



ӘЛ-ФАРАБИ атындағы
ҚАЗАҚ ҰЛТТЫҚ УНИВЕРСИТЕТІ

КАЗАХСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
имени АЛЬ-ФАРАБИ

**«ЭКОНОМИКАНЫҢ ИННОВАЦИЯЛЫҚ ДАМУ
НЕПІЗДЕРІ РЕТІНДЕ ҒЫЛЫМ, БІЛІМ БЕРУ ЖӘНЕ
БИЗНЕС ИНТЕГРАЦИЯСЫ» атты
45-інші ғылыми-әдістемелік конференция
МАТЕРИАЛДАРЫ**

4-КІТАП

**МАТЕРИАЛЫ
45-ой научно-методической конференции
«ИНТЕГРАЦИЯ ОБРАЗОВАНИЯ, НАУКИ И
БИЗНЕСА КАК ОСНОВА ИННОВАЦИОННОГО
РАЗВИТИЯ ЭКОНОМИКИ»**

КНИГА 4



АСТАНА 2015

МАЗМҰНЫ СОДЕРЖАНИЕ

ДӨНГЕЛЕК ҮСТЕЛ КРУГЛЫЙ СТОЛ

БӨСЕКЕГЕ ҚАБІЛЕТТІ МАМАННЫҢ ҚҰЗЫРЕТТІЛІГІН ҚАЛЫПТАСТЫРУ ТӘСІЛІ РЕТІНДЕ ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ ЖӘНЕ СПОРТТЫҢ ЖОҒАРЫ КӘСІБИ БІЛІМ БЕРУ ЖҮЙЕСІНДЕГІ ОҚУ-ӘДІСТЕМЕЛІК ЖӨПЕ ИННОВАЦИЯЛЫҚ ДАМУ БАҒЫТЫ

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ И ИННОВАЦИОННЫЙ ВЕКТОР РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В СИСТЕМЕ ВЫСШЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ КАК СРЕДСТВО ФОРМИРОВАНИЯ КОМПЕТЕНЦИЙ КОНКУРЕНТОСПОСОБНОГО СПЕЦИАЛИСТА

Арешенко А.И., Мадиева Г.Б., Коваленко Л.Е. Реализация современных образовательных технологий в учебном процессе по физическому воспитанию студенческой молодежи.	3
Арешенко А.И., Рахимбаева Г.Х., Вишнякова Н.П., Болдырева Т.А. Инновации в организации занятий лечебной физической культуры в университете в рамках подготовки конкурентоспособного специалиста	6
Абдыбекова Н.А. Teaching speaking through discussion and writing students of physical education and sport	9
Алимханов Е.А. Оздоровление организма с применением ударных и обкатывающих упражнений	13
Алимханов Е., Аликей А., Бакаев Б. Қазақ күресі ережесін жетілдіру арқылы күрес сапасын арттыру жолдары	17
Алимханов Е.А., Мырзаев М.О., Онғарбаев А.К. «Дене тәрбиесі және спорттың әлеуметтік қызметі» курсының оқытудың болашақ маман біліктілігін арттырудағы орны	22
Андарбаев О.С. Доппен өткізілетін эстафеталардың әдістемелік нұсқаулары	24
Байзакова Н.О., Молдахметова А.Ш., Испамбетова Г.А. Современные подходы подготовки специалистов в области физической культуры и спорта	26
Байқұлбаев Б.С. Использование упражнений для коррекции зрения на учебно-тренировочных занятиях со студентами-членами сборной команды КазНУ им. аль-Фараби по боксу	29
Бакаев Б.Қ., Мырзаев М.О., Үсейін Е.М. Білімгер жастарды ұлттық ойындар арқылы тәрбиелеудің әдістемесі	31
Бейсалиев Т.М., Хохлов А.Г., Джаркешев К.И. Методические рекомендации по организации технической и тактической подготовки теннисистов	34
Бейсалиев Т.М., Хохлов А.Г., Джаркешев К.И. Основные технические элементы в настольном теннисе	38
Беседин А.Г., Гребенщиков В.Н., Баимбетов Т.Ш. Методические рекомендации для сдачи президентских тестов по прыжкам в длину с места	42
Болсамбеков Н.Ж., Бакаев Б.К., Жумашев Д.С. Использование психолого-педагогического влияния физической культуры на личностное становление и физическое развитие студентов вуза	45
Богагариев Т.А., Айпенсов Ж.А., Колдасбаева Б.Д., Молдагазина Н.А., Дуанбеков А.А. Медициналық жоғары оқу орнындағы студенттерінің түйінді құзыреттіліктерін	47
«Дене шынықтыру» пәні сабақтарында қалыптастыру барысында электрондық оқу құралды пайдалану	
Вишнякова Н.П., Незбудей В.И., Ан В.С., Смялянец С.В. Интерактивные методы обучения в учебном процессе по физической культуре	52
Воробьев В.Ф. Представления о системах как предпосылка формирования общенаучных компетенций у студентов физкультурных специальностей	56
Гасюк В.Д., Таганова Н.П., Саранина Н.И. Методика обучения двигательным действиям, направленным на развитие координационных способностей в упражнениях с теннисными мячами	58
Джаркешев К.И., Ким А.М. Перспективы разработки интегрированной образовательной программы: психология работы тренера	61
Ерешенко Р.В., Золотухин А.Н., Синельникова Г.А. Учебно-методические рекомендации специалистам в сфере высшего профессионального образования по внедрению методов самостоятельной работы студентов вузов	64
Жунусбеков Ж.И., Джамалов Д.Д., Оспанкулов Е. Дистанционное управление учебно-тренировочным процессом спортсменов средствами информационной технологии	67
Журавлев В.С. Попытка причинного истолкования техники игры и процесса подготовки волейболистов	70

При реабилитации наших студентов в течении двух лет мы использовали методику доктора медицинских наук профессора С. Бубновского. Оздоровление по системе С. Бубновского представлено уникальной методикой лечения заболеваний позвоночника. Доктор Бубновский подошел к решению проблем остеохондроза с неожиданной стороны и рассматривает ее намного шире и глубже, чем в традиционной медицине (лечение умом, а не лекарствами)[2].

Учитывая, что в большинстве вузов нет специальных тренажеров, и поэтому преподавателям лечебной физической культуры на занятиях приходится использовать весь имеющийся арсенал: столы, стулья, мячи, ручные тренажеры. Применение упражнений с вышеперечисленным инвентарем при правильном использовании являются не менее эффективными, чем упражнения, выполняемые на специальных тренажерах. Простое упражнение ни есть примитивное.

Все студенты, групп лечебной физической культуры, имеющие заболевания позвоночника были разделены на три группы: шейный отдел позвоночника, грудной отдел, поясничный.

Обучение специальным упражнениям давалось в строгом соблюдении принципа постепенности, параллельно студенты обучались методике правильного дыхания в течение двух лет.

К сожалению, у нас нет возможности провести диагностику глубоких мышц и связок позвоночника. Поэтому результат работы оценивался на субъективных данных и состоял из опроса студентов:

- шейный остеохондроз: добились уменьшения синдрома плечелопаточного периартрита (уменьшение или исчезновение болей в области плечевого сустава, плеча, шеи); исчезновения корешкового синдрома (уменьшение жгучих болей, которые усиливались при движении головы); исчезновения кардиального синдрома (боли в сердце, напоминающие стенокардию, без органических изменений в сердце); уменьшения проявлений синдрома позвоночной артерии (головная боль, головокружение, тошнота, рвота, глазные, глоточно-гортанные)

- поясничный отдел: увеличение подвижности позвоночника, ослабление пояснично-крестцового радикулита (исчезновение жгучих болей, устранение вынужденной позы сидя, или стоя).

Вывод: Эффективность использования физических упражнений из методики С.Бубновского со студентами, имеющим остеохондроз различных отделов позвоночника доказана результатами практической работой и может быть рекомендована для применения на занятиях в группах лечебной физической культуры.

Литература:

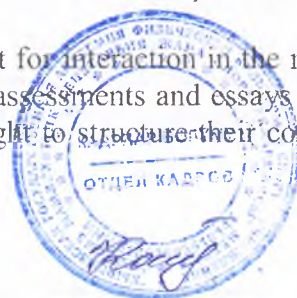
1. Лечебная физическая культура. Издание 7-е. Под ред. П.Н. Попова. Учебник, Москва. <http://www.chtivo.ru/book/1505921/>
2. С. Бубновский, Остеохондроз - не приговор! Книга. http://bookz.ru/authors/sergei-bubnovskii/osteohon_716.html

Н.А. Абдыбекова

TEACHING SPEAKING THROUGH DISCUSSION AND WRITING STUDENTS OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORT

КГАФКиС, Бишкек, Кыргызская Республика

Written communication has become extremely important for interaction in the modern world with the instant technological development. Recently writing assessments and essays have become a vital part of a formal education. Secondary students are taught to structure their compositions in



order to improve their writing skills. Both in secondary and tertiary education, essays are used to judge the mastery and comprehension of material. Students of physical education and sport are asked to explain, comment on or assess a topic of study in the form of an essay.

What is an essay? Essay is a short piece of writing on a particular subject which presents the author's point of view. It is an organized set of ideas and reflections. This presentation of views must be done in a logical and factual manner with the use of the first person often discouraged. The leading essayist Aldous Huxley defines essay in the following way - "Like the novel, the essay is a literary device for saying almost everything about almost anything, usually on a certain topic. By tradition, almost by definition, the essay is a short piece, and it is therefore impossible to give all things full play within the limits of a single essay. But a collection of essays can cover almost as much ground, and cover it almost as thoroughly, as can a long novel". The word "essay" originated from French word "essai" which means "effort, sketch". It reflects the essence of this notion. It is a personal attempt to give a challenging sketch on certain issues. Every attempt is different and presents versatile ideas, but people must not be afraid of writing even knowing that it is too complicated to express them in a proper way.

Essay should be structured in various sections that make it easy for the readers to read and follow the author's thoughts clearly. To show your grasp of the ideas studied learners have to express them in their own words. Writing essays is not the easy task. Nevertheless, it is a good way to stimulate learning and critical thinking that makes writing a valuable part of any language course. It enables learners to display the skills and abilities which they possess and remaining an important method of assessment, helps to discriminate between students, to test their intellectual capabilities. Raimes points out - "Writing helps students to learn. Firstly, it reinforces the grammatical structures, idioms, and vocabulary that teachers have been teaching their students. Secondly, when students write, they also have a chance to be adventurous with the language, to go beyond what they have just learned. Thirdly, when students write, they necessarily become very involved with the new language [2, p.58]

Professor Roy Wilkinson has identified a pyramid of skills which teachers try to test with the help of essay assignment.

Tarvers explains that - "Writing is a powerful instrument of thought. In the act of composing, writers learn about themselves and their world and communicate their insights to others. Writing confers the power to grow personally and to effect change in the world" [3, p.45] Moreover, the skill of writing essays is an essential tool in achieving the desirable grade in the courses studied. The basic essay-writing skills are not that difficult to acquire. The reason why so many students fail to do this is that not enough attention has been paid to teaching them. It is inevitable that schools, colleges and universities spend most of their time teaching the core subject-matter of a course, but hardly any time in advising students how to put their ideas down on paper in the form of an essay. Hedge points out that writing has been a neglected area of English language teaching for some years [1, p.101]. However, when people write down an account of ideas for others to read, they have to explain themselves particularly carefully. The leaps made while talking are not allowed. This makes writing probably the most challenging aspect of studying. White and Amdt promote that - "Writing is a form of problem-solving which involves such processes as generating ideas, discovering a voice with which to write, planning, goal-setting, monitoring and evaluating what is going to be written as well as what has been written and searching for language with which to express exact meanings" [4, p.92].

The difficulties in writing essays as well as the process of teaching writing essays show the object of this course paper. The subject lies in the set of skills and hints for teaching learners to write better compositions. This coursework comprises the following tasks:

to specify the structure of the essay and stages in writing it; to clarify the skills and habits necessary for the learners to write properly, clearly and persuasively, and to present the viewpoint forcefully in writing; to show the importance of practicing writing topic and concluding sentences, organizing the paragraphs coherently, using appropriate vocabulary, transitional devices and grammar; to apply key writing structures to learners' writing; to develop strategies for writing,

revising, and editing texts that are based on audience and purpose; to make students aware of the impact of their choice of words, sentences and organizational techniques on the effectiveness of writing.

Learning solid essay writing skills while in school is the foundation for even the most basic education. Thus, many students do not have the slightest idea on how to begin a creative writing and how to express their thoughts. It is important for learners not to suppress their ideas, they should think widely, in various directions. The practical value lies in helping people to order their essays, to display their knowledge in the well-structured way due to the standards of essay writing, to provoke the learners to write and to believe in their own abilities, the originality and validity of their thoughts. In addition to this, essay writing is a part of a sequence designed to develop specific discourse skills.

Language learning requires mastering the four basic skills a language consists of. Thus there is not only the awareness of grammatical, lexical or syntactic rules needed but the writing process demands also mental power of the writer. Writing is an effective tool to use for different purposes from sharing ideas, corresponding to persuading others. Through writing people articulate their ideas in another way than in speaking, their written product can be much more expressive and powerful. Written works are permanent; they may have an impact much later in time.

On the other hand, subordination involves designating one clause to be more important than the other. It is up to you to decide what type to choose. It is essential to mention the role of linking words in this case.

Put down your thoughts in clear sentences that flow logically from one to another. To be coherent a paragraph must satisfy two criteria: relevance (every idea must relate to the topic) and effective order (ideas must be arranged in a way that clarifies their logic or their importance and help the reader to follow and understand the writer's thoughts). An appropriate use of paragraphs is an essential part of writing well-structured essays: *In addition to problems of obesity, America's youth also suffer from increasing amounts of psychological stress.* The transition is made from obesity to psychological stress providing a bridge between paragraphs. Transitions are useful when moving from paragraph to paragraph, from one point to another to form logical flow. Every essay you write should have this feeling of continuity. Connectors will occur throughout your essay. The most common ones are those that are used for listing, addition, consequences and emphasis.

Chronology	Comparison	Contrast	Addition	Examples	Causes/Effects
before after next since first second while when as soon as	likewise similarly compare to/with as...as not only...but also the same as just like also too	however on the other hand on the contrary whereas but/yet despite/in spite of in contrast although/even though instead nevertheless nonetheless in theory...in practice	and also in addition too as well as furthermore moreover apart from besides in fact another...is	for example for instance in general in particular namely especially such as like including	therefore so thus as a result since because for due to/owing to as consequently hence for this reason
Sequence		Opinion	Advantage/Disadvantage		Conclusion

first/to start with/to begin with first of all secondly/after this (that) /next/then third/thirdly finally/lastly/last but not least moreover/furthermore one... another... the former...the latter	in my opinion in my view to my mind (personally) I believe I feel strongly that it seems to me that I think that	the first (dis) advantage one (dis) advantage another (dis) advantage the main (dis) advantage the greatest advantage of	finally lastly all things considered in conclusion to sum up to crown it all all in all taking everything into account on the whole
---	---	--	--

Cause and effect: *because, as* and *since* introduce a cause; *so, therefore, consequently and as a result* introduce an effect. Because, as and since are usually used in the middle or at the beginning: I stayed at home, because it was raining. Because it was raining, I stayed at home. Therefore, consequently and as a result are used at the beginning; it is not possible with so. It was raining; therefore, I stayed at home. It was raining. Consequently, I stayed at home. Due to/owing to and because of introduce a cause in the form of a noun phrase: Due to the rise in oil prices, the inflation rate rose by 1.25%.

Students of physical education and sport had written essays, compositions and discussed the main topic. For example: they had read the text and done following works very well:

Task №1. **Discuss each other** on theme: The International Issyk Kul sports games.

Task №2. Read and retell the topic.

The International Issyk Kul sports games

The International Issyk Kul sports games began in 2001 on the beach of the pearl Issyk Kul lake. The international conference organizing the sports was the initiator of these sport competitions. The Shanghai organizing corporation supported the idea of annual meeting of the sportsmen, merited coaches and master of sports from Central Asians countries. A lot of representatives come from China, Moldova, Turkmenistan, Pakistan, Azerbaijan, Ukraine, Russia and other countries.

Organizing of sports games became tradition. 200 sportsmen took part in the International Issyk Kul sports games in 2001. 2000 participate in the sports games in 2007. The statistic showed us that every year the quantity of sportsmen increase.

The international science congress helps to pedagogies. The actual questions of physical education of schoolchildren and students are discussed by the representatives from the Communities of independent countries.

The International Issyk-Kul sports games will be the traditional mass sport competitions between the Communities of independent countries. It will help the developing the physical culture and sport not only Kyrgyzstan but other neighbor countries.

Task №3. Answer the questions.

When did the International Issyk-Kul sports games begin?

Which counties participate in these sport games?

Who was the initiator of these sport competitions?

By whom is organized the international science congress?

How many did sportsmen take part in the International Issyk Kul sports games in 2014?

What is the goal of the international science congress?

Do you know other mass sport competitions between the Communities of independent countries?

How do you think, what result will be Kyrgyz sportsmen in 2015?

Task №4. Fill the table.

I know	I don't know	I want to know

Task №4. Writetheessayontheme: How can I help developing of physical culture and sportin Kyrgyzstan (Напишите эссе на тему: Как я могу помочь развитию физической культуры и спорта в Кыргызстане).

Literature:

1. Hedge, Tricia. Writing. - Oxford University Press, 1988.
2. Tarvers, Josephine Koster. Teaching Writing: Theories and Practices. - Glenview: Scott, Foresman and Company, 1988.
3. White, R., Amdt, V. Process Writing. - Longman Group UK Limited, 1991.
4. Hedge, Tricia. Writing. - Oxford University Press, 1988.

Е.А. Алимханов

ОЗДОРОВЛЕНИЕ ОРГАНИЗМА С ПРИМЕНЕНИЕМ УДАРНЫХ И ОБКАТЫВАЮЩИХ УПРАЖНЕНИЙ

Главное назначение оздоровительных видов упражнений состоит, чтобы укреплять здоровье человека, поддерживать на высоком уровне его физическую и умственную работоспособность в учебе и в труде. Мышечное бездействие, связанное в последние десятилетия с бытовой и производственной гиподинамией человека, в сочетании с постоянным нервным напряжением, губительно сказывается на нашем здоровье.

Предлагаемый комплекс упражнений направлена на глубокое воздействие мышцам, кровеносным сосудам, нервным волокнам, костям, суставам и внутренним органам человека посредством ударных и обкатывающих действий.

Комплекс упражнения отличается доступностью, простотой выполнения и полезным оздоровительным эффектом. Многолетние практические применения ударных и обкатывающих упражнения на людей разных половозрастных групп показало полезность и эффективность упражнения, особенно для повышения мышечного тонуса, в укреплении костно-связочного аппарата, в улучшении координации движений, в лечении различных болезни таких как болезни позвоночника, органов моче-половой системы, дыхательной системы, в снижении лишнего веса.

Ученые установили, что такие разные болезни как гипертония, аритмия, артроз, атеросклероз, бессонница, астма, гастрит, стенокардия, инфаркт, инсульт, мигрень имеют одну физиологическую основу, причину – нарастающий с возрастом дефицит кровообращения во всех органах. Восстановление нормального кровотока дает поразительный результат- неизлечимые болезни исчезают. Восстановление хорошего кровотока возможна и это доказана на практике с применением различных гимнастических упражнения и физических нагрузок, в том числе настоящего комплекса упражнений.

Активность нашего организма целиком зависит от силы и активности мышц. Сейчас бесспорно понимание того, что даже в осуществлении кровообращения не все зависит от силы нашего сердца, вторым сердцем нашего организма являются скелетные мышцы и в то же время каждая мышца имеет строго определенную функцию, должна нести полноценную нагрузку и хорошо отдыхать.

Главные особенности системы:

1. Здесь нет ограничений в количестве повторений упражнений. Вы сами определяете количество повторений по самочувствию.

2. Упражнения можно выполнить в любое время суток. Упражнения полезно всем особенно для тех людей у кого наблюдается усталость, нервное расстройство, болезненное состояние, находится в стадии лечения или после лечения. Полезно выполнить упражнения перед напряженной работой, перед ездой на автомобиле и в др. случаях.

3. Нет строгой последовательности выполнения видов упражнений. С какого упражнения хотели бы начать с того и начните. Необязательно выполнять упражнения