

Тлеубергенов Қ.М.¹, Саельдинов С.С.¹, Омарбеков А.Қ.¹, Нұрғалиев Д.Н.¹,
¹«Alikhan Bokeikhan University» ББМ
Қазақстан, Семей
(e-mail: tleubergenov_93@mail.ru)

ЖЕКПЕ-ЖЕК СПОРТ ТҮРЛЕРІНДЕГІ ЖАТТЫҚТЫРУШЫНЫҢ РӨЛІ: ТӘРБИЕ МЕН ШЕБЕРЛІКТІ ҰШТАСТЫРУ

Андатпа. Бұл мақалада жекпе-жек спорт түрлерінде жаттықтырушының рөлі талданады. Жаттықтырушы тек техникалық дағдыларды меңгертуші ғана емес, сонымен бірге тәрбиеші, психолог және тәлімгер ретіндегі қызметі қарастырылады. Спортшының кәсіби дамуы мен тұлғалық қалыптасуына әсер ететін негізгі факторлар сараланып, спорттық жетістікке жетудегі жаттықтырушының үлесі сипатталады. Жаттықтырушының тәрбиелік және шеберлікті ұштастырудағы орны, сонымен қатар жастарды салауатты өмір салтына баулудағы маңызы көрсетілген.

Түйінді сөздер: жаттықтырушы, жекпе-жек спорт түрлері, тәрбие, шеберлік, спортшы, мотивация.

Тлеубергенов К.М.¹, Саельдинов С.С.¹, Омарбеков А.К.¹, Нурғалиев Д.Н.¹
¹УО «Alikhan Bokeikhan University»
Казахстан, Семей
(e-mail: tleubergenov_93@mail.ru)

РОЛЬ ТРЕНЕРА В СПОРТИВНЫХ ЕДИНОБОРСТВАХ: СОЧЕТАНИЕ ВОСПИТАНИЯ И МАСТЕРСТВА

Аннотация. В статье рассматривается роль тренера в спортивных единоборствах. Тренер выступает не только как специалист по обучению техническим навыкам, но и как воспитатель, психолог и наставник. Анализируются ключевые факторы, влияющие на профессиональное развитие спортсмена и формирование его личности. Показана значимость тренера в сочетании воспитания и мастерства, а также в формировании у молодежи здорового образа жизни.

Ключевые слова: тренер, спортивные единоборства, воспитание, мастерство, спортсмен, мотивация.

Tleubergenov K.M.¹, Saeldinov S.S.¹, Omarbekov A.K.¹, Nurgaliyev D.N.¹
¹Educational Institution «Alikhan Bokeikhan University»
Kazakhstan, Semey
(e-mail: tleubergenov_93@mail.ru)

THE ROLE OF THE COACH IN MARTIAL ARTS: COMBINING EDUCATION AND MASTERY

Annotation. This article analyzes the role of the coach in martial arts. The coach is not only a specialist in teaching technical skills but also acts as an educator, psychologist, and mentor. The key factors affecting the professional development and personal formation of an athlete are examined. The importance of the coach in combining upbringing and skills, as well as in promoting a healthy lifestyle among young people, is highlighted.

Keywords: coach, martial arts, education, skills, athlete, motivation.

Кіріспе. Жекпе-жек спорт түрлері – спорт әлемінде кең таралған және заманауи қоғам үшін маңызы зор бағыттардың бірі. Бұл спорт түрлері тек қана дене қуатының дамуына емес, сонымен бірге тәрбие мен мінез қалыптастыруға бағытталған. Жекпе-жекте спортшының табысты болуы көбінесе жаттықтырушының кәсіби шеберлігі мен әдістемесіне тікелей байланысты.

Жаттықтырушы – спортшы үшін үлгі болатын, бағыт көрсететін, әрі тұлғалық дамуына әсер ететін жетекші тұлға. Оның міндеті тек техникалық дағдыларды үйретумен шектелмейді, сонымен қатар тәрбиелік, психологиялық қолдау көрсету, командалық рухты қалыптастыру және спортшының әлеуметтік бейімделуін қамтамасыз ету де жаттықтырушы жұмысының маңызды бөлігі болып табылады.

Негізгі бөлімі. Жекпе-жек спорт түрлерінде жаттықтырушының рөлі – ерекше әрі көпқырлы. Жаттықтырушының кәсіби қызметі тек спортшыны жарысқа дайындаумен ғана шектелмей, оның тұлғалық, психологиялық және әлеуметтік дамуын да қамтиды. Сондықтан спорттық жетістіктердің негізгі факторларының бірі – жаттықтырушының әдістемелік құзыреттілігі мен педагогикалық шеберлігі болып табылады.

Біріншіден, жаттықтырушы **техникалық және тактикалық шеберлікті қалыптастырады.** Жекпе-жек спортында спортшының нәтижелі өнер көрсетуі оның әртүрлі техника элементтерін қаншалықты меңгергеніне байланысты. Бұл тұрғыда жаттықтырушының міндеті – спортшыға тек жекпе-жектің негізгі әдіс-тәсілдерін үйрету ғана емес, сонымен қатар оларды әртүрлі жағдайларда тиімді қолдана білуге машықтандыру. Әдіс-тәсілдерді меңгертуде жеке ерекшеліктер ескеріліп, дайындық бағдарламасы жекелей жоспарланады.

Екіншіден, жаттықтырушы **тәрбиеші рөлін** атқарады. Жекпе-жек тек физикалық күш пен төзімділікті ғана емес, қарсыласқа құрметпен қарауды, ережені сақтауды, өзін-өзі бақылауды талап етеді.

Жаттықтырушы спортшыны табандылыққа, жауапкершілікке, тәртіпке және еңбекқорлыққа тәрбиелейді. Бұл қасиеттер тек спортта ғана емес, өмірдің өзге салаларында да маңызды рөл атқарады.

Үшіншіден, жаттықтырушы – **психологиялық жетекші.** Жарыс алдындағы қобалжуды жену, жеңілістен сабақ алу, мотивацияны жоғалтпау – спортшы үшін аса маңызды. Мұнда жаттықтырушы спортшыға сенім беріп, оны психологиялық тұрғыдан шынықтырады. Әсіресе жасөспірімдер мен студенттер арасында спорттық мотивацияны сақтау – үлкен еңбек пен педагогикалық шеберлікті қажет етеді.

Төртіншіден, жаттықтырушы спортшының **тұлғалық дамуына ықпал етуші тәлімгер** ретінде қызмет етеді. Ол тек спорттық жетістікке жеткізіп қоймай, спортшының өмірлік құндылықтарын қалыптастыруға әсер етеді. Жекпе-жек спортында тәрбиеленген жастар бойына тәртіптілік, табандылық, ерік-жігер және салауатты өмір салты сияқты қасиеттерді сіңіреді. Бұл қасиеттер олардың болашақта қоғамға пайдалы азамат болып қалыптасуына ықпал етеді.

Сонымен қатар, жекпе-жек спортындағы жаттықтырушы – **ұйымдастырушы.** Ол жаттығу процесін жоспарлап, жарыстарға қатысуды үйлестіреді, командалық рухты қалыптастырады. Команданың жетістігі көбіне жаттықтырушының әдістемелік шеберлігіне, тәртіп орната білу қабілетіне және мотивациялық қолдауына байланысты.

Тәжірибелік тұрғыдан алғанда, жаттықтырушының жүйелі еңбегінің нәтижесі – шәкірттердің жарыстарда көрсеткен жетістіктері. Жекпе-жек спортында бір ғана спортшының емес, бүкіл команданың бірлігі мен ынтымағы маңызды. Бұл тұрғыда жаттықтырушы спортшыларды ортақ мақсатқа жұмылдырып, әрқайсысының мүмкіндігін тиімді қолдануға бағыттайды.

Осылайша, жекпе-жек спортындағы жаттықтырушының рөлі көпқырлы: ол – әдіскер, тәрбиеші, психолог,

ұйымдастырушы және тәлімгер. Спорттық жетістіктер мен тәрбиелік нәтижелердің тоғысуы жаттықтырушы еңбегінің кәсібилігі мен жүйелілігінің айғағы болып табылады.

Сонымен қатар, тәжірибелік жұмыстардың нәтижелілігі жаттығу базасының жағдайына да байланысты. «Alikhan Bokeikhan University» жанындағы спорт залымыз толықтай аралас жекпе-жекке бейімделіп, заманауи талаптарға сай жөндеуден өткен. Залда спортшылардың кәсіби дайындығын қамтамасыз ету үшін барлық жағдай жасалған: әртүрлі грушалар, қаптар, татами жабындылары, сонымен қатар арнайы спорттық инвентарлар жеткілікті. Бұл жағдайлар студенттер мен спортшылардың оқу-жаттығу процесін тиімді ұйымдастыруға, техникалық және тактикалық дағдыларын жетілдіруге қолайлы мүмкіндік береді.

Іс тәжірибелік жұмысты қолдану. Зерттеу мен тәжірибелік жұмыстар Семей қаласындағы “Alikhan Bokeikhan University” жанындағы “ABU MMA Team” секциясында жүргізілді. Команда әлеуметтік желіде (Instagram: @abu_mma_team) өз жұмысын насихаттап, жастарды спортқа тартуда белсенділік танытады.

2025 жылдың 31 наурыз – 3 сәуір аралығында Алматы қаласында ерлер мен әйелдер арасында жекпе-жек ұлттық спорт түрінен Қазақстан Республикасының чемпионаты өтті. Чемпионатқа еліміздің барлық аймақтарынан 19 облыстың құрама командалары қатысты. Жалпы саны 155-тен астам спортшы бақ сынады. Осы додада біздің команда жалпыкомандалық есепте 4-орынға ие болды.

Жекелей жүлдегерлер қатарында:

1. Жакенова Асем – 57 кг салмақта алтын медаль;
2. Жұматаева Талшын – +67 кг салмақта күміс медаль;
3. Сартбай Ерасыл – +93 кг салмақта күміс медаль;
4. Сархад Нұрсәуле – 67 кг салмақта қола медаль.

2025 жылдың қыркүйек айында Астана қаласында өткен «Astana Open» республикалық турнирінде (GAMMA MMA,

Amateur MMA бөлімі бойынша) біздің спортшылар да сәтті өнер көрсетті. Жұматаева Талшын Мутанқызы – 69 кг салмақта турнир чемпионы атанып, Қытайда өтетін Азия чемпионатына жолдама алды.

2025 жылғы 16–18 қыркүйек аралығында Астана қаласында ересектер арасында өткен панкратионнан Қазақстан Республикасының чемпионатында (Amateur MMA бөлімі бойынша) біздің спортшымыз: Құрманбаева Құралай – 63 кг салмақта қола медаль иегері атанды.

Бұл жетістіктер “ABU MMA Team” секциясының тәжірибелік тиімділігін дәлелдеп қана қоймай, студенттер мен оқытушылардың спорттағы табысқа жету жолындағы табандылығы мен еңбегін көрсетеді.

Бұл нәтижелер “ABU MMA Team” секциясының тәжірибелік тиімділігін дәлелдеп, студенттер мен оқытушылардың спорттағы табысқа жету жолындағы табандылығы мен еңбегін айқын көрсетеді.

Ұсыныстар.

1. Жекпе-жек спорт түрлеріндегі жаттықтырушының кәсіби дамуына арналған біліктілікті арттыру курстарын жүйелі түрде ұйымдастыру.
2. Университет жанындағы спорт секцияларына заманауи спорттық құрал-жабдықтарды кезең-кезеңімен толықтыру.
3. Жаттықтырушының тәрбиеші ретіндегі рөлін күшейту үшін психология, педагогика саласында қосымша семинар-тренингтер өткізу.
4. Студенттер арасында жекпе-жек спорт түрлерін насихаттау жұмыстарын күшейтіп, салауатты өмір салтын қалыптастыруға бағытталған іс-шараларды көбейту.
5. «ABU MMA Team» секциясының тәжірибесін басқа спорт секцияларына үлгі ретінде ұсынып, спорттық клубтардың бірлескен жарыстарын өткізу.
6. Жергілікті және халықаралық деңгейде жарыстарға қатысуды жиілету арқылы спортшылардың тәжірибесін арттыру.

Қорытынды. Жекпе-жек спорт түрлеріндегі жаттықтырушының рөлі тек қана техникалық шеберлікті үйретумен шектелмей, тәрбиелік, психологиялық және ұйымдастырушылық бағыттарды да қамтитыны анықталды. Спортшының кәсіби жетістігі мен тұлғалық дамуы жаттықтырушының әдістемелік құзыреттілігіне, педагогикалық шеберлігіне және адами қасиеттеріне тікелей байланысты.

«ABU MMA Team» секциясының жетістіктері университет ұжымының және жаттықтырушылардың кәсіби еңбегінің нәтижесі болып табылады. Жаттықтырушы мен спортшы арасындағы өзара сенім, жүйелі дайындық пен спорттық база жағдайларының жоғары деңгейі спорттық жетістіктерге қол жеткізудің негізгі факторы болып отыр.

Осылайша, жекпе-жек спортындағы жаттықтырушы – тек спорттық шеберлікке үйретуші ғана емес, сонымен бірге тәрбиеші, тәлімгер, психолог әрі ұйымдастырушы рөлін атқаратын жетекші тұлға. Оның еңбегі жастардың спорттағы жетістігімен қатар, салауатты өмір салтын ұстануға және қоғамға пайдалы азамат болып қалыптасуына зор үлес қосады.

Әдебиеттер тізімі

1. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. – М.: ФиС, 2020.
2. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания. – М.: Академия, 2021.
3. Верхошанский Ю.В. Основы специальной подготовки спортсменов. – М.: ФиС, 2020.
4. Миндиашвили Д.Г. Учебник тренера по борьбе. – Красноярск, 2013.
5. Родионов А.В. Основы воспитания спортсмена. – М.: ФиС, 2018.
6. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. – Киев: Олимпийская литература, 2015.
7. Bompa T., Haff G. Periodization: Theory and Methodology of Training. – Champaign: Human Kinetics, 2019.
8. Weinberg R., Gould D. Foundations of Sport and Exercise Psychology. – Human Kinetics, 2020.
9. Лях В.И. Психология физического воспитания и спорта. – М.: Академия, 2019.
10. Назаров В.М. Психологическая подготовка спортсмена. – М.: Советский спорт, 2020.
11. Сафонов В.Г. Современные методы тренировки в единоборствах. – М.: Физкультура и спорт, 2017.
12. Шиян Б.М. Теория и методика спортивной тренировки. – Львов: Сполом, 2016.
13. Filimonov V.I. Wrestling Training and Methodology. – Moscow, 2018.
14. Bompa T. Conditioning Young Athletes. – Human Kinetics, 2015.
15. Côté J., Gilbert W. An integrative definition of coaching effectiveness and expertise // International Journal of Sports Science & Coaching. – 2009. – Vol. 4(3). – P. 307–323.
16. Lyle J. Sports Coaching Concepts: A Framework for Coaches' Behaviour. – London: Routledge, 2017.
17. Gould D., Carson S. Life skills development through sport: current status and future directions // International Review of Sport and Exercise Psychology. – 2008. – Vol. 1(1). – P. 58–78.

References

1. Matveev L.P. Teorija i metodika fizicheskoj kul'tury. – M.: FiS, 2020.
2. Holodov Zh.K., Kuznecov V.S. Teorija i metodika fizicheskogo vospitaniya. – M.: Aka-demija, 2021.
3. Verhoshanskij Ju.V. Osnovy special'noj podgotovki sportsmenov. – M.: FiS, 2020.
4. Mindiashvili D.G. Uchebnik trenera po bor'be. – Krasnojarsk, 2013.
5. Rodionov A.V. Osnovy vospitaniya sportsmena. – M.: FiS, 2018.
6. Platonov V.N. Sistema podgotovki sportsmenov v olimpijskom spor-te. – Kiev: Olimpijskaja literatura, 2015.
7. Bompa T., Haff G. Periodization: Theory and Methodology of Training. – Champaign: Hu-man Kinetics, 2019.
8. Weinberg R., Gould D. Foundations of Sport and Exercise Psychology. – Human Kinetics, 2020.
9. Ljah V.I. Psihologija fizicheskogo vospitaniya i sporta. – M.: Akademija, 2019.

10. Nazarov V.M. Psihologicheskaja podgotovka sportsmena. – M.: Sovetskij sport, 2020.
11. Safonov V.G. Sovremennye metody trenirovki v edinoborstvah. – M.: Fizkul'tura i sport, 2017.
12. Shijan B.M. Teorija i metodika sportivnoj trenirovki. – L'vov: Spolom, 2016.
13. Filimonov V.I. Wrestling Training and Methodology. – Moscow, 2018.
14. Bompa T. Conditioning Young Athletes. – Human Kinetics, 2015.
15. Côté J., Gilbert W. An integrative definition of coaching effectiveness and expertise // Inter-national Journal of Sports Science & Coaching. – 2009. – Vol. 4(3). – P. 307–323.
16. Lyle J. Sports Coaching Concepts: A Framework for Coaches' Behaviour. – London: Routledge, 2017.
17. Gould D., Carson S. Life skills development through sport: current status and future direc-tions // International Review of Sport and Exercise Psychology. – 2008. – Vol. 1(1). – P. 58–78.

Авторлар туралы мәлімет

Тлеубергенов Қанат Мұратұлы

Лауазымы: Қолданбалы биология кафедрасының аға оқытушы, «Alikhan Bokeikhan University» ББМ

Пошталық мекен-жай: 011400-071417, Қазақстан Республикасы, Абай облысы, Семей қаласы

Ұялы тел.: 8 775 485 6556

E-mail: tleubergenov_93@mail.ru

Сасельдинов Сансызбай Сембинович

Лауазымы: Қолданбалы биология кафедрасының аға оқытушы, «Alikhan Bokeikhan University» ББМ

Пошталық мекен-жай: 011400-071417, Қазақстан Республикасы, Абай облысы, Семей қаласы

Ұялы тел.: 8 775 299 8535

Омарбеков Аслан Қайратұлы

Лауазымы: Қолданбалы биология кафедрасының аға оқытушы, «Alikhan Bokeikhan University» ББМ

Пошталық мекен-жай: 011400-071417, Қазақстан Республикасы, Абай облысы, Семей қаласы

Ұялы тел.: 8 707 720 9888

Нұрғалиев Дәуіржан Нұрғалиұлы

Лауазымы: Қолданбалы биология кафедрасының аға оқытушы, «Alikhan Bokeikhan University» ББМ

Пошталық мекен-жай: 011400-071417, Қазақстан Республикасы, Абай облысы, Семей қаласы

Ұялы тел.: 8 707 500 0016

E-mail: dauyrzhan.nurgaliev@mail.ru