

ҚОСТАНАЙ ОБЛЫСЫНДАҒЫ ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ

№ 1 (52) 31 МАРТА 2026 ГОДА

Өзекті - Актуально

ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ САБАҒЫНДА ЦИФРЛЫҚ
ҚҰРАЛДАРДЫ ПАЙДАЛАНУ: 9–11 СЫНЫП
ОҚУШЫЛАРЫ ҮШІН ӘДІСТЕМЕЛІК ТӘЖІРИБЕ

СТР. 6

Қызықты - Интересно

ИНТЕРВЬЮ С МАРАТОМ БЫСТРОВЫМ -
НАШИМ ЗЕМЛЯКОМ И
ПРОФЕССИОНАЛЬНЫМ ФУТБОЛИСТОМ

СТР. 9

Әдістеме - Методика

ДОЙБЫ – ОЙЛАУ МӘДЕНИЕТІНІҢ АЙНАСЫ

СТР.19

100 жыл ойында - 100 лет в игре

ВИКТОР РЯСКИН:
«БАСКЕТБОЛ - ЭТО НЕ БЮДЖЕТЫ,
ЭТО ХАРАКТЕР»

СТР. 24



ISSN 2310-693X



9 772310 693142



ОТДЕЛ СПОРТА

- 29.01. – 31.01.2026 - НАЦИОНАЛЬНАЯ ШКОЛЬНАЯ ЛИГА ПО АСЫҚ АТУ И БЕС АСЫҚ (7-8 КЛАССЫ)
02.02. – 04.02.2026 - ХОККЕЙ С ШАЙБОЙ В ПРОГРАММЕ ОБЛАСТНОЙ ЗИМНЕЙ ГИМНАЗИАДЫ ШКОЛЬНИКОВ
09.02. – 12.02.2026 - НАЦИОНАЛЬНАЯ ШКОЛЬНАЯ ЛИГА ПО ТОҒЫЗҚҰМАЛАҚ (7-8 КЛАССЫ)
09.02. – 12.02.2026 - КАЗАХСТАНСКАЯ СПАРТАКИАДА КОЛЛЕДЖЕЙ ПО ЛЫЖНЫМ ГОНКАМ
13.02. – 15.02.2026 - ЗИМНЕЕ ПРЕЗИДЕНТСКОЕ МНОГОБОРЬЕ В ПРОГРАММЕ ОБЛАСТНОЙ ЗИМНЕЙ ГИМНАЗИАДЫ ШКОЛЬНИКОВ
23.02. – 25.02.2026 - ЛЫЖНЫЕ ГОНКИ В ПРОГРАММЕ ОБЛАСТНОЙ ЗИМНЕЙ ГИМНАЗИАДЫ ШКОЛЬНИКОВ
27.02. – 01.03.2026 - НАЦИОНАЛЬНАЯ ШКОЛЬНАЯ ЛИГА ПО БАСКЕТБОЛУ «АЛТЫН ДОП» (7-8 КЛАССЫ, ЮНОШИ)
04.03. – 06.03.2026 - НАЦИОНАЛЬНАЯ ШКОЛЬНАЯ ЛИГА ПО БАСКЕТБОЛУ «АЛТЫН ДОП» (7-8 КЛАССЫ, ДЕВУШКИ)
11.03. – 13.03.2026 - НАЦИОНАЛЬНАЯ ШКОЛЬНАЯ ЛИГА ПО ГАНДБОЛУ «ҰШҚЫР ДОП» (7-8 КЛАССЫ, ЮНОШИ)
16.03. – 17.03.2026 - НАЦИОНАЛЬНАЯ ШКОЛЬНАЯ ЛИГА ПО ШАХМАТАМ
19.03. – 21.03.2026 - НАЦИОНАЛЬНАЯ ШКОЛЬНАЯ ЛИГА ПО НАСТОЛЬНОМУ ТЕННИСУ (7-8 КЛАССЫ)
27.03. – 29.03.2026 - НАЦИОНАЛЬНАЯ ШКОЛЬНАЯ ЛИГА ПО ВОЛЕЙБОЛУ «ШҰБАР ДОП» (7-8 КЛАССЫ, ЮНОШИ)
31.03. – 02.04.2026 - НАЦИОНАЛЬНАЯ ШКОЛЬНАЯ ЛИГА ПО ВОЛЕЙБОЛУ «ШҰБАР ДОП» (7-8 КЛАССЫ, ДЕВУШКИ)

ОТДЕЛ ТУРИЗМА

- 17.02. – 20.02.2026 - ЛЫЖНЫЙ ТУРИЗМ В ПРОГРАММЕ ОБЛАСТНОЙ ЗИМНЕЙ ГИМНАЗИАДЫ ШКОЛЬНИКОВ, ПОСВЯЩЁННОЙ 185-ЛЕТИЮ СО ДНЯ РОЖДЕНИЯ ЫБРАЯ АЛТЫНСАРИНА
24.02. – 27.02.2026 - ОБЛАСТНОЙ ПРАКТИЧЕСКИЙ СЕМИНАР ПО СПОРТИВНОМУ ТУРИЗМУ ДЛЯ ПЕДАГОГОВ ОРГАНИЗАЦИЙ ОБРАЗОВАНИЯ КОСТАНАЙСКОЙ ОБЛАСТИ

МЕТОДИЧЕСКИЙ ОТДЕЛ

- 27.02.2026 - ОБЛАСТНОЙ СЕМИНАР-ПРАКТИКУМ ДЛЯ МОЛОДЫХ УЧИТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ НА ТЕМУ «СОВРЕМЕННЫЙ УРОК ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ: ОТ ПЛАНИРОВАНИЯ К ЭФФЕКТИВНОЙ ПРАКТИКЕ»

СОСТАВ РЕДАКЦИОННОГО СОВЕТА
РЕГИОНАЛЬНОГО НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКОГО ЖУРНАЛА

Председатель редакционного совета	Бимурзин Куаныш Уахитович , директор Регионального центра физической культуры и дополнительного образования Управления образования акимата Костанайской области
Члены редакционного совета:	Сивохин Иван Павлович , старший научный сотрудник КРУ им. А. Байтурсынұлы, доктор педагогических наук, член Ученого совета по защите докторских диссертаций Казахской академии спорта и туризма г. Алматы
	Сафаргалиева Гульфия Надимовна , заведующая кафедрой теории и практики физической культуры и спорта КРУ им. А. Байтурсынұлы
	Огиенко Надежда Анатольевна , старший преподаватель КРУ им. А. Байтурсынұлы, кандидат педагогических наук, разработчик образовательных программ «Туризм», «Физическая культура и спорт», «Начальная военная подготовка и физическая культура»
	Султанова Галия Еркеновна , педагог Костанайского высшего педагогического колледжа, победитель Республиканского конкурса «Лучший педагог - 2024»
	Миничкин Роман Иванович , учитель физической культуры Общеобразовательной школы № 8 отдела образования города Костаная Управления образования акимата Костанайской области, педагог-мастер
	Жуатов Сапар Куанышевич , методист физической культуры методического кабинета отдела образования Мендыкаринского района
Главный редактор	Рябенкова Наталья Дарьяевна , заместитель директора Регионального центра физической культуры и дополнительного образования Управления образования акимата Костанайской области
Ответственный секретарь	Варакина Татьяна Валерьевна , руководитель методического отдела Регионального центра физической культуры и дополнительного образования Управления образования акимата Костанайской области
Технические редакторы:	Эсова Асель Серыковна , методист Регионального центра физической культуры и дополнительного образования Управления образования акимата Костанайской области
	Бекжанова Елена Николаевна , методист Регионального центра физической культуры и дополнительного образования Управления образования акимата Костанайской области

РЕГИСТРАЦИОННОЕ СВИДЕТЕЛЬСТВО

№13909-Ж, выдано Министерством культуры и информации РК
01.10.2013

СОБСТВЕННИК

КГУ «Региональный центр физической культуры и дополнительного образования» Управления образования акимата Костанайской области

Издательство

«ЮгСнабСервис». Индекс160000, г. Шымкент, мкр. Сайрам, 27

В этом номере

Өзекті - Актуально

4

БАСКЕТБОЛ: ИННОВАЦИОННЫЕ ПОДХОДЫ И ИСПОЛЬЗОВАНИЕ НОВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ, ВКЛЮЧАЯ ФОРМАТ «3 НА 3»
Афлятунова Юлия Сергеевна

6

ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ САБАҒЫНДА ЦИФРЛЫҚ ҚҰРАЛДАРДЫ ПАЙДАЛАНУ: 9–11 СЫНЫП ОҚУШЫЛАРЫ ҮШІН ӘДІСТЕМЕЛІК ТӘЖІРИБЕ
Кәдірхан Айдын Жарасбайұлы

Қызықты - Интересно

9

ИНТЕРВЬЮ С МАРАТОМ БЫСТРОВЫМ — НАШИМ ЗЕМЛЯКОМ И ПРОФЕССИОНАЛЬНЫМ ФУТБОЛИСТОМ
Айтуаров Ильяс Кенжибекович

11

РАЗВИТИЕ ЛИДЕРСКИХ И КОММУНИКАТИВНЫХ КАЧЕСТВ У СТУДЕНТОВ СРЕДСТВАМИ СПОРТА
Рябова Инна Александровна

15

ИННОВАЦИОННЫЕ ФОРМЫ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СО СТУДЕНТАМИ
Сребродольская Анна Александровна

Әдістеме - Методика

17

ИСКУССТВЕННЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ В ОБУЧЕНИИ ШАХМАТНОЙ ТАКТИКЕ
Биржанов Талгат Карсакбаевич, Дуйсеков Азамат Танатханович

19

ДОЙБЫ – ОЙЛАУ МӘДЕНИЕТІНІҢ АЙНАСЫ
Кажиков Мейірім Сайлауович

21

ЛЫЖНАЯ ПОДГОТОВКА В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ШКОЛЕ
Фритц Олег Викторович

100 жыл ойында - 100 лет в игре

24

ВИКТОР РЯСКИН:
«БАСКЕТБОЛ - ЭТО НЕ БЮДЖЕТЫ, ЭТО ХАРАКТЕР»



БАСКЕТБОЛ: ИННОВАЦИОННЫЕ ПОДХОДЫ И ИСПОЛЬЗОВАНИЕ НОВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ, ВКЛЮЧАЯ ФОРМАТ «3 НА 3»

Афлятунова Юлия Сергеевна,

учитель физической культуры
КГУ «Школа – гимназия №3
отдела образования акимата города Костаная»
Управления образования акимата
Костанайской области

Аңдатпа

Мақалада мектеп жүйесінде баскетболды оқытудың заманауи әдістері қарастырылады, оның ішінде «3×3» форматын және цифрлық технологияларды қолдану. Ойынның ықшам форматы әрбір оқушыны сабаққа белсенді тартуға, техникалық және тактикалық дағдыларды жан-жақты дамытуға мүмкіндік беретіні көрсетіледі. Ойын әдістері және сабақтардың тиімділігі мен мотивациясын арттыратын интерактивті платформаларды пайдалану сипатталады. Инновациялық тәсілдер оқушылардың тек физикалық дамуына ғана емес, сонымен қатар әлеуметтік және коммуникативтік дағдыларын қалыптастыруға ықпал ететіні туралы қорытынды жасалады.

Түйін сөздер: баскетбол, «3×3» баскетбол, инновациялық технологиялар, мектеп дене тәрбиесі, оқу әдістемесі, ойын тәсілі.

Аннотация

Статья посвящена современным методам обучения баскетболу в школьной системе, включая использование формата «3×3» и цифровых технологий. Предлагаются преимущества компактного формата игры для вовлечения каждого ученика и развития универсальных технических и тактических навыков. Описаны игровые методики, а также применение интерактивных платформ, повышающих эффективность и мотивацию занятий. Делается вывод, что инновационные подходы способствуют не только физическому развитию, но и формированию социальных и коммуникативных навыков школьников.

Ключевые слова: баскетбол, баскетбол «3×3», инновационные технологии, школьная физкультура, методика обучения, игровой подход.

Abstract

The article examines modern methods of teaching basketball in the school system, including the use of the «3×3» format and digital technologies. It highlights the advantages of the compact game format, which enhances student engagement and helps develop versatile technical and tactical skills. The study describes game-based teaching methods and the use of interactive platforms that increase the effectiveness and motivation of lessons. It concludes that innovative approaches contribute not only to students' physical development but also to the formation of their social and communication skills.

Keywords: basketball, «3×3» basketball, innovative technologies, school physical education, teaching methodology, game-based approach.

В последние годы в школьной системе наблюдается значительное обновление подходов к преподаванию физического воспитания, и баскетбол как один из самых популярных видов спорта занимает важное место. Внедрение новых методик, использование современных технологий и адаптированных форматов игры, таких как **баскетбол «3 на 3»**, позволяет не только улучшить физическую подготовленность школьников, но и способствует развитию таких важных навыков, как командная и индивидуальная работа, коммуникация и

принятие решений в условиях стресса.

Современные тенденции в образовании требуют от учителей физической культуры перехода от традиционного механического выполнения упражнений к более гибкой, осмысленной и мотивирующей системе обучения. Особое внимание уделяется созданию условий, в которых каждый ученик может проявить себя, вне зависимости от уровня подготовки. Баскетбол в этом контексте становится уникальным инструментом, объединяющим физическое развитие, игровой интерес и возможность формирования социально значимых компетенций [1].

Интеграция технологий — от видеонализа до мобильных приложений — делает и процесс обучения более персонализированным, наглядным, а внедрение формата «3 на 3» расширяет возможности для активного участия всех школьников, даже при ограниченных ресурсах. Такой подход позволяет сформировать у обучающихся устойчивую мотивацию к занятиям спортом, улучшает качество уроков физкультуры и делает их более актуальными для современного поколения.

Баскетбол «3 на 3»: преимущества для учащихся **Современные методики преподавания баскетбола**

Обновление подходов к обучению баскетболу в школьной физкультуре невозможно без внедрения инновационных педагогических методик. Сегодня преподавание этого вида спорта в школах опирается на несколько ключевых принципов, которые способствуют более глубокой вовлеченности детей и повышению уровня их физической подготовки.

Игровой подход и методика «Игра через действие»

Суть игрового подхода заключается в том, что дети осваивают основные техники игры через участие в небольших игровых ситуациях. В формате игры «3 на 3» учителя могут организовывать **мини-игры**, где школьники выполняют различные игровые задачи, например, делают точные передачи, выполняют броски или защищают корзину.

Такие упражнения развивают у детей не только физические навыки, но и способность быстро принимать решения в условиях реальной игры. Важно, что дети не просто учат теоретические правила, а сразу же применяют их в игровом контексте, что делает процесс обучения более

осмысленным.

Прогрессивный подход: от простого к сложному

Методика прогрессивного обучения позволяет строить уроки таким образом, чтобы каждый этап тренировок вел к усложнению заданий и улучшению навыков. На начальном уровне обучения дети осваивают базовые элементы, такие как ведение мяча и основные движения. По мере роста их навыков тренировки становятся более сложными и включают элементы тактики, командной игры и улучшения физической выносливости.

Использование технологий в обучении баскетболу

Современные технологии играют важную роль в процессе обучения баскетболу в школах, предоставляя новые инструменты для тренировки и анализа. С помощью цифровых технологий учителя физкультуры могут более эффективно отслеживать прогресс учеников, оптимизировать нагрузку и улучшать качество тренировки.

Видеоанализ

Одним из самых полезных инструментов является использование **видеозаписей** игровых моментов. Записывая упражнения и матчи, учителя могут детально анализировать действия каждого ученика, показывать ему на экране ошибки и предлагать пути их исправления. Этот метод позволяет школьникам увидеть свою технику и быстрее скорректировать её [2].

Мобильные приложения и фитнес-трекеры

Для развития физических навыков в баскетболе используются различные **мобильные приложения** и **фитнес-трекеры**, которые позволяют отслеживать физическую активность и эффективность тренировок. Программы для тренировки навыков, например, ведения мяча или бросков, помогают учащимся развивать важнейшие элементы техники. В свою очередь, фитнес-трекеры позволяют контролировать интенсивность нагрузки и следить за физическим состоянием учащихся в реальном времени, что особенно важно для предотвращения травм.

Использование интерактивных платформ

Внедрение **интерактивных онлайн-платформ** и приложений для тренировки в дополненной реальности (AR) делает процесс обучения более увлекательным. Через виртуальные тренировки ученики могут взаимодействовать с программами, которые моделируют игровые ситуации, или тренировать свою технику в виртуальных матчах. Это способствует вовлечению детей в занятия и помогает эффективно развивать спортивные навыки [3].

Преимущества современных подходов и технологий

1. Персонализированный подход. Современные методики обучения и использование технологий позволяют адаптировать тренировочный процесс под каждого ученика. Программное обеспечение для анализа техники и физической активности помогает выявлять слабые стороны и работать над их улучшением.

2. Мотивация и увлеченность. Игровой подход и использование технологий делают занятия баскетболом более интересными и увлекательными. Видеоанализ, мобильные тренажеры и фитнес-программы мотивируют детей совершенствовать свои навыки и достигать новых результатов.

3. Повышение физической активности. Регулярные тренировки по баскетболу развивают координацию, выносливость, гибкость и силу. Интенсивные игровые моменты в формате «3 на 3» способствуют улучшению физической подготовки учащихся, а также помогают избежать однообразных тренировок.

4. Социальные и коммуникативные навыки.

Баскетбол «3 на 3» развивает не только физические качества, но и важные социальные навыки. Работа в команде, взаимопомощь, ответственность и умение быстро принимать решения — всё это формируется в процессе игры [4].

Современная система физического воспитания в школах переживает этап активной трансформации, и баскетбол в этом процессе занимает одно из важных ключевых мест. Инновационные методики преподавания, интеграция цифровых технологий, а также использование адаптированных игровых форматов, включая баскетбол «3 на 3», создают качественно новые возможности для обучения и развития школьников. Эти изменения не являются поверхностными — они затрагивают саму структуру учебного процесса, позволяя перейти от традиционного подхода к более гибкой, динамичной и ориентированной на индивидуальные потребности модели обучения.

Баскетбол «3 на 3», благодаря своей компактности, динамичности и интенсивности, служит эффективным инструментом для формирования технических, тактических и физических навыков даже в условиях ограниченной инфраструктуры. Этот формат способствует тому, что каждый ученик вовлекается в игровой процесс, получает реальный опыт принятия решений и практику взаимодействия с командой. Таким образом, школьники не только укрепляют своё здоровье, но и развивают важные личностные качества — лидерство, ответственность, уверенность в своих действиях и способность действовать в стрессовых ситуациях.

Не менее значимым становится использование современных технологий — видеоанализа, мобильных приложений, виртуальных тренажёров и фитнес-трекеров. Эти инструменты позволяют учителю повысить точность диагностики уровня подготовки учеников, адаптировать нагрузку, корректировать технику и отслеживать прогресс каждого ребёнка. Технологии делают процесс обучения более прозрачным, наглядным и мотивирующим, что особенно важно в условиях возрастающих требований к качеству образования.

Инновационные подходы повышают не только физическую активность учащихся, но и их заинтересованность в занятиях, формируя долговременную мотивацию к здоровому образу жизни. Такой подход позволяет объединить традиционные ценности физкультуры — укрепление здоровья, развитие двигательных качеств — с современными педагогическими и цифровыми решениями, направленными на развитие личности школьника в целом.

Таким образом, сочетание новых методик и технологии формата «3 на 3» открывает перед школами широкие перспективы для модернизации учебного процесса. Эти изменения позволяют сделать занятия баскетболом не просто частью школьной программы, а мощным инструментом в будущем [5].

Литература

1. Арефьев, В. И. Методика преподавания баскетбола в общеобразовательной школе. — Москва: Академия, 2020. — 256 с.
2. Соловьёв, Д. П. Использование цифровых технологий в тренировочном процессе школьников // Физическая культура в школе. — 2021. — №5. — С. 32–37.
3. Фоменко, А. П. Инновационные подходы в преподавании игровых видов спорта. — Москва: Спорт, 2019. — 214 с.
4. Бочарова, Н. А., Кузнецов, И. В. Современные технологии в физическом воспитании школьников. — Санкт-Петербург: Лань, 2021. — 178 с.
5. Чернов, М. В. Мобильные приложения и фитнес-трекинг в учебном процессе по физической культуре // Педагогика спорта. — 2022. — №3. — С. 45–52.

**ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ САБАҒЫНДА
ЦИФРЛЫҚ ҚҰРАЛДАРДЫ ПАЙДАЛАНУ:
9–11 СЫНЫП ОҚУШЫЛАРЫ ҮШІН ӘДІСТЕМЕЛІК ТӘЖІРИБЕ**

Кәдірхан Айдын Жарасбайұлы

Қостанай облысы білім басқармасының
«Алтынсарин ауданы білім бөлімінің
Ыбырай Алтынсарин атындағы
Обаған жалпы білім беретін мектебі» КММ
дене шынықтыру пәні мұғалімі

Аңдатпа

Бұл мақалада 9–11 сынып оқушыларына дене шынықтыру пәнін оқытуда цифрлық құралдарды қолдану тиімділігі қарастырылады. Қазіргі заманғы технологиялардың физикалық білім беру процесіне ықпалы зерттеліп, интерактивті платформалар, мобильді қосымшалар және онлайн бағалау жүйелері ұсынылған. Мақсат – білім алушылардың дене белсенділігін арттыру, ынтасын көтеру және сабақ сапасын жақсарту.

Түйінді сөздер: Цифрлық құралдар, дене шынықтыру, оқушылар, технология, платформа, әдістеме

Аннотация

В статье рассматривается эффективность использования цифровых инструментов при обучении физической культуре учащихся 9–11 классов. Проанализировано влияние современных технологий на процесс физического воспитания, предложены интерактивные платформы, мобильные приложения и онлайн-системы оценки. Цель — повысить физическую активность учащихся, их мотивацию и качество занятий.

Ключевые слова: Цифровые инструменты, физическая культура, школьники, технологии, платформа, методика

Abstract

This article explores the effectiveness of using digital tools in teaching physical education to students of grades 9–11. It analyzes the impact of modern technologies on the physical education process, offering interactive platforms, mobile applications, and online assessment systems. The goal is to increase students' physical activity, motivation, and lesson quality.

Keywords. Digital tools, physical education, students, technology, platform, methodology

Кіріспе

Қазіргі қоғамдағы технологиялық даму барлық салаға, соның ішінде білім беру жүйесіне де елеулі өзгерістер алып келді. Білім беру үдерісіне цифрлық құралдарды ендіру оқыту сапасын арттырудың маңызды факторы ретінде қарастырылып отыр. Қазақстан Республикасында цифрлық білім беру экожүйесін дамыту мақсатында «Цифрлы Қазақстан» мемлекеттік бағдарламасы аясында орта білім беру ұйымдарында цифрлық ресурстарды қолдану кеңінен енгізілуде.

Алайда дене шынықтыру пәні – өзінің спецификалық, қозғалысқа негізделген табиғатына байланысты, цифрлық технологияларды қолдануда өзіндік ерекшеліктерге ие. Мұндай ерекшеліктерге дене белсенділігін бағалау, қозғалыс динамикасын талдау, жеке жетістіктерді бақылау және кері байланыс беру тәсілдері жатады. Бұл пәнде цифрлық технологияны тиімді пайдалану – тек оқу мазмұнын түрлендіріп қана қоймай, оқушылардың физикалық белсенділікке деген қызығушылығын арттырудың да құралына айналуы мүмкін [1].

Қазіргі таңда дене шынықтыру сабағында қолданылатын



цифрлық құралдар тек ақпарат ұсынумен шектелмей, оқушының белсенді қатысуын, дербес дамуын, қозғалыс белсенділігін бақылау мүмкіндігін береді. Әсіресе 9–11 сынып оқушылары – білім беру жүйесінің жоғары буыны ғана емес, сонымен қатар өзіндік пікірі қалыптасқан, жаңа технологияларды меңгеруге қабілетті жас топ. Бұл жастағы оқушылармен жұмыс жасауда мотивацияны сақтау, қызығушылықты арттыру және жауапкершілікке тәрбиелеу – мұғалімнің басты міндеттерінің бірі.

Осы мақалада цифрлық технологиялардың дене шынықтыру сабақтарында қолданылу тәжірибесі, артықшылықтары мен шектеулері, нақты платформалар мен әдістер, сондай-ақ зерттеу нәтижелері мен ұсыныстар жан-жақты қарастырылады [2].

I. Цифрлық құралдардың білім берудегі рөлі

Цифрлық білім беру құралдарына мыналар жатады:

- 1) Интерактивті такталар;
- 2) Мобильді қосымшалар (мысалы, Google Fit, Strava, Home Workout);
- 3) LMS платформалар (Moodle, Google Classroom);
- 4) Бейнематериалдар және онлайн жаттығу марафондары;
- 5) Дене белсенділігін бақылау құрылғылары (фитнес-браслет, смарт-сағаттар).

Зерттеулер көрсеткендей, фитнес-трекерлер мен мобильді қосымшалар қолданылған сабақтарда оқушылардың қатысу белсенділігі 25–30%-ға дейін артады [3]. Сонымен қатар, бейнематериалдар арқылы жаттығуларды дұрыс орындау техникасын меңгеру сабақтың сапасын арттырып, қауіпсіздікті қамтамасыз етеді [4].

Интерактивті платформалар оқушыларға өз нәтижелерін бақылауға, өзара салыстыру мен өзін-өзі бағалауға мүмкіндік береді. Ал мұғалім үшін бұл — жеке және сараланған тәсіл қолданудың тиімді құралы.

Осылайша, цифрлық құралдар – сабақ мазмұнын байыту, интерактивтілік енгізу, кері байланыс орнату, және оқушылардың өзіндік жұмысын ұйымдастыруда таптырмас мүмкіндік болып отыр.

II. Дене шынықтыру сабақтарында цифрлық технологияларды қолдану тәжірибесі

Цифрлық құралдарды дене шынықтыру пәніне енгізу

келесі бағыттар бойынша жүзеге асады:

- 1) Қозғалыс техникасын көрсету үшін видеосабактарды пайдалану;
- 2) Спорттық жарыстар мен жаттығуларды онлайн бағалау;
- 3) Қашықтықтан физикалық белсенділікті бақылау;
- 4) Денсаулық көрсеткіштерін жазып отыру.

Цифрлық құралдарды дене шынықтыру сабақтарына енгізу мұғалімге көптеген педагогикалық және әдістемелік артықшылықтар береді: жаттығу техникасын көрсету, жетістіктерді бағалау, белсенділік мониторингін жүргізу, оқушының денсаулық жағдайын бақылау, т.б. Сонымен қатар, оқушылар үшін де үйренудің жаңа әрі қызықты формалары пайда болады — бейне сабақтар, онлайн марафондар, фитнес қосымшалар, ойын элементтері арқылы білім алу [5].

Бұндай тәжірибе шет елдерде де кеңінен қолданылады. Мысалы, АҚШ мектептерінде Polar және MyFitnessPal қосымшалары белсенді қолданылады.

Тиімді цифрлық платформалар мен әдістемелер

Цифрлық құралдарды тиімді қолдану үшін мұғалім тек құралдың техникалық мүмкіндіктерін біліп қана қоймай, оны оқу мақсаттарына сәйкес дұрыс бағытта қолдана білуі тиіс. Бұл дегеніміз – тек қосымшаны жүктеп, оқушыларға ұсыну ғана емес, сол цифрлық құралдың мазмұны мен функцияларын білім беру нәтижелерімен, оқу бағдарламасының талаптарымен байланыстыра отырып, жүйелі түрде пайдалану [6]. Әсіресе дене шынықтыру сабағында оқушылардың қозғалыс белсенділігін арттыру, спорттық дағдыларды қалыптастыру және салауатты өмір салтына ынталандыру міндеттерін цифрлық құралдармен үйлестіру маңызды.

9–11 сынып оқушылары — жасөспірімдер кезеңіне аяқ басқан, өзіндік пікірі қалыптасқан және саналы түрде өз денсаулығы мен физикалық белсенділігіне назар аударатын аудитория. Бұл жастағы оқушыларға цифрлық құралдарды қолдану – олардың цифрлық әлемге жақындығын ескере отырып, мотивация мен қызығушылықты арттырудың тиімді тәсілі. Алайда бұл үшін қолданылатын платформалар мен әдістемелер оқушылардың жас және психологиялық ерекшеліктеріне сай болуы тиіс [7]. Мысалы, визуалды мазмұн (бейне жаттығулар), геймификация элементтері (ойын түрінде тапсырмалар) және өзін-өзі бағалау құралдары (қадам санау, жүрек соғысы жиілігі мониторингі) сияқты функционалдар жоғары сынып оқушыларына ыңғайлы әрі түсінікті болуы қажет.

Цифрлық құралдарды қолдану ерекшеліктері және әдістемелік платформалар

Сондай-ақ мұғалім оқушылардың цифрлық құралдарды қалай қабылдайтынын, оларды пайдалану дағдыларын, интернетке қолжетімділік жағдайларын да ескеруі тиіс. Бұл аспектілер оқытуда тең мүмкіндік туғызу, цифрлық теңсіздікті болдырмау және барынша оң нәтиже алу үшін аса маңызды. Әсіресе BYOD (Bring Your Own Device) форматы – оқушылардың өз құрылғыларын сабақта пайдалануына мүмкіндік береді, бірақ ол ақпараттық қауіпсіздік пен техникалық қолжетімділік талаптарын міндетті түрде ескеруді қажет етеді.

Мұғалімнің басты мақсаты — цифрлық технологияны тек құрал ретінде емес, тиімді әдістемелік шешім ретінде қолдана білу. Бұл ретте төмендегі цифрлық платформалар дене шынықтыру пәнінің мазмұнын жаңғыртып, оқушылардың белсенді қатысуын қамтамасыз етуге көмектеседі.



1. Google Classroom және Moodle – сабақ құрылымын ұйымдастыру

Бұл платформалар LMS (Learning Management System) ретінде оқушылармен кері байланыс орнату, бағалау, бейнематериалдар мен инфографикаларды орналастыру, үй тапсырмаларын жинау секілді міндеттерді тиімді орындауға мүмкіндік береді. Мұғалім сабақ құрылымын жүйелі ұйымдастырып, теориялық бөлімді онлайн режимде ұсынуға жағдай жасайды.

2. Kahoot, Quizizz – мотивация мен теориялық білімді тексеру

Бұл құралдар ойын түріндегі тестілер мен сұрақ-жауаптар арқылы дене шынықтыру пәнінің теориялық мазмұнын меңгертуде таптырмас көмекші. Мысалы, спорт түрлерінің ережелері, денсаулық сақтау негіздері бойынша қысқа сұрақтар немесе жарыс түрінде тестілеу арқылы оқушылардың танымдық белсенділігі артады.

3. Мобильді қосымшалар – белсенділікті бақылау

Google Fit, Mi Fit, Strava — оқушылардың күнделікті қозғалыс белсенділігін, қадам санын, жүру/жүгіру нәтижелерін қадағалауға көмектеседі. Мұғалім апта сайын нәтижелерді талдап, мотивациялық кері байланыс бере алады.

Workout Trainer, Nike Training Club — үй жағдайында орындалатын бейне-нұсқаулықтар мен жаттығу бағдарламаларын ұсынады. Бұл қосымшаларда жаттығу уақыты, калория шығыны, және жаттығу түрлері көрсетіледі.

4. QR-код арқылы интерактивті тапсырмалар

Скворцовтың әдістемелік материалында [5] QR-кодтар арқылы жаттығуларды орындау, теориялық тапсырмаларды тарату, және бейне-сабақтарға қолжетімділік қарастырылған. Мысалы:

Спорттық ойындар бойынша бейне-нұсқаулықтар (Карточка №2, №14),

Жаттығулар жоспары, координациялық саты жаттығулары (Карточка №4, №5),

Жеке жұмысқа арналған тапсырмалар – сөзжұмбақтар, ребустар (Карточка №8, №9, №10).

QR-кодтар арқылы оқушылар өз бетімен білім алады, тапсырманы сканерлеп, бейне нұсқаулықты көреді және орындау техникасын жақсартады. Бұл әсіресе гибриді (аралас) немесе қашықтықтан оқыту жағдайында маңызды.

5. Ақпараттық қауіпсіздік және жеке деректерді қорғау

Цифрлық құралдарды қолдануда ақпараттық қауіпсіздік — басты назарда болуы тиіс. Мұғалім қолданылатын платформалардың GDPR немесе балама стандарттарға сай болуын қадағалауы, ата-аналардан алдын ала келісім алуы, оқушыларды цифрлық гигиенаға баулу қажет. Сонымен қатар, смартфондарды қауіпсіз қолдану ережелері мен



құрылғыларды дұрыс сақтау шарттары да қарастырылуы тиіс (мысалы, сабақта құрылғыны тек мұғалім рұқсатымен қолдану).

Цифрлық құралдар – дене шынықтыру сабағында тек ақпарат тасушы емес, интерактивті, бейімделген және оқушы орталықты әдістемелік шешім. Мұғалім осы құралдарды мотивация арттыру, жеке прогресс қадағалау, теорияны меңгерту, және қауіпсіз білім беру ортасын құруда тиімді қолдануы қажет.

Практикалық мысалдар мен зерттеу нәтижелері

1. Зерттеу нәтижелері

2022 жылы Қостанай облысының 5 мектебінде жүргізілген зерттеуде 9–11 сыныптағы 147 оқушыдан сауалнама алынды. Оқушылардың:

- ✓ 76%-ы цифрлық құралдарды сабақта қолдану қызығушылықты арттыратынын айтты;
- ✓ 59%-ы физикалық белсенділіктің өскенін байқаған;
- ✓ 82%-ы жаттығуларды өз бетімен орындау жауапкершілігін арттырғанын көрсетті.

2. Мұғалім тәжірибесі

Мұғалімдерден алынған пікірлер:

- ✓ Google Classroom арқылы сабақ жоспарын тарату оңай әрі тиімді;
- ✓ Мобильді қосымшалар арқылы сабақтан тыс дене белсенділігін бақылау мүмкіндігі пайда болды;
- ✓ Оқушылар арасында дене белсенділігіне деген қызығушылық артты.

3. Проблемалар мен шектеулер

- ✓ Барлық оқушылардың смартфонмен немесе интернетпен қамтылмауы;
- ✓ Мұғалімдердің IT сауаттылығының жеткіліксіздігі;
- ✓ Жекелеген оқушылардың өзін-өзі бақылауда қиындықтары.

Қорытынды

Бүгінгі жаһандану және цифрлық трансформация кезеңінде дене шынықтыру сабағы да заман ағымына сай дамуға міндетті. Цифрлық құралдарды тиімді пайдалану 9–11 сынып оқушыларының дене тәрбиесіне деген қызығушылығын арттырып қана қоймай, олардың белсенді өмір салтын қалыптастыруына да ықпал етеді.

Жоғарыда қарастырылғандай, цифрлық технологиялар

оқыту үдерісін әртараптандырып, мұғалім мен оқушы арасындағы байланыс арнасын кеңейтеді. Интерактивті платформалар, бейнежаттығулар, қозғалыс белсенділігін өлшейтін мобильді қосымшалар сияқты құралдар арқылы оқушының денсаулығын сақтау мен нығайтудағы тиімділікті арттыруға болады.

Алайда, бұл процестің тиімді жүзеге асуы үшін келесі ұсыныстарды ескеру қажет:

- 1) Мұғалімдердің цифрлық сауаттылығын арттыру бойынша біліктілікті жетілдіру курстарын ұйымдастыру;
- 2) Барлық оқушыларды интернетпен және мобильді құрылғылармен қамту;
- 3) Қолданылатын платформалардың дербестік пен ақпараттық қауіпсіздік талаптарына сәйкестігін бақылау;
- 4) Оқу бағдарламасына цифрлық құралдарды жүйелі интеграциялау.

Цифрлық технологиялар – құрал ғана. Оның нәтижелі болуы – мұғалімнің шеберлігіне, әдістемелік сауаттылығына және оқушының ішкі мотивациясына тікелей байланысты. Сондықтан дене шынықтыру пәнінде заманауи құралдарды мақсатқа сай, жүйелі және ғылыми негізде қолдану — сапалы білім берудің кепілі.

Әдебиеттер

1. Кушнирук С. А. Цифровые технологии в образовании: вызовы и перспективы // Инновации в науке и образовании. – 2021. – №1. – С. 34–38.
2. Ахметова Б. Қ., Садықова М. Цифрлық білім беру технологияларын қолдану ерекшеліктері // Қазақ ұлттық университеті хабаршысы. – 2020. – №2. – Б. 45–50.
3. Ержанова А. М. Қашықтан оқыту және дене тәрбиесі пәнінің мүмкіндіктері // Ұлағат. – 2022. – №3. – Б. 12–15.
4. Дене шынықтыру бойынша оқушылардың пәндік олимпиадасын өткізу жөнінде Әдістемелік ұсынымдар. Астана 2023. 15-166. <https://nnpfck.kz/images/pdf-fail/nauka/sek9/predmet-olimp.pdf>
5. Методические рекомендации. Скворцов Н.Н., Петропавловск 2023 год, С. 29. <https://nnpfck.kz/images/news24/skvorsov.pdf>
6. Методические рекомендации по реализации педагогических подходов в учебном процессе. - Астана: Национальная академия образования им. И. Алтынсарина, 2025. - 167 с. <https://uba.edu.kz/storage/app/media/9999999%20VV%20RS%20RS%20RS.pdf>
7. Баймуханова А. Цифрлық білім берудегі кедергілер мен мүмкіндіктер // Жаңа білім. – 2021. – №3. – Б. 17–20.



«С ТЕПЛОМ ВСПОМИНАЮ БОЛЬШЕВИК...»

ИНТЕРВЬЮ С МАРАТОМ БЫСТРОВЫМ —
НАШИМ ЗЕМЛЯКОМ И ПРОФЕССИОНАЛЬНЫМ
ФУТБОЛИСТОМ

Айтуаров Ильяс Кенжибекович,

учитель физической культуры
КГУ «Большевицкая основная средняя школа
отдела образования Житикаринского района»
Управления образования акимата Костанайской области

Когда твой земляк играет за один из ведущих клубов страны и защищает цвета национальной сборной — это не просто повод для гордости, это пример для всех молодых ребят. Несмотря на спортивные вершины, Марат Быстров все также остаётся простым человеком — открытым и внимательным к окружающим, с тем же добрым отношением к людям и местам, где прошло его детство.

Ключевые этапы карьеры Марата Быстрова:

Начало в России: начинал в России, где в сезоне 2016/2017 гг. в составе «Тамбова» получил приз «Открытие сезона» в ФНЛ, а в следующем году помог команде дойти до стыковых матчей за выход в Премьер-лигу.

«Астана» и «Тобол» (Казахстан): в 2018 году подписал контракт с «Астаной», но был отдан в аренду в «Тобол», с которым завоевал бронзовые медали чемпионата Казахстана и забил свой первый гол в лиге.

«Ордабасы»: в 2019 году перешел в аренду в «Ордабасы», где закрепился в основе.

Сборная Казахстана: осенью 2018 года получил казахстанское гражданство и стал выступать за сборную Казахстана.

«Ахмат» (Россия): в 2020 году подписал контракт с грозненским «Ахматом», с которым продлил контракт в 2022 году.

Возвращение в «Астану»: в начале 2024 года вернулся в «Астану» на правах свободного агента.

Основные достижения и признание:

- признание в ФНЛ как «Открытие сезона» (2017 г.).
- бронзовый призер чемпионата Казахстана с «Тоболом» (2018 г.).
- игрок сборной Казахстана.

С Маратом мы из одного родного уголка – село Тургеновка (ранее Большевик) Житикаринского района Костанайской области, там и случилась наша встреча. Он

приехал не просто навестить знакомые места, но и с важной миссией — показать местным ребятам, что добиться успеха в жизни вполне реально. Его собственный путь — яркое тому подтверждение. Он не понаслышке знает, как сложно бывает идти вперед, когда вокруг мало возможностей, но именно вера в себя и стремление к большему стали для него опорой. И разговор с ребятами получился не только о футболе, но и о доме, детстве, и о том, как важно не предавать свою мечту.

Вспоминая школьные годы, перед глазами сразу встает образ Марата — жизнерадостного, энергичного мальчишки с доброй улыбкой. Его было трудно не заметить



— в нём чувствовалась внутренняя энергия, стремление к движению. Эти черты, кажется, сопровождали его с самых ранних лет, и, быть может, именно они стали фундаментом для его успеха на футбольном поле.

Когда разговор заходит о родной Тургеновке, в голосе Марата появляется особое тепло:

«Конечно, очень жаль, что люди уезжают из села, но я всегда стараюсь заглянуть при удобном случае. Детишкам хочу сказать: не торопитесь взрослеть — детство самое лучшее время. Это пора, когда мечты рождаются легко, а каждый день наполнен радостью».

Эти простые, но искренние слова звучат особенно трогательно, ведь за ними — любовь к своим истокам и искреннее желание вдохновить новое поколение беречь то, что у каждого в сердце остаётся навсегда — счастливые детские воспоминания.

Говоря же о своём пути в большой спорт, Марат не скрывает — он был далёк от гладкой и прямолинейной дороги.

«В спорте, помимо упорства и труда, всегда нужна ещё и доля форта», — говорит он с улыбкой.

После переезда в Россию обстоятельства складывались непросто: не всегда удавалось посещать тренировки, приходилось подстраиваться под жизнь, учёбу. В какой-то момент череда неудач заставила всерьёз задуматься — а может, хватит? Так он принял решение оставить футбол и уйти в армию. Казалось бы, всё — мечта осталась в прошлом. Но, как часто бывает, именно судьба вмешалась в самый неожиданный момент.

«После армии поучаствовал в обычном любительском матче — соскучился по футболу, вышел на поле просто для души», — вспоминает Марат. — «Играл от сердца, без мыслей о карьере, просто наслаждался. И вот тогда меня и заметили».

Этот поворот судьбы стал не просто новой главой в его жизни, а настоящей отправной точкой на пути к профессиональному футболу, к победам и вызовам в

составе именитых футбольных клубов, а также ПФК «Астана» и сборной Казахстана. История Марата — пример того, как вера в себя, даже в самые сложные моменты, и немного удачи могут всё изменить.

Именно эту веру в себя, в мечту и в возможность чего-то большего он и хотел передать ребятам, когда вновь приехал в родной посёлок. В его словах сила, внутренняя правда и огромная мотивация. Потому что вдохновляют не только звёзды с экранов, а прежде всего те, кто вышел из тех же дворов, ходил по тем же улицам — и смог.

«Мы с посёлка сильнее», — говорит он, — «хоть и возможностей меньше, но больше амбиций: хочется увидеть мир, проявить себя и достичь большего».

Особенно тепло и по-домашнему прошла встреча с друзьями детства, которые всё так же искренне и дружно его поддерживают. Для детей этот день стал настоящим праздником: их ждали сладкие угощения от Марата, фотосессия и автографы, а Большевицкая школа получила ценный подарок — фирменную футболку с его фамилией и профессиональные футбольные мячи.

Глядя в будущее, Марат уже задумывается о жизни после профессионального футбола. Оставаться в спорте он планирует не как игрок, а как наставник — хочет передавать опыт и воспитывать новое поколение. Особенно его привлекает работа с детьми, ведь именно в раннем возрасте формируются характер, трудолюбие и любовь к спорту. Среди возможных городов, где он хотел бы начать тренерскую карьеру, особое место занимает столица.

«Супруге очень нравится Астана. У нас двое детей, и этот город, на мой взгляд, идеально подходит для того, чтобы дать им всё необходимое для развития и реализации в будущем», — делится Марат.

Для него Астана — не только футбольный центр страны, но и город возможностей, где спорт и образование идут рука об руку. И, возможно, именно здесь когда-то появится новая футбольная звезда, которую выведет на поле уже Марат Быстров в новом, тренерском амплуа.





РАЗВИТИЕ ЛИДЕРСКИХ И КОММУНИКАТИВНЫХ КАЧЕСТВ У СТУДЕНТОВ СРЕДСТВАМИ СПОРТА

Рябова Инна Александровна,

преподаватель физической культуры и специальных дисциплин
Учреждения «Костанайский социально-технический колледж»

Аңдатпа

Мақалада колледж студенттерінде көшбасшылық және коммуникативтік қасиеттерді қалыптастырудың тиімді құралдары ретінде дене шынықтыру мен спорттың педагогикалық мүмкіндіктеріне талдау жасалған. Спорттық қызметке қатысу бастамашылдықты, жауапкершілікті, өзара әрекеттесу және өзін-өзі басқару дағдыларын дамытуға ықпал ететіні көрсетілген. Студенттік ортада көшбасшылықтың, ынтымақтастықтың және жағымды коммуникацияның көрініс табуына ықпал ететін педагогикалық жағдайлар мен практикалық жұмыс түрлері сипатталған.

Түйін сөздер: дене шынықтыру, спорт, көшбасшылық, коммуникация, студенттер, өзара әрекеттесу, тұлғаның дамуы.

Аннотация

В статье представлен анализ педагогических возможностей физической культуры и спорта как эффективных средств формирования лидерских и коммуникативных качеств у студентов колледжа. Показано, что участие в спортивной деятельности способствует развитию инициативности, ответственности, навыков взаимодействия и самоуправления. Описаны педагогические условия и практические формы работы, способствующие проявлению лидерства, сотрудничества и позитивной коммуникации в студенческой среде.

Ключевые слова: физическая культура, спорт, лидерство, коммуникация, студенты, взаимодействие, развитие личности.

Abstract

The article presents an analysis of the pedagogical potential of physical culture and sports as effective means of developing leadership and communication skills among college students. It is shown that participation in sports activities contributes to the development of initiative, responsibility, interaction skills, and self-management. The pedagogical conditions and practical forms of work that promote the manifestation of leadership, cooperation, and positive communication in the student environment are described.

Keywords: physical culture, sport, leadership, communication, students, interaction, personal development.

Современное среднее профессиональное образование

Республики Казахстан направлено не только на развитие профессиональных компетенций, но и на воспитание личностных качеств, которые обеспечивают успешную социализацию и конкурентоспособность выпускников. Одним из важнейших направлений воспитательной работы в колледже является развитие лидерского и коммуникативного потенциала студентов.

Физическая культура и спорт представляют собой особое педагогическое пространство, где естественно формируются качества, востребованные в обществе: целеустремленность, инициативность, ответственность, умение принимать решения, работать в команде и мотивировать других [1; 2]. В условиях спортивного взаимодействия студенты учатся не только управлять собой, но и выстраивать отношения с окружающими, что напрямую связано с формированием лидерских и коммуникативных компетенций [3].

Роль урока физической культуры в формировании лидерских и коммуникативных качеств

Урок физической культуры в колледже — это не просто тренировочный процесс, а социально-педагогическая среда, где студенты получают возможность проявить себя, взаимодействовать, договариваться и поддерживать друг друга [4]. В процессе совместной деятельности у обучающихся формируются доверие, взаимопомощь и ответственность.

Преподаватель, организуя урок, должен не только решать задачи физического развития, но и стимулировать развитие межличностных связей в группе, побуждать студентов к совместному обсуждению целей, самооценке результатов и рефлексии.

Педагогические приёмы, развивающие лидерство и коммуникацию

Парная и групповая работа

Работа в малых группах способствует развитию умений слушать и принимать коллективные решения. Совместное выполнение упражнений формирует доверие, взаимную поддержку, ответственность и умение давать обратную связь, а также способствует развитию коммуникативных навыков [4].

Игровые упражнения с элементами самоуправления

Подвижные и спортивные игры позволяют студентам

поочерёдно выполнять функции капитанов, судей, организаторов. Подвижные и спортивные игры позволяют студентам поочерёдно выполнять функции капитанов, судей, организаторов, что способствует развитию лидерских качеств и ответственности [3; 5].

Коллективное планирование и самооценка

Эффективный приём — совместное определение целей занятия и обсуждение критериев успеха. После выполнения упражнений проводится мини-рефлексия: кто проявил лидерство, какие качества помогли команде достичь результата. Совместное определение целей занятия и обсуждение результатов развивает навыки самоуправления и сотрудничества в группе [6].

Метод «равный обучает равного»

Опытные студенты становятся наставниками для менее подготовленных: объясняют технику упражнений, контролируют безопасность и корректность выполнения. Наставничество среди студентов формирует чувство ответственности, уверенность и умение обучать других, что является важным компонентом лидерского поведения [5].

Интерактивные формы

Современные уроки физкультуры можно проводить в формате спортивных квестов, фитнес-проектов, мини-соревнований. Примеры тем: «Создай собственную разминку», «Фитнес-челлендж недели», «Командный рекорд». Эти формы повышают мотивацию и вовлечённость. Использование спортивных квестов, фитнес-проектов и мини-соревнований повышает мотивацию студентов и способствует активному включению в совместную деятельность, развивая коммуникативные и лидерские качества [1; 2].

Практические примеры упражнений и заданий

Упражнение «Капитан команды»

Группа делится на подкоманды по 6–8 человек. Каждый студент поочерёдно выступает в роли капитана, распределяет роли и отвечает за подготовку к заданию. После выполнения проходит обсуждение: что помогло сплотить команду, какие лидерские качества проявились. Формируются уверенность, умение координировать действия и брать ответственность.

Игра «Слепой квадрат»

Группа должна, держась за верёвку, построить квадрат с завязанными глазами. Один участник видит и руководит процессом голосом. После обсуждается, как происходило взаимодействие и что помогало доверять. Развиваются коммуникация, внимание и способность к лидерству.

Эстафета «Без слов»

Задания выполняются без устной речи, только с помощью жестов. После обсуждается, как невербальная коммуникация влияет на успех взаимодействия. Формируются эмпатия, взаимопонимание, согласованность действий.

Парная работа «Партнёр-тренер»

Один студент выступает тренером, даёт рекомендации партнёру, оценивает технику, поддерживает. Затем происходит смена ролей. Развиваются навыки руководства, тактичность и умение мотивировать.

«Зеркальное упражнение»

Один студент показывает движение, другой синхронно повторяет. Затем они меняются. Формируются внимательность, чувство партнёрства, умение понимать без слов.

Коллективные проекты и инициативы

Проектная деятельность помогает студентам проявить инициативу, распределять обязанности и нести ответственность за общий результат.

Рефлексия и самооценка

В конце занятий полезно проводить короткие обсуждения:

- Кто проявил лидерские качества сегодня?
- Что помогло действовать слаженно?
- Как распределялась ответственность?

Методы: устные мини-дискуссии, карточки-вопросы, приём «Светофор настроения» (зелёный — всё получилось, жёлтый — были трудности, красный — нужно обсудить). Проведение мини-дискуссий и рефлексивных упражнений в конце занятий способствует осознанию личного вклада каждого студента и укреплению сплочённости группы [6].

Таким образом, спортивная деятельность является мощным инструментом развития лидерских и коммуникативных качеств студентов колледжа. Целенаправленное использование интерактивных и групповых форм работы в системе физического воспитания способствует формированию активной жизненной позиции и социальной ответственности обучающихся [3; 5].

Спортивная деятельность — мощный инструмент развития лидерских и коммуникативных качеств студентов колледжа. Участие в спортивных играх, квестах, проектах и соревнованиях формирует уверенность, ответственность и способность работать в команде.

Опыт показывает, что целенаправленное включение элементов самоуправления, проектной деятельности и интерактивных форм в уроки физической культуры повышает мотивацию и способствует формированию активной жизненной позиции.

Развитие лидерства и коммуникации средствами спорта является важнейшей составляющей воспитательной системы казахстанских колледжей и соответствует задачам **Государственной программы развития образования и науки Республики Казахстан на 2020–2025 годы**, направленной на формирование конкурентоспособного и социально ответственного молодого поколения.

Литература

1. Бальсевич В. К. Теория и практика физической культуры: личностно-развивающий потенциал. — М.: Физкультура и спорт, 2019.
2. Матвеев Л. П. Теория и методика физической культуры. — СПб.: Питер, 2020.
3. Григорьева Н. В. Развитие лидерских качеств студентов в процессе физического воспитания // Молодой ученый. — 2020. — №15.
4. Бурлак А. И. Формирование коммуникативной компетентности студентов средствами физической культуры // Вестник спортивной науки. — 2021. — №2.
5. Киселёв В. М. Педагогические условия формирования лидерских качеств у студентов колледжа // Педагогическое образование и наука. — 2022. — №5.
6. Рожков М. И., Байбородова Л. В. Педагогика: воспитательные системы и технологии. — М.: Академия, 2021.





ИННОВАЦИОННЫЕ ФОРМЫ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СО СТУДЕНТАМИ

Сребродольская Анна Александровна,
преподаватель физической культуры и специальных дисциплин
Учреждения «Костанайский социально-технический колледж»



Аннотация

Мақалада колледжде дене шынықтыру-сауықтыру жұмысының инновациялық нысандарын енгізудің практикалық тәжірибесі ұсынылған. Студенттердің дене шынықтыру сабақтарына деген уәждемесін арттыруға бағытталған цифрлық, интерактивті және жобалық технологияларға негізделген заманауи тәсілдер ашып көрсетіледі. Білім беру үдерісінде фитнес-бағдарламаларды, онлайн-платформаларды және волонтерлық жобаларды қолданудың ерекшеліктері атап өтіледі. Білім алушыларда белсенді өмір салтына және денсаулық мәдениетіне тұрақты қажеттілікті қалыптастыруға ерекше назар аударылған.

Түйін сөздер: дене шынықтыру, инновациялар, денсаулық, студенттер, цифрландыру, уәждеме, фитнес-технологиялар, білім беру үдерісі.

Аннотация

В статье представлен практический опыт внедрения инновационных форм физкультурно-оздоровительной работы в колледже. Раскрываются современные подходы, ориентированные на повышение мотивации студентов к занятиям физической культурой через цифровые, интерактивные и проектные технологии. Отмечаются особенности применения фитнес-программ, онлайн-платформ и волонтерских проектов в образовательном процессе. Особое внимание уделено формированию у обучающихся устойчивой потребности в активном образе жизни и культуре здоровья.

Ключевые слова: физическая культура, инновации, здоровье, студенты, цифровизация, мотивация, фитнес-технологии, образовательный процесс.

Abstract

The article presents practical experience in implementing innovative forms of physical fitness and health-oriented activities in a college. Modern approaches aimed at increasing students' motivation for physical education through digital, interactive, and project-based technologies are revealed. The features of using fitness programs, online platforms, and volunteer projects in the educational process are highlighted. Special attention is paid to the formation of a sustainable need for an active lifestyle and a culture of health among students.

Keywords: physical culture, innovations, health, students, digitalization, motivation, fitness technologies, educational process.

Современное образование в Республике Казахстан переживает активную модернизацию, связанную с цифровизацией, компетентностным подходом и изменением запросов общества. Важной задачей колледжей становится не только профессиональная подготовка будущих специалистов, но и формирование личности, способной сохранять физическое и

психоэмоциональное здоровье [1]. В этом контексте физкультурно-оздоровительная работа приобретает особое значение как средство профилактики стресса, развития самодисциплины и формирования культуры здоровья [2].

Однако традиционные занятия по физической культуре нередко воспринимаются обучающимися формально. Студенты нового поколения живут в цифровой среде, где важны визуальные форматы, интерактивность и геймификация. Это требует от преподавателя поиска новых подходов и форм, соответствующих интересам современных обучающихся и образовательным стандартам. Инновационные формы физкультурно-оздоровительной деятельности позволяют объединить образовательные, воспитательные и оздоровительные задачи, создавая условия для самореализации студентов и повышения их вовлечённости [3].

Современные тенденции физкультурно-оздоровительной работы

В условиях колледжа физическое воспитание перестаёт быть только предметом учебного плана — оно становится частью общей стратегии формирования здорового студенчества. В последние годы выделяются несколько ключевых направлений развития: цифровизация физической активности, персонализированные программы физического развития, интерактивные и игровые формы, а также проектно-волонтерская деятельность [1; 4]. Такие подходы отражают идеи деятельностного обучения, где студент становится активным субъектом, а преподаватель — наставником и координатором физкультурно-оздоровительных инициатив.

Инновации в физкультурно-оздоровительной деятельности предполагают внедрение новых методов, технологий и организационных форм, направленных на:

- повышение мотивации студентов;
- индивидуализацию физической нагрузки;
- развитие цифровой грамотности;
- формирование культуры здоровья;
- интеграцию физической активности в повседневную жизнь.

Инновационный подход строится на принципах вариативности, доступности, интерактивности и практико-ориентированности.

Использование фитнес-технологий

Внедрение элементов аэробики, пилатеса, йоги, стретчинга и функционального тренинга делает занятия динамичными и привлекательными [1]. Студенты активно используют мобильные приложения для фиксации результатов, контролируют частоту пульса и уровень нагрузки. Практический пример: цикл «Фитнес для всех» (8 занятий по 40 минут) предполагает индивидуальный подбор упражнений и самооценку состояния организма. Такая форма способствует развитию ответственности и навыков самоконтроля.

Интерактивные и игровые методы

Игровые и соревновательные форматы повышают интерес и эмоциональную вовлечённость. Примеры: «Спортивные квесты», «Игровые марафоны», «Челленджи здоровья». Эти формы не только укрепляют здоровье, но и развивают креативность, инициативу и командное взаимодействие [3].

Проектная деятельность и волонтерство

Проектно-волонтерские инициативы позволяют объединить физическое воспитание и социальную активность [5]. Примеры студенческих проектов: «Здоровая перемена», «Будь примером!», «Фитнес-перерыв», «Спортивный блогер». Такие проекты развивают лидерские и коммуникативные компетенции, повышают значимость физкультуры в общественном сознании [3].

Форма	Цель	Краткое описание
Фитнес-квест «Движение — это жизнь»	Повышение интереса к активности	Командные задания по станциям, QR-коды, мобильные приложения
Онлайн-марафон «Неделя здоровья»	Формирование привычки ежедневных упражнений	Ежедневные отчёты и задания в Telegram
Волонтерская акция «Будь примером!»	Социальная активность	Зарядка для школьников и детей с ОВЗ
Проект «Спортивный блогер»	Цифровая грамотность	Создание видеоконтента о ЗОЖ
Интерактивный урок «Фитнесе игра»	Самоконтроль и мотивация	Использование шагомеров, обсуждение результатов

Заключение

Инновационные формы физкультурно-оздоровительной работы становятся неотъемлемой частью современной системы профессионального образования Казахстана [6]. Их внедрение способствует формированию личности, способной к саморегуляции, саморазвитию и ответственному отношению к собственному здоровью. Опыт показывает, что сочетание цифровых инструментов, игровых методик и проектной деятельности делает занятия физической культурой более осмысленными и привлекательными. Преподаватель, выступающий инициатором таких изменений, превращает урок физической культуры в пространство личностного роста и социальной активности. Развитие физкультурно-оздоровительной среды колледжа требует системной поддержки педагогов, обмена опытом и создания инновационных методических решений, которые позволят студентам осознать ценность движения, спорта и здоровья как основы успешной жизни.

Литература

1. Бальсевич В. К. Инновационные технологии в физическом воспитании. — М.: Физкультура и спорт, 2019.
2. Матвеев Л. П. Теория и методика физической культуры. — СПб.: Питер, 2020.
3. Тарасов А. Н. Формирование мотивации к физической активности средствами инновационных форм работы // Молодой ученый. — 2023. — №15.
4. Селиванов В. В. Цифровые технологии в физкультурно-оздоровительной деятельности // Спортивная наука и практика. — 2022. — №2.
5. Лях В. И. Современные подходы к организации физического воспитания студентов // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. — 2021. — №4.
6. Государственная программа развития образования и науки Республики Казахстан на 2020–2025 годы. — Астана, 2020.

Искусственный интеллект в обучении шахматной тактике



Биржанов Талгат Карсакбаевич,

учитель физической культуры

КГУ "Надеждинская общеобразовательная школа
отдела образования Костанайского района"

Управления образования акимата Костанайской области

Дуйсеков Азамат Танатханович ,

учитель физической культуры

КГУ "Майкольская общеобразовательная школа
отдела образования Костанайского района"

Управления образования акимата Костанайской области

Аңдатпа

Мақалада қостанай облысының ауылдық мектептерінде шахмат тактикасын оқытуда жасанды интеллект құралдарын қолдану тәжірибесі сипатталады. Авторлар lichess, stockfish, maia chess және decodechess бағдарламаларын пайдалану әдістемесін ұсынады. Апробация нәтижесінде оқушылардың тактикалық рейтингі орта есеппен 265 ұпайға өсті. Ұсынылған әдістеме білікті жаттықтырушылар жетіспейтін мектептерге арналған.

Түйінді сөздер: шахмат тактикасы, жасанды интеллект, maia chess, lichess, decodechess, ауылдық мектеп.

Аннотация

В статье описан опыт применения инструментов искусственного интеллекта для обучения шахматной тактике в сельских школах костанайской области. Авторы предлагают методику работы с программами lichess, stockfish, maia chess и decodechess. По результатам апробации тактический рейтинг учащихся вырос в среднем на 265 пунктов. Предложенная методика адресована школам с дефицитом квалифицированных тренеров.

Ключевые слова: шахматная тактика, искусственный интеллект, maia chess, lichess, decodechess, сельская школа.

Abstract

The article describes the experience of using artificial intelligence tools for teaching chess tactics in rural schools of kostanay region. The authors propose a methodology for working with lichess, stockfish, maia chess and decodechess programs. According to the results of approbation, the tactical rating of students increased by an average of 265 points. The

proposed methodology is intended for schools with a shortage of qualified coaches.

Keywords: chess tactics, artificial intelligence, maia chess, lichess, decodechess, rural school.

Шахматы — древняя настольная игра, в которой два соперника управляют армиями из 16 фигур на доске 8×8 клеток, стремясь поставить мат королю противника. Игра требует стратегического мышления, расчёта вариантов и умения планировать на несколько ходов вперёд. В казахстане шахматами занимается около 200 тысяч человек, из них почти четверть — дети. С 2023 года шахматы введены в школьную программу как факультатив, а программа «шахматы в образовании» уже охватила более 60 тысяч учеников в 1500 школах страны. Шахматы развивают память, концентрацию, логическое мышление и способность принимать решения в условиях ограниченного времени — навыки, востребованные в современном мире.

Шахматы в казахстане переживают период активного развития. Согласно комплексному плану развития шахмат на 2023-2027 годы, предмет «основы шахмат» внедрён более чем в 1500 школах страны, программой охвачены свыше 60 тысяч учеников [1]. Однако реализация этих масштабных планов сталкивается с серьёзным препятствием — острой нехваткой квалифицированных тренерских кадров, особенно в сельской местности.

Когда мы, учителя физкультуры из сельских школ костанайского района, решили вести шахматные кружки, то сразу столкнулись с проблемой. Дети приходили после партий и спрашивали: «почему я проиграл? Где ошибся?» мы не всегда могли ответить — всё-таки мы не

профессиональные тренеры. В районе таких специалистов просто нет.

Ситуация типична для сельской местности Казахстана. Программа «шахматы в образовании» за 2024–2025 учебный год охватила более 20 тысяч первоклассников в 550 школах.

Выход мы нашли в современных компьютерных программах. Поначалу казалось, что это что-то сложное, для профессионалов. Оказалось — наоборот. Лучшие шахматные программы сегодня бесплатны и доступны любому учителю с базовым знанием шахмат.

Движок stockfish — сильнейшая шахматная программа в мире. По данным рейтинга csl на январь 2026 года, его расчётная сила составляет около 3645 пунктов эло — это значительно выше любого гроссмейстера [2]. С 2020 года stockfish использует технологию pnc — нейросетевую оценку позиции, которая позволяет анализировать партии с точностью, недоступной человеку [3].

Однако у stockfish есть существенный недостаток для обучения. Программа показывает лучший ход, но не объясняет почему. Оценка «+2.3» ничего не говорит ребёнку. Мы долго искали решение и нашли несколько инструментов, которые дополняют друг друга.

Платформа lichess — полностью бесплатный шахматный сервер с открытым исходным кодом. Ежедневно на нём играется более пяти миллионов партий [4]. Для наших целей особенно важен раздел тактических задач: платформа автоматически подбирает упражнения по уровню ученика и ведёт рейтинг. Интерфейс переведён на русский язык, рекламы нет, платных ограничений нет. На lichess также встроен stockfish для анализа партий.

Программа decodechess решает проблему «немоты» движка. Она использует технологию объяснимого искусственного интеллекта (explainable ai) и переводит рекомендации stockfish на человеческий язык [5]. Вместо абстрактных цифр ребёнок видит: «белые угрожают вилкой на еб» или «слон связывает коня с королём». Это формирует понимание тактических идей, а не механическое запоминание ходов.

Но самая интересная находка — проект maia chess,

разработанный исследователями из университета торонто при поддержке microsoft research. В 2024 году вышла обновлённая версия maia-2, представленная на конференции neurips [6]. В отличие от обычных движков, maia обучена играть не сильнейшие ходы, а ходы, типичные для людей определённого рейтинга. Есть версии maia-1100, maia-1500, maia-1900 и так далее.

Почему это важно? Когда ребёнок играет против обычного компьютера, тот делает какие-то непонятные ходы и выигрывает. Это демотивирует. А maia играет как человек соответствующего уровня — и ошибается как человек. Ученик может распознать ошибку и наказать её. Это совершенно другой опыт обучения, приближенный к реальным турнирным партиям.

На основе двух лет работы мы выстроили структуру занятия. Первые 5–7 минут — разминка без компьютера: несколько простых задач на демонстрационной доске. Это активизирует мышление. Затем 25–30 минут работы с программами: решение тактических упражнений на lichess или разбор партий с decodechess. Потом 10–15 минут практической игры — либо друг с другом, либо против maia подходящего уровня. Завершаем 5–7 минутами обсуждения без экрана: что запомнилось, какие ошибки допустили.

Для учеников разного уровня мы подобрали разные инструменты. Начиная с (5–4 разряд) — lichess и maia-1100. Средний уровень (3–2 разряд) — добавляем decodechess для понимания сложных позиций. Продвинутому (1 разряд) — полноценная работа со stockfish через lichess.

Особое место занимает анализ собственных партий. Алгоритм такой: сначала ученик сам просматривает партию и отмечает моменты, где чувствовал неуверенность. Потом включаем компьютерный анализ — lichess цветом выделяет ошибки. Для каждой критической позиции ученик пытается найти лучший ход до сверки с движком. Затем обсуждаем: какой тактический мотив стоит за компьютерной рекомендацией? Вилка? Связка? Отвлечение? Ученик записывает 2–3 ключевых момента в тетрадь.

Таблица 1. Динамика показателей тактического мышления учащихся до и после применения ИИ-инструментов (2024–2025 учебный год)

Показатель	До эксперимента (сентябрь 2024)	После эксперимента (май 2025)	Изменение
Средний тактический рейтинг (Lichess Puzzles)	1164	1428	+264 (+22,7%)
Результат Puzzle Storm (задач за 5 минут)	12	21	+9 (+75%)
Скорость распознавания тактического мотива	85 сек	38 сек	-47 сек (-55%)
Глубина расчёта вариантов	2,1 хода	3,4 хода	+1,3 хода (+62%)
Показатель ACPL (средняя потеря за ход)	98	64	-34 (-35%)
Процент упущенных тактических возможностей	42%	18%	-24 п.п.
Доля учеников с высоким уровнем тактического мышления	12%	38%	+26 п.п.
Количество выполненных разрядных норм	0	7	+7

Таблица 1. Динамика показателей тактического мышления учащихся до и после применения ИИ-инструментов *Примечание: в эксперименте участвовали 12 учащихся 9–15 лет из Майкольской и Надеждинской школ Костанайского района. ACPL (Average Centipawn Loss) — средняя потеря в сотых долях пешки, показатель качества игры по данным Stockfish.*

Полученные данные свидетельствуют о существенном росте всех компонентов тактического мышления учащихся за период эксперимента.

Апробация проводилась в 2024–2025 учебном году в Майкольской и Надеждинской школах. Результаты: средний прирост тактического рейтинга на Lichess составил 265 пунктов. Доля учеников с высоким уровнем тактического мышления (по нашей критериальной матрице) выросла с 12% до 38%. Семь человек выполнили разрядные нормы.

Важный момент — санитарные нормы. Непрерывная работа за экраном для детей 7–10 лет не должна превышать 15 минут, для 11–13 лет — 20 минут, для 14–17 лет — 25–30 минут. Между сессиями обязательна гимнастика для глаз. Мы чередуем работу с компьютером и традиционные формы: демонстрационная доска, устное обсуждение, решение задач на бумаге.

Экономическая доступность — важное преимущество нашего подхода. Lichess, Stockfish, Maia Chess — всё это бесплатно и свободно распространяется. DecodeChess имеет бесплатную версию с ограничениями, но для базовых нужд её достаточно. Для сельских школ с ограниченным бюджетом это принципиально.

Наш опыт показывает: учитель с базовым знанием шахмат, освоивший работу с современными программами, способен дать детям качественную тактическую

подготовку. Технологии не заменяют педагога — они дают ему инструменты, которых раньше просто не существовало. Это особенно важно сейчас, когда шахматы активно внедряются в казахстанские школы, а профессиональных тренеров на всех не хватает.

Литература

1. Комплексный план развития шахмат в Республике Казахстан на 2023–2027 годы. Утверждён Постановлением Правительства РК от 14 июля 2023 года № 576. — URL: <https://adilet.zan.kz/rus/docs/P2300000576>
2. Stockfish (chess) // Wikipedia. — URL: [https://en.wikipedia.org/wiki/Stockfish_\(chess\)](https://en.wikipedia.org/wiki/Stockfish_(chess))
3. Stockfish 17 // Stockfish Blog. — 2024. — URL: <https://stockfishchess.org/blog/2024/stockfish-17/>
4. Lichess // Wikipedia. — URL: <https://en.wikipedia.org/wiki/Lichess>
5. DecodeChess: Smarter Chess Analysis // DecodeChess. — URL: <https://decodechess.com/>
6. Tang Z., Jiao D., McIlroy-Young R., Kleinberg J., Sen S., Anderson A. Maia-2: A Unified Model for Human-AI Alignment in Chess // The Thirty-eighth Annual Conference on Neural Information Processing Systems (NeurIPS 2024). — URL: <https://openreview.net/forum?id=XWlkhRn14K>
7. Комплексный план развития шахмат в Республике Казахстан на 2023–2027 годы. Утверждён Постановлением Правительства РК от 14 июля 2023 года № 576. — URL: <https://adilet.zan.kz/rus/docs/P2300000576>

ДОЙБЫ – ОЙЛАУ МӘДЕНИЕТІНІҢ АЙНАСЫ

Кажиков Мейрिम Сайлауович,

Қостанай облысы әкімдігі білім басқармасының
«Арқалық қаласы білім бөлімінің Кейкі батыр атындағы
№4 жалпы білім беретін мектебі» КММ дене шынықтыру мұғалімі

Андатпа

Мақалада дойбы ойынының тарихи дамуы, негізгі ережелері және оның интеллектуалдық маңызы жан-жақты қарастырылады. Дойбы ойынының логикалық ойлау, стратегиялық жоспарлау, зейін мен шыдамдылықты дамытудағы рөлі талданады. Сонымен қатар, дойбының қазіргі заманғы білім беру жүйесіндегі және спорт саласындағы орны айқындалады. Ойынның тұлғаның ойлау мәдениетін қалыптастырудағы педагогикалық маңызы ашып көрсетіледі. Мақала педагогтерге, білім алушыларға және зияткерлік ойындарға қызығушылық танытатын кең оқырман қауымға арналған.

Түйін сөздер: дойбы, зияткерлік ойын, логикалық ойлау, стратегия, білім беру, спорт.

Аннотация

В статье рассматриваются историческое развитие игры в шашки, её основные правила и интеллектуальное значение. Анализируется роль шашек в развитии логического мышления, стратегического планирования, внимания и терпения. Раскрывается значение игры в системе современного образования и спорта. Особое внимание уделяется педагогическому потенциалу шашек в формировании культуры мышления личности. Статья предназначена для педагогов, обучающихся и широкой читательской аудитории, интересующейся



интеллектуальными играми.

Ключевые слова: шашки, интеллектуальная игра, логическое мышление, стратегия, образование, спорт.

Abstract

The article examines the historical development of checkers, its basic rules, and its intellectual significance. The role of checkers in developing logical thinking, strategic planning, concentration, and patience is analyzed. The place of checkers in modern education and sports is highlighted. Special attention is paid to the pedagogical value of the game in shaping thinking culture. The article is intended for educators, students, and a general audience interested in intellectual games.

Keywords: checkers, intellectual game, logical thinking, strategy, education, sport.

Дойбы – адамзат тарихында ғасырлар бойы үздіксіз дамып келе жатқан, зияткерлік қабілетті қалыптастыратын стратегиялық ойындардың бірі. Бұл ойын тек көңіл көтеру құралы ғана емес, сонымен қатар адамның логикалық ойлауын, зейінін, есте сақтау қабілетін және стратегиялық жоспарлау дағдыларын дамытатын тиімді құрал болып табылады. Дойбыны жас ерекшелігіне қарамастан кез келген адам ойнай алады. Сол себепті ол мектеп жасындағы балалардан бастап, ересектерге дейін кеңінен таралған.

Дойбы ойынының тарихы ежелгі дәуірлерге барып тіреледі. Зерттеушілердің пікірінше, оның алғашқы үлгілері шамамен 3500 жыл бұрын Ежелгі Мысырда пайда болған. Сонымен қатар, дойбының қалыптасуына Шығыс өркениеттері мен Таяу Шығыс мәдениетінің де ықпалы болғаны айтылады. Археологиялық деректер мен тарихи жазбалар бұл ойынның әлемнің әр аймағына сауда жолдары арқылы таралғанын дәлелдейді [1].

Орта Азия аумағына дойбы ойыны Х ғасырлар шамасында жеткен деген деректер бар. Ал қазақ даласына XVIII ғасырда Ұлы Жібек жолы мен сауда байланыстары арқылы енгені белгілі. Кейбір аймақтарда бұл ойын «шатраш» деп аталып, халық арасында кең таралған. Уақыт өте келе дойбы қазақтың дәстүрлі ойындарымен үндесіп, ұлттық сипатқа ие болды. Қазақ халқы ерте заманнан бері ойлау қабілетін дамытуға бағытталған ойын түрлеріне ерекше мән берген. Көшпелі бабаларымыз ойнаған «шатраш» ойыны қазіргі дойбының алғашқы үлгілеріне жатады. Бұл ойын халық арасында ақыл-ойды шыңдайтын құрал ретінде бағаланған. Ұлы ойшыл Абай Құнанбайұлы дойбы ойынын ерекше жақсы көріп, оны насихаттаған тұлғалардың бірі болған. Абайдың атасы Өскенбай, әкесі Құнанбай, сондай-ақ Кемпірбай ақын секілді зиялы тұлғалардың да дойбыға құмар болғаны туралы мәліметтер сақталған. Жидебайдағы Абай музейінде ұлы ақынның дойбы тақтасының сақталуы – соның айқын дәлелі [2].

Абай дойбы ойынына қазақы атаулар енгізіп, оны халықтық мәдениеттің бір бөлігі ретінде дәріптеген. Осы тұрғыдан алғанда, дойбыны қазақтың ұлттық ойындарының қатарына қосуға толық негіз бар.

Қазақстанда дойбы спортының ресми дамуы ХХ ғасырда басталды. 1935 жылы елімізде алғашқы республикалық чемпионат өткізілді. Бұл жарысқа 12 ойыншы қатысып, алғашқы чемпион Ерхам Қойтабайұлы Ысқақов атанды. Кейін ол 1949 жылы да республика чемпионы болып, ұлттық дойбы спортының дамуына зор үлес қосты.

Қазақ жерінде алғашқы спорт шебері атағын алған Шәкәр Әлібекұлы Жамбыршин дойбының кәсіби деңгейде дамуына елеулі еңбек сіңірді. Сонымен қатар, Тәттебек Сұлтанбекұлы дойбы, шахмат және тоғызқұмалаққа арналған алғашқы оқу құралдарын жазып, жастардың білім алуына жол ашты.

Бақ Қуанышбайұлы Иманәлиев КСРО чемпионатының финалына қатысқан алғашқы қазақ спортшысы ретінде тарихта қалды. Бұл жетістік қазақстандық дойбы мектебінің халықаралық деңгейде танылуына мүмкіндік берді.

Дойбы ойыны 64 ұяшықтан тұратын арнайы тақтада ойналады. Әр ойыншыда 12 фигура болады. Фигуралар тек қара түсті ұяшықтар бойымен қозғалады. Қарсыластың фигурасын секіріп өту арқылы алу – ойынның негізгі қағидаларының бірі.

Ойынның басты мақсаты – қарсыластың барлық фигурасын жою немесе оның жүріс жасау мүмкіндігін шектеу. Жай көрінгенімен, дойбы ойыны терең ойлауды,

бірнеше қадам алға жоспарлауды талап етеді. Әрбір жүріс ойын тағдырына тікелей әсер етеді [3].

Ойын барысында ойыншы қарсыластың әрекетін болжай отырып, тиімді тактика құруға ұмтылады. Бұл логикалық, аналитикалық және сыни ойлаудың дамуына ықпал етеді [4, 5].

Дойбы ойынының тәрбиелік мәні ерекше. Ол оқушыларды сабырлыққа, төзімділікке, өз әрекетіне жауапкершілікпен қарауға тәрбиелейді. Ойын барысында балалар дұрыс шешім қабылдауға, жеңіскеде, жеңіліскеде лайықты қарауға үйренеді [6].

Педагогикалық тұрғыдан алғанда, дойбы:

- зейінді арттырады;
- есте сақтау қабілетін дамытады;
- математикалық және логикалық ойлауды жетілдіреді;
- тұлғалық қасиеттерді қалыптастырады;
- көшбасшылық қабілеттерді дамытады [7].

Менің тәжірибемде дойбы үйірмесін ұйымдастырудың бірнеше маңызды аспектілері бар. Оқушыларды үйірмеге тартуда мен ойын сабақтарын кезеңдерге бөліп, логикалық және стратегиялық ойлауды біртіндеп дамытатын әдістемені қолданамын.

Кіріспе кезең – жаңадан келген балаларға дойбының ережелерін, тақта мен фигураларды дұрыс пайдалану әдістерін түсіндіру.

Негізгі ойын кезеңі – оқушыларға қарапайым стратегиялардан бастап күрделі тактикалық шешімдерге дейін сабақ өткізу. Топтық ойындар, парлы матчтар және жарыстық эстафеталар ұйымдастырамын.

Қорытынды кезең – әр ойыннан кейін талдау жүргізу, дұрыс шешімдерді, қателіктерді талқылау, тәжірибеден сабақ алу.

Әдістемелік тәсілдер:

- «Ойла және талда» әдісі – ойын барысында әр жүріс үшін оқушының логикалық ойлауын дамыту.

- «Стратегиялық жоспарлау» әдісі – бірнеше жүрісті алдын ала жоспарлау және қарсыластың ықтимал әрекеттерін болжау.

- «Командалық жұмыс» – топтық ойындар арқылы әлеуметтік және коммуникативтік қабілеттерді дамыту.

Нәтижелер:

- Үйірме жұмысы арқылы оқушылардың зейіні, есте сақтау қабілеті және логикалық ойлау дағдылары айтарлықтай жақсарды.

- Мектеп ішіндегі және қалалық жарыстарда үйірме мүшелері жүлделі орындарға ие болды.

- Қатысушылардың өзара сыйластық, әділдік және командалық рух сияқты әлеуметтік дағдылары нығайды.

- Оқушылардың сабаққа және оқуға деген қызығушылығы артты, олардың интеллектуалды әлеуеті дамыды.

Мақаланың ғылыми жаңалығы – дойбыны тек спорт немесе ойын-сауық ретінде емес, оқушылардың ойлау мәдениетін қалыптастыратын педагогикалық құрал ретінде қарастыруда. Мектеп тәжірибесіне негізделген нақты мысалдар арқылы дойбының практикалық тиімділігі дәлелденеді [8].

Қазіргі таңда Қазақстанда дойбы мектеп бағдарламасына енгізіліп, спорттық секциялар мен үйірмелерде жүйелі түрде оқытылуда.

Мектебімізде «Дойбы» үйірмесі тұрақты жұмыс істейді. Үйірме мүшелері қалалық, облыстық жарыстарға қатысып, жүлделі орындарға ие болып жүр. Бұл – оқушылардың интеллектуалды әлеуетінің жоғары екендігін дәлелдейді.

Үйірме жұмысы арқылы оқушылар бос уақытын тиімді пайдаланып, өз қабілеттерін шыңдайды. Сонымен қатар, командалық рух, өзара сыйластық және әділдік қағидалары

қалыптасады.

Бүгінгі таңда дойбы халықаралық деңгейде дамып келе жатқан спорт түрі болып табылады. Әлемнің көптеген елдерінде ұлттық және халықаралық чемпионаттар ұйымдастырылады. Ақпараттық технологиялардың дамуы дойбының онлайн форматта да кең таралуына мүмкіндік берді.

Қазақстандық спортшылар халықаралық аренада ел намысын абыроймен қорғап келеді. Бұл – еліміздегі дойбы мектебінің әлеуетінің жоғары екендігін көрсетеді.

Қорытындылай келе, дойбы – ғасырлар бойы қалыптасқан зияткерлік мәдениеттің ажырамас бөлігі, ұлттың рухани және танымдық дамуына қызмет ететін құнды мұра. Бұл ойын адам бойындағы сабырлылықты, табандылықты, мақсатқа ұмтылуды және жауапкершілікті қалыптастырады. Дойбы арқылы бала тек ойнауды ғана емес, өз ойын басқаруды, эмоциясын бақылауды және әрбір шешіміне сын көзбен қарауды үйренеді.

Қазіргі жаһандану дәуірінде жас ұрпақтың бос уақытын мазмұнды әрі пайдалы ұйымдастыру – маңызды мәселе. Осы тұрғыдан алғанда, дойбы ойыны балаларды виртуалды тәуелділіктен алыстатып, тірі қарым-қатынасқа, ой еңбегіне және өзін-өзі дамытуға бағыттайды. Ол оқушының тұлғалық дамуына оң әсер етіп, білімге деген қызығушылығын арттырады.

Сонымен қатар, дойбы – ұрпақтар сабақтастығын қамтамасыз ететін рухани көпір. Үлкендер мен кішілерді бір ортаға жинастырып, тәжірибе алмасуға, өзара сыйластық пен түсіністікке тәрбиелейді. Дойбы ойыны арқылы ұлттық құндылықтар дәріптеліп, тарихи сана

қалыптасады.

Болашақта дойбыны білім беру жүйесінде кеңінен қолданып, арнайы бағдарламалар, әдістемелік құралдар мен кәсіби жаттықтырушылар даярлау – уақыт талабы. Бұл бағыттағы жұмыстар жас ұрпақтың интеллектуалдық әлеуетін арттырып, еліміздің зияткерлік дамуына өз үлесін қосары сөзсіз.

Сондықтан дойбыны тек спорт түрі ретінде ғана емес, тәрбиелік, мәдени және танымдық құрал ретінде бағалау қажет. Әрбір жасалған жүріс – өмірлік тәжірибе, әрбір жеңіс – табандылықтың жемісі, ал әрбір жеңіліс – жаңа биіктерге жетелейтін сабақ. Ойын тақтасында қалыптасқан ойлау мәдениеті болашақта ел болашағын қалыптастыратын саналы, білімді, жауапты тұлғалардың негізін қалайды.

Әдебиеттер

1. Леонтьев А. Н. Деятельность. Сознание. Личность. — М.: Политиздат, 1975. — 304 с.
2. Авербах Ю. Л. Шашки. — М.: Физкультура и спорт, 1980. — 240 с.
3. Жакыпов С. М. Ойлау психологиясы. — Алматы: Қазақ университеті, 2010. — 180 б.
4. Вайнштейн А.И. Логика и мышление в интеллектуальных играх. — СПб.: Питер, 2012. — 256 с.
5. Гик Е. Я. Интеллектуальные игры и развитие мышления. — М.: Академия, 2009. — 304 с.
6. Барский Ю. А. Шашки для начинающих. — М.: Просвещение, 1985. — 192 с.
7. Касымбеков М. К. Спорттық ойындар теориясы мен әдістемесі. — Алматы: Білім, 2015. — 220 б.
8. Котов И. С. Теория и практика игры в шашки. — М.: Советский спорт, 1990. — 264 с.

ЛЫЖНАЯ ПОДГОТОВКА В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ШКОЛЕ

Фритц Олег Викторович,

учитель физической культуры
КГУ «Зуевская общеобразовательная школа
отдела образования Алтынсаринского района»
Управления образования акимата Костанайской области

Андатпа

Мақалада жалпы білім беретін мектеп оқушыларының дене тәрбиесі жүйесіндегі шаңғы дайындығын ұйымдастыру мәселелері қарастырылады. Жұмыстың мақсаты – білім мазмұнының жаңартылған жағдайында оқушыларды осы спорт түрінің негіздеріне үйретуге бағытталған педагогикалық тәжірибе мин тиімді әдістемелік тәсілдерді жиі қолдану. Шаңғы дайындығының міндеттері, сондай-ақ шаңғымен шұғылданудың сауықтыру әсері, төзімділік пен қимыл үйлесімділігін дамытуға ықпалы айқындалады.

Түйінді сөздер: шаңғы, шаңғы жабдықтары, сабақ, белсенділік, дене дайындығы.

Аннотация

В статье рассматриваются вопросы организации лыжной подготовки в системе физического воспитания учащихся общеобразовательной школы. Цель работы заключается в обобщении педагогического опыта и эффективных методических подходов к обучению

школьников основам данного вида спорта в условиях обновленного содержания образования. Исследуются задачи лыжной подготовки, возрастные особенности обучающихся, средства формирования технических навыков, подчеркивается оздоровительный эффект занятий на лыжах, влияние на развитие выносливости и координации.

Ключевые слова: лыжи, лыжный инвентарь, урок, активность, физическая подготовка.





Abstract

The article discusses the organization of ski training in the physical education system of secondary school students. The purpose of the work is to summarize the pedagogical experience and effective methodological approaches to teaching schoolchildren the basics of this sport in the context of the updated content of education. The tasks of ski training, age characteristics of students, means of forming technical skills are studied, the health effect of skiing, the effect on the development of endurance and coordination is emphasized.

Key words: skiing, ski equipment, lesson, activity, physical training.

Физическое воспитание школьников направлено на укрепление здоровья, формирование умений и навыков, а также качеств, необходимых для полноценной жизнедеятельности. В регионах с устойчивым зимним климатом лыжная подготовка занимает особое место в системе среднего образования. Занятия лыжами способствуют всестороннему развитию ребенка, повышению уровня его функциональной подготовке и формированию устойчивого интереса к физической культуре. Среди основных составляющих — уроки лыжной подготовки проводятся исходя из погодных условий — безопасности каждого обучающегося. Температурный режим для младших классов (с 1 по 4) составляет до -15 градусов, для среднего и старшего звена — с 5 по 11 классы до -17 градусов.

Занятия лыжами оказывают комплексное влияние на развитие основных физических качеств, прежде всего выносливости, координации движений, сил и быстроты. Регулярная лыжная подготовка положительно сказывается на деятельности сердечно-сосудистой и дыхательной систем, повышает общую работоспособность и является отличным способом профилактики простудных заболеваний. Кроме того, занятия на лыжах способствуют нормализации дыхания, самоконтроля и умения распределять физическую нагрузку в зависимости от индивидуальных способностей ученика. Включение подготовки в учебный процесс в свою очередь способствует требованиям к организации физического воспитания и ориентировано на развитие у школьников здорового образа жизни [1].

Эффективность лыжной подготовки напрямую зависит от нагрузки и ее правильного распределения. Педагогу необходимо учитывать уровень физической подготовки обучающихся, состояние здоровья и особенности зимней

трассы. Постепенное увеличение объема и интенсивности обеспечивает адаптацию организма и снижает риск травматизма. Существенную роль играет контроль за техникой выполнения движений и своевременная работа над ошибками. При этом особое значение имеет соблюдение правил безопасности. Перед началом проводятся инструктаж, обязательная проверка инвентаря и соответствия одежды учеников погодным условиям. Лыжная трасса должна быть подготовлена с учетом возрастных особенностей и не содержать опасных участков. Недопустимы занятия и при экстремально низких температурах, сильном ветре или плохой видимости. В случае неблагоприятных погодных условий элементы лыжной подготовки могут быть заменены упражнениями в спортивном зале.

В процессе обучения школьники знакомятся с основными способами передвижения на лыжах. Они учатся выполнять подходы и приемы, осваивают спуски, повороты и отрабатывают технику торможения. Главная задача обучения — помочь освоить обучающимся уверенно и безопасно передвигаться на лыжах [2].

Все лыжные ходы делятся на две основные группы: классические и коньковые. Основное отличие заключается в способе отталкивания. При классическом ходе отталкивание ногой происходит от неподвижной опоры — в момент толчка лыжа останавливается и перестает скользить. В коньковом ходе отталкивание выполняется скользящей лыжей, благодаря чему скорость скольжения значительно выше. При движении классическим стилем лыжи располагаются параллельно друг другу и движутся по лыжне. Такие ходы отличаются по работе палками. Они могут быть одновременными или попеременными. Сцепление лыжи со снегом обеспечивается с помощью специализированного средства, камуса — или ворсистой вставки или насечек, которые делают в средней части лыжи. Коньковые ходы требуют более активного движения ногами.

На занятиях физической культуры педагоги используют игровые и соревновательные элементы: эстафеты, гонки на короткие дистанции, упражнения на ловкость и равновесие. Такие формы работы повышают интерес детей к занятиям помогают укреплять навыки и формируют положительное отношение к активному отдыху.

Для развития выносливости мышц рук в тренировках часто прибегают к бесшажному классическому ходу с попеременным отталкиваем палок. При этом способе ноги

остаются неподвижными на лыжне. Учащийся поочередно отталкивается сначала правой ногой, затем левой, повторяя эти движения динамично на протяжении всей дистанции.

Существует несколько основных способов передвижения на лыжах. Каждый из них применяется в зависимости от рельефа трассы и скорости. В их числе попеременный двухшажный классический ход, который является одним из самых известных и часто используемых. При этом способе лыжник, условно, делает два шага лыжами, поочередно отталкиваясь палками: сначала одной рукой, потом другой. Ноги и руки работают попеременно – как при обычной ходьбе. Этот ход особенно удобен при подъемах средней и большой крутизны, когда нужно уверенно подниматься и сохранять равновесие. Данный вид изучается учениками старших классов. Он помогает хорошо контролировать скорость и не соскальзывать [3].

Одновременный одношажный классический ход. При использовании данного вида лыжник отталкивается обеими палками одновременно, а затем делает шаг одной ногой. Потом снова – толчок палками и шаг другой ногой. Такой способ используется на ровных трассах, особенно когда скольжение лыж затруднено мокрым или рыхлым снегом.

Одновременный бесшажный классический ход – считается одним из быстрых. При нем лыжник не делает шагов ногами, передвигается только за счет толчков обеими палками, скользя на лыжах. Большое преимущество этого хода в том, что для него не нужны какие-либо специальные средства для смазки лыж, при этом можно развить достаточно высокую скорость. Зачастую данный ход используют на ровных и хорошо укатанных трассах.

В школе уроки лыжной подготовки также способствуют воспитанию дисциплины, ответственности и взаимопомощи. Учащиеся учатся поддерживать друг друга, соблюдать правила и работать в команде. Регулярные занятия формируют у детей устойчивую привычку к спорту. Важной составляющей остается поэтапность обучения. На начальном этапе ученики осваивают основные стойки, способы передвижения и равновесия на лыжах. Особое внимание уделяется правильной постановке ног, координации движений рук, а также умение сохранять устойчивость при скольжении. На этом этапе формируются базовые навыки, которые служат основой для дальнейшего освоения техники.

На следующем этапе происходит непосредственное освоение и подходов, развитие технической точности. Ребята изучают трассу, учатся распределять свои силы, использовать различные способы передвижения в зависимости от рельефа. Далее подключаются занятия на

преодоление подъемов, спусков, изменение темпа и направления движения.

Существуют и другие виды лыжных подходов, но они используются гораздо реже. Чаще всего их применяют в отдельных ситуациях, к примеру, на сложных участках трассы или при плохом скольжении. В обычных школьных занятиях и соревнованиях такие подходы не применяются. Со временем многие старые способы и вовсе изжили себя. Это связано с тем, что современный лыжный спорт стал намного быстрее и динамичнее. Спортсменам нужно показывать высокую скорость и хорошие результаты, поэтому техника катания постоянно совершенствуется. Лыжники стали применять более эффективные и быстрые ходы, которые позволяют экономить силы и как можно скорее проходить дистанцию. В результате этого многие лыжные ходы ушли в прошлое, а на смену им пришли более удобные, адаптированные под условия и климат, а также отвечают современным инвентарям и требованиям. Чтобы развить в детях интерес в школе системно применяют практические навыки и позволяют использовать разные виды ходьбы [3].

Лыжная подготовка в общеобразовательной школе является важной и эффективной составляющей системы физического воспитания учащихся. Она способствует не только развитию основных физических качеств — выносливости, силы, координации и быстроты, — но и формированию устойчивого интереса к занятиям физической культурой и здоровому образу жизни. Регулярные занятия на свежем воздухе положительно влияют на функциональное состояние организма, повышают работоспособность и укрепляют здоровье школьников.

Грамотно организованный учебный процесс, основанный на поэтапном освоении техники, учёте возрастных и индивидуальных особенностей детей, а также соблюдении требований безопасности, позволяет обеспечить высокий уровень усвоения лыжных навыков. Использование разнообразных форм работы, включая игровые и соревновательные элементы, делает занятия более доступными и мотивирующими.

Литература

1. Лыжный спорт учебник / Т.И. Раменская, / Баталов А.Г. / Москва. Издательство «Флинта»;
2. Лыжная подготовка в общеобразовательных учреждениях / А.П. Олониин, Г.Б. Чукардин, Н.И. Семенов / С-Пб, 2003 г.
3. Богданов, Г.П. Уроки физической культуры в 4-6 классах: Пособие для учителей / Г.П. Богданов, Л.Ж. Булгакова, Н.Н. Власова и др. - М.: Просвещение, 1979. - 192 с.





ВИКТОР РЯСКИН: «БАСКЕТБОЛ — ЭТО НЕ БЮДЖЕТЫ, ЭТО ХАРАКТЕР»

Виктор Михайлович Ряскин родился 6 ноября (в один день с создателем баскетбола Джеймсом Нейсмитом). Выпускник Алматинского института физкультуры. С 1971 года — преподаватель Костанайского пединститута, с 1972-го — бессменный тренер сборной области. Один из архитекторов уникальной системы подготовки баскетболистов в регионе.

В год 100-летия казахстанского баскетбола мы беседуем с человеком, чья жизнь неразрывно связана с историей игры в Костанайской области. Полвека тренерской работы, воспитание не одного поколения игроков, принципиальные победы и выживание в лихие 90-е.

О выборе и «космических» перспективах

— **Виктор Михайлович, в 1971 году перед Вами, молодым специалистом, лежал пропуск на Байконур. Обещали квартиры на выбор, московское снабжение, статус. Но вы выбрали скромную ставку в Кустанае. Спустя полвека — не жалеете?**

— В моем возрасте жалеть о чем-то уже поздно, да и незачем. Я родился здесь, это моя земля. Еще в восьмом классе я твердо решил: буду тренером и буду тренировать сборную области. Были предложения и из Усть-Каменогорска, и с Байконура, но Кустанай перевесил. В итоге я 50 лет отдал нашему педагогическому институту и ни разу не пожалел о том выборе. Мы создали здесь что-то важное. В этом году мы отмечаем не только 100-летие казахстанского баскетбола, но и 80-летие этого вида спорта в нашем регионе. Так что у нас двойной праздник.

О «Золотой гвардии» и гигантах

— **Ваше становление пришлось на период, который называют рассветом нашего баскетбола. Вы учились у легенд 1956 года — Ю. Бухвалова, В. Нелидова. Каково это — перенимать опыт у людей, которые вывели Казахстан на 5-е место в Союзе?**

— Когда я поступил в 1968 году, я даже не знал сначала, что мои преподаватели — те самые герои Спартакиады 56-го года. Это была «старая гвардия». Потом я узнал, что за нашу сборную играл легендарный Увайс Ахтаев — великан ростом 232 сантиметра, и «репатриант из Египта» Арминак Алачачян. Удивительный дуэт: гигант и разыгрывающий ростом всего 174 см. Алачачяна после той Спартакиады сразу забрали в ЦСКА.

Я учился на курсе младше Олега Кима — человека, который позже

сотворит чудо со «СКА». Мы вместе играли за команду института физкультуры, были бессменными чемпионами среди вузов. Это было время, когда баскетбол в республике дышал мощно.

— **Вы упоминали «фантастическую пятерку» алматинского «Локомотива», которая в конце 60-х пробилась в Высшую лигу СССР. Кто эти люди?**

— Я помню их всех поименно: Юра Поздняков, Анатолий Никишин, Геннадий Малашин, Валерий Платонов и лучший снайпер Союза Виктор Вейсман. Они продержались в «вышке» два года фактически впятером! С ними мы позже много дружили и работали. Платонов, например, тренировал нас на четвертом курсе, а позже стал гостренером СССР. Это были люди высочайшей культуры игры.

Костанайский феномен: от конфет до побед.



— В 70-е и 80-е годы Кустанай начал выдавать феноменальные результаты на республиканской арене. Как вам удавалось обходить системные клубы, имея те же 15 дней сборов, что и у остальных?

1973 год. Серебро первых молодежных игр КазССР

— Тогда не было понятия «клуб», была «сборная области». У всех были равные условия: питание, форма, командировочные. Всё решало качество тренерской работы. В 1974 году на Кубке Республики мы впервые обыграли Алма-Ату со счетом 101:97. Я тогда был играющим тренером, забил 30 очков — и это тогда еще не было трехочковой линии!

В 1975-м на Спартакиаде в Джамбуле мы попали в одну группу с «Локомотивом». Бороться с ними тогда было почти бессмысленно, но мы дали бой. Гостренер Николай Тунда тогда особо отметил нашу игру. В итоге мы стали пятыми, а могли быть в призерах. Но реванш взяли позже: в 1979-м и 1983-м дважды становились вторыми, а в 1990-м выиграли Спартакиаду, привезя Алма-Ате «плюс 20», и в 1991-м, в год столетия мирового баскетбола, стали чемпионами республики.

— 90-е годы стали для спорта временем выживания. Говорят, вы возили команду на игры, продавая конфеты, чтобы купить билеты?

— Было и такое. Денег не было совсем. Громадная благодарность директору фабрики «Баян Сулу» Евгению Богеру. Он помогал чем мог — иногда выдавал суточные продуктами, конфетами. Мы их как-то умудрялись реализовывать, чтобы оплатить поездку. Это было время выживания, но мы не бросили команду. Я просто не понимал, что такое бизнес, я знал только баскетбол.

Возрождение и новые победы

— Но уже в начале 2000-х Костанай снова заявил о себе на клубном уровне...

— Да, как только появилась возможность, мы создали профессиональный клуб. Летом 2003 года сразу два предложения поступило: от Евгения Богера, который к тому времени вытащил фабрику из кризиса, и от Эмира Эмирова, уроженца Рудного, с которым мы ещё в 60-х играли вместе. В сезоне 2003–2004 наша команда заняла первое место в Национальной лиге и выиграла Кубок Казахстана. Позже клуб перешёл в государственное коммунальное предприятие, но все годы мы со второго места в чемпионате не опускались и Кубок редко уступали.

— Однако главным мерилем развития баскетбола в регионе Вы считаете не клубные успехи, а выступления на Спартакиадах, где играют воспитанники...

— Совершенно верно. Клубные результаты во многом зависят от бюджета и легионеров. А Спартакиада — это чистый срез работы тренеров и школ. В 2000 году сборная области заняла второе место. Потом баскетбол временно исключили из программы, но, когда вернули — в 2011 и 2015 годах, мы снова были первыми! А в 2019-м — вторыми. Ни Астана, ни Алматы, ни одна другая область не могут похвастаться такой стабильностью.

Секрет «вертикали» и современность

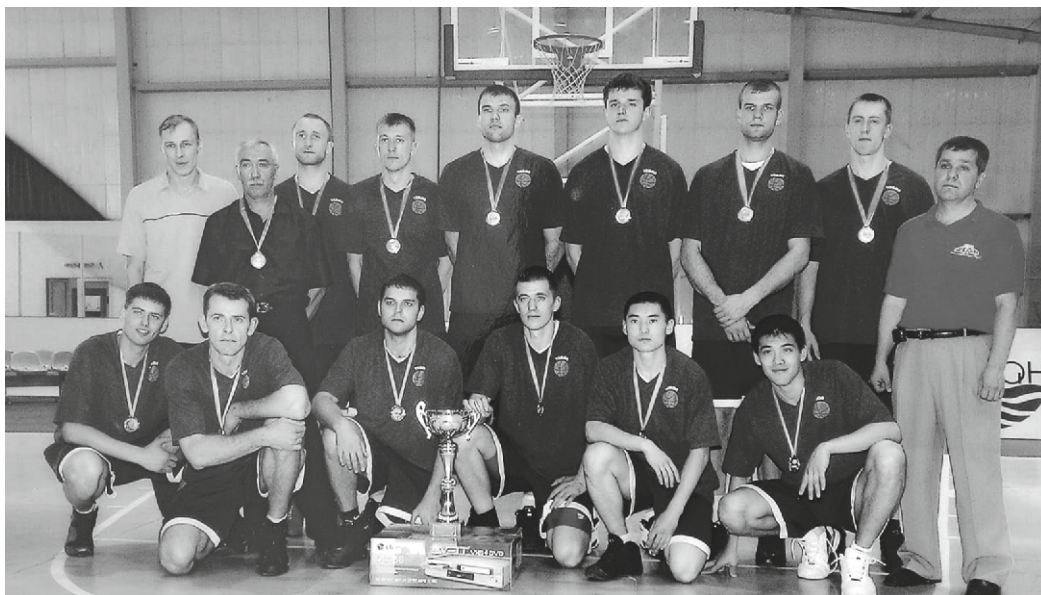
— В чем секрет этой стабильности?

— В системе, которую мы строили вместе с Михаилом Дзензурой. Он был выдающимся организатором — открыл отделения баскетбола во всех районных школах области. Появился приток ребят, они поступали в институт, возвращались тренерами в села. Система работала безотказно. Мы даже на всесоюзном уровне «шумели» — в литовском Паневежисе наша юношеская команда заняла 5-е место в Союзе. Для регионального города это был космос.

— Если бы вы могли вернуть один элемент из



Игровой момент на Спартакиаде в г. Джамбул



2004 г. чемпионы Чемпионата РК среди мужских команд «Национальной лиги»

Верхний ряд: помощник тренера Ратников С., главный тренер Ряскин В. М., Шпехт А., Карой М., Коновалов В., Крылов А., Гейлерт В., Лашко С., директор клуба Волков С.

Нижний ряд: Туфатулин Р., Гемуринов С., Пахутко А., Дербуш А., Султанов Т., Джаров Х.

советской системы в сегодняшний день, что бы это было?

— «Лицо» команды. Раньше у каждого региона был свой стиль. Мы играли в быстрый баскетбол. Павлодар — в свой, Усть-Каменогорск из-за высокорослых игроков — в медленный, позиционный. А сейчас все играют «по протоколу», как в современной медицине: компьютер — диагноз — лечение. Индивидуальность исчезает. И, конечно, кадры. Сейчас катастрофическая нехватка тренеров.

— При этом Костанай всегда оставался кузницей талантов. Даже в 2000-е, наши воспитанники разбегались по другим командам. В те годы у нас было 11 человек, игравших за клубы национальной лиги — за Алма-Ату, за Актау. И сейчас два наших великолепных игрока выступают против нас — один за Астану, другой за Атырау.

Как говорится, рыба ищет, где глубже, а человек — где лучше. Но сердце баскетбола всегда там, где есть школа.

Блиц-опрос

Самый талантливый самородок Костаная? — Сергей Везенкин. Рост 202 см. Мы его нашли здесь, он пару лет поиграл, а потом Валерий Платонов лично прилетел за ним, чтобы забрать в Алма-Ату. Сергей стал капитаном «СКА» и вывел команду в Высшую лигу.

Матч, за который не стыдно? — Тот самый 1974 год, победа над Алма-Атой. Мой дебют как тренера на республиканской арене.

Казахстанский баскетбол через 10 лет — какой он? — Главное — сохранить преемственность. Сейчас всё решают деньги и легионеры. Но Костанай всегда был и будет поставщиком игроков. Надеюсь, система подготовки, которую мы выстраивали десятилетиями, не исчезнет.



Элита Казахского баскетбола после поединка в г. Костанай между ветеранами Костаная и Казахстана

Нижний ряд (слева): Успанов К., Денисов В., Сулов В., Никогосян М., Лапин В., Лабков В.

Верхний ряд (слева): Борисов Б., Суетнов К., Безязычный В., Дзензур М., Кайгородцев В., Виноградов Ф., Нечяев А., ?, Ряскин В., Шевченко А., Малашин Г., Шестернев А., Никишин А., Сериков С.



