

ISSN 1694-6707



## ДЕНЕ ТАРБИЯ ЖАНА СПОРТ ЖАРЧЫСЫ



**ВЕСТНИК  
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА**

**BULLETIN  
OF PHYSICAL CULTURE AND SPORT**

**№1 (31), 2023**

**Б.Т.ТУРУСБЕКОВ АТЫНДАГЫ КЫРГЫЗ МАМЛЕКЕТТИК ДЕНЕ ТАРБИЯ  
ЖАНА СПОРТ АКАДЕМИЯСЫ**

**КЫРГЫЗСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ  
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА им. Б.Т. ТУРУСБЕКОВА**

ISSN 1694-6707

**1**  
**2023 (31)**



**ДЕНЕ ТАРБИЯ ЖАНА СПОРТ ЖАРЧЫСЫ**

**ВЕСТНИК  
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА**

**BULLETIN OF PHYSICAL CULTURE AND SPORT**

*Выпуск журнала включает материалы*

*XII Международной научной конференции студентов  
и молодых ученых*

*«Университетский спорт: здоровье и процветание нации», посвященной  
памяти доктора медицинских наук профессора Б.Т.Турусбекова*

*(Кыргызстан, Иссык-Кульская область, г. Чолпон-Ата,*

*4-8 сентября 2023 г.)*

**Бишкек – 2023**

**ДЕНЕ ТАРБИЯ ЖАНА СПОРТ ЖАРЧЫСЫ**  
**ВЕСТНИК ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА**  
**BULLETIN OF PHYSICAL CULTURE AND SPORT**

**Илимий-практикалык журнал / Научно-практический журнал /**  
**Scientific-practical journal**  
**№1 (31) 2023**

**Башкы редактору/ Главный редактор/**  
**Chief editor:**  
**Азизбаев Саитдин Сейитбекович, к.и.н., доц.**

**Башкы редактордун орун басары/Заместитель главного редактора/Deputy chief editor:**  
**Абдыбекова Нурмира Абдыбековна, к.п.н., и.о. доц.**

**Ответственный редактор/**  
**Жоптуу редактор/Responsible editor:**  
**Манликова Минавар Халыковна, д.п.н., проф.**

**Технический редактор**  
**Арстанбеков Сыймык Арстанбекович**

**Редакциялык кенеш/Редакционный совет/**  
**Editorial council:**

**Анаркулов Х.Ф.** – д.п.н., проф. (Кыргызстан, КГУ им. И.Арабаева)  
**Ан Енг Кю** - PhD. (Южная Корея, г. Сеул, Корейский национальный спортивный университет)  
**Готовцев И.И.** – к.п.н., проф. (Республика Саха, Чурапчинский государственный институт физической культуры и спорта")  
**Джанузаков К.Ч.** – к.п.н., проф. (Кыргызстан, КТУ “Манас”)  
**Джусупбеков А.К.** – д. филос. н., проф. (Кыргызстан, г. Бишкек, КГАФКиС им.Б.Т.Турусбекова)  
**Закирьянов К.К.** – д.п.н., проф. (Казахстан, г. Алматы, Казахская академия туризма и спорта)  
**Збарский В.А.** – к.п.н., доц. (Кыргызстан, КГАФКиС им.Б.Т.Турусбекова)  
**Иманалиев Т.Т.** – к.п.н., проф. (Кыргызстан, г. Бишкек, КГАФКиС им.Б.Т.Турусбекова)  
**Кармышаков А.О.** – к.филол.н., доц. (Кыргызстан, КГАФКиС им.Б.Т.Турусбекова)  
**Кийзаев М.С.** – к.п.н., проф. (Кыргызстан, КГАФКиС им.Б.Т.Турусбекова)  
**Мамытов А.М.** - д.п.н., проф (Кыргызстан, г. Бишкек, КАО)  
**Мехмет Туркмен** – д. ист.н., проф. (Турция, г. Гиресун, университет Гиресун)  
**Петров С.И.** – к.псих.н., доц. (Россия, г. Санкт-Петербург, Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург»  
**Прамоод Кумар** - PhD, проф. (Индия, г.Грейта-Нойда, университет Шарда)  
**Саралаев М.К.** – к.п.н., доц. (Кыргызстан, КГАФКиС им.Б.Т.Турусбекова)  
**Токсонбаев Р.Н.** – д.п.н., проф. (Кыргызстан, КГАФКиС им.Б.Т.Турусбекова)  
**Тулеев Т.М.** – д.м.н., проф. (Кыргызстан, Салымбеков университет)

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

Учредитель:  
 Кыргызская государственная академия физической культуры и спорта им. Б.Т.Турусбекова

Издается с 2010г.  
 Журнал зарегистрирован Министерством юстиции КР. Серия ГР №002605

Регистрационный номер 1556

Адрес: КР, г. Бишкек, ул. Ахунбаева, 97, КГАФКиС им. Б.Т.Турусбекова, гл. корп., РИО, каб. 32.

Редакционно-издательский отдел.

Главный специалист РИО:

E-mail:  
[manlikova@bk.ru](mailto:manlikova@bk.ru)

Справки по тел.:  
 +996 (312) 574630  
 Факс: +996 (312) 570466

Кыргызская государственная академия физической культуры и спорта им. Б.Т.Турусбекова, ул. Ахунбаева, 97.

ИНН 01803199610147  
 001 Октябрьская ГНИ  
 ОКПО 05715979

Банк: Центральное казначейство МФ КР, г.Бишкек.  
 Расчетный счет (спецсчет)  
 4402031103001264  
 БИК 440001 или 440203  
 Код платежа (за публикацию статьи в журнале) 14232900

**ВЕСТНИК ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА**

**ISSN 1694-6707**

**№1 (31), 2023**

**МАЗМУНУ/ СОДЕРЖАНИЕ/ CONTENTS**

**ПРИВЕТСТВЕННЫЕ СЛОВА И ПОЗДРАВЛЕНИЯ**

Кыргыз Республикасынын Билим берүү жана илим министри К.К. Иманалиевдин «Университеттик спорт: улуттун саламаттыгы жана өнүгүшү» аттуу студенттердин жана жаш окумуштуулардын XII Эл аралык илимий-практикалык конференциясынын катышуучуларына куттуктоо сөзү.....	8
Дене тарбия жана спорт университеттеринин Эл аралык ассоциациясынын Президенти Кайрат Закирьяновдун «Университеттик спорт: улуттун саламаттыгы жана өнүгүшү» темасында студенттердин жана жаш окумуштуулардын XII Эл аралык илимий-практикалык конференциясынын катышуучуларына куттуктоо сөзү.....	9
Батмунун ректору, профессор Айдарбек Токторович Гыязовдун куттуктоо сөзү.....	10
Ошмунун ректору, профессор Кудайберди Кожобековдун куттуктоо сөзү.....	11
Ж.Баласагын атындагы Кыргыз улуттук университетинин ректору, профессор Төлөбек Абдырахмановдун кайрылуусу .....	12
ТалМУнун ректорунун Жумалиев Самат Субанкуловичтик куттуктоосу.....	13
КРдин Маданият, маалымат, спорт жана жаштар саясаты министрлигинин алдындагы дене тарбия жана спорт Департаментинин директору Абдымомунов Айбек Тынчылыковичтин куттуктоосу .....	14
Сатыбалды Нааматов атындагы Нарын мамлекеттик университетинин ректорунун куттуктоо сөзү.....	15
“Санкт-Петербург, П.Ф.Лесгафт атындагы дене тарбия, спорт жана ден соолук улуттук мамлекеттик университетинин” ректору Сергей Иванович Петровдун куттуктоо сөзү	17
Азизбаев Саитдин Сейитбековичтин куттуктоосу.....	18

**ВОПРОСЫ ТЕОРИИ И ПРАКТИКИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА**

<i>Бахтиёровумит Бахтиёрович.</i> Мотивационный менеджмент работников спортивных организаций.....	20
<i>Газиев Шукуржон Шухрат ўгли.</i> Совершенствование специальной подготовки самбистов высокой квалификации .....	24
<i>Джамангулов Дайыр Калимуллаевич, Базакечев Тугельбай Молдобаевич, Саралаев Марат Кыдыкеевич.</i> Спортчунун эрктүүлүгүн баяндаган жергиликтүү адабияттарды талдоо.....	30
<i>Игамбердиева Азиза Искандаровна, Эштаев Сергей Анварович.</i> Структура управления соревновательной деятельностью в спортивных видах гимнастики.....	34
<i>Иконникова Екатерина С., Мельников А.А., Черкасова А.Н., Люкманов Р.Х., Кириченко О.А., Супонев Н.А., Пирадов М.А.</i> Возможности тренировки когнитивных функций у здоровых людей с помощью нейроинтерфейса «нейро чат» на волне P300.....	39
<i>Ильючик Яна.</i> Значимость физической подготовки в учебно-тренировочном процессе шахматистов.....	43
<i>Иманалиев Токтобек Тыбынович, Петрухин Михаил Вячеславович.</i> Оценка уровня технико-тактической подготовленности баскетболистов КГАФКИС им. Турусбекова.....	48
<i>Исломова Маржона Навруз қизи, Зоитова Гулноза Мирюнусовна.</i> Совершенствование техники исполнения элементов в прыжках в воду.....	54

<i>Рябова Эмилия Константиновна, Рябов Андрей Александрович, Зебзеев В.В., Чернова Г.М.</i> Исследование изменений морфологических показателей состава тела лыжников-двоеборцев на различных этапах спортивной подготовки.....	261
<i>Сабирова Камила Пархатовна, Голоха Лада Ивановна.</i> Миофасциальные цепи.....	264
<i>Сечин Дмитрий.</i> Изменения сенсомоторных функций у спортсменов под влиянием нормобарической гипоксии в зависимости от фактора спортивной специализации.....	267
<i>Стоцкая Елена Сергеевна, Ершова Анна Николаевна.</i> Формирование осанки у детей 10-12 лет, имеющих спастические формы детского церебрального паралича.....	271
<i>Стрижак Анатолий Петрович.</i> Реалии и перспективы технологии спортивной тренировки.....	276

## ЭТНОПЕДАГОГИЧЕСКИЕ, ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ, ИСТОРИЧЕСКИЕ И ЯЗЫКОВЫЕ АСПЕКТЫ

<i>Абдыбекова Нурмира Абдыбековна.</i> Подготовка магистров по направлению «Физическая культура и спорт» в условиях дистанционного обучения.....	283
<i>Ахунжанова Махфуза Хокимжановна, Рыспаева Чолпон Курманбековна, Базакечев Тугельбай Молдобаевич.</i> Гуманитарная компетентность студентов: теоретический анализ понятия .....	292
<i>Баитова Фарида Турганбаевна, Бердибаева Нарынкул Медетбековна.</i> Жаштарды улуттук оюндар аркылуу социалдаштырууну изилдөө тарыхынан.....	297
<i>Исакова Жанна Жаманкуловна., Айбалаев Абдиамид Жалилович., Мусалиева Кожошкан Кудайбергеневна.</i> Духовно-нравственное развитие детей младшего школьного возраста.....	303
<i>Кайыпова Кенже Омуровна, Капсаламова Эльнура Дуйшенбековна, Атабаева Акмөөр Бараткановна.</i> Обогащение речевой деятельности студентов в вузах произведениями Асана Жакшылыкова.....	310
<i>Манликова Минавар Халыковна.</i> Русская спортивная терминология: лингвистические и методические аспекты.....	316
<i>Манликова Минавар Халыковна., Тоялиева Элзат Рыспековна.</i> Этнопедагогические аспекты духовно-нравственного и эмоционально-эстетического воспитания в Практическом курсе русского языка.....	337
<i>Мергенбаева Салтанат Рапыковна., Рыспаева Чолпон Курманбековна. Усенканова Алима Тынычтыкбаевна.</i> Педагогические условия формирования учебной мотивации учащихся.....	352
<i>Мурасатов Бурхан Абдыразакович, Турдукожоев Абдималик Чоюнович.</i> Исследование безличных предложений в кыргызском языке.....	357
<i>Садырова Замира Тентиевна., Кубанов Сүйүнбек Койчубаевич.</i> Феномен спорта в социально-гуманитарной и философско- исторической парадигме.....	363
<i>Тажибоева Уркия Кочкоровна., Назарбеков Баяман Зиябидинович.</i> Азыркы кыргыз тилинде спорттук терминологияны колдонуу.....	371
<i>Токтоналиева Мээрим Айталыевна, Джусупбеков Азизбек Кылычбекович.</i> Социально-философские парадигмы национальной идентичности.....	375
<i>Чуранова Татьяна Юрьевна., Чуранов А.М.</i> Связь интеллекта с адаптацией и успешностью обучения курсантов военно-учебного заведения.....	381

УДК 796.925

DOI: 10.59406 / 1694-6707.2023.311.49

## ИССЛЕДОВАНИЕ ИЗМЕНЕНИЙ МОРФОЛОГИЧЕСКИХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ СОСТАВА ТЕЛА ЛЫЖНИКОВ-ДВОЕБОРЦЕВ НА РАЗЛИЧНЫХ ЭТАПАХ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ

*Рябова Эмилия Константиновна, Рябов Андрей Александрович, Зебзеев Владимир Викторович, Чернова Галина Михайловна, Чайковская государственная академия физической культуры и спорта, Россия, г. Чайковский*  
*E-mail: [zharushkina13@gmail.com](mailto:zharushkina13@gmail.com); [sid-861@yandex.ru](mailto:sid-861@yandex.ru); [pro\\_nir@chgafkis.ru](mailto:pro_nir@chgafkis.ru); [chernovagalina48@mail.ru](mailto:chernovagalina48@mail.ru)*

*Аннотация.* В статье представлены результаты исследования и анализа морфологических показателей состава тела лыжников–двоеборцев на различных этапах многолетней спортивной подготовки. Показана целесообразность изучения морфологических особенностей строения тела спортсменов в лыжном двоеборье.

*Ключевые слова:* морфологические показатели, состав тела, лыжное двоеборье, этапы спортивной подготовки.

## СПОРТТУК ДАЯРДЫКТЫН АР КАНДАЙ ЭТАПТАРЫНДА КОШ-ЛЫЖАЧЫЛАРДЫН ТУЛКУ БОЮНУН МОРФОЛОГИЯЛЫК КӨРСӨТКҮЧТӨРҮНҮН ӨЗГӨРҮШҮН ИЗИЛДӨӨ

*Рябова Эмилия Константиновна, Рябов Андрей Александрович, Зебзеев Владимир Викторович, Чернова Галина Михайловна, Чайковский мамлекеттик дене тарбия жана спорт академиясы, Чайковский ш., Россия,*  
*[zharushkina13@gmail.com](mailto:zharushkina13@gmail.com); [sid-861@yandex.ru](mailto:sid-861@yandex.ru); [pro\\_nir@chgafkis.ru](mailto:pro_nir@chgafkis.ru); [chernovagalina48@mail.ru](mailto:chernovagalina48@mail.ru)*

*Аннотация.* Макалада көп жылдык спорттук даярдыктын ар кандай этаптарында спортчунун дене курамынын морфологиялык көрсөткүчтөрүн изилдөөнүн жыйынтыктары келтирилген. Лыжа кош таймашында спортчулардын дене түзүлүшүнүн морфологиялык өзгөчөлүктөрүн изилдөөнүн максатка ылайыктуулугу көрсөтүлгөн.

*Негизги сөздөр:* морфологиялык көрсөткүчтөр, дене курамы, лыжа кош таймашы, спорттук даярдыктын этаптары.

## INVESTIGATION OF CHANGES IN MORPHOLOGICAL PARAMETERS OF THE BODY COMPOSITION OF NORDIC COMBINED AT VARIOUS STAGES OF SPORTS TRAINING

*Ryabova E.K., Ryabov A. A., Zebzeev V.V., Chernova G.M., Chaikovsky state academy of physical culture and sports, Russia, Chaikovsky*

*Annotation.* The article presents the results of a study of morphological indicators of the body composition of Nordic combined skiers at various stages of long-term sports training. The expediency of studying the morphological features of the body structure of athletes in Nordic combined is shown.

*Keywords:* morphological indicators, body composition, Nordic combined, stages of sports training.

**Введение.** Одним из наиболее значимых индивидуальных показателей, влияющих на успешное выступление спортсмена являются антропометрические и морфологические характеристики, от которых во многом зависят функциональные возможности и биомеханические параметры двигательной деятельности. Двигательная деятельность, в свою очередь, предъявляет специфические требования к морфологической организации спортсмена, являясь материальной основой физических качеств, причем на уровне высших

достижений особенности строения тела могут оказаться решающим фактором в борьбе за победу [1, 2, 3].

Зарубежными специалистами было установлено, что особенности морфологических показателей строения тела спортсменов оказывают существенное влияние на технику прыжка, а, следовательно, и на соревновательную результативность [4]. Исходя из этого, считаем целесообразным исследование морфологических показателей лыжников-двоеборцев различных этапов многолетней спортивной подготовки.

**Цель исследования** заключалась в определении антропометрических характеристик и морфологических показателей состава тела лыжников-двоеборцев на различных этапах спортивной подготовки.

**Материалы и методы исследования.** Проведено морфологическое (биоимпедансное) обследование спортсменов. Всего было обследовано 194 человека разного пола и различной спортивной квалификации, из них 45 этапа начальной подготовки (24 мальчика, 21 девочка), 67 тренировочного этапа (44 юноши, 23 девушки), 34 этап совершенствования спортивного мастерства (20 мужчин, 14 женщин), 48 этапа высшего спортивного мастерства (36 мужчин, 12 женщин).

Анализ состава тела проводился с использованием профессионального анализатора состава тела InBody 720 [5]. Измерение состава тела выполнялось по утрам до приема спортсменами пищи. Изучались следующие показатели: рост (см), вес (кг), масса мышечной ткани (кг), масса жировой ткани (кг), масса белков (кг), количество жидкости в организме (л).

**Таблица 1. – Морфологические показатели спортсменов в лыжном двоеборье на разных этапах спортивной подготовки**

Показатели	Этап НП		ТЭ		Этап ССМ		Этап ВСМ	
	М X±σ	Ж X±σ	М X±σ	Ж X±σ	М X±σ	Ж X±σ	М X±σ	Ж X±σ
Рост, см	148,69± 3,41	152,56± 2,66	160,7± 4,82	166,11± 1,07	172,00± 5,46	168,69± 1,32	178,0± 1,18	168,90± 1,35
Прирост, %			8,14	8,88	6,97	1,56	3,49	0,12
Вес, кг	39,15± 3,01	40,28± 2,49	51,04± 1,39	54,01± 1,39	56,91± 4,18	54,78± 1,39	63,29± 0,94	56,31± 0,91
Прирост, %			30,36	34,10	11,50	1,43	11,20	2,78
Мышечная масса, кг	17,14± 1,83	17,72± 0,93	25,64± 0,79	24,23± 0,51	29,79± 2,65	25,62± 0,56	35,12± 1,93	25,95± 0,75
Прирост, %			49,63	36,73	16,16	5,74	17,89	1,28
Жировая масса, кг	5,55± 1,39	7,13± 1,55	4,71± 0,29	9,93± 0,73	4,56± 0,47	9,90± 0,89	4,76± 0,32	8,67± 0,62
Прирост, %			-15,16	39,23	-3,17	-0,32	4,30	-2,32
Минеральные вещества, кг	2,85± 0,52	2,56± 0,10	3,10± 0,09	3,08± 0,06	3,42± 0,28	3,00± 0,06	3,91± 0,07	3,23± 0,06
Прирост, %			8,79	9,56	10,27	-3,33	14,49	7,53
Протеины, кг	6,28± 0,66	6,54± 0,31	9,17± 0,26	7,28± 0,17	10,54± 0,89	8,49± 0,19	11,71± 0,19	9,27± 0,24
Прирост, %			45,94	11,22	14,89	16,67	11,09	9,16
Внеклеточная жидкость, л	24,48± 1,81	24,33± 1,13	34,07± 0,97	32,28± 0,60	38,40± 3,12	33,27± 0,63	42,91± 0,75	34,15± 0,90
Прирост, %			39,21	32,65	12,70	3,07	11,73	2,65
ИМТ (кг/м <sup>2</sup> )	17,41± 0,81	18,02± 0,92	18,54± 0,31	19,73± 0,47	18,84± 0,48	19,94± 0,47	19,91± 0,16	20,54± 0,40
Прирост, %			6,51	9,46	1,60	1,08	5,70	3,02

**Результаты исследования и их обсуждение.** Сравнительный анализ показателей состава тела лыжников-двоеборцев на различных этапах спортивной подготовки показал, что наибольшие величины приростов общих показателей (рост, вес, масса мышц, масса жировой ткани) отмечаются у спортсменов на тренировочном этапе: вес мужчин- 30,36 %, вес женщин- 34,1 %. Это связано с прохождением спортсменами пубертатного периода, при котором происходит резкий рост антропометрических показателей. На этом же этапе происходит максимальный прирост мышечной массы (мужчины- 49,6%, женщины- 37,36%). Обращают внимание изменения массы жировой ткани на тренировочном этапе. Так, у мужчин происходит уменьшение на 15,16%, а у женщин прирост на 39,23%. Это связано с физиологическими изменениями женского организма. К этапу ВСМ происходит уменьшение жировых показателей как у мужчин, так и у женщин.

**Выводы.** Исследование морфологических показателей состава тела выявило наиболее значительные изменения у лыжников-двоеборцев на тренировочном этапе. На последующих этапах мышечная масса постепенно увеличивается, а масса жировой ткани уменьшается. Таким образом, изучение морфологических особенностей строения тела лыжников-двоеборцев, занимающихся на разных этапах совершенствования спортивного мастерства, в сочетании с анализом физического развития позволяет повысить эффективность технической подготовки спортсменов в лыжном двоеборье.

#### Литература:

1. Губа В. П. Основы спортивной подготовки: методы оценки и прогнозирования (морфобиомеханический подход): научно-методическое пособие / В.П. Губа. - М.: Советский спорт, 2012. – 384 с.: ил.
2. Зебзеев В. В. Морфология как инновационный подход в оценке техники прыжка на лыжах с трамплина / В. В. Зебзеев, О. С. Зданович, В. В. Зебзеев // Ученые записки университета имени П.Ф.Лесгафта. – 2016. – № 1 (131). – С. 91-95.
3. Рябов А.А. Сравнительный анализ морфологических показателей состава тела прыгунов на лыжах с трамплина и лыжников-двоеборцев на этапе высшего спортивного мастерства / А.А. Рябов, Э.К. Рябова, В.В. Зебзеев // Мат. II Межд. научн. конгр. – Минск, 2022. – С. 341-343
4. Vodigar J. The relationship between selected kinematic and length of jump of the ski-flying competition / J. Vodigar, B. Jost // Kinesiology. – 2011. - 43 (1) - P. 74-81.
5. Зебзеев В. В. Анализ состава тела лыжников-двоеборцев после тренировочных нагрузок разной направленности / В.В. Зебзеев, О.С. Зданович // Теория и практика физической культуры. - 2015. - №4. - С.11-14.