

жүзіне жайып, әшкерелеуі, гестапаның назарына жарық көрген бойда ілініп, олардың қудалауына ұшыраған. Пикассоның шығармашылығы үнемі бақылауда болған. Бір күні суретшінің шеберханасына неміс офицеры келсе, «Герника» картинасының репродукциясы стол үстінде жатқан екен. Даңқы шыққан суреттің стол үстінде жатқан түрлі – түсті етіп, қағаз бетіне басылған суретін көріп гестапа өкілі: – мұны жасаған кім? – деп, П.Пикассодан сұрапты. Сонда суретші – «Мұны жасаған сіздер, егер қажет болса алыңыз менің сізге деген сыйым болсын», – деген екен. Мұны естіген неміс офицеры ұялғаннан үн – түнсіз дереу, шеберханадан шығып кетіпті. «Мұны жасаған сіздер» – дегені, «соғысты жасағын сіздер, бұл көңіл аздыратын көріністер сіздердің соғысқұмарлық әрекеттеріңіздің жемісі» – дегенді аңғартқан.

Қорытынды

Қорыта айтқанда ұлы суретшінің «Герника» атты картинасы адамзаттың соғысқа қарсылығын көркемдік бейнелеу тілімен көрсете білген, фашизмнің әрекетін айыптаған, соғысқа қарсылық пен бейбітшілікті қолдау идеясын әлемдік масштабқа алып шығып, тудай қылып көтерген, туынды болды. Ал суретші болса, сол кездегі көркемдік ортада бейнелеу дәстүрі мен тарихына жаңашылдық бағыт – бағдар әкелген шығарма ретінде өнер тарихынан орын алды.

Испанияның Ұлы суретшісі П.Пикассоның «Герника» атты картинасы – сұлулықты көрсетуден бұрын мазмұнға, бояу түстеріне қарағанда пішінге басымдық берілген шығарма. Бұл көркем еңбек жастар мен оқушыларға көркемдік білім мен эстетикалық тәрбие беру үдерісінде қолдануға болатын, ұтымды таным мен тәрбие құралы ретінде қабылданады.

Әдебиет:

1. Ералин Қ.Е. Бейнелеу өнерінің шығармаларын интерпритациялау ұстанымдары мен талдау // Научные исследования в современном мире. Украина. 26 – 27 октября. – 2015
2. Ералин Қ.Е. Кескіндеме шығармаларын бағалауға болашақ мұғалімдерді даярлаудың негізгі бағыттары. // Астана – 2015
3. Громов Е.С. Природа художественного творчество.М.:Просвещение, 1986. – 239 с.

ӘОЖ 796.83

БОКСШЫЛАРДЫ ДАЯРЛАУДЫ ЖЕТІЛДІРУДЕ АЙНАЛМАЛЫ ЖАТТЫҒУЛАРДЫҢ МАҢЫЗЫ

Кангужина К.М.

(б.ғ.к., профессор, М. Қозыбаев атындағы СҚМУ)

Қайыргелдин С.Қ.

(жаттықтырушы)

Аңдатпа

Бұл ғылыми жұмыста бокспен айналысатын жасөспірім спортшылардың дайындығын жетілдіру мақсатымен дәстүрлі әдістерге қосымша айналмалы жаттығулар кешенін қолдану мүмкіндігі қарастырылған. Айналмалы жаттығулар боксшыларды даярлау барысында қолданылатын тиімді әдістердің бірі болып есептеледі. Бұл жаттығуларды спортшылардың жаттығу үрдісіне енгізу нәтижесінде боксшылардың физикалық дайындығының деңгейі жоғарылаған.

Түйінді сөздер: жасөспірім боксшылар, бақылау және эксперимент топтары, айналмалы жаттығулар, боксшыларды даярлауды жетілдіру, физикалық дайындық.

Аннотация

В данной научной работе рассматривается возможность совершенствования физической подготовки юных боксеров с помощью комплекса круговых упражнений в сочетании с традиционной методикой. Круговые упражнения являются одними из эффективных способов в физической подготовке спортсменов. В данном исследовании отмечено улучшение уровня физической подготовленности начинающих боксеров в результате внедрения круговых упражнений в их тренировочный процесс.

Ключевые слова: юные боксеры, контрольная и экспериментальная группы, круговые упражнения, совершенствование подготовки боксеров, физическая подготовка.

Annotation

In this scientific work, the possibility of improving the physical training of young boxers with the help of a set of circular exercises in combination with the traditional method is being considered. Circular exercises are one of the effective ways in the physical training of athletes. This study noted an improvement in the level of physical fitness of beginning boxers as a result of the introduction of circular exercises in their training process.

Key words: young boxers, control and experimental groups, circular exercises, perfection of preparation of boxers, physical preparation.

Кіріспе

Салауатты өмір салтын қалыптастыруда спорт түрлерінің алатын орны ерекше. Қазіргі кезде жастар арасында олимпиадалық спорт түрлерінің бірі боксқа қызығушылық артуда. Себебі Еліміздің даңқын әлемде асқақтатқан боксшы спортшыларымыз жеткілікті. Еліміз тәуелсіздік алғаннан кейін өте беделді азамат Әбдісалан Нұрмаханов талантты жастардан құрама команданы жасақтап, оларды жоғары жетістіктерге жетеледі. Отандастарымыз Олимпиадалық ойындар және Әлем чемпионаттары сияқты байрақты бәсекелерде тамаша жетістіктерге жетті. Олар: Бекзат Саттарханов (Сидней, 2000 ж.), Бақтияр Артаев (Афина, 2004 ж.), Бақыт Сарсекбаев (Бейжін, 2008 ж.), Серик Сапиев (Лондон, 2012 ж.), Данияр Елеусінов (Рио – де Жанейро, 2016 ж.) және т.б. Кәсіби боксте де атақты жерлестеріміз Геннадий Головкин, Қанат Исламұлы және Жанат Жакиянов Қазақстанның бокс мектебін әлемдік деңгейде әлдеқашан мойындатқан [1, 2, 3].

Бокс балаларды физикалық тұрғыдан ғана шынықтырмай, олардың мінез – құлқының табандылық, батылдық, өжеттілік, сабырлық, ізеттілік сияқты қасиеттерінің қалыптасуына зор әсерін тигізеді. Бұл спорт түрімен айналысуға балаларды 5 – 6 жастан бастап тартуға болады. [4, 5].

Боксшыларды даярлау барысында олардың дайындығын жетілдіру үшін көптеген әдістер қолданылады. Олардың ішіндегі маңызды әдістің бірі – айналмалы жаттығулар. Айналмалы жаттығулар боксшыларды даярлау барысында қолданылатын тиімді әдістердің бірі болып есептеледі. Осыған сәйкес бұл жұмыста жас боксшыларды даярлауды жетілдіруде айналмалы жаттығулардың маңызы және тиімділігі қарастырылды [6].

Боксшыларды даярлауды жетілдіруде қолданылатын айналмалы жаттығулардың маңызын қарастыру мақсатымен ғылыми – зерттеу жұмыстары Петропавл қаласындағы «Бейбарс» спорт клубында жүргізілді. Зерттеу жұмыстарында осы клубтың бокс секциясында дайындалатын 9 – 10 жастағы ер балалар қатысты. Бұл спортшылар екі топқа бөлінді: 5 бала – бақылау тобында, 5 бала – эксперимент тобында дайындалды. Боксшылар аптасына 3 рет 2 сағаттан дайындыққа қатысты.

Зерттеу әдістері

Зерттеу жұмыстарының барысында бақылау тобындағы боксшы балалардың дайындығы дәстүрлі әдістермен жүргізілсе, эксперимент топындағы боксшылардың дайындығына дәстүрлі әдістерге қосымша айналмалы жаттығулар кешені енгізілді. Бұл кешен келесі айналмалы жаттығулардан құралды: кросс, қолды бүгіп–жазып денені жерден көтеру, секіртпемен секіру, кермеге тартылу, ядро лақтыру. Осы жаттығулар сонымен қатар эксперименттің бастапқы және соңғы кезеңдерінде спортшылардың дайындық деңгейін анықтауға мүмкіндік береді.

1. Кросс (1,5 км кашықтыққа жүгіру) жаттығуы арқылы боксшылардың төзімділік деңгейі анықталды.

2. Қолды бүгіп – жазып денені жерден көтеру жаттығуының көмегімен боксшылардың физикалық дайындығы тексерілді. Жаттығуды спортшылар бар мүмкіндігінше орындап, соңында оның максималды саны есептелді.

3. Секіртпемен секіру жаттығуының көмегімен боксшының орын ауыстыру жылдамдығын бағалауға болады. Бұл жаттығуда спортшының 1 минутта секіртпемен секіру саны есептелді.

4. Кермеге тартылу жаттығуы боксшылардың қол күшін бағалау мақсатымен қолданылды. Бұл жаттығуда спортшының кермеге екі қолмен тартылуының максималды саны алынды.

5. Ядро лақтыру (4 кг) – спортшының жалпы күшін дамыту үшін қолданылатын жаттығу. Бұл жаттығуда боксшының екі қолмен алма–кезек бар күшін салып ядроны лақтыру саны есептелді. Эксперимент барысында боксшыларды даярлауды жетілдіру үшін қолданылған жаттығулардың нәтижелерінің орта мөлшері 1 кестеде берілген.

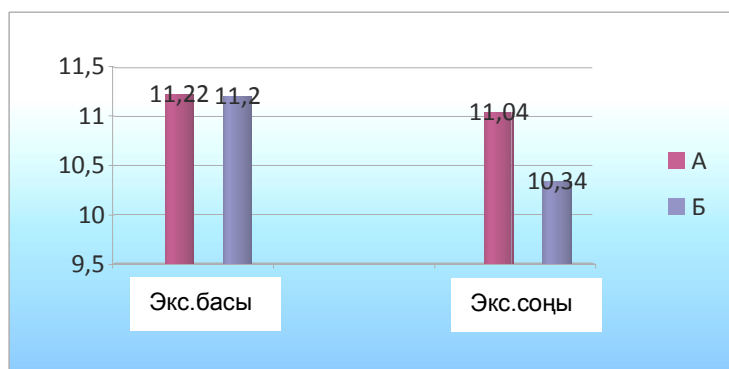
Кесте 1 Жас боксшыларды даярлауды жетілдіру үшін қолданылған жаттығулардың нәтижелерінің орта мөлшері ($M \pm m$)

Сынамалар	Бақылау тобы		Эксперимент тобы	
	1	2	1	2
Кросс (мин)	11,22±1,2	11,04±1,05	11,2±1,1	10,34±1,07
Қолды бүгіп–жазып денені жерден көтеру (саны)	26,2±2,7	30,8±3,1	26,2±2,5	35,8±3,4
Секіртпемен секіру (мин/саны)	44,2±2,8	51,4±3,5	45,2±2,9	60,2±3,8
Кермеге тартылу (саны)	7,4±0,9	12,2±1,1	8,2±0,7	6,2±1,6
Ядро лақтыру (саны)	6,99±0,7	7,61±0,9	7,22±0,8	8,99±1,05

Түсініктеме: 1 – эксперименттың бастапқы кезеңі; 2 – эксперименттің соңғы кезеңі.

Ғылыми – зерттеу жұмыстарындағы осы жаттығулардың нәтижелері эксперименттің бастапқы және соңғы кезеңдерінде анықталып, бақылау және эксперимент топтарындағы боксшылардың көрсеткіштеріне салыстырмалы сипаттама берілді.

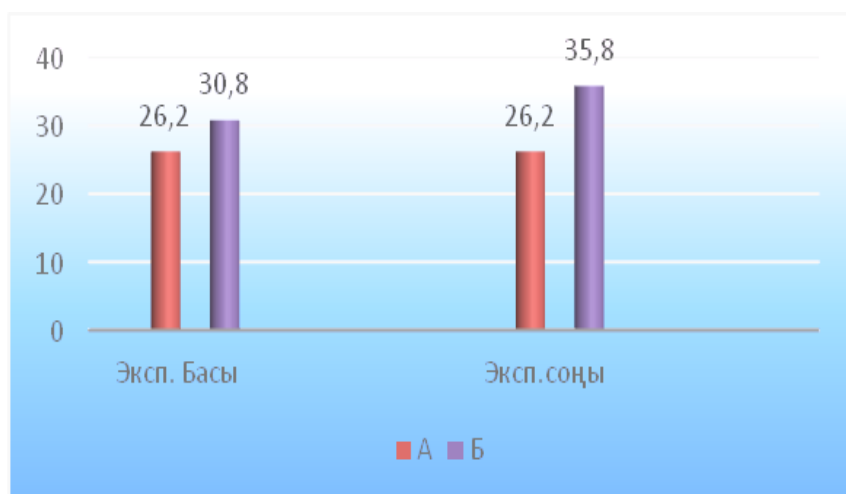
«Кросс» жаттығуының эксперименттің бастапқы және соңғы кезеңдеріндегі нәтижелерінің салыстырмалы динамикасы 1 Суретте бейнеленген.



Сурет 1 «Кросс» жаттығуының көрінісі: А – бақылау тобы; Б – эксперимент тобы

Бұл суреттен эксперименттің аяқталу кезеңінде бақылау тобындағы боксшылардың нәтижесі 18 секундқа, ал эксперимент тобындағы боксшылардың жылдамдығының 1 минут 34 секундқа артқандығын көруге болады. Осы жаттығудың нәтижесінен эксперимент тобындағы спортшылардың 1,5 км қашықтықты жүгіріп өту жылдамдығы бақылау тобынан 7 есе өскендігі байқалады.

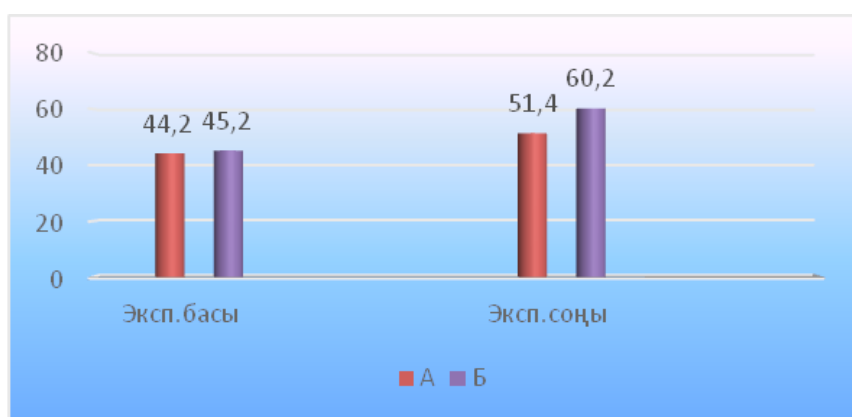
Жоғарыдағы кестеден бақылау және эксперимент тобына қатысқан боксшылардың «қолды бүгіп – жазып денені жерден көтеру» санының эксперименттің соңында біршама артқандығы байқалады. Бұл жаттығудың эксперименттің бастапқы және соңғы кезеңдеріндегі нәтижелерінің салыстырмалы динамикасын 2 Суреттен көруге болады. Суреттен бақылау және эксперимент тобына қатысқан боксшылардың «қолды бүгіп – жазып денені жерден көтеру» санының эксперименттің соңында артқандығы байқалады. Бақылау тобындағы боксшылардың «қолды бүгіп – жазып денені жерден көтеру» жаттығуының нәтижесі эксперименттің соңында 4,6 ретке жақсарса, ал эксперимент тобындағы боксшылардың көрсеткіші 9,6 ретке жоғарылады. Сонымен бұл жаттығуда эксперимент тобындағы боксшылар бақылау тобымен салыстырғанда 2 есе артық нәтиже көрсетті.



Сурет 2 «Қолды бүгіп – жазып денені жерден көтеру» жаттығуының көрінісі:
А – бақылау тобы; Б – эксперимент тобы

Боксшылардың орын ауыстыру жылдамдығын бағалау үшін қолданылған «секіртпемен секіру» жаттығуын орындау барысында әрбір спортшының 1 минут ішінде секіртпемен секіру саны есептелді.

1 Кестеден бақылау және эксперимент тобына қатысқан боксшылардың секіртпемен секіру саны эксперименттің соңында бастапқы мөлшерден айтарлықтай жоғарылағандығын байқауға болады. Дегенмен эксперименттің соңғы кезеңінде 2 топтағы барлық боксшылардың секіртпемен секіру саны бақылау тобынан айтарлықтай жоғары болып шықты. Бақылау тобына қатысқан 5 спортшының ішіндегі тек екеуі ғана жоғары нәтиже көрсетсе (18,6 – 21,4 %), эксперимент тобындағы барлық спортшылардың көрсеткіштері 34 – 37,2 % – ға дейін жоғарлады. Сонымен бұл жаттығудың эксперимент тобындағы нәтижесі бақылау тобынан 2 есе жоғары болып шықты. Бұл жаттығудың салыстырмалы көрінісі 3 Суретте бейнеленген.

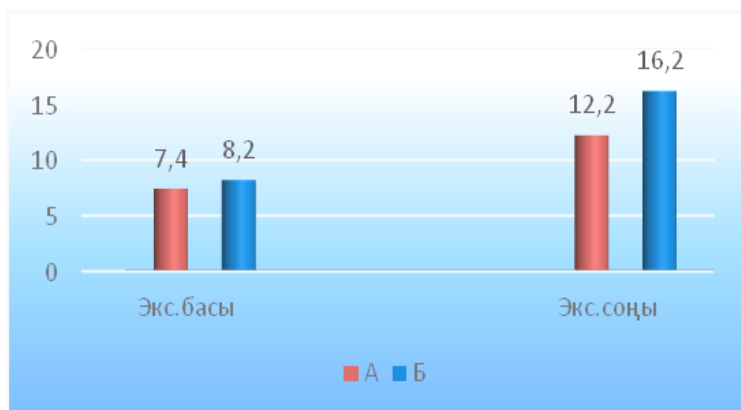


Сурет 3 «Секіртпемен секіру» жаттығуының көрінісі: А – бақылау тобы;
Б – эксперимент тобы

Бұл суретте бақылау және эксперимент тобына қатысқан боксшылардың секіртпемен секіру санының эксперименттің соңында бастапқы мөлшермен салыстырғанда елеулі өзгерісі айқын көрінеді.

Боксшылардың қол күшін бағалау мақсатымен «кермеге тартылу» жаттығуы қолданылды. Бұл жаттығуды орындау барысында спортшы бар мүмкіндігінше кермеге тартылып, оның кермеге қолмен тартылуының максималды саны есепке алынды. Бақылау және эксперимент топтарына қатысқан боксшылардың эксперименттің бастапқы және соңғы кезеңдеріндегі «кермеге тартылу» жаттығуының динамикасы 4 Суретте көрсетілген.

«Кермеге тартылу» жаттығуының нәтижесі бойынша зерттеу жұмыстарының аяқталу кезеңінде бақылау тобындағы боксшылардың көрсеткіші 64 % – ға, ал эксперимент тобының көрсеткіші 97 % – ға дейін артты. Сонымен бұл жаттығуда да эксперимент тобының боксшылары бақылау тобымен салыстырғанда 33 % – ға артық нәтиже көрсетті.



Сурет 4 «Кермеге тартылу» жаттығуының көрінісі: А – бақылау тобы;
Б – эксперимент тобы

Спортшының жалпы күшін анықтау үшін «ядро лақтыру» жаттығуы жүргізілді. Бұл жаттығу бақылау және эксперимент тобындағы боксшылардың жалпы дене күшінің шамасын салыстыруға мүмкіндік береді. Осы жаттығуды орындау барысында боксшы екі қолмен алма – кезек бар күшін салып ядроны лақтырады. Боксшылардың эксперименттің бастапқы және соңғы кезеңдеріндегі «ядро лақтыру» жаттығуының көрінісі 5 суретте бейнеленген.



Сурет 5 «Ядро лақтыру» жаттығуының көрінісі: А – бақылау тобы;
Б – эксперимент тобы

Қорытынды

Бұл жаттығудың нәтижесінде эксперименттің соңғы кезеңінде бақылау тобындағы спортшылар ядро лақтыру көрсеткішін 8 % – ға жақсартса, эксперимент тобындағылар нәтижесін 24 % – ға дейін өсірді.

Сонымен зерттеу жұмыстарының барысында боксшыларды даярлауды жетілдіру мақсатымен қолданылған айналмалы жаттығулардың тиімділігі анықталып, бұл әдісті олардың жаттығу үрдісіне енгізу болашақта жоғары жетістіктердің кепілі болатындығы дәлелденді.

Әдебиет:

1. Бокс. Энциклопедия. М., 1998 ж.
2. Қазақ боксшылары (тарих деректі басылым). Ер – Дәулет. Алматы, 1999 ж.

3. Қазақ спортының саңлақтары. (Октябрь Жарылғанов, Әбдісәлан Нұрмаханов, Бекзат Сатарханов туралы естеліктер). Кітапты құрастырған, Жарлықасын Нұсқабайұлы. Алматы: Білім, 2007 ж.
4. Нұрмұханов Ә. Бокс мектебі Алматы: Білім, 2006 ж.
5. Төтенәй Б. Дене тәрбиесі. Астана: Фолиант, 2008 ж.
6. Чудинов В.А. Физическая подготовка начинающего боксера. М.: Физкультура и спорт, 2006 г.

ӘОЖ 37.012.7

БАСТАУЫШ СЫНЫП ОҚУШЫЛАРЫНЫҢ ЖАРАТЫЛЫСТАНУ БАҒЫТЫНДАҒЫ САУАТТЫЛЫҒЫ

Қара Ә.Б.

(п.ғ.м., Б. Алтынсарин атындағы Арқалық мемлекеттік педагогикалық
институтының аға оқытушы)

Аңдатпа

Бұл мақаланың мазмұнында «функционалдық сауаттылық», «дүниетаным» ұғымдары қарастырылды. Жаратылыстанулық білім, білік, дағды қалыптастыруда дүниетану пәнінің маңызы айқындалды. Қазіргі заманғы ғылыми білімнің, мәдениеттің әр түрлі салаларынан хабардар ету негізінде дүниені танып білу әдістерімен оқушыны қаруландыру арқылы оның ортамен сауатты қарым – қатынасын жан – жақты дамытып, тәрбиелеудегі дүниетану пәнінің мүмкіндіктері анықталды.

Түйінді сөздер: функционалдық сауаттылық, жаратылыстану ғылымдарындағы сауаттылық, дүниетаным, таным, дүниетану, табиғат, эстетикалық тәрбие.

Аннотация

В данной статье рассмотрены содержания понятий «мировоззрения», «функциональная грамотность». Выяснены значения дисциплины «Познание мира» в формировании знаний, умений и навыков естествознания через современные научные знания. Всестороннее развитие отношения грамотности через вооружение учащихся на основе распознавания методов в информировании разных областей культуры.

Ключевые слова: функциональная грамотность, грамотность в науке естествознание, мировоззрение, познание, познание мира, природа, эстетическое воспитание.

Annotation

This article discusses the content of the concepts: «philosophy», «functional literacy». The discipline «knowledge of the world» develops skills and habits in the formation of students knowledge. Modern scientific knowledge and to develop a comprehensive literacy among its attitude adopted by pupils on the basis of recognition practices in the different areas of information culture, identify opportunities discipline knowledge of the world in education.

Key words: functional literacy, natural science literacy in science, philosophy, knowledge, knowledge of the world, nature, aesthetic education.

Кіріспе

Қазіргі таңдағы еліміздегі өзгерістер, тұрақты дамудың жаңа стратегиялық бағыттары және қоғамның ашықтығы, оның жедел акпараттануы, қарқындылығы білім беруге қойылатын талаптарды түбегейлі өзгертті.

Елбасы Н.Ә. Назарбаевтың «Қазақстан – 2050» стратегиясы: қалыптасқан мемлекеттің жаңа саяси бағыты Жолдауында «Бесекеге қабілетті дамыған мемлекет болу үшін біз сауаттылығы жоғары елге айналуымыз керек. Қазіргі әлемде жай ғана