – Киев: «Здоровье», 1989.
3. Мамбеталиев К. У. Государственная политика в сфере физической культуры: анализ и концептуальные основы развития. – Б.: Нур-Ас, 2013. – 192 с.
4. Организация управления физкультурным движением. Программа для институтов физической культуры. – М.: 1983. – 81 с.
5. Основы менеджмента. – М.: «Дело», 1992.
6. Проблемы управления физической культурой и спортом. Отв. ред. Переверзин И. И. – М.: ВНИИФК, 1981.
7. Управление физической культурой и спортом. Учебник для институтов физической культуры. – М.: «Физкультура и спорт», 1987. – 288 с. с илл.

УДК. 37.04

Футбол оюнунун жаштарды мекенчилдикке тарбиялоодогу тийгизген таасири

Чыныбеков К. Т.

Кыргыз мамалекеттик дене тарбия жана спорт академиясы, Бишкек ш.

Аннотация. Макалада жаштарды мекенчилдикке тарбиялоодо кыргыз футбол федерациясынын жасаган иштеринин таасири жана дүйнөлүк футболдун рейтингдеги орду каралган.

Негизги сөздөр: жаштар, мекенчилдик, футбол, күйөрман, рейтинг.

Влияние футбола в воспитании молодежи к патриотизму

Чыныбеков К.Т.

Кыргызская государственная академия физической культуры и спорта, г. Бишкек

Аннотация. В статье дается информация о деятельности Федерации футбола Кыргызской Республики в воспитании молодежи к патриотизму и его место в рейтинге мирового футбола.

Ключевые слова: молодежь, патриотизм, футбол, воспитание, рейтинг.

Influence of football on patriotic education of youth

Chynybekov K.T.

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

Abstract. *The article provides information on the activities of the Football Federation of the Kyrgyz Republic to educate youth towards patriotism and its place in the ranking of world football.*

Keywords: *youth, patriotism, football, upbringing, the ranking.*

Актуалдуулугу. Өлкөдө спорт проффесионалдык жана проффесионалдык эмес болуп бөлүнүп, акырындык менен өнүгүп келүүдө, анын ичинен негизги болуп футболду белгилеп кетүү зарыл. Анткени футбол–эң популярдуу, жеткиликтүү массалык оюн болуп эсептелет. Ошондуктан жаштарды патриоттуулукка, аларды дени сак жана моралдык жактан туруктуу жеке инсан катары тарбиялоодо футбол чоң ролду ойнойт.

Спорт ар тараптуу болгондуктан анын бирден-бир максаты жаш муунду дени аза, чымыркай болуу менен бирге, келечекте ишмердүүлүккө, Ата мекенди коргоого жана адам баласынын рухий (духовный) талабын канаттандыруусуна багытталган [6].

Жаштарды мекенчилдикке тарбиялоо азыркы заманда актуалдуулукту жан абасым-дуулукту талапкылат. Ал эми патриоттуулук инсандын эң жогорку сапаттарынын бири болуп эсептелет [1].

Жаштарды мекенчилдикке тарбиялоодо, футбол - дене тарбияны чыңдоо менен адептүүлүккө, элин жерин, мекенин сүйүүгө, улуттук команданын ар намысын коргоого багытталган. Алардын алдыга койгон милдеттерин жана максаттырын, өз убагында ишке ашырууда тарбия жана багыт бергендиги, авторлордун илимий иштеринде белгиленген [1,4].

Азыркы убакта жаштарды тарбиялоодо, Кыргыз Республикасынын Өкмөтүнүн 2013-2017-жылдарга түзүлгөн программасында «Жаш муундарды рухий-адептик жана мекенчилдик жактан тарбиялоо концепциясы», Кыргыз билим берүү академиясы тарабынан түзүлүп, элдик нравалык баалуулуктарга негизделген тарбиялоо максатын көздөйт. “Жаш муундарды рухий-адептик жана мекенчилдик жактан тарбиялоо концепциясы”, бир катар жылдардан бери басма сөздөрдө, сыналгыда талкууланып, коомчулуктун оң баасын алып, сунуш-пикирлердин негизинде улам өркүндөтүлүп келе жатат. Билим берүү жана илим министрлиги менен биргеликте, мамлекеттик жаштар жана спорт агентствосунун жаштарды тарбиялоо багытындагы иш мерчемдеринде бекитилген [2]. Бул багытта Кыргызстандын улуу инсандары, илимий ишмерлери, азыркы убакытта да жаштарды тарбиялоо багытында көп илимий иштерди жана изилдөөлөрдү жүргүзүшүп келишүүдө.

Максаты- футбол оюнунун Кыргызстан жаштарын мекенчилдикке үгүттөөдөгү жана тарбиялоодогу процессине талдоо жүргүзүү.

Маселелер.

- Кыргызстанда футболдун өнүгүп, өсүшү, таасири, берилген каражаттар жана алдыга коюлган иш мерчемдер.
- Кыргызстан жаштырынын футболго болгон көз карашын жана мекенчилдигин изилдеп, аныктоо.

Футболдун эң жогорку деңгелдеги идеялары, бул Эл аралык биримдик, достук жана мамлекеттүүлүктү бекемдөө экениндигинде. Андан тышкары футбол - бирдиктүүлүктү бекемдөөгө, ар бир командадагы мүчөөлөрдүн жеңишке болгон кубанычын баалоого, мелдештин жогорку деңгелине жетүүсүнө түрткү берет. Акыркы он жыл ичинде кыргыз футболунун өнүгүп өсүшүнө, футбол менен алек болуп жаткан жаштар да, футбол күйөрмандары да, жашы карысына карабай кичине жана чон футбол аянттарында топту тебүү менен алек болгондор да, чоң салымдарын кошууда десек жанылбайбыз. Футбол спорттун түрү катары, көпчүлүктөн турган курама командалык оюн болгондуктан, көбүнчө жаштарды тарбиялоо багытында алардын жалпы жана негизги даярдыгына чоң таасирдүү.

Футболдун жаштарга берген таасирин өзүнчө белгилеп кетсек:

Биринчиден - достук сезимин өрчүтүп, жолдоштукка, бири-бирине жардам берүүгө, жоопкерчиликке, өзүнүн каршылашын, шериктешин сыйлаганга, тартиптүүлүккө үйрөтүп, өз убактысын ченемдүү колдонуп, футбол менен машыгууга умтулат;

Экинчи - таасири ден соолугун чыңдоо, футбол ойногон жаштар, машыгуу жээ ойноо учурунда ден соолугун толук калыптандыруусуна таасир берчү тамак эрежесине да көзөмөл жүргүзөт;

Үчүнчүсү – дене тулку боюн чындап, эстетика жагынан да денесин чыйрылтып, тартылып, булчуңдарын калыптандырып, жакшы спорттук формага келтирет;

Төртүнчү- футбол менен алек болгон жаштардын көз карашы өзгөрүлүп, өзүнүн тегерегиндеги, айлана чөйрөсүндөгү замандаштарын да үгүттөп, спортко тартуу менен футболго кызыккан жаштардын саны көбөйүп, өз алдынча тайпа түзүшүп, көптөгөн мелдештердин бирине катышууга умтулушат.

Футбол оюну командадагы досчулукту, бири-бирине түшүнүүсүн, жоопкерчиликти, атаандаш команданын курамы менен бирге өз командадагы шериктешин сыйлоону талап кылат. Ар бир футболист өзүн, жеке адамга тийешелүү сапаттарга-чечкиндүүлүккө, өз алдынча инициативдүүлүккө, көрөкөмдүүлүккө, ошондой эле ой жүгүртүүсүн өнүктүрүү менен бирге жалпы командынын кызыкчылыгын коргоого тарбиялайт [4].

Изилдөөнүн жыйынтыктары. Азыркы кезде кыргыз футболунун өнүгүп өсүшүн өзгөчө таасир берген бул өлкөдө болгон маалымат, бастырма каражаттары, спорттук гезит, журналдар, теле- көрсөтүүлөр жана интернет булактары болуп эсептелет.

Алардын дүйнөдө болуп жаткан - Дүйнө чемпионаттары 2010- 2014 жылдары, өзгөчө 2018- жылы Россия да болуп өткөн оюндар, Олимпиадалык оюндар (2012, 2016 жана 2020-

жылы Жапан өлкөсүндө өтүлүчү), Азия Кубогу (2011, 2015, 2019- ж.ж, Бириккен Араб өлкөсүндө жана 2023- жылы Кытайда өтүлүүчү оюндар), Европанын чемпиондор Лигасы, түштүк Америкадагы жана Азия континентинде өткөзүлүүчү эл аралык мелдештертерди чагылдуруусу жана алардын Кыргыз улуттук телеканалдан көрсөтүлүүсү жаштарды тарбиялоого жана футбол менен машыгууга үгүттөп, алардын кызыкчылыгын өркүндөтөт.

Футболдун өнүгүшүн жана элибиздин футболго болгон көз карашынын өзгөргөндүгүнүн белгиси болуп, күйөрмандарыбыздын Кыргызстан улуттук футбол курама командасынын эл аралык мелдештерди өткөзүүдөгү колдоо көрсөткөндүгү маалым. Бишкектеги борбордук Д. Өмүраков атындагы стадионунда (күйөрмандар үчүн 15.680 орундугу бар), 2010-2012 жылдары өтүлгөн Эл аралык мелдештерде оюндарга күйөрмандардын саны 5-7 миң киши болсо (анын ичинде көпчүлүгү 30-40 %, 18-25 жаш курактагы жаштар түзүшкөн), ал эми 2013-2014 жылдары күйөрмандардын саны 8-10 миңге көбөйгөн (бул күйөрмандардын 50-60 % жаштар түзгөн).

Акыркы төрт жылда 2015-2019 жылдары күйөрмандардын саны 15 миңден ашкан (анын 70-80% тин жаштар түзүп, бул көрсөткүч интернет сурамжылоо багытында иш жүргүзүү аркылуу аныкталган). Өткөн жылдагы көрсөткүчтөрдүн бири бул Кыргызстан курама командасы менен Австралия курама командасы беттешкен оюнда, 18 миңден ашык күйөрман келип, стадионго кире албай кеткен учурлар байкалган. Муну менен биз, Кыргызстан футболунун өсүп-өнүгүүсү, жаштардын футболго кызыгуусу жана алардын мекенчилдик сезиминин ойгонушу деп айта алыбыз. Өзгөчө, Азия Кубогуна ат салышып тандап алуу квалификациялык мелдештерде Кыргызстан курама команда «Ак-Шумкар» аты менен Азияда гана эмес дүйнөлүк рейтингде бир топ тепкичке көтөрүлгөн. Кыргыз футболу 2010- жылы дүйнөлүк рейтинг боюнча 125 орунда болсо, ал эми 2018- жылы, дүйнөнүн 100 мыкты командаларынын катарына кошулган, Азыркы убакта ФИФАнын иликтөө интернет сайт баракчасында, 2019-жылдын 14-июнундагы көрсөткүчтөрү боюнча, кыргыз футболу Дүйнөлүк рейтингинде 95-чи орунду ээлейт. Бул көрсөткүч акыркы он жылда кыргыз футболунун эң жакшы жетишкендиги деп айтсак болот (1 торчо).

Торчо 1

Көз карандысыз мамлекеттердин көрсөткүчтөрү

Рейтинг	Желеги	КМШ өлкөлөрү	Топтогон упайлар	Кошулган коэф.	Континент	Рейтинги
43		Россия	1436	+ 11	УЕФА	26
82		Өзбекстан	1286	+ 7	АФК	8
95		Кыргыз Республикасы	1252	- 1	АФК	14
114		Казахстан	1174	+ 3	УЕФА	46
120		Таджикистан	1151	- 4	АФК	21
135		Түркмөнистан	1091	+ 2	АФК	25

Өзгөчө белгилеп кетчүү нерсе бул Кыргызстанын улуттук курама негизин 18 жаштан 26 жашка чейинки футболчулар түзөт. Олимпиадалык жаштар командасы да алардан кем калышпай, жакшы көрсөткүчтөргө жетишүүдө. Алардын курамы 16-21 жаштагы өспүрүмдөрдү түзөт. Жогорудагы көрсөткүчтөр өзгөчө Кыргызстан жаштарынын а мекенчилдикке тарбиялоодо багыт берүү жолдорунун бири деп айтууга болот, ошону менен бирге, биздин жаштардын мекенчилдиги курчуп, күч алууда десек туура болот.

Айтып кетчүү нерсе биздин маалымат берүү багытында (ТВ, гезит журнал, интернет порталында) иштеген инсандардын да орду чоң. Алардын тез жана жеткиликтүү маалыматы, жаштардын футболго болгон кызыгуусун өнүктүрүп, тарбиялык жактан багыт берүүгө, көмөк көрсөтүп келүүдө.

Азыркы убакта футбол Кыргыз Республкасында жалпы спорттун түрлөрүнүн ичинен биринчи орунда экенин далилдөө кажети жок. Кыргыз футбол федерациясынын иш мерчеминдеги (алкагында) көптөгөн ички жана тышкы эл аралык мелдештер өтүлүүдө.

Мисалга алсак: Кыргыз профессионалдык футбол Лигасы (Жогорку лига) – 8 команда катышат, алар 4 алайпа системасы менен ойноп Кыргыз Репспубликасынын Чемпиону деген наамга ээ болушат.

Андан тышкары - Улуттук футбол лигасы (1 лига), мелдештер эки тайпада өткөзүлөт, биричи тайпа -Чүй, Бишкек, Талас менен Ысык-Көл областар арасында, экинчи тайпа Ош, Баткен, Жалалабат областары менен Ош шаарынын командалары арасында өтүлүп, командарлардын курамында 18-25 жаштагы уландар түзөт.

Жаш өспүрүмдөр лигасында – 14, 15 жана 17- жаштагы балдар, 2 зонада 3 тайпадан, 48 команда ойнойт.

Жаш кыздар лигасында - 8 команда, 3 тайпадан 24 команда катышып, алардын жашы 14 - 25 жаштагы, кыз келиндерди камтыйт.

Өткөзүлгөн мелдештин жыйынтыгы боюнча алдынкы орунду алган командалар чемпиондук наам алышып, алардын курамынын негизинде 14, 16, 19, 21 жана 23 жаштагы футболчулар кыргыз жаш-өспүрүмдөр, жаштар жана улуттук курама командасы түзүлөт.

Бул принциптин негизи жаштардын футболго болгон, кызыгуусуна, мекенчилдикке, өзү тандап алган спортту урматтап, машыгуусуна чон түрткү берет.

Жогорку көрсөткүчтөргө таянып, биз бул статьяда, Кыргыз Республикасынын футбол федерациясынын, футбол аркылуу жаштарды тарбиялоодо жүргүзгөн иштеринин тийгизгенен таасирин айтып, белгилеп кетсек болот. Кыргыз футбол федерациясы бир гана оюнчуларды тарбиялоо менен алек болбостон, машыктыруучуларды да, футбол калыстарын да, команданын менеджерлерин да, врач-докторлорун да, эл аралык талапка жараша, жогорку деңгээлде окуутуп - үйрөтүү курстарын уюштурууда.

Кыргыз футбол федерациясында футбол оюнчуларынын калыптануусуна даярдоодон жана мелдештерди өткөрүүдөн тышкары, төмөнкү спортук иш аракеттери жүргүзүлөт. Алар жаш өспүрүм балдарга жана кыздарга мекенчилдик багытта чон таасир берүүчү иш мерчемдери:

1. Футболдо машыктыруучулар үчүн курс - курста жалпы катышуучулардын саны 20-25, алардын курагы 18-25 жаш, негизги багыты техникалык жана профессионалдык тажырыйбасын жогорулатуу.
2. Курсту уюштурууда эл аралык деңгээлде инструкторлор чакырылып, жаш машыктыруучулардын келечекте жакшы, принципиалдуу машыктыруучу болуусу үчүн машыктыруу программалары менен бирге дүйнөлүк системанын талаптарын үйрөтүлөт.
3. ФИФА жана АФК программасы боюнча, жакшы жетишкен машыктыруучулар үчүн чет өлкөлөргө (стажировкага) барып окууга да мүмкүнчүлүк түзүлүп берилет.

Кыргыз футбол федерациясынын футболду өнүктүрүү программасынын алдыга коюлган төрт жылдык мерчеминде, көптөгөн маселелер камтылып, алдыга коюлган маселелер акырындык менен ишке ашууда. Бул багытта федерацияда атайын профессионал адамдар дайындалып, алар билим берүү мекеме-уюмдарынын, мамлекеттик жаштар жана спорт агентинин бекитилген концепциянын аткарылышы боюнча, өзүнөн жогору турган инстанцияга тарбия иши боюнча отчет берилүүсүнө кабардар болуп, алар менен бирге иш алып барат. Кыргыз жаштарын патриоттуулукка тарбиялоо негизги маселе болгондуктан, Билим берүү министирлиги менен Спорт жана жаштар агенттиги, спорттун түрлөрү боюнча федерациялардын, бирдиктүү иш алып баруусуна акыркы мезгилде көп көңүл бөлүшүүдө [6].

Корутунду.

- Кыргыз футбол федерациясы, жаштардын келечекте мыкты, көрүнүктүү, ден соолугу чын атуул болушу, үчүн машыгууга-ыңгайлуу шарттарды, коомдук чөйрөнү түзүүдө көптөгөн иштерди алып барууда.
- Футболдун жаштарга таасири- миңдеген жаштардын турмуш-тиричилиги, күн кечирүү образы, турмуштагы күндөлүк агымы өзгөрүп, турмуштун бардык чөйрөлөрүндө мыйзамдуу жашашып, укук эрежелерин бекем сакташып, тартипти жана иреттүүлүктү, социалдык адилеттүүлүктү, калыстыкты, маданиятты, улуу максат үчүн биригишип, иш алып барышкан, мекенчил, коомдо аброй күтүп, ийгиликке жетишкен жаштар көбөйүүдө.
- Кыргызстан жаштарынын футболго болгон көз карашын жана мекенчилдигин изилдеп, аныктодо биз - жаштардын адептүү, ыймандуу, ар намыстуу, активдүү атуул болуп өсүүшүнө шыктандырган күчтүү стимул түзүп берүү заарылчылыгын аныктадык.

Жаштардын мекенчилдикке тарбиялоодо позитивдүү нукта багыт коюу менен бирге, алардын келечегин сүрөттөп берүү дагы өзүнчө бир маселе .

Негизенен айтканда, жаштардын келечеги Кыргыз мамлекети, мамлекеттин экономикалык, социалдык-маданий, жарандык турмушу мыйзамдуулуктун жана социал-дык адилеттүүлүктүн негизинде, түп тамырынан өзгөртүшү менен бирге, эл аралык мелдештердин жаңы деңгээлде уюштурулушунда. Ар бир жаш адамдын, адеп-ахлагы, улуттук жана жалпы адамзаттык касиети, сырткы терс таасирлердин бийлигине алдырбай, негативдүү шарттарга туруштук бере алса, анда биз жаштарыбыздын келечеги кең экендигине, мамлекетибиздин чыңдалышына, өсүп-өнүгүшүнө терең ишенебиз.

Адабияттар

1. Агаев А.Г. /Патриотизм и интернационализм советского человека - М: Советская Россия 1975.- С. 117.
2. Байгазиев С.Б. /Кыргыз Республикасынын «Жаш муундарды рухий жана патриоттук жактан тарбиялоо концепциясы». -Кут билим, 2013.- С. 24.
3. Выршиков А.Н., Кусмарцев М.Б./ Патриотическое воспитание молодежи в современном российском обществе- Волгоград, Авторское перо 2006.- С. 68.
4. Кудренко А.И. /О формах и методах идейно-политической воспитания спортсменов высокой квалификации / Воспитательная работа в ФК и спортивных организации.— Киев. КГИФК, 1983. - С 107-111.
5. Кыргыз Республикасынын футбол федерациясы./Кыргыз футболунун эл аралык мелдештеги жетишкендиги. Маалымат.2019.-С. 5.
6. Кыргыз Республикасынын футбол федерациясы. /Концепция развития футбола на 2018-2022. 2018. – С.16.

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

УДК. 93.94:796.01

**Всемирная конфедерация этноигр: истоки, первые
итоги и перспективы**

Акибаев А.¹, Мамбеталиев К.У.²

*Кыргызский национальный университет им Ж. Баласагына¹,
Кыргызская государственная академия физической культуры и спорта, г. Бишкек²*

***Аннотация.** Статья посвящена подведению первых итогов деятельности конфедерации этноигр. Содержание материала составляют предпосылки организации конфедерации, основное содержание деятельности и ближайшая перспектива организации.*

***Ключевые слова:** предпосылки, глобализация, философия, миссия, история успеха, уникальность, программы, всемирные игры кочевников.*

Бүткүл дүйнөлүк этноюндары: булактары, алгачкы жыйынтыктар жана келечеги

Акибаев А.¹, Мамбеталиев К.У.²

*Кыргыз улуттук университети,¹
Кыргыз мамлекеттик дене тарбия жана спорт академиясы, Бишкек ш.²*

***Аннотация.** Макала этноюн конфедерациянын алгачкы жыйынтыктоо үчүн арналган. Материалдардын маанисин конфедерациянын уюштуруу өбөлгөлөрү, ишмердүүлүгүнүн негизги мазмуну жана уюмдун кыска мөнөттөгү келечеги талкуланат.*

***Негизги сөздөр:** өбөлгөлөр, ааламдашуу, философия, вазийпа, ийгиликтин тарыхы, кайаланбастык, программалар, бүткүл дүйнөлүк оюндары.*

**World ethno games confederation: origins, first
results and prospects**

Akibaev A.¹, Mambetaliev K.U.²

*Kyrgyz National University named after Y. Balasagyn,¹
Kyrgyz State Academy of Physical Culture and Sports, Bishkek c.²*

***Abstrakt.** The article is devoted to summarizing the first results of the activities of the confederation of ethnic games. The content of the material is the preconditions for the organization of the confederation, the main content of the activity and the immediate prospects of the organization.*

***Keywords:** prerequisites, globalization, philosophy, mission, success story, uniqueness, programs, world games of nomads.*

Актуальность. Современное общество с определенной условностью можно назвать глобализирующимся обществом. Процессы глобализации, по мнению авторов являясь объективной необходимостью современного мира, все же имеет и отрицательные черты. В

частности оказывают отрицательное влияние на этнокультуру, на элементы самоидентификации этносов и другие аспекты уникальной культуры человеческой цивилизации. Именно поэтому любые процессы, явления, меры, которые в данной работе мы условно назовем “факторами” направленными на снижение рисков глобализации и сохранение различных аспектов этнокультуры, представляются актуальными. Одним из таких факторов, является Всемирная конфедерация этноигр (ВЭК). Поэтому вопросы генезиса организации, направленности и её реализации, программы, характеризующие уникальность, и наконец основные направления развития ВЭК в совокупности и определяют актуальность вопроса.

Цель исследования - заключается в определении предпосылок организации, первых итогов деятельности и перспектив развития ВЭК.

Объект и методы исследования. Объектом исследования, является ВЭК, а предпосылки организации, философия и миссия, программы их реализации и перспективы развития в краткосрочной перспективе представляют предметную область исследования. В исследовании использованы методы теоретико-эмпирического уровня: системный, историко-логический подходы, анализ и обобщение специальной литературы, абстрагирование.

Результаты исследования и их обсуждения. Главной исторической предпосылкой организации ВЭК, является общеисторическое наследие человеческой цивилизации в форме народных игр, состязаний, зрелищ и физических упражнений, а также многообразие форм этнокультуры и этноискусства. Характеризую современные предпосылки мы склонным признать их подразделение на международные и страновые или национальные [1].

К международным предпосылкам относятся: глобализация; политический, социокультурный и экономический потенциал этнодвижения; международные этнокультурные и этноспортивные институты (федераций, ассоциаций и др.).

Становые (национальные) предпосылки: историческое этно-наследие в форме народных игр, состязаний, зрелищ, забав, традиционной культуры и искусства; опыт проведения этнокультурных и этноспортивных мероприятий. Интеграция элементов этнокультуры и этноспорта в современные формы и виды культуры и искусства; формирование правовых, организационно-управленческих, программно-методических и научно-образовательных основ.

Можно полагать, что данные предпосылки имеют место во многих странах. Например, в Пакистане, Индии, Турции есть комплексные становые организации этноспорта. В России, Казахстане и Кыргызстане разработаны правовые основы национальных или традиционных видов спорта, реализуется политика подготовки профессиональных кадров в данном направлении физической культуры и спорта (ФКиС). В странах Южной и Северной Америке,

России, Монголии, Китае систематически проводятся комплексные этно-спортивные игры. Отдельные из них имеют историю, которая исчисляется 9 веками [1].

Направленность WEC, представлена философией и миссией ВЭК. Философия ВЭК - основана на признании того, что каждый народ имеет право на возрождение, сохранение и развитие своего уникального этнокультурного наследия [2, 3, 4, 5, 6]. В соответствии с философией, определяется и миссия организации, как содействие: сохранению и развитию уникального культурно-исторического наследия человеческой цивилизации посредством популяризации этнокультуры и этноспорта; сохранению самоидентификации народов мира; укреплению межгосударственного сотрудничества и взаимопонимания между народами; удовлетворение социокультурных потребностей этносов.

Философия и миссия организации, определяют и универсальный предмет деятельности WEC – формирование и развитие всемирного этнодвижения.

В свою очередь предметная деятельность реализуется через такие функции WEC, как: сохранения уникального этнокультурного наследия; развития этнокультурного наследия; культурно-зрелищная функция; общепедагогические воспитательные и коммуникационные функции; функция сотрудничества.

Одним из главных условий реализации функций WEC, и как будет представлено далее - достижений и уникальности организации, является принцип триединства - единство этнокультурной, этноспортивной и научно-образовательной программ [7].

Этнокультурная программа направлена на сохранение и продвижение этнокультурного наследия народов и демонстрируется в конкурсных программах, церемониях открытия и закрытия этно-события.

Этноспортивная программа представлена видами этноспорта, состязаниями, народными играми, развлечениями, забавами, которые составляют содержание традиционной физической культуры (ТрФК).

Научно-образовательная программа, направлена на получение новых знаний, установление закономерностей формирования и развития этнодвижения, их распространения, а также развития этнопедагогики. Вышеизложенное было успешно реализовано в рамках одного из первых и успешных проектов ВЭК, получивший мировое признание - « Всемиральные игры кочевники » (ВИК).

Глобальность проекта подтверждается следующими показателями:

- страновое представительство ВИК: I ВИК – 19; II ВИК - 62; III ВИК – 72;
- участники спортивной программы: I ВИК – 583 человек; II ВИК - 1000; III ВИК – 1700;
- виды этноспорта: I ВИК – 10; II ВИК – 23; III ВИК – 35;
- культурная программа: I ВИК – 1500 участников, 100 юрт; II ВИК – 2200 участников, 300 юрт; III ВИК – 3000 участников, 1000 юрт;
- научно-образовательная программа: I ВИК – 2 мероприятия, 109

участников; ПВИК – 2 мероприятия, 187 участников; III ВИК – 51 мероприятие, свыше 3000 участников.

Кроме того, социокультурное и экономическое значение ВИК для Кыргызстана, определяется повышением узнаваемости Кыргызстан [8, 9, 10]. Вместо страны революций, мир узнал страну мирового лидера этнодвижения. Развитие туризма еще один показатель развития. Так Всемирная туристическая организация ООН включила Кыргызстан в десятку стран мира рекомендуемых для посещения туристами. В итоге поток туристов увеличился по разным данным от 2 до 4 раз. Страна приобрела опыт формирования и развития волонтерского движения. Введен в строй уникальный ипподром (лучший в Центральной Азии) и спортивный комплекс, один только перс-центр, которого рассчитан на 300 журналистов. Введен в эксплуатацию аэропорт «Тамчы» и др.

Всемирное признание проекта ВИК подтверждается следующими фактами. Проект ВИК одобрен и поддержан МОК, Олимпийским комитетом Азии, UNWTO. Игры одобрены итоговой декларацией 7-го Глобального форума альянса цивилизации ООН, за вклад в продвижение межкультурного диалога, укрепление социальной сплоченности, мира и развития. В декабре 2016 г. (слайд 25), в г. Нью-Йорке III ВИК отмечен резолюцией Генеральной Ассамблеи ООН за поощрение межрелигиозного и межкультурного диалога, взаимопонимание и сотрудничество на благо мира. На Саммите глав государств СНГ (Таджикистан 2018) ВИК отмечен как проект, который вносит вклад в поощрение межрегионального и межкультурного диалога, взаимопонимания и сотрудничества на благо мира. Признание WEC подтверждается и тем, что мы подписали Меморандумы о взаимопонимании и поддержке этнодвижения с почти 100 организациями.

Особое место в деятельности ВЭК занял проект «Вселенная кочевника» Организованного в рамках Международного фестиваля «Samulklub», прошедшего в Королевстве Саудовская Аравия в марте 2019 года. Всего участников проекта было – 1201 человек из 87 стран мира. В том числе в культурной программе 501 участников из 43 стран, в спортивной программе 700 спортсменов из 73 стран. Спортсмены демонстрировали свое мастерство в 31 виде этноспорта (15 официальных и 16 показательных).

В ближайшей перспективе мы намерены реализовать такие проекты, как Игры шелкового пути, Игры Тюркских народов, Игры Алтая и др.

Заключение. Сотрудничество и партнерство это обязательные принципы нашей организации. Поэтому мы также открыты к сотрудничеству с другими международными и национальными проектами: фестиваль Наадам - Монголия, Ердынские игры – Россия, Игры викингов – Скандинавские страны, Африканские игры, Игры коренных народов Америки и т.д. Но, наша главная цель и основной проект в краткосрочной перспективе это организация Всемирных этноигр.

Литература

1. Мамбеталиев К. У. Уникальность Всемирных игр кочевников. Исторические, философские, политические и юридические науки, культурология и искусствоведение. Вопросы теории и практики. 2017 №12 (86). Часть 2. -С. 127-129.
2. Ёрдынские игры [Электронный ресурс]. <https://www.irk.kp.ru/daily/> (дата обращения: 05.09.2019).
3. Игры коренных народов Америки. [Электронный ресурс] <http://www.russianweek.ca/news/sport/igry-korenyh-narodov-severnoj-ameriki/> (дата обращения: 05.09.2019).
4. Игры коренных народов Южной Америки. [Электронный ресурс]. <https://ekabu.ru/atw/76531-XII-igry-korenyh-narodov-yuzhnoy-ameriki.html> (дата обращения: 06.09.2019).
5. Игры коренных народов Северной Америки. [Электронный ресурс]. <http://www.russianweek.ca/news/sport/dozhd-ljet-na-parad> (дата обращения: 12.09.2019).
6. Игры Наадам [Электронный ресурс]. <http://travelinca.ru/mongolia-naadam/> (дата обращения: 06.09.2019).
7. Акибаев А. Развитие национальных видов спорта в формате Всемирных игр кочевников // Состояние и перспективы развития национальных видов спорта. Матер. респ. науч. конференции. Бишкек. 2010. -С. 9-11.
8. Итоги II Вторых Всемирных игр кочевников. Секретариат ВИК. Бишкек. ноябрь 2016. 46 с.
9. Путин об Играх кочевников - не ожидал, что будет так интересно [Электронный ресурс]. <https://ru.sputnik.kg/video/20160916/1029236490.html> (дата обращения: 07.09.2017).
10. Оpec bulletin. Оpec Members Countries participate in World Nomad Games. 11.12.2016. 16-17 p.

Байыркы кыргыздардын кесиптик баалуулуктары: азоо атты минүүгө үйрөтүү, саяпкерлик, мүнүшкөрлүк, тайганчылык

Саралаев М.К., Азизбаев С.С.

Кыргыз Мамлекеттик дене тарбия жана спорт академиясы, Бишкек ш.

Аннотация. Орто кылымдардын мезгилинде (IX-XIII-кылымдарда) көчмөн кыргыз элинин кесиптик баалуулуктары калыптанган: азоо атты минүүгө үйрөтүү, күлүктү, жоргону, бүркүттү, кушту, тайганды таптоо. Күлүктү атагы чыккан саяпкерлер даярдап тапташкан. Алардан Толубай сынчы, Жергазы саяпкер сыяктуу чеберлер болгон.

Кыргыз эли атам замандан бери мергенчиликти кесип кылган. Хандар, байлар, манаптар, баатырлар дайым мергенчилик кылышкан.

Негизги сөздөр: чабандес, сынчы, саяпкер, мүнүшкөр, саятчы, күлүктү таптоо, салбуурун, мергенчилик, тайганчы, кийик.

Профессиональные ценности древних кыргызов: обучение на необъезженном коне, берейторство, сокольничество, обучение борзат

Саралаев М.К., Азизбаев С.С.

Кыргызская государственная академия физической культуры и спорта. г. Бишкек

Аннотация. В эпоху средневековья (IX-XIII века) у кочевого кыргызского народа были сформированы профессиональные ценности: обучение лошадей к верховой езде, подготовка иноходцов и скакунов к скачкам, дрессировка соколов и беркутов, а также тайганов (гончих собак) к охоте. Скакунов готовили к скачкам специальные сынчы и саяпкеры (тренеры скакунов и наездников). Среди знаменитых саяпкеров были такие как Толубай, Шергазы и др. Кыргызы с незапамятных времен занимались охотой, ханы, беки, манапы, богатыри всегда занимались царской охотой.

Ключевые слова: наездник, эксперт, дрессировщик скакуна, сокольничий, ловец охотничьих соколов, подготовка скакунов, традиционная охота салбуурун, охота, дрессировщик тайганов, дикие козлы.

The professional values of ancient Kyrgyz people: teaching riding horses, hunting, take care, falconry

Saralaeв M.K., Azizbaev S.S.

Kyrgyz State Physical Education and Sport Academy, Bishkek city.

Annotation. In the era of the Middle Ages (IX-XIII centuries), the nomadic Kyrgyz people formed professional values: training horses for horseback riding, training amblers and horses for horse racing, training falcons and golden eagles, as well as taigans (beagle dogs) for hunting. Special sons and sayapkers (trainers of horses and riders) prepared for the races. Among the famous sayapkers were such as Tolubay, Shergazy and others. From time immemorial, the Kyrgyz were engaged in hunting, khans, beks, manapas, heroes always engaged in imperial hunting.

Keywords: rider, expert, horse trainer, solnichniy, hunter of falconers, preparation of horses, traditional hunting salbuurun, hunting, taigan trainer, wild goats.

Киришүү. Орто кылымдарда (IX-XIII-кылымдарда) калыптанган кыргыз элинин ат оюндарынын жана мергенчиликте топтолгон баалуулуктарын изилдөө актуалдуу темалардан болуп эсептелет. Алардын заманбап мезгилинде да керектиги бар экени белгилүү.

Азыркы мезгилдеринде деле Кыргызстандын аймагында илгеркидей эле мал чарбачылыгы өнүгүүдө. Андагы жылкыны багуу, аларды турмушта, жүк ташууда, кой кайтарууда, спорттук мелдештеринде, кымызды жасоодо, жол жүрүүдө пайдаланышат. Ошондой эле салттуу мергенчилиги да өнүккөн.

Илгерки замандардан бери пайдаланып келген ар кандай ыкмаларынан азоо атты минүүгө үйрөтүү, күлүктү жана жоргону мелдешке (ат чабышка, жорго салышка), даярдап таптоо, бүркүттү, кушту, тайганды таптоо – булар эң баалуу, дайыма керектеле турган практикалык кесиптерден болуп саналат.

Азоо атты минүүгө үйрөтүү ыкмасы. Азоону токтотуп башына жүгөн салып кармаганча 4-5 кишинин жардамы керек болот. Мойнуна аркан илинген азоо кунан так секирип туйлап асманга секирип жулунат, ошондо бардыгы жабылып арканды коё бербей тартышып азоо жылкыга жакындашат. Кошкуруп, секирип, мөңкүп, туйлап турган жылкыны жигиттер эки кулагынан мыкчып кармаганда жылкы бечара көздөрүн жалдыратып кыймылдабай туруп берет. Ошондо башына нокто жүгөн салышып, мойнуна кош кыл аркандан чылбыр байлашып, чылбырды нокто менен кошо жүгөндүн эки жагындагы чагарагына өткөзүп аны эки жактан күчтүү ат минген жигиттер чылбырды такымдарына басышып (чылбырдын узундугу бир жарым, эки метрдей болуш керек), туйлап, секирип турган текирең таскак менен айдоо, эң талаага жетелеп чаап жөнөшөт. Талаага чыкканда секирип туйлап турган жылкы бир азга чарчап жоошуп калат.

Ошол жерден 12-13 жаштагы коркпогон, чыйрак, шамдагай, бышык, күчтүү балага жайдак мингизип, бир колуна тизгинди кыскараак түйүп карматып, бир колуна жеңил камчы берип, андан ары жетелешип текирең таскак менен жөнөшөт.

Минип бараткан бала тизгинди түз кармап азоонун башын толук коё бербей жетелеп чаап бараткан эки аттын ыгына жараша чаап жүрүп отурат. Бул жарым же бир саат убакытка чейин созулат. Ошол убакта секирип туйлап турган азоо чарчап, мурункудай туйлай албай бутун зорго сүйрөп калат. Ошондо жай бастырып, акырындап оңго, солго жетелешип басканга үйрөтүшөт, токтотуп, кайра бастырып. Бул кыймылдарды жарым же бир саатка чейин улантып, ушул убакта бир ат менен эле жетелесе болот. Эң башкысы камчы менен туш келди чапкылай бербеш керек, акырын эки бутун согончогу менен аярлап чочутпай эки капталынан теминсе болот. Биринчи күнү оңго, солго кайрыганды, токтотконду көп кайталаш керек.

Бастырганда чү-чү деген сөздү кайталай бериш керек. Жылкынын асылдыгы, сезгичтиги ар бир жасаган кыймылды, мамилени түшүнөт жана эсинен чыгарбайт. Бул күнү өтө көп кыйнабай көлөкөгө, салкын жерге 3-4 саат эс алдырып, байлап койсо болот. Тери кургап, деми басылгандан кийин сугарып, чөп салып коюш керек. Эгерде азоону эртең менен үйрөтүп баштаса, түштө эс

алдырып, кечки салкында кайра минип үйрөтүп баштаса болот. Азоого, жылкыга эч качан аркасынан жакындап келбеш керек. Экинчи күнү азоого баш жагынан үн чыгарып, чочутпай мойнунан, кулагынан кашылап, жоошутуп жакындайт, эки-үч кишинин жардамы менен ээр токуса болот. Эки киши жүгөндүн эки жагынан чылбырдан, тизгинден бекем кармап, дагы бирөө ээр токумдун жабдыктарын бирден алып берип туруш керек. Сылап сыйпап, чочутпай ээрди токуп, мурунку күнү минген баланы кайра мингизиш керек. Тизгинди кыскараак түйүп, баланын бир колуна тизгинди, бир колуна жеңил камчы карматып, бир атчан жигит жетелеп чыкса болот. Бул күнү дагы эле туйлап секирип турса, текирең таскак менен бир аз чаап, чарчатып, андан кийин түз басканды, токтотконду, оңго-солго бурулганды, артка кайрылганды, токтотуп кайра чу-чулоп бастырганды кайталай бериш керек. Жежирленип баспай туруп алса, аярлап, чочутпай акырын теминип камчы менен жамбаш жагына жеңил чапса болот. Азоону үйрөткөнгө 15-20 күндөй убакыт керектелет.

Күлүк атты таптоо ыкмасы. Саяпкерлердин, сынчылардын атты таптоо усулдары негизинен мындайча болгон. Атты таптоонун эң бир керектүү талаптарынан болуп «атты суутуу» эсептелинет. Атты машыктырып, чаптырып келгенден кийин суутууга байлап коёт.

Таптаганда алгачкы күндөрдө бастырып 10-15 чакырымдай жерди өтүү керек. Акырындык менен желдиргенге өтөт. 15-20 күн өткөндө атты чаптырып машыктырат. 2-3 айдан кийин толук аралыкта – 30-40 чакырым жерге чаптырат. Күлүк атты таптаган кездерде ага жем-чөптү тойгуза бериш керек деп айтылат. Жазгы маал болсо беде берип багышат. Жайында жана күзүндө болсо бетегеге чалдырып тойгузат. Ошол эле мезгилдерде жем баштыкка арпа, таруу, кээде буудай, күрүч берип тойгуза багат. Жемдин да түрүн өз-өз учурунда берүү талап кылынат.

Аттын чабылаарына эки күн калганда «чоң терин» чыгаруу керек болот. Андан кийин «таң ашырып» байлап коюшат. Бир күн калганда машыктыруу жеңил болушу керек деп чөп гана берилет.

Күлүк атты саяпкер таптаган болсо аны көп жылкыдан сынчы тандайт деп айтылат санжыраларда.

Атты таптаганда бир нече ыкма менен даярдыгы билинет:

- биринчиси боюнча – тери калган-калбаганы текшерилет;
- экинчи ыкма боюнча – денеде май калбашы керек (күлүк семиз болбойт);
- үчүнчү ыкма боюнча – денеси булчундуу, көрктүү болот;
- төртүнчү ыкма боюнча – толук суутулат [1].

Ат чабыш учурунда кайсы бир начар тапталган, же табы жетпей калган болсо күлүктүн өлүп калышы да ыктымал.

Андай өлүмдүн саяпкерлердин айтуусу боюнча негизги үч себеби болот:

- биринчиден – акча болгондуктан;

- экинчиден – өтө эттүү, семиздиктен;
- үчүнчүдөн – тери толук чыгарылбагандыктан [9].

Күлүктүн даяр болгондугун, байгени жеңе турганын сынчылар жана тажрыйбалуу саяпкерлер ар кандай белгилерден эле билип алышкан.

Алардын ою боюнча жеңиште жеңе турган аттын мындай белгилери болот:

- ойноктоп, жулунуп, ала качып турат;
- жүнү тиктийип, көздөрү алаңдап калат;
- заарасы тунук болуп, жалпы абалы жакшы сезилет [Саралаев М., 2018].

Саяпкерлер күлүк атты таптаганда анын мүнөзүнөн, абалынан, сырткы көрүнүшүнөн жеңишке жетерин же жетпесин да билип коюшат. Атактуу саяпкерлер, сынчылар таптоонун жетиштүү экенин же болбосо канча күн жетпей калганына көздөрү жеткен.

Жогоруда көрсөтүлгөн амалдарды, ыкмаларды изилдеп, толуктап, өздөштүрүп азыркы мезгилде да колдонсо болот деп ойлойбуз.

Кыргыздын жоргону таптоо ыкмасы. Жорго салыш – кыргыздын улуттук ат мелдешинин бир түрү. Жорго салыштын пайда болушу жана өркүндөшү элибиздин байыркы турмушуна байланыштуу. Жорго майрам, той, чоң аштарда салдырылган. Кийин жорго салыш байге сайылган мелдешке айланган. Жоргонун жүрүшүндө эң алды менен жоргонун эки оң буттары шилтенет, анан эки сол буттары – ошентип алмак-салмак кайталанып жүрөт. (Жүрүшү бузулганда чоңоюп же желип кетет).

Окумуштуулардын жана адистердин пикири боюнча жорго тукум куугандыктан болот, дешет.

Борбордук Азиянын элдери үчүн жорго өтө жакшы бааланган.

Жорго абдан бааланган, аны өтө барктуу байлар, белгилүү адамдар минишкен. «Жорго салыш» байлардын мелдешин болгон. «Жорго салыш» мелдешин бүгүнкү күнгө чейин өнүгүп келе жатат. Жорго салышта мелдешке түшкөн кишилер улгайган адамдар (55-60 жашта) болгондугу жоргону таптоонун жана мелдешке катыштыруунун эң татаалдуулугуна байланыштуу экендигинде.

1971-жылдан баштап жорго салыш боюнча мелдештин эрси жана разряддарды, наамды аткаруу үчүн спорттук классификациясынын талаптары түзүлүк мелдеш өткөрүү тартиби бекитилген.

Жорголоодо алдынкы жана арткы оң буттар көтөрүлгөндө, алдынкы жана арткы сол буттар ташталат. Мындай ыргак тез-тез кайталанат. Жорголотууда ат үстүндө өйдө-ылдый болгон кыймыл жокко эсе болгондуктан, адам чарчабайт, жол да алда канча арбайт.

Жорголоо түрдүүрөк болот. Алар:

- Чапма жорго (оюн-зоокко ылайык), мелдешке жарактуу;
- Төкмө жорго (жүрүшү кооз, бир калыпта), саякатка, сейилдикке жараган;

- Урма жорго (улуна-жулуна катуулай коюулары бар);
- Кой жорго (тез-тез майда), карыларга ылайыктуу;
- Жол жорго (алыскы аралыкка ыңгайлашкандары) [9, 16-б].

Жорго салыштын дагы бир өзгөчөлүгү, мелдешке улгайып калган чабандестер катышышат, себеби, жоргону таптоо көп жылдарга созулган өтө татаал ыкмаларын камтыйт. Ошондой эле жоргону таптаган киши өзү мелдеште минип жоргосун салдырат.

Кушту, бүркүттү жана тайганды таптоо ыкмалары. Көчмөн кыргыз элинин мергенчилиги атам замандардан бери өнүгүп келген. Кыргызстанда жапайы жаныбарлар жана куштар өтө эле көп болгон. Мергенчиликтин максаты кийикти этин жеп, терисин пайдаланып, мүйүздөрүн кереке жаратып жүргөнгө тиешелүү болгон. Мергенчиликтин ар кандай түрлөрү да болуп келген: салбырын, мергенчилик (жаа менен, мылтык менен пайдаланган), аңчылык-уучулук атайын аңды казып, үстүн жымсалдап түзөтүп туруп амал менен коёнду, улакты, көгүчкөндү байлап бекитип, жырткыч айбандарды аңга түшүрүп алышкан. Мүнүшкөрлүктү колдонуп тайганды агытып да мергенчилик кылган.

Мергенчиликтин ар кандай түрлөрү заманбапта да кайрадан жандандырылып, колдонулуп, өнүгүп келатат. Мунун кызыгы, пайдасы, жаштарды тарбиялоодо да колдоно турган жагдайлары бар.

Байыркы мезгилдерде бир топ шарттарды эске алуу зарыл болгон: жерибиз тоо-аскаларга бай, тоодон аккан суулар, чытырман токойлор, мөңгү-карлуу жайлар мергенчилердин алдына көп кыйынчылыктарды келтирген. Тоонун бийиктиги, түтөгүү, тез чарчоо, жаныбарлардын күчтүүлүгү, чыдамдуулугу, сактыгы, айбандыгы да кыйынчылыкты туудурган. Маселен, күрөң аюу адамга кол салат, илбирс өтө сак жана шамдагай болот, кийиктер сезимтал, жытты, үндү, кыймылды бат сезип качып кутулат. Ушул шарттарды, ар кандай кыйынчылыктарын эске алып мергенчилердин профессионалдык-кесиптик дене тарбия жагынан даярдыгын өтө кылдаттык менен уюштуруу керек.

«Ит агытып – куш салуу» мергенчиликтин дагы бир түрлөрү болгон. Мында «мүнүшкөрлөр» куштарды: бүркүттү, кушту таптагандын ыкмасын билген, аларды мергенчиликке үйрөтө алган. Тайганды да таптоо керек болгон. Тайгандарды да мергенчиликте кеңири колдоно алышкан. Жакшы тайган күлүктөй эле бааланган.

Көчмөн кыргыздар атам замандан бери мергенчилик кылып келишкен. Эң алды менен бул эмгектин бир түрү болгон жана ошол аркылуу өздөрүнө тамак табышкан. Мындай көрүнүштөр саймалы-таштарында, аскаларда чегилген сүрөттөрдө байыркы мергенчилер өздөрүнүн жаалары менен текелерди, маралдарды, эликтерди атып жатканы көрсөтүлгөн. Феодалдык доордо мергенчиликтин көп түрлөрү пайда болгон. Кийикти айдап аңга түшүрүп, жаа менен атып алып, капкан салып, ит агытып-куш салышкан. Ошол эле мезгилдерде мергенчиликтин эң эле орчундуу, маанилүү жана пайдалуусу «салбуурун» да пайда болуп – аны хандар, бектер, байлар сейилдөөдө пайдалана башташкан. Салбуурунду ошондуктан

«хандын мергенчилиги» деп атасак да болот. Хандар, бектер, байлар жылына бир-эки жолу салбырынга чыгышкан, өзгөчө күзгү мезгилдерде. Ошондой кийик жетилип, семиз болуп, жапайы куштар да (кекиликтер, тоодактар, каз-өрдөктөр) ток болуп семирген кези болгон.

Бүркүтчүлүктү алып көрсөк бул дагы эң эле байыркы кесиптерден болгон. Бүркүттүн түрлөрү да көп болгон, бүркүттү таптоо да өтө татаал, бирок эң бир пайдалуу түрү болгон. Канаты эки метрге жетип өтө күчтүү жана көзү курч, эч бир жаныбардан коркпогон кыраан куш болуп саналат. Жакшысы 20-30 жыл бою мергенчиликте пайдаланган. Күчтүүсү илбирсти, карышкырды алган. Көбүнчө түлкүнү, коёнду, суурду алган. Жырткыч жаныбарлардын териси ар дайым баалуу болгон.

Мүнүшкөрлүктө ителги, кыргый, шумкар сыяктуу куштарды да таптап мергенчиликте, каз-өрдөктү, кекилик-чилди, коёнду алдырып пайдаланган.

Тайган менен мергенчилик кылганда да өзүнчө ыкмалары болгон. Тайгандын мергенчиге чоң пайдасы болуп кийикти жана башка жаныбарды кууп жетип, аскага камап, керектүү жайга айдап берген. Мергенчилер кийиктин да ар кандай түрлөрүнө бөлүнгөнүн даана билишкен: марал, бугу, каман-чочко, кулжа, аркар, элик деп бөлүнгөн.

Жаштарды, өспүрүм балдарды мергенчиликке, кичинесинен эле жаа тартканды, мылтык атканды, капканды салганды, кийикти айдаганды, кушту, бүркүттү жана тайганды таптаганды үйрөтүшкөн. Аларга жаныбарлардын жайлашкан жерлерин, жүргөн жолдорун изилдеп, изинен эле барган жагын, кандай түрлүү жапайы жаныбар, кийик экенин билип, алардын жашоо шарттарын изилдеп үйрөтүшкөн. Ошол эле учурда тоо-аскаларга чыгып, ат минип, жөө жүрүп, кийикти, түлкүнү, илбирсти уулап, андып, кармап алып же атып алганды үйрөнүшкөн.

Илгерки мезгилдерде кедейлер да мергенчиликти тамак-аштын айынан колдонуп келишкен. Алардын арасында көзгө атар мергендер болгон. Мергенчиликте мылтык менен, жаа менен атып колдонгондо мергенчи аталган. Дагы башка түрлөрү – аңчылык, уучулук болгон. Мында карышкырды, илбирсти, аюуну, сүлөөсүндү тирүү кармаганда колдонулган.

Жыйынтыктоо.

- Эгемендүү мезгилинде Кыргыз Республикасында спорттун улуттук түрлөрү, элдик оюндары жана дене көнүгүүлөрү көбүрөөк изилдене баштаганы көрүнөт. Булардан эң маанилүүлөрү кыргыз элинин ат оюндары жана мелдештери, мергенчилиги эсептелет. Спорттун улуттук түрлөрүнөн ат оюндары жана мелдештери эл арасында өтө баркталат жана кеңири өнүгө баштады. Ошондой эле «Салбуурун» мергенчилиги боюнча фестивалдары дайыма өткөрүлөт.
- Ат оюндарына жана мелдештерине, мергенчиликке тыгыз байланыштуу болгон кесиптик баалуулуктары – азоо атты минүүгө үйрөтүү, күлүк атты жана жоргону

кушту, бүркүттү, тайганды таптоо, боюнча улуттук ыкманы жандандыруу эн маанилүү жана керектеле турган темалардан болуп саналат.

- Биздин оюбузча ат оюндары жана салттуу ат мелдештери, салттуу мергенчилиги азыр да өзүнүн керектүүлүгүн жоготкон жок деген пикирдебиз. Ошондуктан спорттун улуттук ат спортунун түрлөрүн кеңири таралтуу керек, Бишкекте, Токмокто, Караколдо жана дагы башка шаарларда ат спортунун түрлөрү боюнча балдардын жана жаштардын спорттук мектептерин ачып иштетүү зарыл маселе болуп саналат.
- Ат спортунун салттуу түрлөрү боюнча, мергенчилик боюнча адистерди даярдоо керектиги бар деп ойлойбуз.

Адабияттар

1. Актан Тыныбек уулу. Кыргыздын улуттук оюндары. В кн.: «Актан» (Составитель – О. Сооронов). – Бишкек: «Адабият», 1991. – С. 189-242.
2. Дмитриев С. Е. Байга у каракыргызского по случаю смерти манапа Шабдана Джантаева в Пишпекском уезде. – СПб., 1914. – 18 с.
3. Мариам Баран. 100 легендарных лошадей. – М.: АСТ: «Астрель», 2008. – 144 с. с илл.
4. Рыскулов С. «Саяпкер». Повесттер, аңгемелер. – Фрунзе: «Кыргызстан», 1981. – 40-43-беттерде.
5. Саралаев М. К. Шабдан баатырдын ашындагы чоң байге. «Материалы международного конгресса «Спорт за интеллектуальное и нравственное развитие общества» деген жыйнакта. – Чолпон-Ата, 2012. – 222-225-беттерде.
6. Солтоноев Б. Күлүк атты таптоо. «Кыргыздар» деген китепте. – Бишкек: Кыргызстан, 1991. – 602-618-бб.
7. Табалдиев К. Археологиялык изилдөөлөрдөгү байыркы оюндар боюнча маалыматтар. «Түрк элдеринин салттуу спорттук оюндары» деген жыйнакта. – Бишкек: Кыргыз-Түрк «Манас» университети, 2015. – 250-253-б.
8. Тагаев М. С., Саралаев М. К. Русские дореволюционные ученые о традиционных играх и состязаниях кыргызов. – Бишкек: «Вестник» КГАФКиС, 2016. – №3. – С. 89-92.
9. Чокотегин М. Кыргыз жылкысы, алгыр куштары жана тайгандары. – Бишкек: «Атин-Принт», 2013. – 84 б.

Түрк элдеринин күрөшү тууралуу түшүнүгү (концепциясы)

Туркмен М.,¹ Осмоналиев Ж.,² Саралаев М.К.,³
Муш Алпарслан университети, Кыргыз-Түрк Манас университети, Бишкек ш.¹

turkmenafsin@hotmail.com

Кыргыз-Түрк Манас университети, Бишкек ш.²

cildizbek.osmonaliev@manas.edu.kg

Кыргызская государственная академия физической культуры и спорта, Бишкек ш.³

Аннотация. Макалада "күрөштүн" негизги түшүнүктөрү семантикалык жана синтаксистик аспектилерин менен түрк тилинде өзүнүн иш-аракеттери баяндалат. Маданият адамзат коомунун жана жалпы маданияттын негизги материал катары сүйлөгөн интеллектуалдык, адеп-ахлактык, коомдук жана тарыхый мазмунду алып жүрөт.

Негизги сөздөр: түрк элдери, күрөш, балбан, тил, маданият.

Понятие борьбы тюркских народов (концепция)

Туркмен М.,¹ Осмоналиев Ж.,² Саралаев М.К.³
Муш Алпарслан университет, Кыргыско-Турецкий университет Манас, г. Бишкек¹

turkmenafsin@hotmail.com

Кыргыско-Турецкий университет Манас, г. Бишкек²

cildizbek.osmonaliev@manas.edu.kg

Кыргызская государственная академия физической культуры и спорта, г. Бишкек³

Аннотация. В статье рассматриваются основные понятия «борьбы» соответствует его собственному действию на тюркском языке с его семантическими и синтаксическими аспектами. Культура как основное сырье человеческих сообществ и цивилизаций в целом, которое несет в себе интеллектуальное, моральное, социальное и историческое содержание.

Ключевые слова: тюркские народы, борьба, борец, язык, культура.

The meaning of wrestling in turkish people (consepisia)

Turkmen M.,¹ Osmonalev, Zh.,² Saralaev M.K.³
Muş Alparslan University, Mus/Turkey & Kyrgyz-Turkish Manas University, Bishkek c.¹

turkmenafsin@hotmail.com

Kyrgyz-Turkish Manas University, Bişkek c.²

cildizbek.osmonaliev@manas.edu.kg

The Kyrgyz State Physical Culture and Sport Academy Bishkek c.³

Abstract. The article discusses the basic concepts of "struggle" corresponds to its own action in the Turkic language with its semantic and syntactic aspects. It is a question of culture as the main raw material of human communities and civilizations in general, which carries an intellectual, moral, social and historical content.

Keywords: turkish people, wrestling, wrestler, language, culture

Введение. Общество в процессе своего исторического развития обретают идентичность со своей культурой. Культура находит выражение с национальным языком и живет, развивается с ним. Он защищен национальным языком и передается из поколения в поколение. Народное искусство, литературы, мысль, содержащаяся в национальных видах спорта как культура были

созданы языком и особенно живет и развивается с помощью народного языка. Даже если сегодня попытаться резюмировать наиболее выдающиеся тенденции развития тюркской культуры, не может быть наиболее продуктивной области чем «традиционная борьба». Тем не менее, эта область «борьбы» до настоящего времени не считался достойным того, чтобы быть объектом глубокого академического исследования. Данная работа направлено на изучение концепций борьбы и единоборств в тюркском мире.

Цель исследования-определение понятий функциональных возможностей в их культурной структуре в пословицах или поговорках тюркских народов.

Материалы и методы исследования. В исследовании были использованы исторические и методологические виды скрининга, лингвистические, синтаксические, семантические и терминологические методы.

Поскольку монографические исследования по этой тематике отсутствовали, нами были частично приняты во внимание некоторые связующие источники, но больше всего были использованы работы современных исследователей с туркестанским содержанием и историко-базовые работы, написанными в местах постоянного проживания тюркских народов. В ходе исследования выяснилось, что концепция (понятие) «борьбы» (кур - еш) соответствует его собственному действию на тюркском языке с его семантическими и синтаксическими аспектами. Как борец (пехливан, балбан), в первую очередь олицетворяет организованную, функциональную и образцовую личность, которая воплощает в себя много понятий добродетели и войны, и только потом олицетворяет спорт. Таким образом, и «борьба» и «борцы» от Сибири до Анатолии отражаются и воспринимаются богатыми культурными ценностями имеющие богатые элементы народного языка.

Результаты исследования и их обсуждения. Многочисленные археологические источники и петроглифы показывают, что “борьба” имеет начало наравне с историей всего человечества. Известные в мире авторитетные ученые в области истории спорта сходятся во мнении, что первый в мире профессионально организованный спорт имеющий действительно спортивный формат – была “борьба”. [1, 44с.]. Борьба, наблюдаемая почти во всех древних цивилизациях, происходила в культуре каждой нации в разных измерениях и с разными стилями удовлетворения выполняла разные функции в культуре народа [2, 17с.]. Борьба была замечена почти на каждом этапе социальной структуры и жизни тюркских народов среди древних цивилизаций, и заняла самое важное место в формировании искусства, литературы, обычаев и традиций. Борьба была неотъемлемой частью национальных, религиозных, экономических, частных и общих церемоний, обрядов, праздников во всех тюркских народов от Сибири до Балкан [3, 108с].

Когда тюрки впервые признали ислам IX.-XI. вв, культурные элементы персов и арабов воспринимались ими как сятыни. Если в арабской культуре борьба была не очень распространена, в то в культуре персов она имела свое место. Особенно персонажи борцов в

тюркских эпосах были интересно параллельно сопоставлены с персами. Из этих двух культур тюрки (кочевники) намного лучше смогли сохранить свои традиции и национальные элементы нежели персы имеющие более оседлый образ жизни (центр, дворцы). Кочевые племена тюркских народов несли свои культурные элементы в устной форме и постоянно поддерживали свою культуру устным творчеством; эпосами, легендами и мифами. Однако, поскольку у тюркских народов в большинстве случаев сохранялась в основном только устная культура, они могли исчезнуть в течение следующих столетий [4,190-193]. Развитие и обогащение той или иной культуры; его способность постоянно поддерживать свою динамичность, креативность и оригинальность возможно только при условии, когда она учитывает существование своих культурных ценностей. Естественно когда тюркские кочевые племена распространялись на очень огромных территориях от Енисея до Балкан, они были вынуждены перенимать некоторые культурные ценности и традиции местных жителей, а также передавать им свою культуру, язык и традиции [5, 14с]. В результате географической разобщенности и контакта с другими массами, среди тюркских народностей появились некоторые диалектические различия и заимствованные слова.

Культура основное сырье всех цивилизаций и обществ. Имеет особое историческое содержание. И как уже говорили выше, у них особый характер, и общества обретают идентичность со своей культурой. Культура находит свое выражение только в национальном языке и поддерживается им. Культура защищена национальным языком и передается из поколения в поколение. Петков непосредственно использовал следующее утверждение: «культурные масштабы народной борьбы родились одновременно с языком и были способны существовать и развиваться параллельно только с народным языком». Севюк говорит, что, одновременно более общее и специфичное понятие для борьбы: «Если мы попытаемся обобщить самые выдающиеся тенденции тюркской культуры даже сегодня, фольклорная борьба может рассматриваться как очень продуктивная и интересная область для исследования».

В процессе экономической жизнедеятельности, тюркские народы были более продвинуты в своих спортивных навыках, чем их современники на тот момент. Жизнь заставляла их такому образу жизни. Они просто вынуждены были быть таковыми. Для людей, независимо женщины или мужчины, молодые или пожилые вынуждены были искать новые места пастбищ для своих животных, они в любое время могли встретить другое племя которое могло в любой момент напасть и отобрать скот. По этой причине они систематически практиковали верховую езду, стрельбу из лука и борьбу. Этим они занимались при каждом удобном случае, что было необходимостью того времени. Поэтому материальные и духовные элементы этой культуры были настолько развиты, что возможность найти их все в других культурах была крайне ограничена. Др. Гювен по этому поводу использует следующее утверждение: «Одной из культур, которые тюркоязычные народы считают главной

ценностью, является национальная борьба». В экспозиции народной борьбы, украшенной национальными мотивами, поднимается национальный дух и эмоции, впоследствии обеспечивается социальная интеграция всего народа. Борьба, которая является одним из символов самоутверждения при переходе от детского возраста к юношеству в культуре тюркской цивилизации [6, 141], до настоящего времени сохранил эту традицию и даже продолжает существовать в некоторых культурах тюркских народов. В мире, где в последнее время виды спорта настолько разнообразны, а средства массовой информации настолько широко имеют возможность распространять эту информацию, национальная борьба и традиции борцов являются одними из показателей того, что они являются «формой чести» [7, 222]. Но к великому сожалению в Турции, область традиционной борьбы не была до настоящего времени детально и глубоко исследована с академической точки зрения.

Народы, которые не могут полностью раскрыть свой путь из материала, взятого из их же собственной истории, кажутся очень слабыми по отношению к другим более развитым народам. Это показывает, то что независимо от любой ситуации, будущая судьба этого народа может быть им не совсем ясна. Если та или иная культура / этнос не знает своей настоящей истории или не осознает ее значимости, то и нет смысла ни в одной материальной и духовной ценности. Значимость борьбы и ее наследия, отраженными в национальных языках и традициях тюркских народов, с каждым днем становится все меньше и меньше, таким образом ограничивается возможность проводить научные исследования в этой области. Такие ценные национальные традиции и историческое наследие возможно сохранить только в том случае, если имеются в народе определенные сильные личности, а также ученые – историки и определенные научно-исследовательские центры, которые считают эти традиции наиболее ценным и важным. Исследования темы национальной борьбы именно в этой области очень ограничены. А в существующих источниках, они далеки от научных объяснений и международного академического признания, потому что они основаны в основном на воспоминаниях, а не на научных документах. Таким образом, данное исследование важно не только с точки зрения понимания прошлого, но и для построения его будущего. Сегодня необходимо обозначить и восстановить все средства и ценности традиционной борьбы тюркских народов. Это особо необходимо для всего тюркского мира и всей мировой спортивной литературе.

Проблема в том, что понятие (концепция) традиционной борьбы в тюркском языке, культуре и функциональности не были выдвинуты в свое время, а еще хуже те ценности которые имели определенные ценности стали стремительно забываться. Известно что данная проблема, исследование включает ряд подзадач, таких как пиримордиальные и / или архетипические, лингвистические, этимологические, синтаксические и / или семантические, исторические, фольклорные, а также терминологические задачи. Это скромная работа; целью которого является - пролить немного света для исследователей этой темы, немного раскрыть,

такие понятия как «борьба», «борец», возрождение памяти традиционной борьбы для тюркского мира и всей мировой спортивной литературы. Исследование проводилось методом скрининга с использованием как основных источников, так и современных исследователей.

Происхождение, понятия и синонимы слова «борьбы», «борцы»: слово борьба «*КУРЕШ*» на древне тюркском языке состоит из двух корней «КУР» и «ЕШ». Коренное слово «КУР» в источниках Гёк-Тюрка означает «великий, непоколебимый, знающий, могущественный» [8, 817с]. Во всех основных исторических источниках слово «КУР» означает «сильный-сильный, непоколебимый, жестокий, щедрый, хулиган, альтруист, богатый и знающий». Второй дополнительный корень «ЕШ» - это окончания (аш, иш, ош, уш, ыш, öş, üş и тд) которые переводят существительные слова в глагол, и имеют значение «взаимной борьбы, взаимопомощи, соревнования и конкуренции». В XI веке Махмуд Кашгари использовал термин «куреш» вместо «тюреш» и объяснил свой ответ словами «челме-чалыш» – то есть «ронять соперника подножкой. В тот же период Баласагун использовал слово «куреш» в своих работах, где описывал его как «бороться, душить». Самых ранних тюрках, борцов называли «кюрешчи», а также они носили такие названия как «живы» или «арвак», которые означали религиозными или племенными лидерами сообщества способные защитить народ от злых духов [9, 332с]. Уже со времен гуннов видно, что все эти термины связанные с борьбой «куреш» означали «баш или бас», то есть «поражение, победа, подавление, уничтожение, преобладание, крах». В тот же исторический период борцов называли следующими именами, как: «альп», «ахы», «ата», «баатыр», «чалышчы», «эрк», «нарт», «тутушчу» и «темур, демир», что имело значение как *«герой, храбрый, смелый, щедрый, смелый, огромный, непоколебимый, стойкий, очень сильный, добрый и тд»*. Считается, что на территории большой Азии борцы, до настоящего времени смогли сохранить все перечисленные выше классификации и определения. Примерно с XII. века, в период языкового превосходства арабов и персов, борцов еще называли таким именами как «пехливан», «абдал», «ахи», «айяр», «шаттар», «ринт», «гази», «шука / ал-шука». В истории четко прослеживается, что борьба «куреш» у тюркских народов был больше чем просто спорт, он символизировал больше народного героя, спасителя и защитника и был высоко организованным и образцовым личностью.

Несмотря на большие мировые потрясения и глобальные спортивные перемены, исследования показывают, что; тюркские народы больше всего удовлетворения получают именно от борьбы. Тюркская борьба давно вышла за пределы общественной ценности и стало общественной и социальной нормой всех тюркоязычных народов. В тюркской спортивной культуре ритуалы борьбы являющиеся древнейшей традицией, включают в себя как религиозные элементы, так и национальные элементы. Религиозные элементы в ритуалах борьбы воплощают в себя идеи и мысли, а национальные элементы несут в себе форму борьбы, стиля. Следовательно, для сохранения и поддержания народом традиционную борьбу, в первую очередь необходимо чтобы народ сохранял и берег все элементы национальной

культуры. В этом контексте тюркские народы рассматривают борьбу как «народный спорт», «родовой спорт» или «национальный спорт» [10,15-17].

Понятие, концепция борьбы в тюркских: енно теряет многие свои некоторые исторические функции в тюркском мире, все равно она в памяти народов и она до сих пор может нести свою историческую и почетную ценность. На сегодняшний день официально на территории Турции особенно в больших городах используется термин “гюреш”, тогда как в Анатолии и на Балканах включая Гагузию используется термин “гюлеш”. (Петков, 2001: 17, Петров 1984: 16). В источниках Эвлия Челеби мы видим, что термин «Гюлеш» (Güleş) начиная с XVII в – использовался туркменскими племенами на территории Анатолии и Балканах. В тюркском мире слово “борьба” интерпретируется следующим образом: азербайджанцы «гүлаш», башкиры “көрөш”, казахи «күрес», кыргызы «күрөш», татары «көраш», туркмены «гөреш», уйгуры «күраш». Все другие тюркоязычные народы как алтайцы, карачаевцы, балкарцы, шорцы, чувашы, кумыки, хакасы, буряты, телеуты и якуты используют термин “күреш” с небольшими изменениями, только тувинцы используют слово “хүреш”. Таким образом мы видим что тюркские народы сибиря смогли сохранить первоначальное понятие – концепцию борьбы “кур - еш”.

Одним из наиболее упоминаемым термином на территории Турции является слово “пехливан”. Слово «пехливан» происходит от персидского слова «пехлеван» и означает «борец, смелый, воин и герой». Это слово было заменила термин «Алып» который использовался древнетюрками с 12-го века. Слово “Алып”; даже сегодня на всей территории тюркских народов внутренней и северной азии воспринимается как равное борец или пехливан. Почти до XX. Века западные тюрки использовали термин “пехливан” как для успешных борцов, так и для стрельбы из лука и верховой езды. Далее целое столетие этот термин используется только для борцов. На современных тюркских диалектах термин “пехливан” используется следующим образом: у азербайджанцев - это «пахлаван», башкиров - «корашси», казахи - «балуван», кыргызы - «балбан», узбеков - «палван», татаров - «корашчи», туркменов - «палван» и уйгуров «палван».

Понятие, концепция борьбы и борца в устной культуре тюрков: казахи говорят: «Макал-Сёздин-майеди, - что означает пословица – это сущность слова. Это означает, что пословицы несут в себе много исторических накоплений и выражают огромное философское значение. Несколько примеров пословиц в казахском языке изображающих борьбу или борца: «Кюреспей джиге алмайсын, алыспай ала алмайсын” / (не бывает победы без борьбы, и выигрыша без войны). “Катин катыны горсе, сойлескеси келир, палван палваны горсе, белдескеси гелир”; (когда женщина видит женщину хочет поговорить, когда борец видит борца хочет бороться). «Палваннын дангы эл дангы, балыгын дангы көл дангы” (Честь пехливана - это честь народа, честь рыбы- это честь озера). «Палванын кыймети йуз жыл, арынын кыйметы мин жыл” (Борьба стоит сто лет, пчелы тысяча лет». «Палванын жаманы,

салдырган сон окинер, кузетшинин жаманы, алдырган сон окинер”, (Борец жалеет после проигрыша, охранник после кражи), «Палванга – өн – терси бирдей”, (Для борца без разницы зад – перед), “Палвандыкты Ал Биледы, мырзалыкты мал биледы” (Борца знает вся страна, хозяина скот), “Шебер ишимен, палван кушимен” (Мастер делом, борец борьбой славен). “Батырдан батыр артыламын десе, журетин жолун тандап алсын, палвандан палван артыламын десе, тусетин тенин тандап алсын” (Если богатырь хочет быть выше другого богатыря, пусть выбирает свой путь, если борец хочет быть сильнее другого борца, пусть выбирает достойного соперника).

Для кыргызов пословицы имели огромное значение, особенно в устном творчестве. К примеру “Илимдин падишахы акыл, сөздүн падишахы макал, макал – акылдын каймагы”, что означает, ум – падишах науки, пословицы – падищах слова, пословицы – сливки ума. У кыргызов очень много интересных пословиц и поговорок о борьбе имеющие глубокий философский смысл. К примеру «Эл менен эргишпе; балбан менен жөөлөшпө», (Не иди против народа, не толкайся с борцом), “Жакшы айалды эри сүйөт, жакшы курөшчүнү эл сүйөт”, (хорошую жену муж любит, хорошего борца народ любит), «Baktıluu bolu Münödön, Baatır bolu Küröştön” (Быть счастливым от природы?, быть богатрем – от борбы), “Балбан менен күрөшпө, түптүү менен тирешпе, шамал менен жарышпа” (Не борись с борцом, не толкайся с деревом?, не соревнуйся с ветром), “Бакты эмгектен, тендикти күрөштөн изде”, (Ищи благополучия в труде, равенство в борьбе), “Жамандыкты балбандык жеңет” (Борьба победит зло). “Сүйүү менен жаша, күрөш менен өл” (Живи с любовью, умри в борьбе). Борьба на кыргызском языке означает одновременно и “драться”. Также у кыргызов имеется борьба верхом на лошади которая называется “оодарыш” или “эниш”, которая также встречается у тюрков Сибири и Внутренней Азии. В Турции да вообще во всем мире не имеется аналогов борьбе верхом на лошади “оодарыш”. Также встречаются пословицы и поговорки связанные с борьбой верхом на лошади, например “Ат баккан жылкычы, аттын үстүндө күрөшөт” (Табунщик борется верхом на лошади) [7, 223].

Благодаря географическому положению, политической и экономической жизни, кыргызский народ сумел сохранить свои древние культурные элементы намного больше, чем другие центрально-азиатские тюркские народы. На сегодняшний день Кыргызстане существуют определенные различия в традиционной борьбе между такими регионами как Чуй и Ферганской долиной. Эти различия мы также видим в устном творчестве различных родов и регионов. В некоторых пословицах они выражены следующим образом, к примеру: “Род не имеющий своего прославленного богатыря, балбана, борца – не участвует (прячется) в больших праздниках” имеет несколько версий: “Балбаны жок эл ашта, жузун жашырат” или “Элинден балбан чыкпаса, ашьян – тойдон каласың”. Еще к примеру: “Как мужчина без лошади, так и народ без богатыря обречены на поражение”, также имеет несколько разных интерпретаций: “Аты жок эр кантсыз, балбаны жок эл максатсыз болот”, что означает

(Мужчина без лошади не имеет сахара?!, народ без богатыря не имеет цели) или “Баатыры жок эл болбойт, күлүгү жок эр болбойт” (Народ без богатыря не народ, мужчина без скакуна не мужчина). Существует четыре разных варианта пословицы : “Праздник без борьбы не считается праздником”:, 1) Күрөшү жок той – той эмес, 2) Күрөш – ойун болбосо, кыргыз тойду той дебейт, 3) Кыргыз күрөшсүз той бербейт, 4) Күрөшсүз той болбойт. Аналогичные примеры имеют место быть у народов северного и южного Казахстана, Башкирии и тюркских народов Сибири [7, 224].

Еще 30-40 лет назад жители Анатолии и даже турки, живущие на Балканах, помнят до сих пор, что во всех мероприятиях, свадьбах и других традиционных праздниках организовывались соревнования по борьбе, те мероприятия или праздники в которых не было традиционной борьбы не считался праздником. Кроме этого, каждая деревня или род имел своего борца, богатыря, который должен был защищать честь своего племени. В этом контексте можно утверждать о том что существует особая параллель в культуре борьбы между кыргызами и западно-тюркским миром.

Несмотря на то что на территории современной Турции к великому сожалению не смогли до наших дней сохранить все пословицы и поговорки по теме борьбы и борцов как это к примеру у кыргызов, имеются очень много параллелей. К примеру : «Человек - другой, борец другой», «Лучшая лошадь – это скакун, лучший человек - борец», «Даже сильный борец бороться не в полную силу». Здесь особенно первая и последняя напрямую указывают на социальный статус борца. «Лучшая лошадь на скачке, лучший борец на площади», “Не каждая кобыла приносит скакуна, не каждая мать рождает борца». В регионе Кахраманмараш в народе встречается следующая фраза: “Деревня без своего борца, подобна табуна без скакуна”. Это утверждение еще раз показывает, что восприятие культуры борца в средней Анатолии ничем не отличается от восприятия на территории Туркестана. Еще одна турецкая поговорка “Йенилен пехливан гюреше доймаз”. (После драки кулаками не машут). Эта последняя фраза является всеобщей для всего тюркского мира. Фактически, можно видеть, что понятия, концепция и функции борца, борьбы всех тюркоязычных ничем особо не отличаются друг от друга.

Тюркские народы живущих в сибирской части, такие как Шорцы, Алтайцы, Телеуты, Теленгиты, Якуты, Хакасы и Тувинцы также очень высоко ценили своих борцов, и ставили на очень почетные места в общественной иерархии, их называли “үстүнкү орун”. Как и у западных тюрков, так и у восточных, борьба является неотъемлемой частью всех социальных и общественных церемоний и праздников. Даже например на Алтае свадебный ужин принято называть “Күрөш Ашы”, что в свою очередь означает «борцовским ужином» или «фестивалем борьбы» [7, 54].

В Османской борьбе спортсмены демонстрировали ряд религиозных, моральных, формальных и интеллектуальных ритуалов до, во время и после состязания. Почти все эти

ритуалы, включая религиозные элементы, также имели место быть у восточных тюрков. Даже если информация была ограничена восточные тюрки были в курсе тех событий мероприятий, праздников и церемоний западных тюрках в частности Османской империи, во время которых проводилась традиционная борьба. Знаменитый якутский спортивный писатель Кичкину, который сравнивал события западных и восточных тюрков, говорит следующее: “Когда мы изучали события и церемонии проводимы в анатолии в период Османской империи, была такое ощущение, что мы одновременно находилсь на “Чылгаяке” Алтайских тюрков, якутском “Ысыах”е, калмыкском “Урсус”е, “Сабантуе” башкиров и татар, хакаском и тувинском “Надам” Кичкину также объяснил характерные аспекты традиционной борьбы на этих фестивалях: «Эти ритуалы с элементами Йесеви демонстрируют характер Бакши и кама с архетипический и даже пиримордиальным содержанием»

Заключение. Борьба в тюркском мире однозначно стала неотъемлемой частью социальной, экономической, религиозной, политической жизни народа, основной частью военной структуры армии, всю историю поддерживали развитие культуры в этих народах. Всегда были неотъемлемой частью во всех государственных или частных событиях и церемониях.

Концепции, понятия “куреш - курешчи” в тюркских языках обогатили культуру. Продемонстрировали социальную-общественную целостность, развивали сознание того, что они из того же народа, воспринимаемые одним и тем же духом и верой, возродили те же самые эмоции в их памяти и жили этой культурой паралельно развивая свою культуру языка. Несмотря на то что, со временем формировались различные языковые диалекты между тюркскими этносами, и эти различия продолжают до настоящего времени, в целом мы находимся в едином культурном и историческом процессе развития тюркского этноса - в восприятии культурной целостности тюркских народов существует огромное количество паралелей.

Традиционная борьба тюркских народов “гюреш”, смогла собрать вокруг себя наиболее выдающиеся национальные ориентиры тюркской культуры. Она смогла структурировать, классифицировать и обобщить эту культурную целостность с ее материальными и духовными элементами. Несмотря на глобализацию, традиционная борьба тюркских народов по-прежнему остается наименее исследованной и наиболее продуктивным полем для ученых для более глубокого изучения этой области.

Литература

1. Kyle G. Danold. Sport in the Cultures of the Ancient World. – London. – 2010. – 44p.
2. Poliakoff B. M. Kampsport in der Antike, Das Spiel um Leben and Tod, Duesseldorf. – Patmos Verlag. – 2004. – 22p.
3. Petrov Raiko. Olympic Wrestling throughout the Millennia. – Colorado Springs: IAWF, Printing & Publishing & Distributing Co. Ltd. – 1984. – С.15-17.
4. Копрюлю Фуат. Первые суфии в тюрской литературе. Отдел по делам религии издание 7: 118, серия научных статей : 11. – Анкара. – 1991. – С.190-193.
5. Гумилев Л.Н. Древние тюрки. (Перевод А. Батур). – Стамбул. – 1999. – С.14-18.
6. Пехлеван З., Демир А. Образ Пехливана и борца в культуре турков. I Международный симпозиум «Кыркпынар». – Эдирне. – 2006. – С.141-150.
7. Turkmen Mehmet. Concepts of “wrestling – wrestler” within culture of Turkish world. International Journal of Academic Research Part B; 5(5). – Turkey. – 2013. С. 221-226.
8. Оркун Хусейин Намык. Древние тюркские эпитафии: Турецкий институт языка. – Анкара. – 1987. – 817с.
9. Онгел Хаан Басри. Спорт в истории турецкой культуры: Серия изданий Министерства культуры Турции. – Анкара. – 2001. – 332с.

**Культ животных в национальных играх кочевников и их связь
с культом матери Умай**

Умаралиев Э.С.¹, Тагаев М.И.²

Ошский Государственный Университет, г. Ош ¹

Кыргызская государственная академия физической культуры и спорта. г. Бишкек²

Аннотация. Вера играет одну из главных ролей в развитии духовной культуры народов, поскольку выступает средством выражения мировоззрения и мироощущения народа. По существу выявляется пласт общих религиозных явлений, уходящих в глубокую древность. Это культ животных, связанный с культом Умай, культ природы: земли-воды, неба, гор, небесных светил, почитания огня и очага, элементы анимизма, шаманство, культ предков и другие параллельно связанные между собой.

Ключевые слова: культ Умай, тенгри, земля-вода, Манас, кыргызы, религиозные пантеоны, верования, культы животных.

**Көчмөндөрдүн улуттук оюндарындагы жаныбарларга сыйынуусу жана алардын Умай
энеге сыйынуу менен байланышы**

Умаралиев Э.С.¹, Тагаев М.И.²

Ош мамлекеттик университети, Ош ш. ¹

Кыргыз мамлекеттик дене тарбия жана спорт академиясы, Бишкек ш. ²

Аннотация. Ишенимдер элдердин руханий маданиятынын өнүгүүсүндө негизги ролду ойнойт, ошондуктан элдин дүйнөгө болгон көз карашын жана дүйнө таанымын чагылдырат. Чындыгында байыркылуулуктун тереңине кеткен жалпы диний кубулуштардын катмары айкындалууда. Бул Умайдын культу менен байланышкан, жаныбарлар культу, табияттын культу: жер-суу, асман, тоолор, асман телолорунун, отко жана коломтогу сыйынуу, анимизмдин элементтери, шаманчылык, арбактар культу жана баикалар салыштырмалуу бири-бири менен байланыштуу.

Негизги сөздөр: Умай культу, теңир, жер-суу, Манас, кыргыздар, диний пантеондор, ишенимдер, жаныбарлар культу.

**The cult of animals in the national games of nomads and their connection with the cult of the
mother umai**

Umralliev E.S.¹, Tagaev M.I.²

Osh National University, Osh c. ¹

Kyrgyz State Physical Education and Sport Academy, Bishkek city. ²

Abstract. Belief plays a major role in the development of spiritual culture, while it is a way of expression people's outlook and attitude. Essentially revealed the formation of common religious phenomena, going back to antiquity. This cult of animals associated with the cult Umai, the cult of nature: earth-water, sky, mountains, celestial bodies, the veneration of fire and hearth, elements of animism, shamanism, ancestor worship and other parallels connected also with the goddess Umai.

Key words: the cult Umai, tengir, earth-water, Manas, kyrgyz, religious pantheons, beliefs, the cult of animals.

Введение. Древние национальные игры тюрко-монголоязычных народов Центральной и Средней Азии (кыргызов, алтайцев, башкир, хакасов и др.) выполняют различные функции: религиозно-ритуальные, воспитательные, зрелищно-эстетические и коммуникативные. Особенно рассматривая религиозно-ритуальные, коммуникативные функции народных игр и развлечений, следует подчеркнуть, что они являлись одним из важнейших средств общения: на межэтническом уровне, здесь следует подчеркнуть широчайшие связи кыргызского народа со многими народами Евразийского пространства. В исторических анналах есть сведения об этнических и культурных взаимоотношениях кыргызов с башкирами и татарами. Об этом можно получить сведения также в эпосе «Манас»: «Вновь прибывшие сородичи, рядом с баем Жакыпом, уже год живут, несколько курьев у них. Родом кангы прозывается. Среди кангы, есть богатырь Чегеиш» [7, т. 3, 359]. Происхождение этноса Канглы в определённой мере проливают свет на этнические связи кыргызов с тюркскими народами, в их числе, с башкортами [8, 178]. В народных преданиях у татар, как и у кыргызов, есть конная игра или скачка – состязание между джигитом и девушкой [1, 63]. Среди древнейших тюрко-монголоязычных народов кочевников считался древние игры кыргызов как «Бүркүт салуу» (охота с беркутом), «Куш салуу» (соколиная охота), «Жаа тартуу» (стрельба из лука) а также «Тайган агытуу» (охота, травля волков борзыми собаками). Если рассматривать национальные игры, то одно из них «Тайганагытуу» (травли, охота на зверей) известно на основе фольклорно– этнографических материалов в связи тайгана с одним из архаических суеверий народа с культом собаки. Издревле кыргызы относились почтением охотничье ремеслу с тайганами, предки ценили звероловство и оставили в наследие из поколения в поколение. Тайган по сравнению с другими породами собак замечательно адаптировано к высокогорью и обладает следующими качествами необходимыми для ловчей собаки – резвостью, мощностью, выносливостью в беге, смелостью и храбростью. Кыргызский тайган каждый день, удерживая темп готовности способен 7-8 дней подряд, не утомляясь выходить на охоту, бестрепетно идет наперекорволку и только достигнув цели остановится. Сверх всего только кыргызский тайган отличается с хорошим чутьем, хорошо идет по следу и способен к длинной скачке. На самом деле в стране интересующихся в тайгана считаны, но только у хороших охотников до сих пор есть. Тайгана нужно настраивать щенком, привоя наперекор лисицу, чтоб не стал пугливым нельзя избивать. По натуре тайган – балованный, если его пестовать и лелеять, то вырастут растерянными, а если, наоборот часто избивая можно превратить в бояку. Поэтому нужно воспитывать как своего сына, смелым во всем. А если кормить тайгана щенка остатками, то со временем принесет только остатки, если кормить мясом, то взамен принесет оленя архара. Со щенком нужно адаптировать звуку выстрела из ружья и необходимо все больше и больше дать привыкнуть. А также тайгана тренируют, смолоду вмешивая в свару, заставляя преследовать за лисцей. Цвет тайгана бывает разными, но у кыргызов встречается большинство черного, а

также сероватого и коричневого цвета. Высокий рост тайгана не так уж важен. Есть легенды и слухи что в древние времена, что одна хорошая собака тайган – кормила целый аул. Достижные старости аксакалы говорили, что к пастуху имевшего тайгана никакой волк, не лисица не приближался. По понятию кыргызов духовным наставником собаки считалась «Кумайык». Она по происхождению от мифологической птицы (грифа) ее голова которой похоже на голову беркута (орла), а туловище как у льва. Подобно этому фольклорные параллели можно указать в другом фольклорно-этнографическом аналогии тюрко-монгольского народа. По хакасской легенде поимистая собака «Кубай-Кус» (Кубай, Хумай) выводится из турпаных (из птицы) яиц [3, 104-105], в кыргызском фольклоре сущность Кумайыка, ее священные образы, дивное поведение описывается в трилогии «Манаса» в первой и во второй части в художественно эстетическом объемном эпизоде в целом. Примерно величиной в кулак серый щенок, еще глаз не открывший, изредка встречается человеку, как наминается по легенде если не ухаживать по правилам то через шесть дней бесследно исчезнет. Бакай говорит Манасу что «он повидался не серым щенком, а с ночью предопределением (кадыр түн), что оно добыча хозяину и осчастливит его». Мать Кумайыка по верованию древних кыргызов представляется в виде (грифа) птицы с головой похоже на орла, а туловище как у льва. Такие же аналогии в соответствии матери Умай в архаическом веровании сохранено у шор среди тюрко – монгольских народов: если у народа шор мать Умая откровенно воспринимали как одушевляющей с силой оживления, то у кыргызов верование о назначении ребенка будучи девочкой или же мальчиком во чреве матери еще раз подтверждает вышесказанные функции матери Умай [6, т. 3, 452]. В конце XIX в. – XX в. первой четверти российский и советский этнограф Л.Я. Штернберг растолковывая вопрос, почему же дикие животные охраняют священного бога матери урожайности, подвел правильный итог. Он, расследуя восточный корень Богини матери, выяснил, что в первоначальном генезисе они были хозяевами охоты [10, 111-125]. Эти священные образы и среди них тайган который был вмешан в охоте и одна из архаических верований связанный с культом собаки благодатный мать Кумайыка Кумай по внешности похожа на птицу. «Бүркүт салуу» и «Куш салуу», мать Умай в образе орла и птицы, ее архаический вид, по внешнему виду сакральный образ Умая как духовный наставник охоты. Архаический вид матери Умай – птица, в разных ритуалах отражает идеи урожайности, здоровья и богатство. Функции матери Умай все больше и больше увеличивалась, представлялось она по внешности не человека подобный, а как птица (Хумай) или же в виде священной собаки (Кумайык). Таким образом, мы видим еще раз, что функции матери Умая, птицы Хумая, собаки Кумайыка были одинакового. В сегодняшние дни виды национальных игр установленные с правилами «Бүркүт салуу» (охота с беркутом), «Куш салуу» (соколиная охота), «Жаа тартуу» (стрельба из лука) а также «Тайган агытуу» (травли, охота сборными собаками) проводится комплексные соревнования в особенности состязание тайгана в беге испытанием тайгана упоминается в

эпосе «Манас», «надеть рукавицу, нацепить путлища (на ноги ловчей птицы) ехать на охоту обследуя места». Если взять Акшумкара (белый кречет) Манаса и Семетея и орла то оно символизируется как высшая власть, громадность и властвование. А также орел как символ могущества, скорости, стойкости и смелости, чистой победы, вдохновение и поднятие духовности. Древне тюрко-монгольского народа, особенно в фольклорно – этнографических и мифологических источниках сведения кыргызов, орел представляется символом солнца, молнии и самым преданным Богу высшего неба. Кумайыка Манаса “на безлюдных равнинах Медиана” находит Манас, как было сказано «чистая и непорочная жена должна ухаживать за щенком» отдает Каныкейу. Каныкей “днем не переставая, кормя с молоком изо рта, мясо из рук” никому не показывая, ухаживает семь лет. Удивительная охочая птица Акшумкар Манаса, после Семетея, передается в разных вариантах эпоса. В одном из вариантов Алмамбет ловит Акшумкара за горами Арпа или Арка, дает Каныкею присматривать, а вдруг Кошой ловит, и дарит Манасу как «птицу счастья и власти». Образы Акшумкара и Кумайыка в истории связывают со временем, когда кыргызы занимались охотничьим ремеслом как соколиной охотой, охотой с борзыми собаками. На первой части Манаса не говорится о использовании в охоте, но изображается как мифическое животное выполняющий обязанность охраняющего покровителя. Приехавшему Семетею в Талас, Акшумкар летая вокруг него, садится на голову Семетея. Этот знак птицы Акшумкара означала власти, по строгому поручению матери Каныкея если Акшумкар не садится, то дела на лад не пойдет, что после отрицательного знака он обязан был вернуться в Букару. Но все животные охранявшие Манаса охраняя и Семетея располагаются вокруг него, как и отцу дают ему качество величия и суровости [11, 96-98]. К тому же Акшумкар как символ власти приснится родителям Манаса (Жакыпу и Чыйырды) до его рождения. И до исчезновения Семетея Акшумкар само собой улетает. Описание Акшумкара как душа, (оберег) человека можно увидеть как Айчурок забирает ее к себе. Здесь слово Кумайык есть схожести вышесказанном словом “Хумай”. Так как слово Кумайык состоит из двух смыслов, одно из них “Хумай”, а второе значение “Умай”. По этнографических сведений распространенные среди кыргызов и тюркского народа, во всех случаях “Кумайык” рассматривается как удивительное и особенное животное превратившиеся от собаки в птицу или же одновременно являющийся метисом, собакой и птицей. В тюркском народе и у кыргызов широко распространенная женщина богиня, рассматривающей в одной параллельности с особенным животным, мать Умай известно как богиня оберегатель детей, богиня продолжателя наследственности, богиня урожайности и богиня очага.

Одно из особенно ценным, общирно распространённым историческо-этнографических материалов, рассматривающего в ряде “Матери Умай” и “Кумайыка”, считаются изображение животных вырезанные на стенах пещеры, на камнях и на высоких скалистых горах. Такие рисунки были изображены в древних религиозных местах, в местах где племя считался

священным, или же там где были введены праздничные предрассудки. Одна из таких рисунков изображение орла. В большинстве в народных устных произведениях тюрко – монгольского народа образ орла, как гарантия счастья, удачи и избытка в обществе занимающихся скотоводством считается наивысшим покровителем священного неба. По народной традиции в многочисленных ситуациях чтобы подавить ссор, в цели восстановления мира во время войны, существовала традиция дарования птиц. В религиозных верах тюрко язычного народа Сибири, есть сведение о единокровье или родство между людьми и с некоторыми животными. По религиозным верованиям тюрко язычного народа основными тотемами считались орел, лебедь и ворона [9, 150-160]. Изображение орлов в примерах народов Сибири якут, бурят и алтайского народа орел отражается как вышний создатель – бог Ульгене, а у якутов как символ бога солнца и пламени. Он создатель природы, к нему бездетные женщины обращались с просьбой забеременеть [2, 17]. Поэтому якутцы называли его создателем. Он создатель и ведущий шаманов [12, 127]. Орел – символ солнца, по мнению кыргызского народа, значительную роль играет орел отличаясь от других птиц живет на самых высших горах, то что он летит возвышая приводит к верованиям что он достигает до солнца и среди птиц только орлам дано прямо смотреть на луч солнца. Еще одна случай интересующихся нас связанно со словом “Жагалмай”. Жагалмай одно из знаков (эн тамга – клеймо, метка как знак) кыргызских племен. Издревне эн тамга символ собственности, независимости. Схожо ей хищные птицы как известно из давних времен являются объектом тотемистического верования. По объему жагалмай меньше чем ястреб переплетника, подобно дербнику. В кыргызских племенах эн тамга метится в виде крест или же в виде летающей птицы. Слово Жагалмай: от бурято-монгольских языках “Загал” – озночает красноватого аргамака (лошадь), оленья марала, у телеуттов священого аргамака, у якутов крылатых небесных лошадей. Окончание “май” в словообразовании, означает птицу точнее хищную, поимистую птицу, есть образованные ученые которые параллельно связывают слово “май” с матерью Умай (Умай-иче, Ымай-идже, Май-эне, Май-иче, Май-ана, Пай-ана, Пай-идже). Метки с силуэтом жагалмая встречаются в Южной Сибири, Хакасии, Тувы, на Алтае и в Монголии, а также в некоторых древних памятниках в регионах Кыргызстана [4,153-154]. Вышеуказанных этнографических сведениях, “жагалмай” – это птица, орел, кречет и крест. У древних тюрко монгольских народа, у кыргызов в слове жагалмай глубочайшим считается значение образа птицы. В бурятах загалмай – это таинственная лошадь превратившийся в птицу. В монгольском, в бурятском языке мифологический крылатая лошадь. Но и в кыргызских эпосах крылатые лошади с удивительными именами, Кара ат Чынкожоя, Тоотору Кыяза, Аккула Манаса крыльями в одной стороне 20, в другой стороне 21, сзади на вид дракона, не зря их возвышение на небо было упомянуто в произведениях. А также Чалкуйрук Эртоштука, в трудных условиях советуется с Тоштуком, рассказывает ему о предназначениях заранее. В повествовании в больших и в маленьких по объему эпосах связь человека с

лошадью вошедший из давних времен в национальных традициях кыргызов, в религиозных обрядах и в искусстве [5, 64-65], “Ат чабыш” (скачки на лошадях) и другие национальные игры и их сюжеты тесно связаны в эпосах, в былинах, в легендах.

Заключение. Национальные игры необходимо изучить и использовать в современной практике физического воспитания.

Кыргызские национальные игры имеют тесную связь с традициями, обычаями, видами трудовой деятельности, содержат в себе естественные движения, проходят очень эмоционально, имеют важное значение для развития физической подготовленности молодежи.

Благодаря многообразию кыргызских национальных игр и большому их количеству почти всегда можно отобрать игры, нужные для развития тех или иных физических качеств и физической подготовленности занимающихся.

Литература

1. Ахметзянов М.И. К этнолингвистическим процессам в бассейне реки Ик (по материалам шеджере). / К формированию языка татар Поволжья и Приуралья. – Казань: 1985.- С. 63;
2. Анаркулов Х.Ф. Кыргызские народные подвижные игры, физические упражнения и современность. -Б.: 2003. -С. 284.
3. Дугаров Д.С. Исторические корни белого шаманства на материалах обрядового фольклора бурят. -М: Наука, 1991. – С. 17.
4. Катанов Н.Ф. Хакаский фольклор. -Абакан: 1963. – С. 104-105.
5. Каратаев О.К., Эралиев С.Н. Словарь кыргызской этнографии. -Б.: 2005. – С. 153-154;
6. Симаков Г.Н. Общественные функции киргизских народных развлечений в конце XIX – начале XX вв. Ленинград: «Наука». 1984.
7. Кыргызы. III том. Бишкек: 1995. – С. 452.
8. Манас. Киргизский героический эпос. Кн. 3. – М.: Наука, 1990. – С. 359;
9. Саралаев М.К., Омурзаков Д.О., Калыбаев Т.Ж. Кыргызские подвижные игры. / В книге: «Игры народов СССР». -М: ФиС, 1985. С. 210-217.
10. Молдобаев И.Б. Манас –историко-культурный памятник кыргызов.–Б.:1995.-с. 178.
11. Окладников А.П. Образ птицы в искусстве бронзового века Забайкалья и его аналогии в народном искусстве бурят. 1954. № 1 -С. 150-160.
12. Штернберг Л.Я. Первобытная религия в свете этнографии. -Л.: 1936.– С.111-125.
13. Энциклопедия о Манасе. -Б.: 1995. – С. 96-98;
14. Айтмамбетов Д. Культура киргизского народа во второй половине XIX – начале XX века. Фрунзе: «Илим». 1967.
15. Энциклопедия о Манасе. -Б.: 1995. – с. 127.

О культе Умай эне у древних тюрков и кыргызов

Умаралиев Э.С.¹, Тагаев М.И.²

Ошский Государственный Университет, г. Ош ¹

Кыргызская государственная академия физической культуры и спорта. г. Бишкек²

Аннотация. В статье рассматриваются культ Умай эне у древних тюрков и кыргызов. Проблема религиозных верований у тюрков и кыргызов в эпоху средневековья интересовала многих ученых. Важное место в религиозных представлениях кыргызов, как, вероятно, и древних тюрков, занимал культ Умай эне. Божество Умай кыргызского пантеона тождественно таковому тюрков, у которых еще более персонифицировано.

Ключевые слова: культ, тенгри, Умай, земля-вода, эрлиг, кыргызы, тюрки, религиозные пантеоны, верования.

Байыркы түрктөрдүн жана кыргыздардын Умай энеге сыйынуусу жөнүндө

Умаралиев Э.С.¹, Тагаев М.И.²

Ош мамлекеттик университети, Ош ш.¹

Кыргыз Мамлекеттик дене тарбия жана спорт академиясы, Бишкек ш.²

Аннотация. Макалада байыркы түрктөрдөгү жана кыргыздардагы Умай эненин культу каралат. Орто кылымдардагы түрктөрдүн жана кыргыздардын диний ишенимдеринин маселеси көптөгөн илимпоздорду кызыктырып келген. Кыргыздардын диний элестетүүлөрүндө байыркы түрктөрдөгү сыяктуу Умай эненин культу маанилүү орунду ээлеген. Кыргыз пантеонундагы Умай кудайын түрктөрдөгү адам көрүнүшүндө чагылдырылган окшоштуктардан байкоого болот

Негизги сөздөр: теңир, умай, жер-суу, эрлик, кыргыздар, түрктөр, диний пантеондор, ишенимдер.

About the cult of mother's umaa in ancient turks and kyrgyz

Umralliev E.S.¹, Tagaev M.I.²

Osh National University, Osh c.¹

Kyrgyz State Physical Education and Sport Academy, Bishkek city.²

Abstract. The article discusses the cult of the mother Umai among the Turks and Kyrgyz. The problem of religious beliefs among the Turks and Kyrgyz in the middle ages interested many scholars. An important place in the religious ideas of the Kyrgyz, as probably the ancient Turks, was occupied by the cult of the mother Umai. It is easy to see that the Umai deity of the Kyrgyz pantheon is identical with the same Türks in whom it is even more personified.

Keywords: the cult, tengir, umai, earth-water, erlig, kyrgyz, turks, religious pantheons, beliefs.

Актуальность. Древние тюрки, жившие в VIII в. на Орхоне, были шаманистами и высшим божеством считали «небо» («тенгри»). Слово это обозначает как материальное небо, так и «бога». Божеством для тюрков была, несомненно, и «земля» («йер-суб», собственно «земля и вода»). Эпитет «священный» (ыдук), который ставится при слове «йер-суб», а также

при названиях некоторых местностей, указывает, что у тюрков VIII в. Были «священные» места – это их родные леса и горы, быть может, освященные жертвоприношениями. Из других столь многочисленных обыкновенно у шаманистов божеств в надписях называется только «Умай», женское божество, известное до сих пор на Алтае у шорцев; теперь Умай считается покровительницей детей. Умай – женское почитаемое шаманистами божество, покровительница детей и плодородия; современными алтайцами-шаманистами она почиталась вплоть до 20-х гг. XX в. [18, с. 18]. Культ Умай сохранился не только у алтайцев. Этнография зафиксировала почитание Умай и для других тюркоязычных народов Средней Азии и Южной Сибири, как-то: хакасов, тувинцев, кыргызов и узбеков

[7, 134-139]. Умай представляется с «гребневидными волосами» (телеуты), «одетой в шелк» (шорцы) светлой женщиной. Что же касается древних тюрков, то хорошо известно из китайских летописей о шаманизме тюрков-тугю и древних хакасов «шаманов своих они называют гянь» [1, 271, 446], т.е. кам, о культе гор и т.д. Умай почиталась также древними тюрками, о чем неоднократно свидетельствуют орхонские надписи [25, 18-96]. Умай у древних тюрков считалась покровительницей детей при их жизни и сопровождала их души в случае смерти. Об этом вполне ясно говорит следующая цитата из надписи памятника древнетюркского полководца Кюльтегина: «Для (на радость) ее Величества моей матери – катун, подобной Умай, мой младший брат Кюльтегин стал зваться мужем, т.е. богатырем» [16, 51-71]. По мнению Л.П. Потапова, почитание основных божеств – Тенгри, Умай, Йер-Суб – было распространено во всех группах и слоях древнетюркского общества [19, 4-5; 24, 145-160]. В текстах орхонских стел названы лишь три божества – Тенгри, Умай, Ыдук Йер-Суб. Явное выделение Тенгри и универсализм его функций побуждают некоторых исследователей к оценке древнетюркской религии как особой, близкой к монотеизму веры, которую можно обозначить термином «тенгриизм». Представления Енисейских кыргызов основывались на принципе единобожия – вере в верховное божество Тенгри – единого для всех тюркских народов. Само слово Тенгри происходит от древнеалтайского – «тенг» (равный, равновестный, справедливый) и «ири» – бескрайний, необъятный, могущественный», – пишет Д.С. Сарыгулов – один из первых серьезных исследователей проблемы Тенгрианства в Кыргызстане [26, 89]. Почиталось божество женского рода – Умай (эне) – покровительницы домашнего очага, детей. «Вверху возникло голубое небо, внизу темная (“бурая”) земля, между ними возникли сыны человеческие», вот в каких коротких словах повествуется в надписях о «начале мира». И.В. Стеблева предприняла попытку соотнести древнетюркские божества между собой, расположив их по «уровням»: высший уровень – Тенгри, следующий уровень – Умай, третий уровень – Йер-Суб, четвертый уровень – культ предков. Отношения между объектами первого и второго, первого и третьего уровней – «верх – низ», «небо – земля» [27, 213-217]. Верховным божеством древнетюркского пантеона является Тенгри (Небо), божество Верхнего мира. Именно Тенгри, иногда вкупе с другими божествами, распоряжается всем

происходящим в мире и, прежде всего, предопределяет судьбы людей: Тенгри «распределяет сроки(жизни)»; однако при этом рождением «сынов человеческих» ведаёт Умай, а их смертью – Эрлиг; Тенгри дарует каганам мудрость и власть, дарует каганов народу, наказывает согрешивших против каганов и даже, «приказывая» кагану (буйрук, жарлык), решает государственные и военные дела. Другим божеством была Умай, богиня плодородия и покровительница новорожденных, олицетворяющая женское начало. Здесь содержится явное указание на миф о божественной супружеской чете – Тенгри и Умай, земной ипостасью которой и является царская чета в мире людей [17, 199-201, 207]. Главным божеством Среднего мира была «священная Земля-Вода». В орхонских надписях это божество нигде не упомянуто обособленно, но вместе с Тенгри и Умай оно покровительствует тюркам и наказывает согрешивших. В енисейских надписях герой эпитафии, ушедший в Нижний мир, вместе с атрибутами Верхнего мира – солнцем и луной, от которых он «удалился» и которыми «не наслаждался», называет также «мою Землю-Воду», т.е. Средний мир, покинутый им. Божество земли у тюрков было объектом особого культа. О жрецах богини Умай у западных тюрков VII в. сообщает албанский епископ Исраэль [11, 334]. Интересные сведения о священнослужителях приводятся в одном из сюжетов поэмы «Шахнаме» Фирдоуси, подробно проанализированном Л.Н. Гумилевым. По его мнению, Фирдоуси намеренно в своем произведении описывает деятельность не шамана, а «ядачи», т.е. колдуна, который мог управлять погодой, вызывать ветер, тучи, насылать страшные ведения или сны на врага [6, 83-84]. Кроме того, необходимо отметить и изображения так называемых трехрогих головных уборов или «трехрогих» тиар, которые выявлены на антропоморфных изваяниях, личинах, бляшках и некоторых других предметах. Не останавливаясь на анализе всех точек зрения на интерпретацию уникальной находки, следует отметить ряд моментов, связанных с трактовкой специфичных головных уборов. Уже Л.Р. Кызласов обратил внимание на то, что «трехрогая» тиара являлась характерным атрибутом богов и жрецов, хотя центральную фигуру в таком уборе он интерпретировал в качестве богини Умай [10, 19-49]. А.А. Гаврилова поддержала вторую часть версии Л.Р. Кызласова и рассматривала такие уборы как атрибуты жриц, связанных с шаманской практикой [7, 20]. Позднее эту точку зрения развили и другие исследователи. В орхонских и енисейских рунических текстах упоминаются следующие божества: Тенгри (Небо), Умай (богиня-Мать), Йер-Суб (Земля-Вода) и Эрлиг (Владыка ада) [5, 72-122], среди которых главенствующее положение занимал Тенгри – владыка Верхнего мира [12, с. 93; 13, с. 124, 131; 20, с. 85-86; 21, с. 265; 27, с. 213; 28, с. 69]. Почитание сакрализованных горных вершин персонифицировалось у тюрков с божествами Верхнего мира [13, с. 132; 21, с. 265]. Местом жительства Тенгри было «высокое небо», куда отправлялись «чистые» души умерших, а универсальное по своим функциям женское божество Умай [9, с. 233], по представлениям народов Саяно-Алтая, обитает на горе Сумер около озера Сут-кель [8, с. 134; 23, с. 322], с которой отождествляется высочайшая вершина Алтая – трехглавая гора

Белуха [9, с. 232]. В религиозных воззрениях тюрко-монголоязычных народов божество земли и воды Ёер-Суб воплощало идею мифологического единства и множественности. С одной стороны, Земля-Вода – это абстрактный неделимый элемент Вселенной, заключающий в себе и понятие земной тверди вообще, и понятие Священной Родины в частности [27, с. 215-216; 24, с. 145-146]. На официальном уровне в тюркских империях получают развитие культы Неба –Тенгри, Священной Земли-Воды и богини Умай, а также культ предков, который нашел свое яркое выражение в традиции каменных изваяний [29, с. 117]. Наличие у кыргызов тотемизма и культа Умай отметил и А.Н. Бернштам [4, с. 162-163]. Из божеств кыргызского пантеона в рунических надписях чаще всего упоминаются «Тенгри» (Небо) или «Кок-Тенгри» (Голубое Небо). Нетрудно заметить, что главное божество кыргызского пантеона тождественно таковому же тюрков, у которых оно еще более персонифицировано [15, с. 26-62]. Кыргызские рунические надписи сообщают о божестве тюркского пантеона Умай, чье имя содержится в титулатуре героя первого памятника с Алтынкуля: «Это наше имя – Умайбег, мы – наследственный муж герой». Важность такого отождествления в свое время справедливо отметил А.Н. Бернштам [4, с. 162-163]. В рунических текстах, приписываемых кыргызам, есть упоминания и о «Ёер-Суб» – «Священной земле-воде» (Родине) у тюрков, которая некоторыми исследователями также трактуется как божество древнетюркского пантеона [19, с. 20]. Родство кыргызской и древнетюркской религиозных систем вполне объяснимо общностью происхождения [28, с. 65-75; 14, с. 266], интенсивными контактами, династийными связями и прямой зависимостью кыргызов от тюрков в VIII в. н.э.

Заключение. Несмотря на фрагментарность сообщений рунических памятников, все они свидетельствуют о сложной и развитой мифологии древнетюркских племен, содержащей как весьма архаичные (тотемные генеалогические и космогонические мифы), так и сравнительно молодые пласты, формирование которых завершилось в древнетюркских государствах с их четко выраженным элитарным и сакрализированным характером публичной власти.

Модель религиозно-мифологической системы древних тюрков, нашедшая свое отражение в текстах различного характера, позволяет установить типологическое сходство с моделями религиозно-мифологических систем других народов. Выявление универсального характера основных семантических противопоставлений при анализе древнетюркской системы является одной из частных задач установления общечеловеческой картины мира.

Литература

1. Бичурин Н.Я. Собрание сведений о народах, обитавших в Средней Азии в древние времена. -СПб., 1851. Ч. 1.
2. Бичурин Н.Я. Собрание сведений о народах, обитавших в Средней Азии в древние времена.-М.: Л., 1950. Т. I.- 381 с.
3. Бичурин Н.Я. Собрание сведений о народах, обитавших в Средней Азии в древние времена. Алматы, 1998. Т. 1.- 390 с.
4. Бернштам А.Н. Социально-экономический строй орхон-енисейских тюрок VI-VIII веков: Восточно-тюркский каганат и киргизы. -М.: Л., 1946. -208 с.
5. Войтов В.Е. Древнетюркский пантеон и модель мироздания в культово-поминальных памятниках Монголии VI-VIII вв. -М.: Изд-во ГМВ, 1996. -С. 72-122.
6. Гумилев Л.Н. Древние тюрки. -М.: 1993. -412 с.
7. Гаврилова А.А. Могильник Кудыргэ как источник по истории алтайских племен. -М.:Л. 1965. -110 с.
8. Дыренкова Н.П. Умай в культуре турецких племен. / Культура и письменность Востока. Баку, 1928. Кн. 3. -С. 134-139.
9. Длужневская Г.В. Еще раз о Кудыргинском валуне (К вопросу об иконографии Умай у древних тюрок). / Тюркологический сборник 1974 г. -М.: 1978.- С. 230-237.
10. Кызласов Л.Р. К истории шаманских верований на Алтае. / КСИИМК. 1949. Выпуск, XXIX.
11. Кляшторный С.Г. История Центральной Азии и памятники рунического письма. СПб., 2003. -560 с.
12. Кляшторный С.Г. Древнетюркская мифология (к постановке проблемы).-М.:1979. Выпуск, XVIII, ч. 1. -С. 91-96.
13. Кляшторный С.Г. Мифологические сюжеты в древнетюркских памятниках. / Тюркологический сборник, 1977.- М.: 1981. С. 117-138.
14. Кляшторный С.Г. Руническая эпиграфика Южной Сибири. Наскальные надписи Тепсея и Турана. / СТ. 1976. №1.
15. Малов С.Е. Енисейская письменность тюрок (тексты и переводы).- М.:1952. -114 с.
16. Мелиоранский П.М. Памятник в честь Кюльтегина. / Т. XII. -СПб., 1899. Выпуск, II-III.
17. Мелетинский Е.М. Поэтика мифа. -М.: 1976. -408 с.
18. Потапов Л.П. Возрожденный народ. Новосибирск, 1942.
19. Потапов Л.П. Древнетюркские черты почитания Неба у саяно-алтайских народов. / Этнография народов Алтая и Западной Сибири. Новосибирск, 1978. -С. 50-64.
20. Потапов Л.П. Очерки по истории алтайцев. -М.: Л., 1953. -444 с.

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

УДК. 378 18-055.1.

**Айыл аймактын шарттарында волейбол ойногон 13-15 жаштагы балдардын кээ бир
антропометрикалык көрсөткүчтөрүнүн салыштырма талдоосу**

*Иманалиев Т.Т., Бейшекеев Э.М., Орозбекова Б.Т.
Кыргыз мамлекеттик дене тарбия жана спорт академиясы, Бишкек ш.*

Аннотация. Бул макалада айыл жерлеринде волейбол боюнча секцияда машыккан 13-15 жаштагы өспүрүмдөрдүн физикалык өнүгүүсүнүн кээ бир көрсөткүчтөрүнө волейбол боюнча сабактардын таасири талданды.

Негизги сөздөр: өспүрүмдөрдүн физикалык өнүгүүсү, волейбол, көкүрөк айланасынын өлчөмү.

**Сравнительный анализ некоторых антропометрических показателей 13-15 летних
мальчиков, занимающихся волейболом в условиях сельской местности**

*Иманалиев Т.Т., Бейшекеев Э.М., Орозбекова Б.Т.
Кыргызская государственная академия физической культуры и спорта, г.Бишкек*

Аннотация. В статье анализируются влияние занятий волейболом на некоторые показатели физического развития подростков 13-15 лет, занимающихся в секции по волейболу в условиях сельской местности.

Ключевые слова: физическое развитие подростков, масса, длина тела, окружность грудной клетки.

**Comparative analysis of some anthropometric indicators of 13-15 year-old boys practising
volleyball in rural areas**

*Inanaliev T.T., Beishekeev E.M., Orozbekova B.T.
Kyrgyz State Academy of Physical Culture and Sports, Bishkek c.*

Abstract. The article analyzes the impact of volleyball on some indicators of physical development of adolescents 13-15 years, engaged in the volleyball section in rural areas.

Keywords: Physical development of teenagers, volleyball, weight, length, chest circumference.

Введение. Социально-экономическая ситуация, которая сложилась в стране за последние годы, привела к ухудшению состояние здоровья взрослого населения и детей. Как известно, именно конкретные условия проживания оказывают существенные влияние на уровень физического состояние и заболеваемости детей и школьников.

В условиях сельской местности часто наблюдается снижение темпов прироста показателей физического развития и физической подготовленности подростков по отношению к показателям их сверстников из города.

Данная ситуация прежде всего связана с ухудшением жизненного уровня населения и качества питания.

В связи с этим возникла необходимость исследования влияние занятий волейболом на физическое развитие подростков с учетом конкретного условия проживания.

Волейбол- неконтактный, комбинационный вид спорта, где каждый игрок имеет строгую функцию на площадке. Важнейшими качествами для игроков в волейболе являются прыгучесть для возможности высоко подняться над сеткой, реакция, координация, физическая сила для эффективного произведения атакующих ударов.

По мнению А.Г. Фурманова [1] обширный диапазон физиологического воздействия волейбола на организм, занимающихся, позволяет судить о его благотворном и разностороннем влиянии на физические возможности и на психические функции [1]. Среди игровых видов спорта волейбол отличается низким уровнем травматизма, небольшие затраты на подготовку и проведение учебно-тренировочного процесса, высокая эмоциональность игрового поединка [2, 3]. Существует большая потребность в организации учебно-тренировочных занятий по волейболу в условиях разновозрастных групп, детей имеющих разный уровень физической, технической и тактической подготовленности, что ярко выражено в условиях сельской местности.

Таким образом, в школьном возрасте интенсивной степени развиваются физические качества и повышаются функциональные возможности организма, этот факт создаёт благоприятные возможности для успешного развития специальных качеств и эффективного учебно-тренировочного процесса.

Цель исследования - оценка уровня физического развития детей 13-15 лет занимающиеся волейболом в условиях сельской местности.

Задачи исследования - определение влияние занятий волейболом на физическое развитие детей 13-15 лет в сельской местности.

Предмет и база исследования -антропометрические показатели детей занимающихся в секции по волейболу в сельской местности. Средняя общеобразовательная школа им. К. Мамбеталиева сел/управа Дон-Алыш, Кочкорского района Нарынской области. В эксперименте участвовали 9 юношей в возрасте от 13-15 лет, занимающийся волейболом.

Результаты исследования. Сравнительный анализ антропометрических показателей сельских подростков, не занимающихся и занимающихся волейболом средней общеобразовательной школы представлены в табл.1.

Сравнительная оценка физических показателей, не занимающихся и занимающихся волейболом здоровых подростков ($M \pm m$)

№ п/п	Возраст (лет)	Число детей	Масса тела, кг	Длина тела, см	Окружность грудной клетки, см
I. подростки, не занимающиеся волейболом					
1.	13	7	43,4±3,5*	149,8±2,1	72,7±5,4
2.	14	5	50,3±2,2*	156,1±6,3	75,5±4,5
3.	15	6	51,2±3,4*	158,8±4,0*	78,7±5,4
II. подростки, занимающиеся волейболом					
1.	13	3	42,1±5,8	158,1±6,2	74,9±4,2
2.	14	3	48,4±2,2	160,1±6,3	78,2±4,5
3.	15	3	50,4±5,2	165,1±6,5	81,6±2,4

Примечание: * $p < 0,05$; сравнение не занимающихся волейболом и занимающихся волейболом здоровых детей по возрастным показателям

Как видно, из таблицы 1, масса тела у 13 летних детей не занимающихся волейболом на 1,3кг, у 14 лет на 1,9кг и у 15 лет на 0,8кг больше чем у занимающиеся волейболом $p < 0,05$. Однако, длина тела у занимающиеся волейболом у 13 лет на 8,3 см, у 14 лет на 4,0см и 15 лет на 6,3см больше чем не занимающихся волейболом.

Сравнительный анализ статистических данных контрольной группы с данными 2012 года [4], позволяет установить сдвиги в физическом развитии подрастающего поколения во временном и возрастном аспектах. А также, своевременно прогнозировать изменения в ростовых показателях. Нами проведена сравнительная оценка показателей массы длины тела и ОГК с данными Каракеевой Г.Ж. [4], рис. 1.

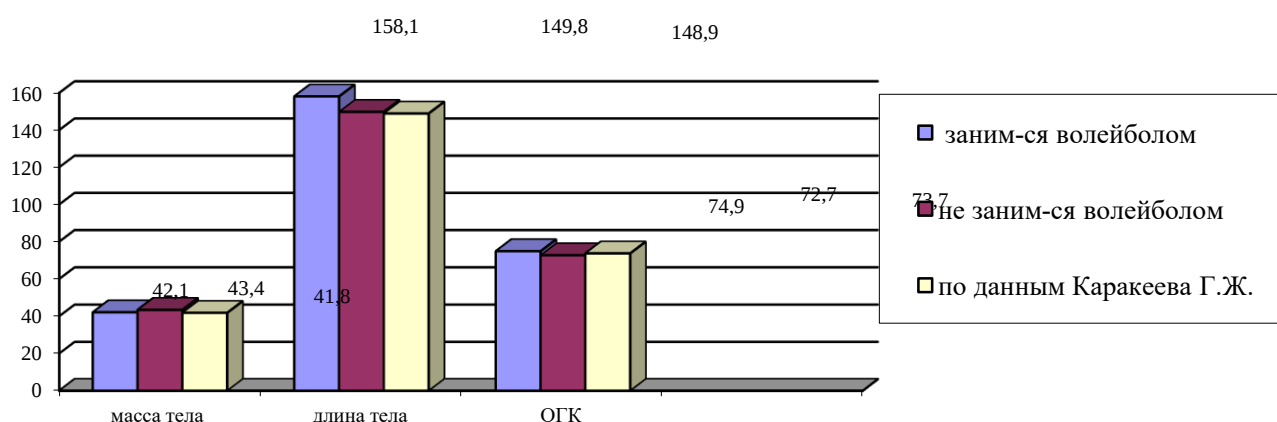


Рис. 1. Сравнительная оценка показателей массы, длины тела и ОГК у 13 летних подростков

У юношей, не занимающихся физкультурой масса тела на 1,03 раза больше по сравнению с подростками, исследованными Г.Ж. Каракеевой (2012), видимо это связано пассивным образом жизни (увлечение компьютером, телефоном и др.). Показатели роста здоровых 13-летних детей контрольной группы достоверно больше, чем у детей по данным Г.Ж. Каракеевой ($p>0,05$). Однако, по ОГК по сравнению с контрольным имеет на 1,2 см меньше чем у занимающихся волейболом, и на 1 см больше чем у не занимающихся волейболом. Ниже, проведены сравнительные анализы у 14 и 15 летних подростков (рис. 2, 3.).

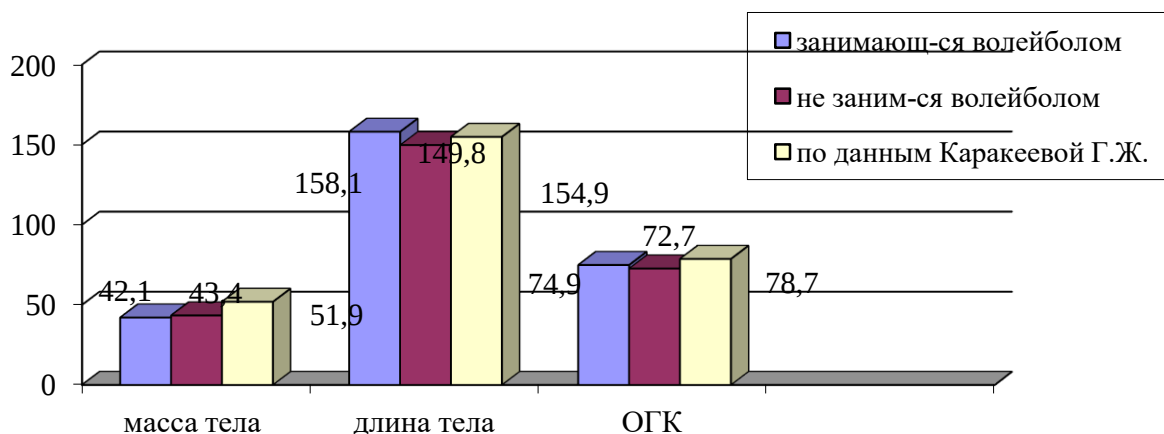


Рис. 2. Сравнительная оценка показателей массы, длины тела, и ОГК у 14 летних подростков

Как видно, на рис. 2, сравнительная оценка физического развития исследованных детей по возрасту (в различные годы) показывают следующие данные: обследованные 14 летние здоровые и занимающиеся волейболом мальчики в массе тела достоверно больше, чем дети, не занимающиеся волейболом и среди многодетных семей ($p>0,05$ и $p>0,01$, соответственно).

Данные параметры у 14-летних мальчиков из многодетных семей (Нарын) и не занимающиеся волейболом достоверно отстают в длине тела ($p<0,05$). Это объясняется тем, что занятия спортом более благоприятно влияют на развитие роста подростков и разница в обследованных группах, видимо, связана с длительным нахождением в благополучных условиях, режимом и питанием. А дети из многодетных семей на наш взгляд недостаточно питаются, больше привлекаются к домашнему труду ($p >0,01$).

По ОГК подростки 14 лет из контрольной группы отстают от детей, обследованных 2012 г.

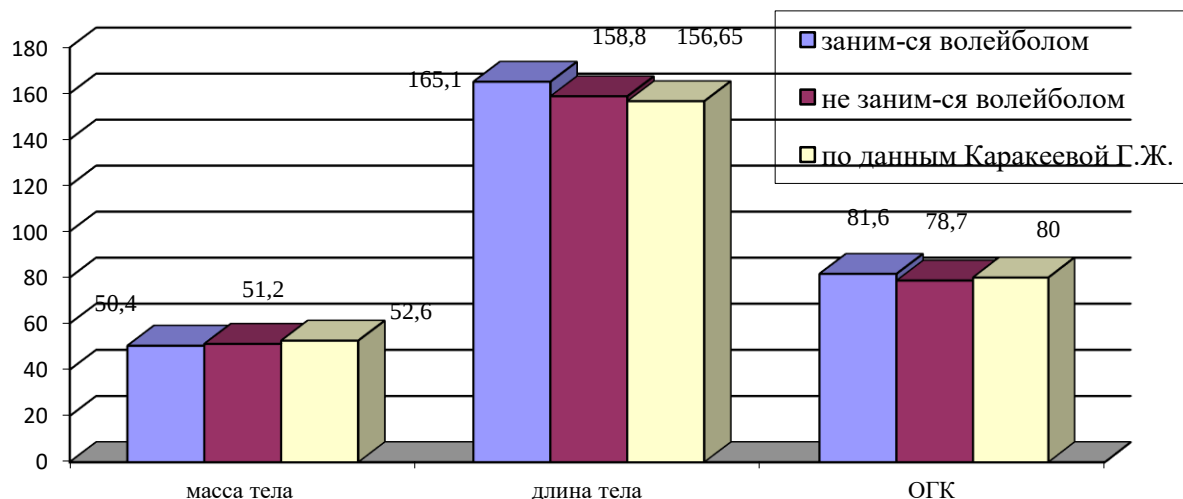


Рис. 3. Сравнительная оценка показателей массы, длины тела, и ОГК у 15 летних подростков

У 15 летних подростков (рис.3) контрольной группе масса тела ниже, чем сравниваемые группы на 0,8 и 2,4кг (не занимающиеся волейболом и исследованными подростками соответственно). Однако, длина тела больше на 6,3см и 8,45см соответственно. У здоровых мальчиков 15 лет контрольной группы ОГК больше, чем у подростков не занимающимся волейболом обследованных (2,9 и 1,6см). Последнее, объясняется с выполнением специфической работы в процессе занятий волейболом и наличием спортивного стажа более трех лет.

Заключение. Сравнительный анализ полученных данных, контрольной группы с опытным, позволяет отметить положительные сдвиги в физическом развитии подрастающего поколения в процессе занятий в секции по волейболу, а также утверждать о том, что массовое вовлечение подростков к активным занятиям в секциях по волейболу в условиях сельской местности, в свою очередь способствует к повышению готовности к службе в вооруженных силах.

Литература

1. Фурманов А.Г., Болдырев Д.М. /Волейбол. – М.: 1983.- С. 41-47.
2. Железняк Ю.Д., Ивойлов А.В. /Волейбол. – М.: 1991.- 239с.
3. Беляев А.В., Савина М.В. /Волейбол. Учебник для высших учебных заведений физической культуры. - М.: /Физкультура, образование, наука, 2000. - 368с.
4. Каракеева, Г.Ж. /Состояние здоровья детей из многодетных семей [Текст]: Автореф. дис. ... канд. мед. наук: – Бишкек, 2012. - 18 с.

Вестибулярная устойчивость и реакция сердечно-сосудистой системы и вестибулярное раздражение у спортсменов борцов

Кыдырова М.А., Каниметова К.А.

Кыргызская государственная академия физической культуры и спорта, г. Бишкек

Аннотация. Статья посвящена вопросам вестибулярной устойчивости и реакции со стороны сердечно-сосудистой системы на вестибулярное раздражение и повышению вестибулярной устойчивости у спортсменов борцов. Описаны результаты проведенного эксперимента по повышению вестибулярной устойчивости спортсменов борцов.

Ключевые слова: вестибулярная устойчивость, реакция сердечно-сосудистой системы, борцы, вестибулярная тренировка.

Вестибулярдык системага тийгизген таасирлерге карата жүрөк-кан тамыр системасынын туруктуулугун изилдөө жана балбандардын вестибулярдык аппаратын машыктыруу

Кыдырова М.А., Каниметова К.А.

Кыргыз мамлекеттик дене тарбия жана спорт академиясы, Бишкек ш.

Аннотация. макала вестибулярдык системага тийгизген таасирлерге карата жүрөк-кан тамыр системасынын туруктуулугун жана вестибулярдык аппаратты машыктыруу боюнча маселелерине арналган жана балбан спортчуларынын вестибулярдык туруктуулугун жогорулатуу, жакшыртуу боюнча жүргүзүлгөн эксперименттин жыйынтыгы жарыяланган

Негизги сөздөр: вестибулярдык туруктуулук, жүрөк-кан тамыр системасынын жообу, балбандардын вестибулярдык туруктуулугун жогорулатуу.

Vestibular stability and the reaction of the cardiovascular system and the vestibular irritation in athletes wrestlers

Kydyrova M. A., Kanimetova K. A.

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

Annotation. The article is devoted to questions of vestibular stability and reaction from cardiovascular system to vestibular irritation and increase of vestibular stability at athletes of wrestlers. The results of the experiment to improve the vestibular stability of athletes wrestlers are published.

Key words: vestibular stability, reaction from cardiovascular system, wrestlers, vestibular training.

Введение. Способность человека координировать свои движения, его работоспособность во многом зависят от функциональной подготовленности вестибулярного анализатора [1,2,9,10]. Функция вестибулярной сенсорной системы состоит в обеспечении мозга информацией о положении головы в пространстве, о действии гравитации и сил, вызывающих линейные или угловые ускорения. Эта функция необходима для поддержания равновесия, т.е. устойчивого положения тела в пространстве, и для пространственной

ориентации человека. Повышенная реактивность или длительное раздражение вестибуляторного аппарата, благодаря тесным морфофункциональным связям его со многими отделами центральной нервной системы, сопровождаются значительными изменениями во всех сферах организма.

У людей с низкой вестибулярной устойчивостью при действии различного рода ускорений существенно нарушается координация движений, снижается способность к максимальному проявлению двигательных качеств, возникает комплекс вегетативных и сенсорных реакций, перерастающих в болезненное состояние, значительно снижается общая работоспособность организма [4,5,6]. Существует целый комплекс специальных средств, которые повышая уровень вестибулярной подготовленности, способствует результативности обучения двигательным действиям. Анализ литературных источников позволяет сформулировать основные требования к определению пригодности тех или иных средств развития функций вестибулярного анализатора [7,8]. Используемые средства должны оказывать адекватное локализованное или комбинированное воздействие на рецепторы вестибулярного анализатора. Эффект воздействия повышается, если средства отражают специфику основной деятельности спортсмена. При соблюдении перечисленных требований у тренирующихся происходит не только уменьшение соматических и вегетативных реакций, но и вырабатываются навыки выполнения определенного вида деятельности на фоне раздражения вестибулярного анализатора [1,3,10].

Исследованию и оценке вестибуломоторных реакций посвящены многие работы ведущих ученых. В последние годы появилось значительное число научных работ, о роли и значении вестибулярной тренировки в различных видах спорта и в профессиональной деятельности. Авторы ряда исследований отмечают, что занятия борьбой оказывают влияние на совершенствование функций вестибулярного анализатора. Развитие и совершенствование вестибуломоторных функций является принципиально значимым для спортсменов борцов [1-5,9,10].

Объект исследования - учебно-тренировочный процесс борцов.

Предмет исследования - особенности развития вестибулярной устойчивости борцов на начальном этапе подготовки.

Цель исследования - выявление путей повышения вестибулярной устойчивости борцов начальной подготовки.

Задачи:

- Проанализировать средства и методы по повышению вестибулярной устойчивости борцов.
- Изучить особенности проявления реакций сердечно-сосудистой системы после вестибулярного раздражения у борцов.

- Экспериментально апробировать возможности средств повышения вестибулярной устойчивости борцов.

Методы исследования:

- анализ источников литературы; тестирование для оценки вестибулярной устойчивости (проба Ромберга, Проба Яроцкого); физиометрические методы (измерение АД, ЧСС); методы математической статистики; экспериментальный метод; сравнительные методы.

Организация исследования. С целью формирования вестибулярной функции борцов нами были подобраны средства и методы, направленные на повышение уровня вестибулярной устойчивости. Исследования проводили в форме эксперимента. Экспериментальная группа борцов использовала в тренировочном процессе подобранные нами средства и методы формирования вестибулярной устойчивости. Контрольная группа тренировалась по традиционной методике. Тренировка в обеих группах проводилась 3 раза в неделю, длительностью 90 минут. Структура тренировочных занятий у экспериментальной группы была традиционной. Подобранные нами упражнения для формирования вестибулярной устойчивости были включены в подготовительную и основную части тренировочного занятия.

Подготовительная часть тренировочного занятия состояла из обязательной разминки. Она включала в себя комплекс специально подобранных упражнений, выполняемых с целью подготовки организма к предстоящей работе и повышения его общей работоспособности. В число этих упражнений были включены и те, которые позволяли воздействовать на вестибулярный аппарат. Среди них можно выделить такие, как вращение головой в одну и другую стороны, наклоны головы и туловища вперед и назад, повороты головы и туловища вправо и влево, круговые движения туловищем в одну и другую стороны. В основной части тренировочного занятия, нами были использованы упражнения для тренировки вестибулярной функции как активного, так и статистического характера, связанные с удержанием различных положений в течение определенного времени.

Экспериментальная работа проводилась в течение 3-х месяцев (с декабря по март.) на тренировочных занятиях. Определение состояния вестибулярной устойчивости борцов проводилось в начале, и после завершения экспериментальной работы.

Результаты исследования и их обсуждения.

Реакция организма на раздражение вестибулярного аппарата.

У всех борцов в исходном положении (в покое) и после пробы Яроцкого проводились замеры показателей сердечно-сосудистой системы: ЧСС, САД, ДАД, также ПД расчетным методом (табл. 1).

Показатели физиологических параметров до и после вращения

№	ЧСС			СД			ДД		
	В покое	После вращения		В покое	После вращения		В покое	После вращения	
М	60,70	64,80	t=4.877 p=0	109,87	114,27	t = 3.95 p=0	70,13	71,16	t =0.96 P=0.343
m	0,60	0,58		0,96	0,81		0,72	0,78	

Всевозможные реакции организма в ответ на раздражение вестибулярного анализатора разделяют на три типа реакций:

- вестибуло-сенсорные (ощущение головокружения, тошноты);
- вестибуло-соматические (глазодвигательные реакции, изменение походки, координации движений, изменение тонуса мышц);
- вестибуло-вегетативные (изменение артериального давления, частоты сердечных сокращений, влажности кожного покрова, непроизвольная рвота).

Адекватная стимуляция вестибулярного анализатора вызывает комплекс изменений в вегетативной сфере, которые авторы рассматривают как биологически необходимый экстренный процесс адаптационно-трофического обеспечения вестибуломоторных функций организма.

Совершенствование спортивной тренировки борцов за счет повышения функциональных возможностей вестибулярного аппарата

Анализ результатов первого этапа исследования позволил нам условно выделить 3 уровня вестибулярной устойчивости борцов:

высокий- более 30 сек; средний- 25-30 сек; низкий- менее 25 сек.

В табл. 2,3 и на рис.1 представлено процентное соотношение уровней вестибулярной устойчивости борцов до и после эксперимента.

Таблица 2

Уровни вестибулярной устойчивости борцов до начала экспериментальной работы

Название группы	Оценка в %		
	Высокий	Средний	Низкий
Контрольная	33,3	50	16,7
Экспериментальная	25	58,4	16,6

Уровни вестибулярной устойчивости борцов после проведения экспериментальной работы

Название группы	Оценка в % (после эксперимента)		
	Высокий	Средний	Низкий
Контрольная	41,7	50	8,3
Экспериментальная	66,7	33,3	0

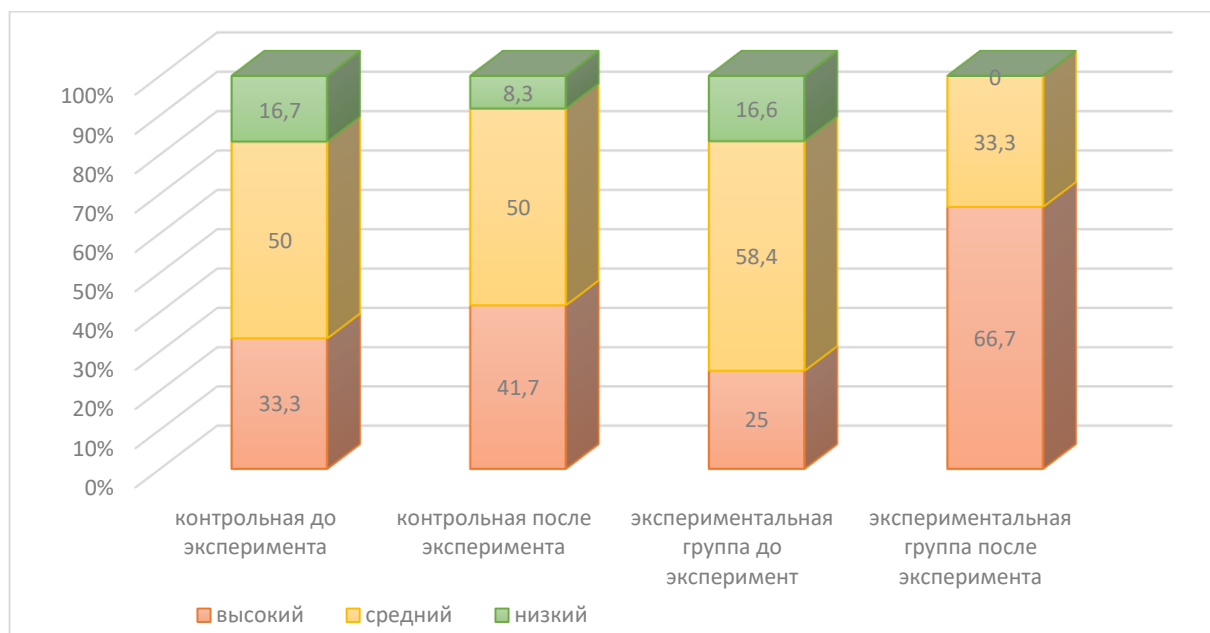


Рис.1. Оценка вестибулярной устойчивости борцов

Анализ результатов исследования показал, что после окончания эксперимента вырос процент борцов с высоким уровнем вестибулярной устойчивости. В целом улучшение показателей произошло за счёт снижения процента борцов с низким уровнем вестибулярной устойчивости, табл.4.

Таблица 4

Результаты тестирования вестибулярной устойчивости борцов

№	Показатели	Экспериментальная группа			Контрольная группа		
		До эксперим.	После эксперим.	Крит. Стьюдента	До эксперим.	После эксперим.	Крит. Стьюдента
1.	Проба Ромберга 1 (с)	14,6±0,49	16,5±0,43	t =2.858 P<0.009	15,05±1,63	16,90±1,46	t =2,565 P<0.009
2.	Проба Яроцкого (с)	20,58±1,7	26.6±0,91	t =4.284 P<0,01	20,7±1,9	22,60±1,4	t =4.320 P<0,01
3.	Отклонение от прямой линии (см)	75,33±8,6 0	56,20±4,48	t=3.056 P<0.005	75,50±5,52	72,50±4,87	t=3.043 P<0.005

Анализ результатов тестирования показал преимущества экспериментальной методики по сравнению с традиционной. В конце педагогического эксперимента нами был проведен

сравнительный анализ показателей вестибулярной устойчивости контрольной и экспериментальной групп.

Таким образом, анализ показателей вестибулярной устойчивости борцов показал превосходство борцов экспериментальной группы в конце педагогического эксперимента над борцами контрольной группы. Это дает нам право утверждать, что подобранные нами средства и методы формирования вестибулярной устойчивости оказали заметное положительное влияние на уровень развития вестибулярной функции у борцов и могут быть рекомендованы для использования в тренировочном процессе.

Следовательно, под влиянием регулярных тренировок уровень адаптации спортсменов к вестибулярным нагрузкам повышается, и, как следствие, у спортсменов выявляются более устойчивые гемодинамические показатели на вестибулярное раздражение

Заключение. Для повышения вестибулярной устойчивости применяют:

- упражнения для развития стато-кинетической устойчивости: хождение по ограниченной плоскости с поворотами, с попытками нарушить равновесие, сохранение равновесия на одной ноге при сбивающих факторах и т.д.;
- упражнения для повышения пространственно -временной ориентации: медленные вращения головой в разные стороны (вправо, влево); вращательные движения телом с открытыми и закрытыми глазами, повороты тела с остановкой и метанием предмета в цель, упражнения на батуте;
- упражнения для развития общей и специальной координации (разнообразные акробатические упражнения: кувырки, перевороты, сальто, подъем разгибом, выполнение бросков манекена и партнера различной сложности из непривычных захватов в разные стороны).
- В ответ на вестибулярные раздражения у борцов повышаются показатели ЧСС и артериального давления. Всевозможные реакции организма в ответ на раздражение вестибулярного анализатора разделяют на три типа реакций:
 - вестибуло-сенсорные (ощущение головокружения, тошноты);
 - вестибуло-соматические (глазодвигательные реакции, изменение походки, координации движений, изменение тонуса мышц);
 - вестибуло-вегетативные (изменение артериального давления, частоты сердечных сокращений, влажности кожного покрова, непроизвольная рвота).
- Вестибулярная тренировка значительно повышает вестибулярную устойчивость борцов. Подобранные нами средства и методы формирования вестибулярной устойчивости в ходе эксперимента оказали заметное положительное влияние на уровень развития вестибулярной функции у борцов и могут быть рекомендованы для использования в тренировочном процессе.

Литература

1. Гагаева Г.М. О тренировке вестибулярного аппарата у спортсменов различной специальности// Теория и практика физической культуры. -1938.- № 3.- С.42-47.
2. Гамаль Е.И. Исследование чувства равновесия у борцов / Спортивная борьба.- М., 1978.- С.58-60.
3. Замятин Ю.П. Зависимость развития двигательных качеств юных борцов от уровня вестибулярной устойчивости / Спортивная борьба. -М., 1977. -С.50-51.
4. Замятин Ю.П. Направленное развитие вестибулярного анализатора в процессе тренировки юных борцов.- Дис. . канд. пед. наук.- Л., 1972.-205 с.
5. Левицкий А.Г. Дифференцированный подход при обучении юных дзюдоистов сложным технико-тактическим действиям с учетом уровня их вестибулярной устойчивости: Автореф. дис. . канд. пед. наук.- Л., 1989.-22 с.
6. Малка Г.В. Исследование вестибулярной устойчивости и взаимодействия двигательного и вестибулярного анализаторов у детей 10-15 лет.- Автореф дис. к.п.н.- Симферополь,1979-24 с.
7. Миндиашвили Д.Г.Управление процессом формирования статокINETической устойчивости квалифицированных борцов.- Автореф. дис . к. п. н.- Красноярск, 1992.- 24 с.
8. Стрелец В.Г. Некоторые теоретические основы вестибулярной тренировки/ Сб. науч. тр.: Тренажеры для вестибулярной тренировки и методы объективного педагогического контроля.- JL, 1988,- С.3-7.
9. Хиллов К.Л. Функция органа равновесия и болезнь передвижения.- JL: Медицина,1969-280 с.
10. Худ Дж.Д. Тестирование вестибулярной функции/ Головокружение под ред. М.Р.Дикса. Дж.Д.Худа.- М.: Медицина, 1989.- С.64-97.

***Влияние острой гипобарической гипоксии
на уровень перекисного окисления липидов и антиоксидантной защиты***

***Матвиенко В.В.¹, Шведский М.С., Антонян Д.Г.
ФГБОУ ВО Тюменский ГМУ Минздрава России, г. Тюмень¹***

Тулекеев Т.М.²

Кыргызская государственная академия физической культуры и спорта, г. Бишкек²

Аннотация. Исследование проводилось на крысах-самцах линии Вистар. Острую гипобарическую гипоксию воспроизводили в барокамере (Рв – 180 мм рт.ст.) со скоростью подъема в течение 4-х ч. Через трое суток пребывания в условиях гипоксии установлено увеличение ТКБ-активных продуктов на 22%, уровень МДА 20%, содержание токоферола, напротив, снизилось на 38%

Ключевые слова: острая гипобарическая гипоксия (ОГГ), перекисное окисление липидов (ПОЛ), биоантиоксиданты, антиоксидантная защита (АОЗ), малоновый диальдегид (МДА), тиобарбитуровая кислота (ТКБ), активная форма кислорода (АФК), супероксиддисмутаза (СОД).

Курч гипобариялык гипоксиянын липиддердин (майлардын) кычкылдануу деңгээлине тийгизген таасири жана оксидантка каршы (антиоксиданттык) коргонуу.

***Матвиенко В.В.¹, Шведский М.С., Антонян Д.Г.
ФГБОУ ВО Тюменский ГМУ Минздрава России, Тюмень ш.¹***

Тулекеев Т.М.²

Кыргыз Мамлекеттик дене тарбия жана спорт академиясы, Бишкек ш.²

Аннотация. Изилдөө Вистар сызыгындагы лабораториялык чычкандарга жүргүзүлгөн. Курч гипобариялык гипоксия баракамерада (180мм.с.т.) 4-сааттык ылдамдыкта түзүлдү. Үч суткалык аралыкта ТКБ –активдүүлүгү 22%, МДА деңгээли 38% көбөйдү. Ал эми Токоферолдун деңгээли 38% азайды.

Негизги сөздөр: курч гипобарикалык гипоксия, майлардын кычкылдануусу, биооксиданттар, антиоксиданттык коргонуу, Малон диальдегиди, тиобарбитур кислотасы, кычкылтектин активдүү формасы, оксиддисмутаза.

Effect of acute hypobaric hypoxia on the level of lipid peroxidation and antioxidant defense

***Matvienko V.V.,¹ Swedish M.S., Antonyan D.G.
FEDERAL STATE in Tyumen LGU of Ministry of health of Russia, Tyumen c.¹***

Tulekeev T.M.²

Kyrgyz State Academy of Physical Culture, Republic of Kyrgyzstan, Bishkek c.²

Annotation.The study was conducted on male rats Wistar Rat line. Acute hypoxia gipobaricheskuyu reproduced in the altitude Chamber (Pb = 180 mmHg) at a speed of recovery during 4-h h. After three days in hypoxia discovered increase in tkb-active products at 22%, the level of MDA in the cookies rose to 20%, tocopherol, in contrast, fell by 38%.

Keywords. *acute hypobaric hypoxia (АНН), lipid peroxidation (Lpo) processes, bioantioxidants increase vulnerability, antioxidant Defense (AOD), superoxid dialdegid (MDA), thiobarbituric acid (TCB), the active form of oxygen (AFC), superoxide dismutase (SOD).*

Актуальность. Проблемы гипоксии и адаптации организма к условиям высокогорья является актуальной и привлекает широкого круга специалистов [3,5]. С точки зрения механизмов развития компенсаторно-приспособительных и патологических состояний организм гипобарической гипоксии, то данные условия следует отнести к категории стрессовых воздействий высокой степени [4,6,7]. В качестве сопутствующего фактора считается, связанные с ними изменения функций сердечно-сосудистой системы биохимических показателей крови.

Свободные радикалы являются неизменными спутниками как в норме, так и в различных формах гипоксических состояний. Если в нормальных условиях свободные радикалы не вызывают дезорганизацию биологических мембран, то в условиях гипоксии наблюдается интенсификация образования свободных радикалов и развитие недостаточности АОЗ. В этих условиях липиды и белки становятся мишенями высокореактивных радикалов кислорода, а их защита от цитотоксического действия данных радикалов осуществляется за счет ферментов - СОД, каталаза, пероксидаза и др., обладающих антирадикальным эффектом для жирорастворимых антиоксидантов -токоферол, витамины Е, С и др. [1,2].

Окислительный стресс при гипоксических воздействиях является одной из причин повреждения липидного компонента мембранных структур, сопровождающихся нарушением функции мембраносвязанных ферментов.

Блокада конечного звена дыхательной цепи при гипоксии разрушается за счет утечки электронов по пути следования к цитохромоксидазе, являясь причиной образования малоактивного супероксидного анион-радикала без инициирования реакции ПОЛ [2].

Цель исследования - выявления влияния острой гипобарической гипоксии, на изменение показателей свободных радикальных процессов и уровня антиоксидантной системы у крыс.

Материалы и методы исследования. Опытная группа животных помещалась под стеклянный колокол (вакуумная тарелка, соединенная с насосом Комовского) и подвергалась воздействию условий острой гипобарической гипоксии при $P=180$ мм. рт. ст., что соответствовало «высоте» 10 тыс. м. над уровнем моря.

Уровень токоферолов в крови определяли на спектрофлуориметре «Hitachi MPF-4» при волне возбуждения 286 нм и свечении 334 нм.

В гомогенате печени определяли уровень перекисного окисления липидов по показателям тиобарбитуровой кислоты - активных продуктов (ТБКАП), окислительную модификацию липидов микросомальных мембран оценивали по базальной концентрации малонового диальдегида (МДА).

Результаты исследования и их обсуждения. Через трое суток эксперимента наблюдалось увеличение исходного содержания ТБК-активных продуктов в печени животных на 22% по сравнению с контрольной группой. Это объясняется усилением ПОЛ при увеличении активных форм кислорода под воздействием гипобарической гипоксии [2].

Уровень МДА в печени увеличился на 20% в опытной группе с 30,7 мкмоль/г до 37,6 мкмоль/г в контрольной группе. Это объясняется тем, что при гипоксии увеличивается число активных форм кислорода, которое ведет к ускорению перекисного окисления липидов. Продуктом окисления липидов является малоновый диальдегид, увеличение которого имеет место [6,7].

Показатели токоферола в микросомальной фракции печени снизились в опытной группе на 38% в сравнении с контролем (с $5,74 \pm 0,63$ мкг/мг до $3,58 \pm 0,41$ мкг/мг). Данный показатель указывает, что при увеличении АФК происходит их нейтрализация антиоксидантной системой [3].

Уровень МДА в гомогенате миокарда в опытной группе составил 2,99 мкмоль/г в сравнении с контролем -1,01 мкмоль/г. Данное увеличение объясняется образованием АФК после гипоксии и, возможно, приведшее к повреждению липидного состава мембраны.

СОД в опытной группе составил 10,71 нмоль/мг в сравнении с контролем $2,59 \pm 0,08$ нмоль/мг [4].

Выводы. В ранние сроки гипоксии на высоте 10 тыс. м над уровнем моря наблюдается значительное увеличение показателей ПОЛ, что свидетельствует об увеличении активных форм кислорода в ответ на условия гипобарической гипоксии.

Литература

1. Чеснокова Н.П., Моррисон В.В., Понукалина Е.В. О роли активации свободнорадикального окисления в структурной и функциональной дезорганизации биосистем в условиях патологии /Ж.: Фундаментальные исследования. - №5 -2009. – с.122-123.
2. Голиков А.П., Бойцов С.А., Михин В.П. Свободнорадикальное окисление и сердечно-сосудистая патология: коррекция антиоксидантами// Ж.: Лечащий врач. -№4 - 2003. – С.35-37.
3. Березовский В.А., Бойко К.А., Клименко К.С. Гипоксия и индивидуальные особенности реактивности. — Киев, 1978. — 215 С.
4. Грек О.Р., Шарапов В.И., Тихонова Е.В. Влияние острой гипоксии на антиокислительную активность ткани печени у крыс с разной устойчивостью к гипоксии / Сибирский медицинский журнал. -№7 - 2011. - С.60-63.
5. Тулекеев Т.М. Перекрестная адаптация к условиям высокогорья Кыргызстана и Крайнего севера-востока России / Вкн: Высокогорное исследов. Измен.и перспективы в XXI в.-Б.1996.2-3с.
6. Singh, M., Thomas, P., Shukla, D., et all. Effect of Subchronic Hypobaric Hypoxia on Oxidative Stress in Rat Heart. Applied Biochemistry and Biotechnology, 169(8),- 2013.- p.34-37
7. Sagi Sarada, Patir Himadri, Chitaranjan Mishra, Pradhan Geetali, Mastoori Sai Ram and Govindan Ilavazhagan; Role of Oxidative Stress and NFkB in Hypoxia-Induced Pulmonary Edema;Exp Biol Med (Maywood). - 2008.- p-21-23.

Морфология компонентов сосудистого русла и паренхимы легких при физических нагрузках в условиях природной гипоксии

Тулекеев Т.М.¹

Кыргызская государственная академия физической культуры и спорта, г. Бишкек¹

Матвиенко О.В., Матвиенко В.В., Шагеева М.С.²

ФГБОУ ВО Тюменский государственный медицинский университет, Россия, г.Тюмень²

Аннотация. Физическая нагрузка усиливает компенсаторно-приспособительные механизмы организма при недостатке потреблении кислорода в условиях высокогорья. Наблюдается рост числа артерий «занимающего» типа и «щеточных альвеолоцитов» респираторного отдела легких.

Ключевые слова: высокогорная гипоксия, физические нагрузки, индекс Керногана, ветви легочной и бронхиальных артерий, сурфактант, пневмоциты III типа.

Бийик тоолуу шарттарда кыймыл жүктөм учурунда өпкө кан-тамырларынын морфо-функционалдык өзгөчөлүктөрү

Тулекеев Т.М.¹

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

Матвиенко О.В., Матвиенко В.В., Шагеева М.С.²

ФГБОУ ВО Тюмень УМУ Саламаттыкты сактоо Мин., Россия, Тюмень ш.²

Аннотация. Физикалык жүктөм компенсатордук механизмдери өрчүтөт – бийик тоолуу шарттарда кычкылтектин жетишсиздигинен. Өпкөнүн респиратордук бөлүгүндөгү альвеолоциттердин (АIII) жана өзгөчө артериалардын саны көбөйүүсү байкалат.

Негизги сөздөр: бийик тоолуу гипоксиясы, физикалык жүктөм, Керноган индекси, бронхиалык жана өпкөлүк артериялар, суфрактант, альвеолоциттин III түрү.

Changes in the vascular bed and parenchyma of the lungs during exercise at high altitude

Tulekeev T.M.¹

Kyrgyz State Academy of Physical Culture, Republic of Kyrgyzstan, Bishkek c.¹

Matvienko O.V., Matvienko V.V., Shageeva M.S.²

FGBOU VO Tyumen State Medical University, Russia, Tyumen c.²

Annotation. Physical activity enhances the compensatory-adaptive mechanisms of the body witha lack of oxygen consumption in high altitude conditions.

Keywords: alpine hypoxia, physical activity, Kernogan index, branches of the pulmonary and bronchial arteries, surfactant, pneumocytes type III.

Актуальность. Изучение морфологии кровеносных сосудов легких в условиях индивидуальной природной адаптации к условиям высокогорья касается в основном, на здоровых экспериментальных животных в состоянии физиологического покоя. Работ, касающихся на фоне моделирования патологических состояний кровеносного русла легких при физических нагрузках единичны [1,6]. Однако, в горах люди ведут активную физическую

деятельность, которая сопряжена с морфо-функциональными сдвигами малого круга кровообращения в ответ на высокогорную природную гипоксию [4,5,6]. Перестройка кровеносного русла и паренхимы легких при физических нагрузках малого круга кровообращения МКК продиктована необходимостью и актуальностью изучаемой проблемы для горной биологии и медицины, физиологии труда и спорта, альпинизма и туризма.

Механизмы преобразования структурных компонентов легких и сердца человека и животных является исключительно сложной и многоплановой [2,3]. Климатические факторы высокогорья Средней Азии отличаются своеобразием географического положения в аридной зоне с присущим им режимом флюктуации температуры, влажности воздуха, интенсивностью солнечной радиации и барометрического давления. Подъем в горы ассоциируется гипертензией системы легочной артерии МКК, а трудовая деятельность человека сочетается – с умственной и физической нагрузкой разной интенсивности [2,3].

С научных позиций изучаемая проблема связана с разработкой вопросов теории адаптации к экстремальным факторам внешней среды, а также выявлением пластических возможностей морфо-функциональных резервов сосудов малого круга кровообращения. С прикладных аспектов она сопряжена с прогнозированием работоспособности, нормированием труда и спортивных нагрузок, выяснением «цены» мышечной деятельности на горных высотах.

Цель исследования - выявление компенсаторно-приспособительных и патологических изменений морфологии кровеносных сосудов и паренхимы легких белых крыс при физических нагрузках в процессе адаптации к условиям высокогорья.

Материал и методы исследования. В высокогорной экспериментальной базе Туя-Ашу (3200 м над уровнем моря) на 10 белых беспородных крыс-самцов массой 110-130гр. ежедневно выполняли физическую нагрузку плаванием по 60 минут (умеренная нагрузка) при температуре воды 31-33⁰С.

Через 7 и 15сут. адаптации к условиям высокогорья под внутрибрюшинным гексеналовым наркозом вырезали кусочки легких, проводили по спиртам возрастающей концентрации и заливали в парафин. Срезы окрашивали гематоксилин – эозином, по Ван-Гизон, Вейгерту и Майеру.

Измерялась площадь срезов для определения коэффициента парафиновой усадки, который составил $0,87 \pm 0,05$. Измеряли толщину стенки и диаметр просвета ветвей легочной артерии на различных уровнях, а также диаметр просвета бронхиальных артерий на уровне сегментарных, субсегментарных, меж- и внутридольковых бронхов. Вычисляли соотношения средней оболочка артерий к просвету (индекс Керногана).

Результаты исследования и их обсуждения. На ранних этапах адаптации в сочетании с физической нагрузкой изменения кровеносных сосудов легких в горах более выражены, чем у животных с равными сроками (контрольная группа) высокогорной экспозиции (7сут.) в

состоянии физиологического покоя. В этих условиях в основной группе животных, существенно увеличивается толщина стенки и суживается просвет ветвей легочной артерии на разных уровнях. Индекс Керногана значительно превышает контрольные данные. В стенке субсегментарных и междольковых ветвей легочной артерии возникают отежные явления, огрубление эластических мембран, разрастание молодой соединительной ткани с признаками стаза крови.

Гипертрофия артериальной стенки, соответственно увеличение индекса Керногана приводят к уменьшению просвета артериального русла легких сопровождающихся повышением сопротивления кровотока, с перестройкой гемодинамики в системе малого круга кровообращения. Последние, в свою очередь, трансформирует интенсивности шунтирования тока крови по артериоло-венулярным анастомозам.

Бронхиальные сосуды расширяются, особенно на сегментарном и внутридольковом порядках ветвления. Наблюдается гиперсекреция альвеолярного сурфактанта. Увеличивается число альвеолоцитов III «щеточного» типа.

Изменения кровеносного русла легких сопряжены с перестройкой воздухо проводящих путей разного калибров. На уровне субсегментарных бронхов очаги полиморфно-клеточной инфильтрации стенок и перибронхиальных соединительных–тканых клеточных элементов и десквамация эпителиального покрова. Наряду с фокусами эмфиземы, преобразуется артерии замыкающего типа булабовидной формы. Отмечается инфильтрация перибронхиальная инфильтрация лимфоидной ткани. Мышечная оболочка бронхиальных артерий третьего порядка гипертрофированы.

В последующие сроки адаптации в сочетании с мышечной нагрузкой толщина стенокразного уровня ветвей легочной артерии уменьшается.

Диаметр просвета суб- и сегментарных, меж- и внутридольковых ветвей легочной артерии нарастает. Последнее приводит к снижению индекса Керногана ветвей легочной артерии. Просвет бронхиальных артерий дилатируется по сравнению с аналогичными показателями предыдущегосрока адаптации. Толщина стенки – напротив сужена с извитым эпителием.

В субсегментарных и междольковых ветвях легочной артерии выявляется полиморфизм и гиперхромия ядер миоцитов мидии и очаги десквамации эндотелиоцитов. Внутридольковые ветви с выраженной гипертрофией мышечной оболочки напоминают сосуды «замыкающего» типа. Прекапиллярные сфинктеры разомкнуты. Отмечается разрыв межальвеолярных перегородок с признаками очагов эмфиземы. Терминальные бронхиолы расширены, альвеолярные ходы локально удлинены. Артериолы бронхиол образуют своеобразный «байпас», свидетельствующих об их компенсаторной функции.

Следовательно, изменения ветвей легочной артерии в процессе индивидуальной адаптации крыс к условиям высокогорья проходят две стадии.

В раннем периоде - в результате рефлекторного спазма и отечных явлений сосудистая стенка утолщается, достигая значительных величин у сегментарных, субсегментарных и междольковых артерий,- внутридольковые через 15 сут. адаптации.

В последующем, сосудистая стенка умеренно истончается в результате исчезновения отечных явлений, несмотря на продолжающийся спазм и гипертрофию средней оболочки, отдельных артерий. Максимальных значений толщина стенки сегментарных артерий достигает через две недели, субсегментарных, меж- и внутридольковых через недельной адаптации к высокогорью. Через две недели адаптации утолщения стенок ветвей легочной артерии сочетается и относительным снижением цифрового показателя.

Заключение. Физическая нагрузка в условиях высокогорья усиливает и без того «высокий кислородный запрос» организма, приводя интенсификацию малого круга кровообращения вызывает гиперфункцию сосудистого русла легких животных. В последующим благодаря подключению тканевых механизмов, направленных в удовлетворении «кислородного запроса», происходит относительное снижение нагрузки на систему кровообращения и уменьшения отечных явлений, приведших истончению стенки ветвей легочной артерии МКК.

Литература

1. Балыкин М.В. Механизмы кислородного обеспечения легких и скелетной мускулатуры у собак в условиях высокогорья при физических нагрузках. //Автореф. дисс...д. биол. наук. Новосибирск, 1994.-36 с.
2. Касымов О.Т, Джоробаева А.А, Джусупов К.О. Оптимизация функционального состояния организма человека в горах. Гипоксия, адаптация, патогенез, клиника.//Санкт-Петербург. 2000. -120 с.
3. Каркобатов Х.Д. Механизмы перекрестной адаптации сердца и легких к высокогорью и мышечной деятельности. //Автореф. дисс... д. биол. наук. Бишкек. - 2002. - 36 с.
4. Кожоназаров Б.К. Высотная легочная артериальная гипертензия. //Наука и новые технологии. -№ 3. -2008. - С. 48-50.
5. Тулекеев Т.М. Влияние климато-географических факторов Крайнего севера и высокогорья Кыргызстана на адаптацию легких и сердца.//Автореф.дисс. д.м.н.;-М.:1994.-26С.
6. Тулекеев Т.М. Преобразование бронхиальных артерий при выраженных нагрузках на легких в условиях высокогорья.//Вкн.: Проблемы морфол. V-н. конф. Ср. Азии и Казахстана, Чолпон -Ата, 1991.
7. Шидаков Ю.М., Матвиенко В.В., Тулекеев Т.М. Морфо-функциональные изменения сердца и легких в условиях высокогорья. // М. -1998 – 197с.

**IV. ДЕНЕ ТАРБИЯНЫН, СПОРТТУН ТҮПКҮ, ТАБИГЫЙ
ИЛИМИЙ, ТИЛДИК ЖАНА ЭТНОПЕДАГОГИКАЛЫК АСПЕКТИЛЕРИ /
ФУНДАМЕНТАЛЬНЫЕ, ЕСТЕСТВЕННО-НАУЧНЫЕ, ЯЗЫКОВЫЕ И
ЭТНОПЕДАГОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И
СПОРТА / FUNDAMENTAL, NATURAL-SCIENTIFIC LANGUAGE AND
ETHNOPEDAGICAL ASPECTS OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORT**

УДК. 378.14.

**Pedagogical conditions of the preparation future specialists in the field of physical culture by
specialty**

*Abdybekova N.A.,¹ Dobaev K.D.²
Kyrgyz State Academy of Physical Culture, Republic of Kyrgyzstan,¹
Kyrgyz State Academy of Education, Bishkek c.²*

Abstract. The article considers the results of pedagogical experiment at the English lessons. Language-based integrated learning CLIL is being introduced into the process of teaching English. The integrated lesson with students of the experimental group is discussed. The pedagogical conditions of formation students' speech activity skills based on competence way.

Keywords: pedagogical conditions, speech activity, vocational-oriented training, competence, intersubjective communication.

Болочок дене тарбия адистерин кесиптик жактан даярдоонун педагогикалык шарттары

*Абдыбекова Н.А., Добаев К.Д.
Кыргыз Мамлекеттик дене тарбия жана спорт академиясы,¹
Кыргыз Мамлекеттик илим академиясы, Бишкек ш.²*

Аннотация. Макалада педагогикалык эксперименттин жыйынтыктары каралат. Предметтик-тил үйрөтүүчү интеграцияланган CLIL окутуу окуу процессине жайылтылган. Интеграцияланган сабактар эксперименталдык тайпанын студенттери менен жүргүзүлгөн. Кеп ишмердүүлүгүндө педагогикалык шарттары компетенттүүлүктүн негизинде каралат.

Негизги сөздөр: педагогикалык шарттар, кеп ишмердүүлүгү, кесипке багыттап окутуу, компетенттүүлүк, предмет аралык байланыш.

**Педагогические условия подготовки будущих специалистов по направлению
физическая культура**

*Абдыбекова Н.А., Добаев К.Д.²
Кыргызская государственная академия физической культуры и спорта,¹
Кыргызская академия образования, г. Бишкек²*

Аннотация. В данной статье рассматриваются результаты проведенного эксперимента на занятиях английского языка. Предметно-языковое интегрированное обучение CLIL внедрен в процесс обучения английскому языку. Обсуждается интегрированное занятие со студентами экспериментальной группы. Педагогические условия формирования речевой деятельности разработана на основе компетентностного подхода.

Ключевые слова: педагогические условия, речевая деятельность, профессионально-ориентированное обучение, компетенция, межпредметные связи.

Introduction. Fluency in a foreign language goes a long way in the future for all the specialists. Among them are athletes, fitness professionals, socio-political, educational, professional, social, industrial, scientific, cultural, investment trends of the importance of English language proficiency.

Under the direction of the state standard of higher professional education 532000 physical culture in the process of practice, knowledge, training, organizational, educational, and should be able to use the basic unit of a humanitarian, social and economic subjects were required to be read as a foreign language.

In the context of globalization in the education system, it became necessary to train competent specialists who are fluent in foreign languages, able to determine their place, regulate professional and social relations, who are ready to communicate professionally in a foreign language with representatives of other cultures. In connection with the rapid changes in the education system of the national development strategy of the Kyrgyz Republic, adopted in 2018, it was noted that, by spreading the possibility of using international languages in public life, "multilingualism makes it possible for the younger generation to unite in global processes" [5].

The aim of the work: to define pedagogical conditions of the formation students' speech activity skills in English classes to make a pedagogical experiment of their efficiency.

The methods of research: scientific-theoretical and methodological analysis of sources; questioning, interviews, pedagogical test, pedagogical experiment.

Research carried out in the years 2012-2017, and includes the results of pedagogical experiment. Pedagogical conditions, aimed at examining the effectiveness of the technologies. Speaking of students, according to the above-mentioned four areas of activity aimed at a distiktkke included in the program and syllabus by English language.

Methodology. Based on the above-mentioned pedagogical conditions and pedagogical experiments to formulate the speech activities of the students have developed technology to focus on English language classes and vocational training. Figure 1 students mentioned activities the formation of an effective new CLIL– *Content and Language Integrated Learning*, INSERT, "Multiple intelligences", exercises and tutorial system we were able to verify that. Conditions for whom they are mainly focused on teaching, teaching through the integrated classes [7].

Education a priority to improve the quality of teaching and training of professionals. State educational standards, curriculum, English language programs, the 360 pages manual has been published with the stamp of the Ministry of Education and Science.

National sports in brief English-Kyrgyz dictionary; English-Russian dictionary on the basis of sports terminology created. All previous training focuses tools, grammar, and "Physical training purposes mentioned in the cultivation of students' speech activity" in the field of physical culture to the formation of the professional specialty of oral and written, audio kits, video, CD drive, which is

different from the other materials. Manual interesting materials, critical thinking, which includes the text, and the text is clear situational exercises; Games, pictures, tables, clusters, and the type of chart, cinquain. Students learn to work independently; the development of intellectual thinking, love, patriotism, and has contributed to the moral upbringing of sensitivity. We have developed a working program aimed at students textbooks, communicative exercises system, 80% of physical education and sports and 20% of total posts. Based on the focus of students on vocational training course organized interesting, proven and available. Students are selected according to the type of sport, using sports terminology, right, cultured, learned to speak [8].

Exercises in shaping the teaching experiment fifteen communication system in order to develop students' intellectual thought process through a situational training.

Knowledge of critical thinking, analyze, compare, and opened the opportunity to learn the English language, creativity and skills system. Create a fun dialogue, monologue, text, front, answers to questions, the famous sportsman physical description, interviews, songs, video, audio with instructions to work with the individual, pair and group work validated through the practice [9].

During the experiment, forming integrated lessons on students in their chosen sport, the Olympic sports national sports and Olympic kinds sports followed by the playing. The advantage of such methods by the students accepted terminology in English sport quickly, oral speech and free utilizing detected.

Using a special English class teaching conditions within a short time, the efficiency of the technology to the formation of students' speech activity.

The results of the research. The study contributes to the formation of physical training we created a model for the formation of the activities of students in the field of speech activity of students mentioned in the English language

Kyrgyz state academy of physical culture and sports 324 students and Kyrgyz-Turkish Manas University conducted a survey of 125 students.

246 students of experimental study of the Kyrgyz state academy of physical culture and sports, participated in: the initial results of the determination of the level of education of English language. Among the 246 students in the English language, reading, listening, speaking and writing on the first level of education is high.

Speaking of students in the field of physical education activities of education, knowledge, skills and proficiency in English was implemented by the results of the four module training.

After experimenting with the concept of the activity of speech, hearing, reading and writing activities, high 59, medium 179, low 8. Education and skills formation after the experiment was observed in 25% of the level of education indicators. Pedagogical experiment at the end of the school year as a result of the experimental group assimilated all kinds of speech activities.

Degree in speech activity at the end of the experiment, students understand the texts, oral habit of dialogue and monologue; sports theme during the interview, interview questions, and speaking

skills; Write an essay, write an essay in the hearing of sports competitions, and audio and video materials, the ability to explain their views and knowledge.

As a result, the overall goal of the study believe that they have completed the tasks set for that. Experience and future results of qualitative and quantitative results, the proposed method, using methods learned lessons and achievements of growth between the control groups and the experimental groups was confirmed up to 56 points, 86 points higher.

We are in the future for students in the field of Physical Education, the title is the cultivation of speech in the English language manual for non-specialty training program in addition to the special language faculties of high schools and coaches being held in the womb, increasing the English discipline teachers, proposing a system of communication exercises In addition to the content of the plan, the existing offers hours of use.

Multilingualism and multiculturalism shaped the conditions of individual and social adaptation of foreign languages is essential.

The preparation of the English language, physical education specialists communicative competence, influence the formation speech activity skills. At present, the problem of professional mobility is on the first place.

Conclusion. A graduate in the field of physical education at institutions of higher education have to learn the English language communication skills. Because the communications between the two countries, expanding at the time of the English language as a means for communication professionals will be required.

According to the subject of the study site and the formation English language speech activity skills of students in the field of physical culture detected in pedagogical terms.

Students in the field of physical education toward English-language speech from an analysis of the methods of generating activities aimed at training students in the field of physical education, English language classes, recounting the activities of the grouping of technology on the development of communicative competence has developed a tool which includes a system of exercises.

The prospective physical education specialists confirmed by the effectiveness of vocational training and pedagogical conditions and pedagogical experiments, English class teaching model of the formation of physical activity of students in the field of speech and summarized by the terms of the efficiency of pedagogical experiment.

References

1. Биялиев К.А. Жогорку окуу жайларында кыргыз тилин экинчи тил катары коммуникативдик багытта окутуу методикасынын негиздери [Текст]: п.и.д.дис: 13.00.02 / К.А. Биялиев. – Бишкек, 2010. – 308 б.
2. Джанузаков, К.Ч. Илимий изилдөөнүн негиздери жана спортко колдонулуучу методдору [Текст]: окуу куралы / К.Ч. Джанузаков. – Бишкек: Билим, 2014. – 328 б.
3. Зимняя, И.А. Психологические аспекты обучения говорению на иностранном языке [Текст]: кн. для учителя / И.А. Зимняя. – 2-е изд. – М.: Просвещение, 1985. – 159 с.
4. Леонтьев, А.А. Язык и речевая деятельность в общей и педагогической психологии [Текст] / А.А. Леонтьев. – М.: МПСИ: МОДЭК, 2001. – 448 с.
5. Национальная стратегия развития КР на 2018-2040 годы. – Бишкек, 2018. – 27 с.
6. Шубин Э.П. Языковая коммуникация и обучение иностранным языкам – М.: Просвещение, 1972. – С.35.
7. Абдыбекова Н.А. Из истории преподавания английского языка в Кыргызстане [Текст] Абдыбекова, Н.А., Супатаева, Э.А. //Интегрированный подход в преподавании английского языка для неязыковых специальностей: мат. респ. научно-практ. конф. – Саранск, – 2016. – С. 90-93. – Режим доступа:<https://elibrary.ru/item.asp?id=32455314>.
8. Супатаева, Э.А. Новые образовательные технологии обучению английскому языку студентов спортивного профиля [Текст] / Э.А. Супатаева, Н.А. Абдыбекова // Вестник физкультуры и спорта. – Бишкек, 2017. – №1(3). – С. 122-126.– Режим доступа: <https://elibrary.ru/item.asp?id=29896903>.
9. Абдыбекова Н.А. Англис тилин окутууда дене тарбия багытындагы студенттердин кепишмердүүлүгүнүн өстүрүү [Текст] / Н.А. Абдыбекова // Вестник физической культуры и спорта. – 2016. – №1 (13). – С.102-107. – Режим доступа: <https://elibrary.ru/item.asp?id=28407155>.

Спорттун кээ бир түрүнөн машыгууда, мелдешүүдө жана көрсөтүүдө музыканы пайдалануусу жөнүндө

Саралаева А. М.¹

Кыргыз-Түрк “Манас” университети, Бишкек ш.¹

Саралаев М. К.,² Байбосунова Г. Ж.

Кыргыз мамлекеттик дене тарбия жана спорт академиясы, Бишкек ш.²

Аннотация. Макалада спортто жана дене тарбиянын көнүгүүлөрүндө музыканы пайдалануу жөнүндө баяндалат. Мында музыканын машыгуудагы жана мелдешүүдөгү мааниси, жаштарды эстетикалык тарбиялоодогу ролу баса көрсөтүлөт.

Негизги сөздөр: көркөм гимнастика, фигуралык муз тебүү, ритмикалык гимнастика, синхрондук сууда сүзүү, спорттук бийлөө, музыка, хореография.

Использование музыки в тренировках, соревнованиях и показательных выступлениях по некоторым видам спорта

Саралаева А. М.¹

Кыргызско-Турецкого университета «Манас», г. Бишкек¹

Саралаев М. К.,² Байбосунова Г. Ж.

Кыргызская государственная академия физической культуры и спорта, г. Бишкек²

Аннотация. В статье излагается использование в физической культуре и спорте музыки. В процессе тренировок и спортивных соревнований отражаются пути осуществления эстетического воспитания молодежи.

Ключевые слова: художественная гимнастика, фигурное катание на коньках, ритмическая гимнастика, синхронное плавание, спортивные танцы, музыка, хореография.

Use of music in trainings, competitions and indicator performances on some sports

Saralaeva A. M.

Kyrgyz-Turkish University «Manas», Bishkek s.

Saralae M.K.,² Baybosunova G. Zh.³

Kyrgyz State Academy of Physical Culture, Republic of Kyrgyzstan, Bishkek s.²

Annotation. The article outlines the use of music in physical education and sports. In the process of training and sports competitions, the ways of aesthetic education of youth are reflected.

Keywords: rhythmic gymnastics, figure skating, rhythmic gymnastics, synchronized swimming, sports dancing, music, choreography.

Киришүү. Спорттун бир нече түрүндө музыка сөзсүз түрдө кошулат. Ошондой эле хореографиянын элементтери да пайдаланат. Булардын спорттук машыгууда, мелдеш учурунда жана көрсөтүү учурунда мааниси өтө зор болот. Көркөм гимнастикада, фигуралык муз тебүүдө, спорттук бийлөөдө аткарылган көнүгүлөрдүн комплекси көрктүү жана эстетикалык таасири толук изилденбеген. Ошондуктан биздин изилдеп талдообуз музыканы жана хореографияны спортто колдонуунун маанисин аныктоого арналган.

Макаланын максаты – заманбап мезгилиндеги спорт тармагындагы музыканы пайдалануунун өрчүгөндүгүн көрсөтүү жана анын маанисин баяндоо.

Изилдөөнүн маселелери:

- адабиятта жана спорттук практикада, машыгууда жана мелдешүүдө музыканы пайдалануунун маанисин изилдөө;
- музыканы спорттук иш-аракеттеринде кандайча пайдаланылат жана анын мааниси кандай экенин изилдөө;
- музыканы спортто жана көнүгүүдө пайдалануу жөнүндөгү өз пикирлерин көрсөтүп, сунуштарын берүү.

Изилдөөнүн ыкмалары:

1. спорттук адабияттардан темага тиешелүү маалыматтарын изилдеп, фактыларды топтоо;
2. спорттук мелдешүүдө жана машыгуу процессинде пайдаланган музыкалык чыгармаларын баяндоо;
3. спорттук адистер менен аңгемелешип, алардын пикирин пайдалануу.
4. гимнастиканын эркин көнүгүүлөрүн аткарганда, көркөм гимнастикасынын мелдештеринде, фигуралык муз тебүүдө, спорттук бийлеринде, брейкданста, синхрондук сууда сүзүп мелдешүүдө музыкалык коштоо сөзсүз болушу керек. Мында ар түркүн музыкалык чыгармалары пайдаланылат: классикалык музыка, балеттик музыка, вальстар, тангалор, элдик музыка ж.б. кеңири колдонулат.
5. чемпион болгон спортчунун өлкөсүнүн желеги көтөрүлгөндө ошол өлкөнүн гимни сөзсүз түрдө аткарылат.

Изилдөөнүн жыйынтыктары. Искусствонун бардык жанрларынан спортко эң эле жакыны музыка менен хореография. Музыка дене тарбияны жана спортту көп эле коштоп келатат. Спорттук гимнастика, спорттук бий бийлөө, фигуралык муз тебүү, көркөм гимнастика жана синхрондук сууда сүзүү – бул түрлөрүндө музыкалык чыгармалары көбүрөөк пайдаланат. Спорттун ушул түрлөрүндө музыкалык чыгармаларын даана сезгенге алып келет. Ритмикалык абалын түзөт, негизги композициясын уюштурууга жардам берет. Музыкалык коштоо гимнастикалык көнүгүүлөрүн даана сунуштайт жана көркөмдөйт. Музыка спортчулардын жана машыктыруучулардын чыгармачылыгына тыгыз байланышта болуп келет.

Мисалга алсак гимнастикалык машыктыруучу Б. Н. Астафьевди же фигуралык муз тебүү боюнча белгилүү машыктыруучу Тарасованы алсак жетиштүү болот. Алар белгилүү композиторлордун жана классикалык музыканын эң жакшыларын тандап алып пайдаланышат өздөрүнүн номерине жаңы гимнастикалык комбинацияларына ылайыктап алышат [7, 89-90-бб.].

Дагы бир мисал келтире турган болсок төмөнкүнү айтаар элек.

Б. Лоунун «Спорттогу сулуулук» деген китебинде спортту искусство катарында караганы байкалат.

Адамдын эстетикалык сезимине жана баа беришине музыканын таасири өтө күчтүү болот, дешет адистер.

Көркөм гимнастика менен, фигуралык муз тебүүдө жана синхрондук сууда сүзүүдө музыкалык коштоо толук кандуу пайдаланат. Дене тарбия жана спорт боюнча адистердин пикирлери боюнча окутуу, машыктыруу жана мелдешүү процесстеринде музыканы пайдаланганда адамдын аң сезими кеңеет, кооздукту түшүнүүсү өөрчүйт, ошондой эле окутуудагы жана тарбиялоодогу маселелери да чечилет, дешет. Музыканын касиети, анын таасири кандайча болоору төмөнкүдөй адабияттарда көрсөтүлөт [4, 96 б.] (Л.Н. Чокоев, Н.И. Шарабакин. Значение музыкального сопровождения в занятиях по гимнастике).

Илим изилдөөчүлөр музыканын таасирин көрсөткөндө анын машыгуучуларга эмоционалдуу жактан жана обондун, анын темпинин, ритминин жана динамикасын бөлүп көрсөтүшөт. Спортчунун кыймыл-аракетине өз таасирин тийгизип көнүгүүлөрдү сапаттуу өздөштүргөнгө жана көркөмдүү аткаруусуна да таасирин даана тийгизет, дешет [4, 97 б.].

Дене тарбияда жана спортто музыкалык коштоо көп эле учурларда пайдаланат.

1. Эртеңмененки зарядканын көнүгүүлөрүн аткарганда же радио аркылуу, теледеги көрсөткөн зарядканы аткаруу учурларда марштары, ритмикалык музыкалардын коштоосу менен аткарылат.
2. Олимпиялык оюндарынын ачылышында же жабылышында, спартакиадалардын, Универсиаданын, Дүйнөлүк көчмөндөр оюндарынын ачылыш-жабылыштарында Олимпиялык гимни, көчмөндөрдүн оюндарынын гимни, концерттик программалар, музыкалык чыгармалары көп эле аткарылып турат.
3. Спорт жөнүндө, мелдештер, спортчулар жөнүндө атайын ырлар жазылып, дайыма аткарылып жүрөт: «До свидания, мишка!», «Хоккей играют настоящие мужчины», «Героям спорта», «Олимпиялык оюндарынын гимни» ж.б. Ал эми спортчу болсо артисттей бааланат. Спортчу музыканы пайдалануу менен жакшы ийгиликке жеткен учурда ал «чеберчиликтин эң бийик чокусуна жеткендей көрүнөт» деп жазат Б. Лоу [1,95-б.].

Дагы бир пикирибизди көрсөтүү үчүн төмөнкүнү айтмакбыз.

Олимпиялык оюндарынын ачылышында жана жабылышында, ошондой эле дагы башка Олимпиадалык кыймылынын салтанаттуу аземдеринде Олимпиялык гимни аткарылат. Гимн Пьер де Кубертендин аракети боюнча. Грециянын композитору Спирос Самара тарабынан иштелип чыккан, текстин болсо гректердин акыны Кортис Памамас жазган. Гимн 1958-жылы Эл аралык Олимпиялык Комитетинин 55инчи сессиясында Токио шаарында кабыл алынган [3, 135-136-бб.].

Олимпиялык хартиянын эрежелеринде көрсөтүлгөндөй «Уюштуруу комитетинин чечими боюнча ар кандай искусстволордун бөлүктөрү, анын арасында музыкалык чыгармалары уюштурулуп пайдаланылат», деп көрсөтүлөт. Программага театралдык, балеттик, опералык

көрсөтмөлөрү жана симфониялык концерттер да орун алышат [Олимпиялык хартия, М.: ФиС, 1980, 19 б.].

Москвадагы XXII Олимпиялык оюндарынын маданий программасында мелдешке катышкандарды, туристтерди жана конокторду СССР элдеринин искусствосу жана маданияты менен тааныштыруу максаты каралган. Олимпиада 80дин борбордук ордун искусстволорунун фестивалы алган. Ошол фестиваль Москванын, Ленинграддын, Минскинин жана Таллиндин театрларында жана концерттик залдарында өткөрүлгөн [1, 247-б.].

«Москва Олимпиадасынын жабылышында Лужники стадионунун футбол талаасынын ортосуна, бир топ аба толтурулган шарларын кармап эбегейсиз зор Олимпиялык «Миша» чыга келди. Ал алдыңкы оң «колу» менен көрүүчүлөргө кайрылып, коштошуп, стадиондон өйдө учуп жөнөп кетти. Көрүүчүлөрдүн көпчүлүгүнүн көзүнөн жаш агып туруу. Ошол эле учурда коштошуу аземи күчөтүлүп жатты – Александра Пахмутованын композиторлугу жана Николай Добронравовдун акындыгы менен жазылган «Кош бол, Москва!» деген ыры угулуп, өзгөчө лирикалык атмосфераны пайда кылды» деп жазган И.Т. Новиков (Олимпиаданын жооптуу уюштуруучусу) «Москванын Олимпиялык меридианы» деген китебинин 225-бетинде.

Спорттун көрүнүктүү чеберлери өздөрүнүн спортунун түрүндө өтө көркөмдүү эркин программаларын иштеп чыгышат да өздөрүнүн программасы аркылуу адамдын көңүлүн көтөрөт, сезимдерин козгойт.

Спорт менен искусство бирин бири толуктайт, өздөрүнүн адамга эстетикалык таасирин тийгизүүдө чоң ролду ойнойт. Искусствонун ар түрүнөн спортко эң жакындары бу музыка менен хореография. Дене тарбия менен спортту музыка дайыма коштоп бирге жүрөт, аларды кооздоп-көркөмдөйт, ыргагын жана темпин аттырат. Өз кезегинде спорттун төмөнкү түрлөрү, спорттук гимнастика, фигуралык муз тебүү, көркөм гимнастика ж.б. музыкалык чыгармаларын жаңы жагынан угузат жана сезилет. Өзгөчө спорттук гимнастиканын эркин көнүгүүсүндө, көркөм гимнастикада жана фигуралык муз тебүүдө музыканын ролу артыкча билинет. Буларда музыка аркылуу программалык мазмуну кооздолот, аткаруудагы ритмикасы көркөмдөлөт, негизги композициялык кыймылдары бөлүнүп көрсөтүлөт [7, 89-б.].

Дагы бир жагдайы бул атлетикалык гимнастикада (бодибилдингде) даана байкалып турат. Мында спортчунун булчуңдары кадимки скульптураны туурагансып дененин келбетин өтө кооздойт.

Денеси чымыр, пропорционалдуу өнүккөн спортчулар ар бир кыймылын жана абалын көркөмдөп эстетикалык сулуулук жактан келишкен келбетти элге көрсөтөт жана бири-бири менен мелдешет [7, 95-б.]. Бул спорттун көркөмдүгү жана эстетикалык баалуулугу көрүүчүлөрдү таң калтырат.

Фигуралык муз тебүү боюнча Россиянын атактуу спортчусу И.А. Панин бул спорт жөнүнө мындай деп белгилеген: «Фигуралык муз тебүүдө эстетикалык абалы өтө өзгөчө ролду

аткарат. Фигурачы спортчунун машыгуусунда искусствонун мазмуну көнүгүүнү туура аткаруу менен чектелбейт, көбүнчө чыгармачылыкты талап кылат.

Фигурачылар өздөрүнүн даярдыгында бийчилик өнөрүн өнүктүрөт, ритмикасын өстүрөт жана музыканы толуп пайдаланат. Коньки менен фигуралык муз тебүүдө көркөм искусствосу дайыма орун алгандыгы баса көрсөтүлөт» [7, 101-б.].

Фигуралык муз тебүүдө көркөмдүү программасынын аткарылышы чебер спортчунун өз алдынча аткарып, бир гана ага таандык жагдайлары менен айырмаланганы дайыма байкалат. Бул жөнүндө фактылар көп эле кездешет.

Жыйынтыгында биз айтаар элек: «Заманбап мезгилинде спорттун бир нече түрүндө музыкасыз ийгиликке жетүүгө болбойт» деп көрсөтөт доцент Н.С. Бервинова.

Фигуралык муз тебүүнүн тарыхында Людмила Пахомованын жана Александр Горшковдун аттары спорттун тарыхына алтын тамгалары менен жазылып калды. Алар алты жолу дүйнөлүк чемпион, 6 жолу Европанын чемпиондору болушкан. Алар дагы Олимпиялык оюндарынын биринчи жолку чемпиону болушкан, муздун үстүндөгү бийлери боюнча. Ал экөө унутулгус бий стилин ойлоп табышкан, испаниялык атактуу «Карменсюита» (Кампарсита) атындагы бийди, Арам Хачатуряндын Ю. Лермонтовдун «Маскарад» деген музыкалык драмасына жазылган вальсты аткарышып, адистердин, спортчулардын, көрүүчүлөрдүн эсинде дайыма сакталып калышкан [2, 262-б.].

Гимнастиканын көптүк түрлөрүндө жеңилдик, лирикалык жана көркөмдүк сезимдери дайыма орун алаары белгилүү. Гимнастикалык көптүк түрлөрүнүн ар биринде эстетикалык сезимдеринин кандайдыр бир өзгөчөлүктөрү таасирин тийгизээри белгилүү.

Гимнастика боюнча эл аралык мелдештеринде калыстар спортчулардын көнүгүүлөрдүн ыкма техникасын таза аткаруудан тышкары «алардын гармониялык, жеңилдик менен, кооздугун, ийкемдүүлүк менен кыймылдарын аткаруусун баалашат» деп көрсөтүлгөн гимнастика боюнча мелдештин эрежесинде.

Дагы бир спорттун психологиясына тиешелүү маселеге токтолсок төмөнкүлөрдү айтаар элек.

Музыканын өзүнчө ритми болот, эгерде ыраатын туура таап пайдаланса анда машыгуу көнүгүүлөрү жеңил аткарылат да жаракат алуу жана тез чарчоо деген жокко эсе болот. Тез угулган ритмдүү музыка адамдын жүрөгүн тез иштетет да калориялар көбүрөөк коротулат.

Андан тышкары, музыка – алыска жана көп убакыт аткарылган көнүгүүлөрдү жана мелдештерди спортчу жеңил сезет. Мисалы марафондук жүгүрүүдө, алыска велосипед жарыштарында жана лыжачан жарышып алыска жүгүрүүдө. Организм музыканын ритмине ырааттанса спортчу «автопилотту» пайдалангандай жеңил-желпин жүгүрүп жүрө берет. Дагы бир музыканы даңктаган такилип.

Музыканын илгерки замандарда эле адамды оорудан айыктырууда жана балдарды тарбиялоодо кеңири колдонушкан. Алар жөнүндө Пифагор жазган, а түгүл ал музыканы

Космос менен байланыштырып караган. Ооруган адамдарды дарылоодо музыка Индияда, Тибетте, Кытайда жана дагы башка өлкөлөрдө пайдаланган. Тибеттеги табыбдар адамдын психоэмоционалдык абалдары ички органдардын оорусуна алып келет дешкен.

Чыгыш өлкөлөрүндө адамды дарылоодо ыйык ырларды аткаруу менен дарылашкан. Байыркы Грецияда дарыгерлерден, калыстардан жана тарбиячылардан талап кылган маселеси – музыканы үйрөнүү жана жакшы билүү болгон. Египеттеги көзү ачыктар дарылоочу музыканын ооруну дарылоочу касиетин пайдаланышкан.

XIX кылымдын орто ченинен баштап медицинада музыкотерапия тармагы өнүгө баштаган.

Франциялык дарыгер Эскироль музыкотерапияны психиатриялык клиникада толук пайдаланган. Музыкотерапия Дүйнөлүк экинчи согуштун мезгилинде госпиталдарда кеңири пайдаланышкан – анткени жарадар болгон жоокерлердин дарыланышына жакшы жана тез таасирин тийгизээри аныкталган.

Париждеги илим Академиясында музыканын кандын элементтерине таасирин тийгизгендиги изилденген. Музыкант жана рефлексотерапевт Фабьен Маман дагы башка физиктер менен биргелешип музыканын кандын түсүнө жана түрүнө таасирин тийгизгенигин аныктаган. Анын изилдөөсүнүн жыйынтыгы боюнча «ля» үнү адамдын организмин эс алдырып жеңилдик абалына алып келет деп көрсөтүшкөн. Ар бир адамга ар башкача музыканын түрлөрү таасир берээри да далилденген. (Интернеттен – «Как музыка влияет на занятия спортом и укрепляет здоровье человека?» деген маалыматтар колдонулду).

«Тиешелүү музыканы окуу жайларында жана спорттук мектептеринде пайдалануусу жаштардын психологиялык жана руханий жактан өнүгүүсүнө жакшы шарт түзөт. Музыканы пайдалануу спорттун көп эле көйгөйлүү маселелерин чечүүгө керектелет. Эл аралык мелдештери жана Олимпиялык оюндары спортчулардын турмушунда өтө чоң психоэмоционалдык чымырканууну пайда кылат. Ошондой психологиялык абалдары спорттук көрсөткүчтөрүнө өзүнүн жакшы таасирин тийгизет» деп көрсөтүлөт.

Жыйынтыктоо.

- Спорттун машыгууларында, орчундуу мелдештерди өткөргөндө, көркөмдүү спорттук көрсөтүүлөрүн уюштурганда сөзсүз музыканы пайдаланышат, уюштуруучулар жана машыктыруучулар.
- Музыка спорттук мелдешти көркүнө келтирет, спорттун мелдештерин эстетикалык жактан кооздойт, спортчуларга жана күйөрмандарга өз таасирин тийгизип эстетикалык жактан жаштарды тарбиялайт.
- Музыканы гимнастика сабагында пайдаланганда окуучуларга сөздөрү менен кайрылып, аларга сын пикир айтып, баа берип, көнүгүүнү көрсөтүп, түшүндүрүп, алар менен аңгемелешип ишке ашырышат окутуучулар, мугалимдер. Ошондой эле атайын тест аркылуу тиешелүү суроолорго жооп алуу менен музыканын таасирин изилдесе болот.

Адабияттар

1. Бенджамин Лоу. Красота спорта. – М.: «Радуга», 1984. – 256 с.
2. Малов В.И. Золотая пара. В книге: «Сто великих спортивных достижений». – М.: «Вече», 2010. – С. 261-264.
3. Мотукеев Б.Дж. Олимпийские игры: традиции, ценности, факты. – Бишкек, 2009. – 168 с.
4. Новиков И.Т. Олимпийский меридиан Москвы.–М.:«Физкультура и спорт»,1983–255с., илл.
5. Саралаев М.К., Букуев М.О. Эстетическое воспитание молодежи через традиционные кыргызские народные игры и состязания. В книге: «Роль кыргызских традиционных игр и состязаний в воспитании молодежи». – Бишкек, 2012. – С. 181-187.
6. Спирин Л.С., Шарабакин Н.И. Воспитание выразительности движений на занятиях по гимнастике. В книге: «Итоги первого этапа исследования эстетического воспитания гимнастикой». – Фрунзе: «Мектеп», 1968. – С. 74-81.
7. Френкин А.А. Эстетика физической культуры. – М.: «Физкультура и спорт», 1963. – 146 с.

УДК 372.881.11

Teaching english conversation to students in the field of physical culture: a ka:rmik language teaching approach (KLTA)

Chilukuri Bhuvaneswar
Founder President, KLLAS (Ka:rmik Linguistic and Literary Association),
Hyderabad, India

Abstract. *A comparative analysis of the teaching methodology of the KA: RMIK language, methods of professionally oriented teaching for the specialization of students in the field of physical education is considered and teaching foreign languages through games. In perspective, it is planned to study the effectiveness of pedagogical conditions for the formation of communicative competence of students.*

Keywords: *lexical device, Ka: rmik, language teaching methodology, Tukki, foreign language learning, Telugu, vocabulary in Arabic transliteration.*

Преподавание английского языка студентам по направлению физическая культура: по методике преподавания языка ka:rmik (KLTA)

Чилукури Бхуванешвар
*президент-основатель, KLLAS – ассоциации лингвистики и литературы Ка: rmiK, Индия,
г. Хайдарабад*

Аннотация. Проводится сравнительный анализ методики преподавания КА:RMIK, по профессиональному ориентированному обучению на специализацию студентов по направлению физическая культура и обучения иностранным языкам через игру. В перспективе планируется исследование эффективности педагогических условий по формировании коммуникативной компетенции студентов.

Ключевые слова: лексический прием, Ка: rmiK, методика обучения языкам, Tukki, изучение иностранных языков, телугу, словарный запас в арабской транслитерации.

Дене тарбия багытындагы студенттерге ka: rmiK (KLTA) методикасы боюнча англис тилин окутуу

Чилукури Бхуванешвар
KLLAS түзүүчү-президенти (Ка: rmiK тил жана адабият ассоциациясы),
Индия, Хайдарабад ш.

Аннотация. КА:RMIK англис тилин окутуу методикасы, дене тарбия багытында окуган студенттерди кесипке багыттап англис тилин окутуу жана оюн аркылуу чет тил үйрөтүү методикасына салыштырмалуу анализ жасалган. Келечекте студенттердин коммуникативдүү компетентүүлүгүн калыптантыруу педагогикалык шарттарынын эффективдүүлүгүн аныктоо максатында изилдөөлөр жүргүзүлөрү тууралуу баяндалат.

Негизги сөздөр: лексикалык ыкма, Ка: rmiK тил үйрөтүү методикасы, Tukki, чет тилин үйрөнүү, Telugu, Араб транслитерациясындагы сөздүк кору.

Introduction. Kyrgyzstan using cultural themes from Manas and other activities. Bhuvaneshwar (1999, 2014) has for the first time in Libya initiated the use of local folk games (local culture) in teaching English to the Arabic primary school students using his Ka:rmik Language Teaching Approach (KLTA) based on the four principles of 1. Nature of the students (disposition or svabha:vam); 2. Learning through lessons, strenuous reading as labour (a burden); 3. Playing games as entertainment (pleasure); and 4. Overturning games into teaching learning materials. However, they are not applied to mature students in the Academy of Sports and Physical Culture in Kyrgyzstan. Therefore, there is a need to conduct further research in this direction and find out whether the KLTA using games is more productive or not in the Kyrgyz Academy.

According to the famous book written by Mackey (1965), language games are useful in teaching and learning languages. According to Bhuvaneshwar (1999, 2014, 2018), learning (English) grammar by playing local folk games, based on his Ka:rmik Language Teaching Approach, is highly effective. It produced very high levels (96%) of learning in the case of primary school students in Libya. Abdybekova N.A. used sports and games content to teach English and in this paper an attempt has been made to introduce teaching languages through playing Kyrgyz national kinds of sports and

games in Kyrgyzstan with *local cultural content*. In this paper, the Project of “Play (to Learn) Languages in Kyrgyzstan (PLLiK)” has been suggested to find out how incorporating sports and games into the teaching-learning situation affects the results of students in the Kyrgyz state academy of Physical Culture and Sports [6].

Literature Review. According to Bhuvaneshwar (2014: 209), “Since a long time, games have been considered an important tool in the teaching of languages but they are not seriously taken into consideration owing to so many reasons such as lack of their proper integration into the syllabus, lack of time, lack of culturalization of the games, and lack of facilities. Textbooks are rarely accompanied by tested games to teach the content in the syllabus through *PLAY* in a systematically interconnected-interrelated-interdependent (I-I-I) network of form-function-meaning”. However, many games have been invented, developed, and used to teach the students. Mackey (1965: 439-452) makes a methodical selection and presentation of various language games to teach the four skills of language. In his "Appendix B: Language Games", he presents them under four headings: 1. Listening Games (Perception; and Comprehension); 2. Speaking Games (Observation; Guessing; Oral Composition); 3. Reading Games (Recognition; and Comprehension); 4. Writing Games (Spelling; Composition). These games are Eurocentric and not region specific. Bhuvaneshwar (2004, 18) is another attempt to develop some games to suit the Indian and Iraqi context.

There is an Indian dance called ***dandia*** that can be turned into a game and used to practice English language vocabulary, and syntax. The steps can also be integrated into ***kara zorga*** of Kyrgyzstan to make it local. Let us call it ***Language Dandia***. So far, it is not used to teach English on the one hand and not integrated into a syllabus to teach the syllabus contents on the other hand. In this paper, an attempt has been made to do so as described in the next section.

Teaching Telugu Vocabulary to the Kyrgyz state academy of physical culture and sports (KSPCA) students by playing *Dandia*: A Ka:rmik Language Teaching Approach. According to the Ka:rmik Linguistic Theory, all action is generated, specified, directed, and materialized by dispositionally impelled desires. *The Principle of Desire for Pleasure* (*sukhe:chcha* in Sanskrit) is the most fundamental desire in all human beings – any activity that brings in pleasure is welcome and any other activity that begets pain is unwelcome. Thus, *pleasure* is a great motivator for pursuing action and pleasure seeking is a fundamental trait in the disposition of human beings.

In the case of ka:rmik language teaching approach to KSPCA, this *Principle of Desire for Pleasure* is taken into primary consideration owing to the following reasons.

1. Students by nature (disposition or *svabha:vam*) are inclined to have fun and play for pleasure. They also like competition and winning.
2. Learning a language is by implication a burden on the students when it involves boring lessons, strenuous reading, and rigorous time-schedules. It is difficult to engage their fleeting attention,

sustain involvement, and improve the learning situation. In such a case, the only alternative is to make learning a language fun so that students enjoy the learning process.

3. Introduction of games into the syllabus in *an atomic-holistic and network-within-networks* is offered as a solution to one such problem of motivating the students to learn a language via the lure for games and sports.

4. When language is introduced into games, these games will become purposeful teaching aids which will reduce the learning burden, mask the teaching process, increase the motivation, and turn it into a pleasant and attractive pastime but at the same effectively contribute to the realization of learning objectives.

When a syllabus is prepared, it should be learner-friendly and amenable to play – *Let's Teach English* should become *Let's Play English*; *Let's Learn English* should be *Let's Enjoy English*. Therefore, what is *selected, graded, and presented* in a lesson with immediate objectives and in a syllabus with overall objectives should facilitate playing *selectively in a graded manner* as it is *presented* for playing. (see Bhuvaneswar, Chilukuri et al (2014) and Shaima Abdul Hameed et al (2018)). In addition, what is played should be culturally appealing, intellectually stimulating, and physically entertaining. The game activities should harmoniously blend into the teaching-learning-administration network and act as a catalyst to the learning process in atomic-holistic functional network.

In the ka:rmik linguistic theory, *learning activity* is superimposed on *playing activity* and it is apparently transformed into a lingual playing activity (for learning) – language game:

(1) **Lingual Activity** $\Rightarrow$ **Learning Activity** $\Downarrow$ **Playing Activity** $\Rightarrow$ **Language Game**
 [$\Rightarrow$ becomes the object of ; $\Downarrow$ superimposed on; $\Rightarrow$ apparently transforms into]

However, for the child it becomes the other way round – the playing activity is superimposed on the learning activity and the *learning activity* becomes the *playing activity* and hence he is **enticed to play** the *learning activity* as a novel and interesting game.

Lingual Activity Playing Activity Learning Activity Language Game

The teaching materials chosen will become the playing materials. For example, the pronouns taught in a class from the lesson are the teaching materials. When they are used in playing **language dandia**, they become the playing materials. As they tap and click the sticks by saying the pronouns, they become the learning materials and finally as they dance and play dandia, they learn the words and learning takes place unconsciously. By a few repetitions, the words will get into their long term memory. In other words, teaching is done via fulfilling their desire to play.

(3) Teaching Materials  Playing Materials  Learning Materials  Learning. Learning

English Pronouns by Playing dandia-kara zorga

Site .The KSPCA is the site in which the the game was played in the School premises.

Participants. The participants were the students of the KSPCA. They can be from 10-15 from any age group and sex.

Research Questions. The present game will be conducted to find answers for the following research questions by playing the game *language dandia* and evaluating the examination conducted after playing the results by a statistical analysis of percentages:

1. Do the KSPCA students learn the pronouns of English efficiently by playing *language dandia*?
2. Do the students learn the vocabulary in a majority and in a very successful manner?
3. Will language dandia be useful to enhance the learning of languages in KSPCA?

Procedure. The procedure consists of three stages:

1. Presentation of Information;
2. Learning Vocabulary by Playing the Game language dandia;
3. Testing and Evaluation of English Pronoun Recall.

The principles of 1. Visual, auditory, and even tactile senses are made use of in the spatial orientation of the language dandia field in learning the English pronouns. This is done by putting the pictures of the pronoun indicators by cartoons, and saying them aloud in role play. In addition, 2. Experiential repetition is also employed. 3. Textual techniques of saying aloud the names, contemplating and revising the practiced names is employed. The graphic mnemonic of using a table is further exploited. All these features are harmoniously integrated-interconnected-interrelated (I-I-I) in the presentation-playing process to bring in internalization of knowledge by experience of the information through the game language dandia and establish long-term memory.

3. 4. 1. Presentation of Information

All the students should be gathered in their classroom during the classroom period for teaching the language concerned, which is English.

- Each student was given a sheet that contains a table with the pictures of the English pronouns along with their Kyrgyz names transliterated in Kyrgyz script.
- The teacher has also a collection of the individual pictures along with their Kyrgyz names in Kyrgyz script on cards. She draws the attention of the students by reading the English pronoun of each picture written in Kyrgyz in a serial order from the sheet and explains them one by one by giving their Kyrgyz equivalents (whenever they are available and with explanation when they are not). After reading the pronoun in a picture, she will show the individual Flash Card containing the concerned picture and asks them to say the name once.
- She will complete reading and explaining all the pronouns with their Kyrgyz names.
- After the reading is over, she will just recapitulate all the pronouns and asks them to say them one by one along with her.
- She checks with the students whether they have heard the names well or not. Then she takes them to play the game *language dandia* outside in the school premises.

Learning the Selected English Pronouns by Playing the Game *Language Dandia*.

All the students will be assembled in the field. They will be divided into two teams A and B. First team consists of one player and the second 9. [The number of players can be decided by the teacher depending on the strength of the class and players.]

The 9 players (as *a team*) will stand in a circle along the line drawn by coloured chalk and one player will stand in the centre as the *leader*.

The leader will perform three steps: 1. Hold the two dandia sticks in his two hands and bend down a little and clap them together – the legs will be close together (saying '*I*'); 2. Move the right leg forward cross-wise towards the left, raise the right hand with dandia stick and clap with the dandia stick raised by the team player's left hand (saying '*you*'); 3. Then, move the left leg cross-wise towards the right, raise the left hand with the stick and clap with the dandia stick raised by the team player's right hand (saying '*he, she, it*'). By this he will finish with the first player.

Then he will move the right leg towards the right and join the left leg with it; as he joins the left leg, he will simultaneously clap the two sticks by bending a little as in 3.1 (saying '*I*'). The rest of the two steps will be the same as in 3. 2 and 3. 3.

Then he will repeat step 4 as above and the same continues until the last player. *[At each step, both the leader and the player say the words; the other 8 players will murmur the word.]*

This is one round; after its completion, all the players will say all the pronouns one by one serially in a circle; finally all of them will say them together. This is the PRACTICE session.

- Now the game will be played. The ten players will be divided into two teams of 5 each. Five from Team A will form a circle and one each from the Team B will be the leader and conduct the game by saying all the pronouns. If he makes any mistakes, one point will be deleted for each mistake.

- Each leader gets 5 marks each if he does it correctly with all the five players. After the five players from Team A finish, Team B players will do the same. Whoever gets the highest marks will be the winner.

- When the leader says the pronouns, the players also should say the same word correctly; if anyone makes a mistake, it will be deducted from the team's overall score.

- Then, they will be asked to come back to the classroom and write the Pronouns in English. 10 minutes time will be given to do the test.

- The answered scripts will be marked and given percentages. Minor spelling mistakes are ignored and full marks will be given. However, if the students write wrong answers, they will not be awarded marks. However, they will be encouraged to rewrite the exam and be given 100% by repetition.

The percentages are calculated and the results are shown in a table.

The Results of the test will be displayed. Kyrgyz researchers Abdybekova N.A. used sports and games wrote about the history of teaching English in Kyrgyzstan. They researched peculiarities

of teaching English for students of non-linguistic specialties at the present stage [8, p. 244]. Condition of formation the speech activity of students of non-philological specialties use of interactive technologies of training for development of motivation to high-quality speech activity of trainees. Those pedagogical technologies, which focus modern students on vigorous communicative activity in knowledge, concern to the most effective system of exercises. Those pedagogical technologies, which focus modern students on vigorous communicative activity in knowledge, concern to the most effective system of exercises on the material of national games. Active realization of inter subject communications and integrative lesson are defined as the third pedagogical condition of formation of speech activity. Formation of speech activity has to become one of the main objectives not only when studying the English language disciplines, but also all other disciplines studied by students according to the curriculum. Existence of three pedagogical conditions for optimization of studying process of formation the kinds of speech activity: reading, listening, writing and speaking students in the field of physical culture [7, p. 122-126].

Conclusion. It will be checked whether the students are very enthusiastic about playing the game and liked to play the game. The high level of efficiency in learning the vocabulary will be tested and compared with other students. If the scores are very high – more than 90% – using the same game will be recommended and continued; if not the game will be changed or another technique will be used. Using the Ka:rmik Language Teaching Approach which has the added advantage of I-I-ling the teaching-learning-materials-administration network and so it will be recommended - based on the overall achievement of the students – for teaching in the Academy and elsewhere.

References

1. Bhuvaneshwar Chilukuri. *Kri:da:mani: Language Teaching Games for Students*. Hyderabad: Sri: Su:ryakamalam Series. Language Teaching Volume 1, the Proverbial Linguistics Group Desktop Publications. – 2004. – 22p.
2. Bhuvaneshwar Chilukuri, Fatima, Zahra Omar Nasser, Nura, Omar Nasser, and Khadija, Taher Ali. *Language Games for Libyan Schools*. Sri: Su:ryakamalam Series (Language Teaching Volume 2), The Proverbial Linguistics Group Publications. Work in Progress. – 2010. –p.2-5/.
3. Bhuvaneshwar, Chilukuri, Oumissad, Fatima, Zahra Omar Nasser, and Khadija, Taher Ali. *Teaching English for Preparatory 2 Students*, Pilot Project, Al Khalud Preparatory School, Sebha. Project abandoned Fatima Zahra Umar Nasser. “Teaching English vocabulary to the Libyan Preparatory School Students in Libya: A Ka:rmik Linguistic Approach”. *The Indo-Libyan Linguist*. Sebha: University of Sebha. – 2014. – p. 208-220
4. "jump rope." *Encyclopædia Britannica Ultimate Reference Suite*. Chicago: Encyclopædia Britannica. – 2009. –p. 19-20.

5. Mackey, William Francis. *Language Teaching Analysis*. London: Longman Shaima, Yousif Al Zaidy *Lexial Access in Second Language Learning: A Case Study of Iraqi Students in India*. Project Report. Department of Linguistics, Osmania University, Hyderabad. – 2016. – 45p.
6. Абдыбекова Н.А. Развитие речевой деятельности студентов по направлению "физическая культура и спорта" при обучении английскому языку [Текст]//Вестник физической культуры. – Бишкек, 2016. – № 1(13). – С.102-107.<https://elibrary.ru/item.asp?id=28407155>
7. Abdybekova N.A., Supataeva E.A. New educational technologies for teaching English to students of a sports profile [Text] // Bulletin of Physical Culture and Sports. "Actual problems of science, education, theory and practice of physical culture and sports" Int. Scientific and practical conference. Kyrgyzstan, Bishkek, 2017. № 1 (3). – pp.122-126.<https://elibrary.ru/item.asp?id=29896903>.
8. Абдыбекова Н.А., Супатаева Э.А. Из истории преподавания английского языка в Кыргызстане. Лингвистические и экстралингвистические проблемы коммуникации: теоретические и прикладные аспекты[Text] // – Саранск, 2017. – С.243-247.<https://elibrary.ru/item.asp?id=32455314>.

***“Дене тарбия жана спорт жарчысы” (ДТжСЖ) илимий-практикалык
журналга макалаларын берген авторлор үчүн эрежелер***

Макаланы журналдын редакциясына берүүнүн алдында КР ЖАКтын сунуштарынын негизинде иштелип чыккан төмөнкү эрежелер менен таанышуу зарыл.

1. Авторлугун аныктоо. Макаланын авторлору болуп ишке, аны аягына чейин иштеп чыгууга же оңдоого, жарыялоого бекитүү үчүн салымын кошкон, ошондой эле макаланын бардык бөлүктөрүнүн бирдиктүүлүгүнө жооптуу адамдар болушу мүмкүн.

2. Плагиат жана экинчи жолу жарыялоолор. Макаланын авторлоруна тиешеси жок изилдөөлөрдүн жыйынтыктарын энчилеп алып макалада пайдаланууга тыюу салынат.

Макаланын оригиналдуулугун төмөнкү сервистин жардамы менен текшерсе болот <https://www.antiplagiat.ru/> (орус тилиндеги тексттер үчүн), <http://www.plagiarism.org/> (англис тилиндеги тексттер үчүн). Редакция макалаларды плагиатка текшерүүгө укуктуу.

3. Башка басылыштарда жарыяланган же башка басылыштарга жөнөтүлгөн макалаларды редакцияга жиберүүгө болбойт.

4. Автордук укук. Автор журналга макаласын жана аны коштогон файлдарды жиберүү менен аны “КМДЖСА жарчысы” журналына Кыргызстандын жана чет өлкөлөрдүн аймагында кайтарымызсыз түрдө пайдаланууга макул экендигин билдирет.

5. Автордук нускаларды чыгаруу маселеси каралган, журналга жазылып кагаз түрүндө же электрондук вариантында алса болот.

6. Редакция келген макалаларды кыскартууга жана редакциялоого укуктуу. Макаланын келген датасы болуп анын рецензиялоодон кийин авторлору тарабынан кайрадан иштелип чыккан вариантынын келген күнү саналат.

7. Макалалар редакцияга төмөнкү ыкмалардын бирин колдонуп берилсе болот:

- журналдын дареги электрондук почтасы боюнча (макаланын тексти Microsoft Word форматында болуш керек);
- кадимки почта аркылуу (2 нуска, сөзсүз электрондук версиясы менен, Microsoft Word форматында) CD-дискинде, ошондой эле бардык зарыл болгон коштоочу документтердин түп нускалары;

8. Редакция келген макалаларды редакциялык кеңештин мүчөлөрү же башка адистер тарабынан рецензиялоого укуктуу.

9. Журналга жиберилүүчү макалаларга болгон талаптар:

9.1. Макала Times New Roman же Arial шрифти менен басылыш керек, шрифтин өлчөмү 14 жана 12, жолдордун ортосу бир аралыгында, бардык жактары, сол жагынан тышкары, жазылыгы 2 см, сол жагыныкы – 3 см. Бардык беттерине номер коюлуш керек. Макаланын бардык бөлүгү бир файлга жазылышы керек (титулдук барак, УДК, резюме, негизги сөздөр, макаланын тексти, таблицалар, адабияттардын тизмеси, авторлор жөнүндө маалымат); текст

менен файл макаланын биринчи авторунун аты-жөнү менен аталыш керек (Иванов, текст). Документтин скандары жана сүрөттөр өзүнчө файлга жазылат, ошондой эле биринчи автордун аты-жөнү менен аталат (Иванов, текст). Макаланын көлөмү 7-10 барактан ашпашы керек (иллюстрацияларды, таблицаларды, резюме жана адабияттын тизмесин кошкондо).

9.2. Макаланын тили. Орус, кыргыз же англис тилиндеги кол жазмалар кабыл алынат. Эгерде макала орус тилинде жазылган болсо, макаланын метамаалыматтары кыргыз жана англис тилине которулуш керек (автордун аты-жөнү, англис тилинде авторлордун мекемелеринин расмий аталышы, даректери, макаланын аталышы, макаланын резюмеси, негизги сөздөр). Чет өлкөлүк авторлордун макалалары кыргыз тилине редакция тарабынан которулат. Чет өлкөлүк авторлордун англис тилиндеги макалалары журналдын башкы редакторунун чечими боюнча орус тилине которулбай эле же толук же толук эмес которулуп жарыяланат (аталышы, резюмеси жана негизги сөздөрүнөн тышкары).

9.3. Авторлор жөнүндө маалымат:

Ар бир автордун байланыш үчүн маалыматтары жазылат: аты-жөнү, илимий даражасы, илимий наамы (бар болсо), кызматы, мекеменин аталышы (алдында аббревиатурасы), шаары, өлкөсү жана автордун электрондук дарегин.

9.4. Оригиналдуу макалаларды түзүү планы. Оригиналдуу макалалардын түзүлүшү IMRAD (Introduction, Methods, Results, Discussion) форматына дал келиши керек. Оригиналдуу макалаларды түзүү планы төмөнкүдөй болуш керек: **аннотация** жана **негизги сөздөр**, аталышы, авторлордун аты-жөнү, иштеген жери, жашаган жери орус, англис жана кыргыз тилдеринде. Макаланы жазып жаткан мезгилдеги маселенин абалын чагылдырган **кириш сөз**; бул изилдөөнүн **максаты**; **материалдары** жана **усулдары**, **жыйынтыктары**; **талкуулар**; автордун каалоосу боюнча пункттар боюнча тыянактар же **корутунду**, цитата кылынган адабияттын тизмеси **Адабият** деген сөз менен аталат.

9.5. Обзорлорду тариздөө. Обзордук макалаларды тариздөө оригиналдуу макалалардыкындай жүргүзүлөт. Обзорлорду түзүү адабияттарды издөө эл аралык системалык методдору боюнча сунуштарга жана стандарттарга дал келиши керек. Обзордук макалалардын резюмеси маалыматтар базасы боюнча адабияттарды издөө методдору жөнүндө маалыматтарды камтыш керек. Тексттеги шилтемелердеги аттар адабияттын тизмесине дал келиши керек.

Кол жазма терминдердин сөздүгү менен коштолушу мүмкүн (окурманга түшүнүксүз сөздөр). Жалпы кабыл алынган физикалык, химиялык жана математикалык чоңдуктардын кыскартууларынан башка текстте тез-тез кайталануучу сөз айкалыштардын аббревиатурасына да мүмкүндүк берилет. Автор тарабынан киргизилген тамгалык белгилер жана аббревиатуралар текстте биринчи жолу кездешкенде чечмеленүүгө тийиш. Жөнөкөй сөздөрдү, тез-тез кайталанса деле кыскартууга жол берилбейт.

9.6. Автордук резюме. Резюмеде иштин анык факттары гана жазылышы керек. Резюме титулдук баракта жазылган маалыматтан башталышы зарыл. Автордук резюменин текстинин көлөмү 50 сөздөн көп болбошу керек. Резюме макаланын негизги тематикасын чагылдырган жана компьютердик издөө системасында иштин классификациясын жеңилдеткен бир нече негизги сөздөр менен коштолушу керек (5-12 бирдик).

9.7. Сүрөттөргө болгон талаптар. Кара-ак штрихтик сүрөттөр: файлдын форматы - TIFF (кеңейтүү *.tiff), ушул форматты жактаган ар кандай программа (Adobe Photoshop, Adobe Illustrator ж.б.у.с.); режими - bitmap (бит картасы); макулдугу 600 dpi (пиксель дюйм); кысуу мүмкүн LZW же башка. Сүрөттөрдүн тексти даана көрүнүш керек. Сүрөттөрдүн жазуулары чогуу топтолуп өзүнчө баракта берилет. Ар бир сүрөттүн жалпы аталышы жана бардык кыскартуулардын чечмелениши болуш керек. Графиктердин жазууларында абсцисстин жана ординаттын огу боюнча белгилер жана өлчөө бирдиктери көрсөтүлөт, ар бир ийрилер боюнча түшүндүрүүлөр келтирилет.

9.8. Таблицааларды тариздөө. Үстүнүн оң жагында таблицанын номерин көрсөтүү зарыл, сызыктан кийин аталышы жазылат. Таблицанын ичиндеги сөздөрдү кыскартууга болбойт. Таблицадагы цифралар тексттеги цифраларга дал келиши керек. Таблицааларды өзүнчө баракка жазбастан текст ичинде берсе болот.

10. Библиографиялык тизмелер. Оригиналдуу макалаларда 10дон жогору эмес булактарга цитата келтирилсе жакшы, адабияттын обзорунда – 20дан жогору эмес, лекцияларда жана башка материалдарда – 7ге чейин. Библиография негизги иштерден тышкары акыркы 5 жыл ичиндеги жарыяларды камтыш керек. Адабияттын тизмесинде бардык иштер цитата келтирилген тартипте жазылат. Макаланын текстиндеги библиографиялык шилтемелер төрт бурчтуу кашалардын ичинде сан менен берилет. Китептин библиографиялык сүрөттөлүшү (аталышынан кийин): шаар (кайсы жерде чыгарылган); кош чекиттен кийин – басмакананын аталышы; үтүр чекиттен кийин – чыгарылган жылы. Эгерде шилтеме китептин бөлүмүнө берилсе: (авторлор); бөлүмдүн аталышы; чекиттен кийин “...китебинде” жана автордун (лордун) же редактордун (лордун) аты-жөнү, андан кийин китептин аталышы жана маалыматтары.

Макаланы журналдан библиографиялык сүрөттөө: автор (-лор); макаланын аталышы; жылы; тому, журналдын номери, кош чекиттен кийин барактардын биринчи жана акыркы беттеринин саны. автордук жамаатта 3 кишиге чейин иштесе бардыгы жазылат, андан көп болсо, биринчи 3 автор жана “ж.б.” деп жазылат.

11. Талаптарды бузуу менен берилген материалдар редакция тарабынан каралбайт. Макала каралгандан кийин, авторго аны жарыялоо шарттары жөнүндө билдирилет. Редакция журналдын кээ бир номерлерин конференциялардын, симпозиумдардын, ошондой эле, окумуштуулардын жана уюмдун юбилейлерине арналган иш чаралардын материалдарын басып чыгарууга арнайт. Редакция “КМДЖСА жарчысынын” тиркемесине келишим негизинде жарыялоого жарнамалык материалдарды кабыл алат.

12. Материалдардын мазмунуна жана ырастыгына авторлор жооптуу болушат.

**Правила для авторов,
представляющих статьи в научно-практический журнал
«Вестник физической культуры и спорта» (ВФКиС)**

Прежде чем направлять статью в редакцию журнала, необходимо внимательно ознакомиться со следующими требованиями к оформлению научных статей, разработанными на основе рекомендаций ВАК КР и РИНЦ.

1. Определение авторства. Авторами статьи могут быть лица, внесшие вклад в работу, ее доработку или исправление, окончательное утверждение для публикации, а также ответственные за целостность всех частей рукописи.

2. Плагиат и вторичные публикации. Недопустимо использование текстуального заимствования и присвоение результатов исследований, не принадлежащих авторам подаваемой рукописи. Проверить статью на оригинальность можно при помощи сервисов <https://www.antiplagiat.ru/> (для русскоязычных текстов) и <http://www.plagiarism.org/> (для англоязычных текстов). Редакция оставляет за собой право проверки поступивших рукописей на плагиат.

3. Нельзя направлять в редакцию работы, напечатанные в иных изданиях или отправленные в иные издания.

4. Авторское право. Фактом подачи статьи и сопровождающих файлов к публикации в журнале автор (а также все авторы данной статьи, если оно создано в соавторстве) согласен с тем, что предоставляет журналу «Вестник КГАФКиС» право использования статей на безвозмездной основе на территории Кыргызстана и зарубежных стран.

5. Авторские экземпляры предусмотрены, журнал можно получить по подписке на бумажный или электронный вариант издания.

6. Редакция оставляет за собой право на сокращение и редактирование присланных статей. Датой поступления статьи считается время поступления окончательного (переработанного) варианта статьи в случае ее доработки авторами после рецензирования.

7. Рукописи могут быть поданы в редакцию одним из следующих способов:

- по электронной почте на адрес, указанный на сайте журнала в сети Интернет (Текст статьи подается в формате Microsoft Word, а сопроводительные документы с оригинальными подписями прикрепляются к письму в формате PDF);

- обычной почтой (2 экз. распечатки рукописи с обязательным приложением электронной версии (в формате Microsoft Word) на CD-диске, а также оригиналы всех необходимых сопроводительных документов).

8. Редакция оставляет за собой право рецензировать поступившие статьи членами редакционного совета или другими специалистами.

9. Требования к оформлению:

9.1. Объем статьи - от 6 страниц (включая иллюстрации, таблицы, резюме и литературу

с учетом перевода необходимых сведений). Размер бумаги – А4 (210х297), все поля шириной 2 см. Шрифт - Times New Roman, размер шрифта (кегель) - 14, междустрочный интервал - полуторный (1,5), абзацный отступ – 1,25, межбуквенный интервал – обычный, межсловный пробел – один знак, переносы – автоматические (не вручную), выравнивание текста – по ширине. Допустимые выделения – курсив, полужирный. Дефис должен отличаться от тире. Тире и кавычки должны быть одинакового начертания по всему тексту. Не допускаются: пробелы между абзацами; использование буквы Ё; использование таблиц с альбомной ориентацией. При наборе не допускаются стили, не задаются колонки. Вся текстовая часть статьи должна быть записана в 1 файле (титульный лист, УДК, аннотация, ключевые слова, текст статьи, таблицы, список цитированной литературы, сведения об авторах); файл с текстом статьи должен быть назван по фамилии первого автора статьи (Иванов. Текст). Рисунки и сканы документов записываются отдельными файлами, также содержащими фамилию первого автора (Иванов. Рисунок).

9.2. Язык статьи. Принимаются рукописи на русском, кыргызском или английском языках. В случае если статья написана на русском языке, то обязателен перевод метаданных статьи на кыргызский и английский языки (Ф.И.О. авторов, название на английском языке учреждений авторов, адреса, название статьи, резюме статьи, ключевые слова). Для иностранных авторов перевод метаданных на кыргызский язык редакция журнала осуществляет сама.

Статьи зарубежных авторов на английском языке могут публиковаться по решению главного редактора журнала без перевода на русский язык (за исключением названия, резюме и ключевых слов) или с полным или частичным переводом (названия и подписи к рисункам, таблицам).

9.3. Сведения об авторе (на русском, кыргызском, английском языках) должны включать в себя:

1. фамилию и инициалы автора (строчными буквами, курсивом);
2. полное официальное наименование учреждения, в котором работает каждый автор (строчными);
3. местожительство автора – город (строчными);
4. ученую степень, звание, должность каждого автора;
5. электронный адрес каждого автора.

9.4. План построения оригинальных статей. Структура оригинальных статей должна соответствовать формату IMRAD (Introduction, Methods, Results, Discussion). В статье должны быть (на русском, кыргызском, английском языках): **УДК** (в верхнем левом углу), название статьи (по центру строчными, полужирными буквами); **аннотация** (высота шрифта 12, курсив, не более 5 строк); **ключевые слова** (высота шрифта 12, курсив, не более 6 слов); основной текст (высота шрифта – 14). **Введение (актуальность),**

отражающее состояние вопроса к моменту написания статьи; **цель** настоящего исследования; **материалы (объекты) и методы; результаты исследования; обсуждение; выводы** по пунктам или **заключение**, список цитированной **литературы** (высота шрифта – 12).

Методика исследований должна быть описана четко. Рекомендуется руководствоваться «Едиными стандартами представления результатов и испытаний Экспертной группы CONSORT» (Consolidated Standards of Reporting Trials), с которыми можно ознакомиться по ссылке <http://www.consort-statement.org/>

9.5. Оформление обзоров. Оформление обзорных статей осуществляется аналогично оригинальным статьям. Желательно, чтобы составление обзоров соответствовало международным рекомендациям по систематическим методам поиска литературы и стандартам. Резюме обзорных статей должны содержать информацию о методах поиска литературы по базам данных. С подробной информацией относительно составления обзоров можно ознакомиться в руководстве PRISMA (Рекомендуемые элементы отчетности для систематического обзора и мета анализа), доступном по ссылке <http://prisma-statement.org>. Написание ФИО, на которые ссылаются в тексте, должно соответствовать списку литературы.

Рукопись может сопровождать словарь терминов (неясных, способных вызвать у читателя затруднения при прочтении). Помимо общепринятых сокращений единиц измерения, физических, химических и математических величин и терминов (например, ДНК), допускаются аббревиатуры словосочетаний, часто повторяющихся в тексте. Все вводимые автором буквенные обозначения и аббревиатуры должны быть расшифрованы в тексте при их первом упоминании. Не допускаются сокращения простых слов, даже если они часто повторяются.

9.6. Авторское резюме. Резюме должно излагать только существенные факты работы. Резюме должно начинаться с информации, содержащейся на титульном листе. Объем текста резюме должен быть не более 50 слов. Резюме должно сопровождаться ключевыми словами или словосочетаниями (5-12 единиц), отражающими тематику статьи и облегчающими классификацию работы в компьютерных поисковых системах.

9.7. Требования к рисункам. Черно-белые штриховые рисунки: формат файла - TIFF (расширение *.tiff), любая программа, поддерживающая этот формат (Adobe Photoshop, Adobe Illustra tor и т. п.); режим - bitmap (битовая карта); с разрешением 300 точек/дюйм, в реальном размере; возможно использование сжатия LZW или другого. Текст на иллюстрациях должен быть четким. Диаграммы из программ MS EXCEL, MS Vizio вместе с исходным материалом.

9.8. Подписи к рисункам и фотографиям. Подписи к рисункам и фотографиям группируются вместе и даются на отдельной странице. Каждый рисунок должен иметь

общий заголовок и расшифровку всех сокращений. В подписях к графикам указываются обозначения по осям абсцисс и ординат, и единицы измерения, приводятся пояснения по каждой кривой. В подписях к микрофотографиям указываются метод окраски и увеличение.

9.9. Оформление таблиц. Сверху справа необходимо обозначить номер таблицы, через черточку дается ее название. Сокращения слов в таблицах не допускаются. Цифры в таблицах должны соответствовать цифрам в тексте.

10. Библиографические списки. Список литературы размещается в конце статьи и обуславливается наличием цитат или ссылок и оформляется в соответствии с ГОСТ 7.1-2003, ГОСТ Р 7.0.9-2009, нумеруется вручную (не автоматически).

В оригинальных статьях желательно цитировать не более 10 источников, в обзорах литературы - не более 20, в лекциях и других материалах - до 7. Библиография должна содержать, помимо основополагающих работ, публикации за последние 5 лет. В списке литературы все работы перечисляются в порядке их цитирования. Библиографические ссылки в тексте статьи даются цифрой в квадратных скобках. Отсылки, используемые для связи текста с библиографическим списком, оформляются с указанием страниц [1, с.15] либо без указания страниц [1; 5]. Использование автоматических постраничных ссылок не допускается. Библиографическое описание книги (после ее названия): город (где издана); после двоеточия - название издательства; после точки с запятой - год издания. Если ссылка дается на главу книги: (авторы); название главы; после точки ставится "В кн.:" или "In:" и фамилия (-и) автора (-ов) или редактора (-ов), затем название книги и выходные данные.

Библиографическое описание статьи из журнала: автор(ы); название статьи; название журнала; год; том, номер журнала, после двоеточия цифры первой и последней страниц. При авторском коллективе до 3 человек включительно упоминаются все, при больших авторских коллективах 3 первых авторов "и др.", в иностранных "et al."); если упоминаются редакторы, после фамилии и.о. после запятой следует ставить сокращение "ред." (в иностранных "ed.").

11. Материалы, представленные с нарушением требований, редакцией не рассматриваются. После рассмотрения статьи автору будет сообщено о публикации.

12. Редакция может посвящать отдельные номера журнала изданию материалов конференций, симпозиумов, а также материалов, посвященных юбилейным мероприятиям ученых и организаций.

13. Редакция принимает к изданию в приложении «Вестника КГАФКиС» рекламные материалы на договорной основе.

14. Ответственность за содержание и достоверность материалов несут авторы.

Rules for authors,
Representing articles in the scientific and practical journal
"Bulletin of the Kyrgyz state academy physical culture and sports"

Before submitting an article to the editorial staff of the journal, it is necessary to carefully read the following requirements for the design of scientific articles developed because of the recommendations of the Higher Attestation Commission of the KR and Russian Scientific Citation Index.

1. Definition of authorship. The authors of the article may be persons who contributed to the work, its revision or correction, the final approval for publication, as well as those responsible for the integrity of all parts of the manuscript.

2. Plagiarism and secondary publications. It is inadmissible to use textual borrowing and assigning research results that do not belong to the authors of the submitted manuscript. To check the article for originality, you can use the services <https://www.antiplagiat.ru/> (for Russian texts) <http://www.plagiarism.org/> (for English texts). The editors reserve the right to check the received manuscripts for plagiarism.

3. You cannot send to the editorial work, printed in other publications or sent to other publications.

4. Copyright. By submitting an article and accompanying files to the publication in the journal, the author (as well as all the authors of this article, if it is created in co-authorship) agrees that he grants the magazine "Journal KSAPCS" the right to use articles on a gratuitous basis in the territory of Kyrgyzstan and foreign countries.

5. Author's copies are provided; the magazine can be obtained by subscription to a paper or electronic version of the publication.

6. The editors reserve the right to shorten and edit the sent articles. The date of receipt of the article is the time of receipt of the final (revised) version of the article if the authors finalize it after the review.

7. Manuscripts can be submitted to the editor in one of the following ways:

- By e-mail to the address indicated on the website of the journal on the Internet (the text of the article is submitted in Microsoft Word format, and accompanying documents with original signatures are attached to the letter in PDF format);

- Regular mail (2 copies of the manuscript printout with the obligatory electronic version of the application (in Microsoft Word format) on the CD-ROM, as well as the originals of all necessary accompanying documents).

8. The editorial staff reserves the right to review the received articles by members of the editorial board or other specialists.

9. Requirements for registration:

9.1. The volume of the article is from 6 pages (including illustrations, tables, summaries and literature, taking into account the translation of necessary information). The size of the paper is A4 (210x297), all the margins are 2 cm wide. The font is Times New Roman, the font size is 14, the line spacing is 1.5 (1.5), the indentation is 1.25, the letter spacing is normal, Interword space - one character, hyphens - automatic (not manually), text alignment - width. Valid selections are italic, bold. The hyphen should be different from the dash. Dashes and quotes should be the same in all text. Are not allowed: spaces between paragraphs; Use of the letter E; Use of tables with landscape orientation. When typing, styles are not allowed, no columns are specified. The entire text of the article should be written in 1 file (title page, UDC, abstract, key words, article text, tables, list of quoted literature, information about authors); File with the text of the article should be named after the first author of the article (Ivanov Text). Figures and scans of documents are recorded in separate files, also containing the name of the first author (Ivanovo Figure).

9.2. The language of the article. Manuscripts are accepted in Russian, Kyrgyz or English. If the article is written in Russian, then the translation of the metadata of the article into Kyrgyz and English is mandatory (full name of the authors, name in English of the authors' institutions, addresses, title of the article, summary of the article, key words). For foreign authors the magazine itself carries out the translation of the metadata into the Kyrgyz language. Articles of foreign authors in English can be published by the decision of the editor-in-chief of the journal without translation into Russian (with the exception of title, summary and key words) or with full or partial translation (names and signatures to figures, tables).

9.3. Information about the author (in Russian, Kyrgyz, and English) should include:

1. The author's surname and initials (in lower case letters, italics);
2. The full official name of the institution in which each author works (in lower case);
3. Residence of the author - city (lowercase);
4. Academic degree, title, position of each author;
5. Email address of each author.

9.4. The structure of the original articles should correspond to the IMRAD format (Introduction, Methods, Results, Discussion). The article should be (in Russian, Kyrgyz, English): **UDC** (in the upper left corner), title of the article (centered in lower case, bold letters); **Annotation** (font height 12, italics, no more than 5 lines); **Keywords** (font height 12, italics, no more than 6 words); Main text (font height - 14). Introduction (relevance), reflecting the state of the issue at the time of writing the article; **The purpose of this study; Materials (objects) and methods; Results of the study; discussion; Conclusions on items or conclusion, a list of references** (font height - 12). The research methodology should be described clearly. It is recommended to be guided by the "Consolidated Standards for Reporting Trials", which can be consulted at <http://www.consort-statement.org/>

9.5. Making reviews. Registration of review articles is carried out in a manner similar to the original articles. It is desirable that the compilation of reviews conforms to international recommendations on systematic methods of searching for literature and standards. A summary of the review articles should contain information on methods for searching literature on databases. Detailed information on the preparation of reviews can be found in the PRISMA manual (Recommended reporting elements for systematic review and meta-analysis), available at <http://prisma-statement.org>. The writing of the full name, referred to in the text, must correspond to the list of literature. The manuscript can accompany a glossary of terms (vague, that can cause the reader difficulty in reading). In addition to conventional abbreviations of units of measure, physical, chemical and mathematical quantities and terms (for example, DNA), the abbreviations of word combinations that are often repeated in the text are allowed. All letters and abbreviations introduced by the author should be deciphered in the text at their first mention. Do not abbreviate simple words, even if they are often repeated.

9.6. Author is summary. The abstract should only state the essential facts of the work. The resume should begin with the information contained on the title page. The volume of the abstract should not exceed 50 words. The abstract should be accompanied by key words or phrases (5-12 units) reflecting the subject matter of the article and facilitating the classification of work in computer search engines.

9.7. Requirements for drawings. Black and white line drawings: file format - TIFF (extension * .tiff), any program that supports this format (Adobe Photoshop, Adobe Illustrator, etc.); Mode - bitmap (bitmap); with a resolution of 300 dpi, in real size; It is possible to use LZW compression or another. The text in the illustrations should be clear. Diagrams from the programs MS EXCEL, MS Visio together with the source material.

9.8. Signatures to pictures and photos. The captions to the pictures and photos are grouped together and given on a separate page. Each figure should have a common title and the decoding of all the abbreviations. In the signatures to the graphs, the notations for the abscissa and ordinate axes and units of measurement are indicated, explanations for each curve are given. In the signatures to the photomicrographs, the method of coloring and magnification is indicated.

9.9. Registration of tables. On the top right, you need to designate the number of the table, through the dash its name is given. Abbreviations of words in tables are not allowed. The figures in the tables should correspond to the figures in the text.

10. Bibliographic lists. The list of literature is placed at the end of the article and is conditioned by the presence of citations or references and is made in accordance with GOST 7.1-2003, GOST R 7.0.9-2009, is numbered manually (not automatically). In original articles, it is desirable to cite no more than 10 sources, in the literature reviews - no more than 20, in lectures and other materials - up to 7. The bibliography should contain, in addition to the basic works, publications for the last 5

years. In the list of literature, all works are listed in the order in which they are cited. Bibliographic references in the text of the article are given in square brackets. The references used to link the text to the bibliographic list are made out with the pages [1, p.15] or without pages [1; 5]. Use of automatic page references is not allowed. Bibliographic description of the book (after its name): city (where it is published); after colon - the name of the publisher; after the semicolon - the year of publication. If the reference is given to the head of the book: (authors); Title of the chapter; after the point is set "In:" or "In:" and the surname (s of the author (s) or editor (s), then the title of the book and the output.

Bibliographic description of the article from the journal: author (s); article title; the name of the journal; year; Volume, journal number, after the colon of the first and last page digits. With the authors 'team up to 3 people inclusive, all are mentioned, with the largest authors' groups, the first three authors, "etc.," in foreign "et al."); If the editors are mentioned, after the name of the acting president. After the comma, the abbreviation "ed." Should be inserted. (In foreign ed.).

11. An approximate version of the design of a scientific article.

UDC, line skip, initials and surname of the author (in three languages), organization name and city (in three languages), email address of each author, line skip, centered title of the article in bold capital letters (in three languages), line skip, (In three languages), keywords (in three languages), the text of the article, the list of references.

12. Materials submitted in violation of requirements are not reviewed by the editorial board. After reviewing the article, the author will be informed of the publication.

13. The editorial staff can devote separate issues of the journal to the publication of materials of conferences, symposiums, and materials devoted to the jubilee activities of scientists and organizations.

14. The editorial board accepts advertising materials on a contractual basis in the "KSAPCS" Bulletin application.

15. The authors are responsible for the content and reliability of the materials.

ДЕНЕ ТАРБИЯ ЖАНА СПОРТ ЖАРЧЫСЫ

илимий-практикалык журналы

ВЕСТНИК ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

научно-практический журнал

Компьютердик калыпка салган Малаева Г.Т.

Басууга 04.12. 2019-ж. кол коюлду. Офсет кагазы.
Кагаздын форматы А-4. Көлөмү 8.0 б.т. Нускасы 100 экз.

КББАнын “Окуу китеби” басма борборунда басылды.
Бишкек ш., Эркиндик бул., 25

