



**«ЭКОНОМИКАНЫҢ ИННОВАЦИЯЛЫҚ ДАМУ
НЕГІЗДЕРІ РЕТІНДЕ ҒЫЛЫМ, БІЛІМ БЕРУ ЖӘНЕ
БИЗНЕС ИНТЕГРАЦИЯСЫ» атты**

45-інші ғылыми-әдістемелік конференция

МАТЕРИАЛДАРЫ

23-24 қаңтар 2015 жыл

4-кітап

МАТЕРИАЛЫ

45-ой научно-методической конференции

**«ИНТЕГРАЦИЯ ОБРАЗОВАНИЯ, НАУКИ И БИЗНЕСА
КАК ОСНОВА ИННОВАЦИОННОГО РАЗВИТИЯ
ЭКОНОМИКИ»**

23-24 января 2015 года

Книга 4

Алматы
«Қазақ университеті»
2015

«**Экономиканың** инновациялық даму негіздері ретінде ғылым, білім беру және бизнес интеграциясы» атты 45-інші ғылыми-әдістемелік конференция материалдары. 23-24 қаңтар 2015 жыл. 4-кітап. – Алматы: Қазақ университеті, 2015. – 156 б.

ISBN 978-601-04-1019-0

Заурбекова Р.П., Таганова Н.П., Даулеталиев Ж.М. Комплексный подход в проведении учебно-тренировочного процесса в отделении бадминтона, как путь подготовки конкурентоспособного специалиста	71
Иванова Е.Г., Кириенко С.А., Подковырова Н.Н. Методика обучения круговой тренировки на занятиях физического воспитания для студентов специальных медицинских групп Казахского национального университета им. аль-Фараби	74
Испамбетова Г.А., Байзакова Н.О., Жартыбаев А.С. Дене тәрбиесінің барысында студенттердің функционалдық жүйесін жоғарылату әдістемесі	77
Испамбетова Г.А., Шабарбек Л.А., Қойшыманов Ф.С. Дене жүктемесінің сауықтыру потенциалын студенттермен өткізілетін сабақ барысында қолдану	80
Испамбетова Г.А., Шабарбек Л.А., Шакен С.Қ. Оқу процесі барысында студенттердің денсаулығын қалыптастырудағы дене шынықтырудың маңызы	82
Ларионова О.П. Методика проведения занятий по аэробике для студенток, занимающихся в КазНУ имени аль-Фараби	85
Лозбина А.В., Шепетюк Н.М., Заурбекова Р.П. Оценка максимальных значений прыжковой работоспособности волейболисток высокой квалификации	87
Мадиева Г.Б., Онгарбаева Д.Т., Отаралы С.Ж. Использование инновационных, интерактивных технологий при подготовке специалистов по физической культуре и спорту	90
Мартыненко И.И. Методика обучения организации соревнований в спорте студентов специальности «Физическая культура и спорт»	94
Мартыненко И.И., Золотухин А.Н. Методика обучения активной личной защиты с подстраховкой студентов-баскетболистов сборной команды КазНУ им. аль-Фараби	96
Мырзаев М.О., Бакаев Б.К., Аликей А. Рекомендации по выбору форм физического воспитания в учебно-тренировочном процессе	100
Носков А.А., Шабарбек Л.А. Методика выработки стратегического плана при обучении игры в шахматы	101
Отаралы С.Ж., Аликей А., Цыбулько О.В. Методические особенности составления учебных комбинаций на занятиях оздоровительной аэробикой в вузе	103
Палагутин С.А., Шакен С.К. Методика организации работы по физическому воспитанию в вузах средствами футбола	105
Романова О.В., Синельникова Г.А. Разработка физкультурно-адаптационной программы для иностранных студентов к условиям обучения в вузе	109
Самойленко А.Н., Асубаева Г.Р., Шемгутова Е.Ю. Современные проблемы и перспективы развития физической культуры в вузе	111
Синельникова Г.А., Романова О.В., Юдаков В.Н. Методика обучения игровым элементам у волейболисток средствами скоростно-силовой подготовки	114
Синицына И.М., Фролова Т.М., Аманбаева Э.Р. Методика проведения занятий по лёгкой атлетике со студентами специального медицинского отделения	117
Синьков Д.В., Машков И.Ю., Есикбаев А.Р. Инновационный подход к процессу физического воспитания студентов	120
Сиротина С.Г., Таранова А.В., Шепетюк Н.М. Инновационные формы обучения в условиях академических занятий по физическому воспитанию в вузе – методика использования упражнения «Эллипс»	123
Сиротина С.Г., Таранова А.В., Шепетюк Н.М. Рекомендации и методика выполнения упражнений лечебной гимнастики по предупреждению остеохондроза шейного и грудного отделов позвоночника	126
Таганова Н.П., Заурбекова Р.П., Отаралы С.Ж. Особенности проведения занятий по бадминтону со студентами специальных медицинских групп	130
Таранова А.В., Сиротина С.Г., Шепетюк Н.М. Упражнения с гантелями: методика и особенности проведения занятий со студентами специальной медицинской группы	132
Тургенбаева А.Ш., Молдахметова А.Ш., Баимбетов Т.Ш. Формирование спортивной культуры и здорового образа жизни студенческой молодежи Республики Казахстан	135
Үсейін Е.М., Шакен С.Қ., Бақаев Б.Қ. Әр түрлі функционалдық жүктемелердің 18-19 жастағы футболшылардың ағзасына тигізетін әсерін зерттеудің оқу-әдістемелік негіздемесі	138
Цыбулько О.В. Совершенствование учебного процесса по физическому воспитанию со студентами с использованием упражнений системы «шейпинг»	141
Шабарбек Л.А. Студенттердің дене қабілеттерін бағалау және жетілдіру жолдарын қарастыру әдістері	144
Шабарбек Л.А., Мырзаев М.О., Испамбетова Г.А. Спортшы студенттердің психологиялық дайындығын арттыру әдістемелері	146
Шакен С.Қ., Үсейін Е.М., Испамбетова Г.А., Палагутин С.А. Футболшылардың функционалды дайындығының оқу-әдістемелік негіздемелері	149
Якубов В.В., Мартыненко И.И. Методика обучения упражнениям, развивающим скоростно-силовые качества студентов первых курсов основного медицинского отделения	151

Максимальная сила мышц разгибателей туловища.
Максимальная сила мышц сгибателей туловища.
Максимальная сила мышц разгибателей бедра и голени.
Максимальная сила мышц сгибателей стопы.

Контроль за состоянием волейболисток не может дать тренеру полного представления об их подготовленности, если он не имеет сведений о физическом развитии занимающихся. Как известно, физические качества спортсмена одна из сторон двигательной деятельности, характеризующая их функциональные проявления.

Особенностями современной методики скоростно-силовой подготовки волейболисток являются: применение в качестве основных средств прыжковых, беговых упражнений, упражнений с различным весом; использование повторного, интервального, соревновательного, кругового методов; осуществление индивидуального подхода к игрокам в тренировке с учетом состояния здоровья, физического развития, физической подготовленности.

Целенаправленную скоростно-силовую подготовку спортсменок-волейболисток предлагается проводить в подготовительном периоде. Для этого следует его разделить на три основных этапа: втягивающий, этап специальной физической и технико-тактической подготовки, предсоревновательный. Содержание физической подготовки волейболисток с разной склонностью к развитию физических качеств должно строиться следующим образом: на втягивающем этапе (3 недели) следует развивать базовые физические качества, на этапе специальной физической и технико-тактической подготовки (7 недель) необходимо развивать специальные качества, тесно связанные с базовыми, на предсоревновательном этапе (3 недели) проводить активную скоростно-силовую подготовку спортсменок.

Литература:

1. Научная библиотека диссертаций и авторефератов disserCat <http://www.dissercat.com/content/individualizatsiya-skorostno-silovoi-podgotovki-voleibolistok-na-osnove-geneticheskoi-predra#ixzz3M9UqyYoN>

И.М. Сеницына, Т.М. Фролова, Э.Р. Аманбаева

МЕТОДИКА ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ ПО ЛЁГКОЙ АТЛЕТИКЕ СО СТУДЕНТАМИ СПЕЦИАЛЬНОГО МЕДИЦИНСКОГО ОТДЕЛЕНИЯ

Проблема совершенствования учебного процесса по физическому воспитанию в высших учебных заведениях в специальном медицинском отделении - является одним из основных. С каждым годом количество студентов по медицинским показателям, отнесенным в специальное медицинское отделение увеличивается. Это настораживает и требует от преподавателей, занимающихся с этими студентами более внимательного и тщательного подбора физических упражнений, необходимых студенту с его заболеванием. Средства и методы занятий физическими упражнениями могут быть весьма разнообразны, но основными являются - легкоатлетические.

Планирование учебного процесса в специальном медицинском отделении включает в себя ряд видов лёгкой атлетики: ходьба, метание теннисного мяча - являющиеся основными для всех других видов физических упражнений в физическом воспитании.

Применяемые в учебном процессе легкоатлетические упражнения для студентов специального медицинского отделения можно разделить на пять групп: основные упражнения или виды легкой атлетики, общеразвивающие упражнения; специальные упражнения; подводящие упражнения и вспомогательные упражнения.

К основным упражнениям относятся те виды легкой атлетики, которые в данный период изучаются.