

Балтина Алтынай Сапаровнаның  
8D01401(6D010800) – Дене шынықтыру және спорт мамандығы  
бойынша философия докторы (PhD) дәрежесін иелену үшін  
«13-15 жастағы жасөспірім дзюдошылардың оқу-жаттығу үдерісін ұйымдастыру»  
диссертациялық жұмысының  
**АНДАТПАСЫ**

**Зерттеу тақырыбының өзектілігі.** Қазіргі таңда Қазақстанда спортты дамытудың басым бағыттарының бірі — жастар арасында бұқаралық спортты және олимпиадалық спорт түрлерін, оның ішінде дзюдо күресін жүйелі түрде дамыту. Елде спорт инфрақұрылымын жетілдіру, жасөспірімдер спорт мектептері мен клубтарының материалдық-техникалық базасын нығайту, жаттықтырушылардың кәсіби даярлығын арттыру бағытында кешенді жұмыстар жүргізілуде. Бұл үдеріс жас спортшыларды көпжылдық даярлау жүйесінің тиімділігін арттыруға арналған ғылыми негізделген әдістемелік шешімдерді талап етеді.

Қазақстан бойынша 510 балалар мен жасөспірімдер спорт мектебі, 2582 дзюдо секциясы жұмыс істейді, онда 87 мыңнан астам адам дзюдо күресімен жүйелі түрде шұғылданады. Халықаралық деңгейде бұл спорт түрімен 20 миллионнан астам адам айналысады. Алайда қазіргі ғылыми базада жасөспірімдерге арналған оқу-жаттығу әдістерінің кейбір маңызды аспектілері жеткілікті зерттелмеген. Дзюдо спортының қарқынды дамуы оқу-жаттығу үдерісінің алғашқы кезеңінде тиімді әдістер мен тәсілдерді іздеуді қажет етеді.

Ғылыми әдебиет талдауы көрсеткендей, дзюдо бойынша зерттеулердің басым бөлігі спортшылардың жарысқа даярлығына, дене және психологиялық даму деңгейін арттыруға, техника мен тактикасын үйретуге арналған. Дегенмен, 13–15 жас аралығындағы жасөспірімдерді бастапқы даярлық топтарына іріктеу мен оқу-жаттығу үдерісін ұйымдастыру мәселелері жеткілікті зерттелмеген.

Бұл жас кезеңі — техникалық-тактикалық шеберліктің іргетасы қаланатын, қозғалыс аппараты мен психикалық қасиеттердің қарқынды дамитын сезімтал уақыт. Бұл кезеңде қозғалыс үйлесімділігі, шапшаңдық-күштік қабілеттер, тепе-теңдік және кеңістіктік бағдарлау жүйелері қарқынды дамиды, ал техникалық-тактикалық әрекеттерді меңгеру мен жарыстық шешім қабылдау да осы кезеңде қалыптасады.

Сондықтан 13–15 жас аралығындағы дзюдошылардың оқу-жаттығу үдерісін жас ерекшелігіне сәйкес ұйымдастыру, әрекеттік тәсілдің ғылыми негізделген технологиясын әзірлеу қажеттілігі туындайды. Мұндай тәсіл қимыл тәжірибесін, рефлексияны және техника мен тактиканы меңгеру қабілетін тиімді қалыптастыруға бағытталуы тиіс.

**Зерттеудің мақсаты:** 13-15 жастағы жасөспірім дзюдошылардың оқу-жаттығу үдерісін тиімді ұйымдастырудың теориялық негіздерін айқындау және әзірленген бағдарламаны эксперименттік тұрғыдан тексеру.

### **Зерттеу міндеттері:**

1) 13-15 жастағы жасөспірім дзюдошылардың техникалық-тактикалық даярлығының тиімділігіне ықпал ететін факторлар жиынтығын анықтау және оқу-жаттығу үдерісін жетілдіру қажеттілігін ғылыми, ғылыми-әдістемлік деректемелерді теориялық тұрғыдан негіздеу.

2) Жасөспірім дзюдошыларды техникалық-тактикалық даярлауда қолданылатын және ұсынылатын тәсілдердің оқу-жаттығу үдерісіндегі зерттеу әдістемесін айқындау.

3) Спорттық мамандану кезеңінде 13-15 жастағы жасөспірім дзюдошыларға арналған оқу-жаттығу үдерісінің педагогикалық тәсілдерін айқындау.

4) 13-15 жастағы жасөспірім дзюдошылардың техникалық-тактикалық даярлық үдерісін ұйымдастыру бағдарламасын әзірлеу мен оның тиімділігін эксперименттік тұрғыдан дәлелдеу және негіздемесі бойынша ұсыныстар әзірлеу.

### **Зерттеу әдістері.**

- *теориялық әдістер*: зерттеу мәселесі бойынша психологиялық-педагогикалық және спорттық-әдістемелік әдебиеттерді талдау;

- *эмпирикалық әдістер*: бақылау, әңгімелесу, сауалнама, педагогикалық эксперимент, тестілеу, спортшылардың техникалық-тактикалық және дене көрсеткіштерін өлшеу;

- *математикалық-статистикалық әдістер*: сипаттамалы статистика, орташа, пайыз, айырмашылықтардың статистикалық маңыздылығын тексеру үшін Стьюденттің t-критерийі қолданылды.

### **Қорғауға ұсынылатын қағидалар**

1. «Дзюдо» спорт түрі бойынша спорттық даярлық стандартының жетілдірілген нұсқасы әзірленіп, тәжірибеге енгізілді. Бұл нұсқада 13-15 жастағы жасөспірім дзюдошыларды даярлау жүйесіне мазмұндық және әдістемелік сипаттағы толықтырулар енгізіліп, даярлықтың алғашқы кезеңдеріндегі оқу-жаттығу мен тәрбиелік үдерістердің ерекшеліктерін жетілдіру жолдары айқындалды.

2. Дзюдодағы техникалық-тактикалық даярлық кеңістігін құру жас спортшының қимыл әрекеті мен тұлғалық дамуы арасындағы алшақтықты азайтуға мүмкіндік береді. Мұндай кеңістік спортшы мен жаттықтырушының өзара әрекеттесуін, сондай-ақ қимыл кеңістігін игеру сапасына әсер ететін сыртқы (орта, жағдай, жүктеме) және ішкі (жеке қабілет, психологиялық және денелікәлеует) факторлардың үйлесімділігін ескеруді талап етеді.

3. Зерттеу барысында әзірленген оқу-жаттығу бағдарламасының тиімділігі тәжірибе түрінде дәлелденді. 13-15 жастағы жасөспірім дзюдошылардың жалпы, арнайы және психологиялық даярлық параметрлерін, кешенді ескеру – олардың техникалық-тактикалық дағдыларының дамуын жеделдетіп, нәтижелікті арттыруға мүмкіндік берді.

### **Зерттеудің негізгі нәтижелері:**

Нәтиже 1. 13–15 жас аралығындағы жасөспірім дзюдошылардың техникалық-тактикалық даярлығының тиімділігіне ықпал ететін негізгі

факторлар анықталды, оқу-жаттығу үдерісін жетілдіру қажеттілігі ғылыми және әдістемелік деректер арқылы дәлелденді.

Нәтиже 2. Жасөспірім дзюдошыларды техникалық-тактикалық даярлауда қолданылатын және ұсынылатын тәсілдердің оқу-жаттығу үдерісінде тиімді зерттеу әдістемесі айқындалды.

Нәтиже 3. Спорттық мамандану кезеңінде 13–15 жас аралығындағы дзюдошыларға арналған оқу-жаттығу үдерісінің педагогикалық тәсілдері анықталып, олардың құрамдас бөліктері мен ұйымдастыру ерекшеліктері нақтыланды.

Нәтиже 4. 13–15 жас аралығындағы жасөспірім дзюдошыларға арналған техникалық-тактикалық даярлық бағдарламасы әзірленіп, оның тиімділігі эксперименттік тұрғыдан дәлелденді және ғылыми негізде ұсыныстар жасалды.

**Зерттеу нәтижелерін тәжірибеге енгізу актілері.** Зерттеу барысында әзірленген оқу-жаттығу бағдарламасы спорт саласындағы білім беру ұйымдарының тәжірибесіне енгізілді. Атап айтқанда, бағдарлама РМҚК «Республикалық спорт колледжі», К.Ахметов атындағы олимпиадалық резервтің республикалық мамандандырылған мектеп-интернат-колледжі, МКҚК «Алматы қаласы Спорт басқармасының спорттағы дарынды балаларға арналған мамандандырылған мектеп-интернат-колледжі», сондай-ақ МКҚК «Алматы қаласы Спорт басқармасының №6 олимпиадалық резервтегі мамандандырылған балалар-жасөспірімдер мектебі» ұйымдарының оқу-жаттығу үдерісіне енгізілді.

**Зерттеудің ғылымды дамыту бағыттарына немесе мемлекеттік бағдарламаларға сәйкестігі.** Қазақстан Республикасының Заңы «Дене шынықтыру және спорт туралы» № 228-V (2014 ж. 3 шілде).

Қазақстан Республикасының Үкіметінің 2023 ж. 28 наурыздағы № 251 қаулысы «Қазақстан Республикасының дене шынықтыру мен спортты дамытудың 2023-2029 жылдарға арналған тұжырымдамасы».

Спорт резерві мен жоғары дәрежелі спортшыларды даярлау жөніндегі оқу-жаттығу процесі жүзеге асырылатын балалар-жасөспірімдер спорт мектептері қызметінің қағидалары, ҚР Мәдениет және спорт министрінің 2020 ж. 14 мамырдағы № 128 бұйрығы.

**Докторанттың жарияланған мақалаларды дайындауға қосқан үлесі:**

1. (Scopus) дерекқорына кіретін журналда - A.Baltina, T.Iskakov, T.Konaev, T.Akhmadiyev, N.Yerepbayev. Organization of the training process of young judoists. *Cypriot Journal of Educational Sciences*. – 2022. – Vol. 17, Iss. 5. – P. 1622-1630. **SCOPUS** білім бойынша проценти – 36.

Авторлардың үлесі: жұмыс идеясы, зерттеу жүргізу, деректерді жинау және өңдеу, мақала жазу – Балтина А.С.; кеңес беру және мақаланы редакциялау – Искаков Т.Б., Қонаев Т.М., Иргебаев М.С.; теориялық талдау үшін материал дайындау – Ахмадиев Т.М.

ҚР ҒЖБМ ҒЖБСҚК ұсынған журналдардағы жарияланымдар:

2. Балтина А.С., Искаков Т.Б. Дене тәрбиесінің теориясы мен әдістемесі. «Жас дзюдошылардың оқу-жаттығу үдерісін ұйымдастырудағы заманауи көзқарастар». // Ғылыми-теориялық журнал. Алматы, 2019. – № 3(57). – Б. 115–122.
3. Балтина А.С., Искаков Т.Б., Ескалиева М.З., Жүнісбек Д.Н., Дускаева Н.С. «Қазақстандық мамандардың дзюдо спортына арналған ғылыми еңбектерін шолу және талдау». // Ғылыми-теориялық журнал. Алматы, 2019. – № 4(58). – Б. 105–114.
4. Балтина А.С., Искаков Т.Б. «13–15 жас аралығындағы жас дзюдошылардың оқу-жаттығу процесінде психологиялық ерекшеліктерін ескеру». // Хабаршы: ғылыми-теориялық журнал, Психология. Алматы, 2021. – № 4(69). – Б. 52–59.
5. Балтина А.С., Искаков Т.Б. «13–15 жастағы дзюдошылардың шапшаңдық-қуатты даярлығын арттыру». // ІХ халықаралық ғылыми конференция материалдары «Университеттік спорт: денсаулық және ұлттық өркендеу», Қазақ спорт және туризм академиясының 75 жылдығына арналған. Алматы, 2019. – Б. 130–133.
6. Балтина А.С., Желеубаева Ж.Е., Оспанова М.С. «Балуандардың салмақ азайту барысында жұмыс істеу қабілетін қалпына келтіру әдістері». // Халықаралық ғылыми-тәжірибелік конференция материалдары, Ұлы Отан соғысының 75 жылдығына арналған. Алматы, 2020. – Б. 177–180.
7. Балтина А.С., Танирбергенев Е. «Methods of special physical training of wrestlers». // Сборник научных статей молодых ученых «Физиологиялық тренерлік процесс пен дене шынықтыру сабақтарын қамтамасыз ету». Челябинск, Ресей, 2020. – Б. 262–265.
8. Балтина А.С., Калимолда А. «Role and place planning wrestling». // Сборник научных статей молодых ученых «Физиологиялық тренерлік процесс пен дене шынықтыру сабақтарын қамтамасыз ету». Челябинск, Ресей, 2020. – Б. 283–286.
9. Кадесов Б.Е., Балтина А.С. «Спортшылардың жылдамдық-қуат қабілеттерін дамыту әдістемесі». // «Инновация экономика и современная наука»: халықаралық ғылыми-практикалық конференция материалдары. Саратов, 2022. – 140 б.
10. Рыскелды Б.Б., Балтина А.С. «Балуандардың арнайы дене дайындығын даярлау мазмұны». // «Инновация экономика и современная наука»: халықаралық ғылыми-практикалық конференция материалдары. Саратов, 2022. – 140 б.
11. Балтина А.С., Искаков Т.Б., Сабырбекова Л.А. «Дзюдо күресімен шұғылданатын қыздардың арнайы дене қасиеттерін жетілдір». // III Халықаралық форум «Дене шынықтыру, спорт, туризм, білім және ғылымды дамытудың басым ғылыми-педагогикалық бағыттары», Алматы, 10–11 сәуір 2025 ж. – Б. 177–180.
12. Балтина А.С., Искаков Т.Б. «Балалар мен жасөспірімдер мектебіне арналған дзюдо күресінен оқу-жаттығу үдерісі». // Оқу-әдістемелік құрал. Алматы: ҚазСТА, 2025. – 76 б.

## АННОТАЦИЯ

диссертации на соискание степени доктора философии (PhD) по специальности 8D01401(6D010800) – Физическая культура и спорт «Организация учебно-тренировочного процесса юных дзюдоистов 13–15 лет»  
Балтиной Алтынай Сапаровной

**Актуальность темы исследования.** В настоящее время в Казахстане одним из приоритетных направлений развития спорта является системное развитие массового и олимпийского спорта среди молодежи, включая дзюдо. В стране проводится комплексная работа по совершенствованию спортивной инфраструктуры, укреплению материально-технической базы детско-юношеских спортивных школ и клубов, повышению профессиональной подготовки тренеров. Этот процесс требует научно обоснованных методических решений, направленных на повышение эффективности многолетней системы подготовки юных спортсменов.

По всей территории Казахстана функционируют 510 детско-юношеских спортивных школ и 2582 секции дзюдо, в которых систематически занимается более 87 тысяч человек. На международном уровне этим видом спорта занимаются более 20 миллионов человек. Однако в современной научной базе недостаточно изучены некоторые важные аспекты методов учебно-тренировочной работы с подростками. Интенсивное развитие дзюдо требует поиска эффективных методов и подходов уже на начальном этапе учебно-тренировочного процесса.

Анализ научной литературы показывает, что большинство исследований по дзюдо посвящено подготовке спортсменов к соревнованиям, совершенствованию физического и психического развития, обучению технике и тактике. Вместе с тем вопросы отбора подростков 13–15 лет в группы начальной подготовки и организации учебно-тренировочного процесса изучены недостаточно.

Этот возрастной период является чувствительным временем, когда закладываются основы технико-тактического мастерства, интенсивно развиваются двигательный аппарат и психические свойства. В этот период активно формируются координация движений, скоростно-силовые способности, системы равновесия и пространственной ориентации, а также осваиваются технико-тактические действия и принимаются соревновательные решения.

Поэтому возникает необходимость организации учебно-тренировочного процесса дзюдоистов 13–15 лет с учетом возрастных особенностей, а также разработки научно обоснованной технологии деятельностного подхода. Такой подход должен быть направлен на эффективное формирование двигательного опыта, рефлексии, а также способности к освоению техники и тактики.

**Цель исследования:** определить теоретические основы эффективной организации учебно-тренировочного процесса юных дзюдоистов в возрасте 13–15 лет и экспериментально проверить разработанную программу.

**Задачи исследования:**

1. определить комплекс факторов, влияющих на эффективность технико-тактической подготовки юных дзюдоистов 13–15 лет, а также обосновать с теоретической точки зрения необходимость совершенствования учебно-тренировочного процесса на основе научных и научно-методических данных;

2. определить методику исследования учебно-тренировочного процесса, применяемую и рекомендуемую для технико-тактической подготовки юных дзюдоистов;

3. выявить педагогические подходы к организации учебно-тренировочного процесса юных дзюдоистов 13–15 лет на этапе спортивной специализации;

4. разработать программу организации технико-тактической подготовки юных дзюдоистов 13–15 лет и экспериментально доказать её эффективность, а также подготовить рекомендации на основе обоснования.

**Методы исследования:**

Теоретические методы: анализ психологической, педагогической и спортивно-методической литературы по исследуемой проблеме;

Эмпирические методы: наблюдение, беседа, анкетирование, педагогический эксперимент, тестирование, измерение технико-тактических и физических показателей спортсменов;

Математико-статистические методы: использовалась описательная статистика, средние значения, проценты, а также критерий Стьюдента ( $t$ -критерий) для проверки статистической значимости различий.

**Основные положения, предлагаемые к защите:**

1. Разработана и внедрена в практику усовершенствованная версия стандарта спортивной подготовки по виду спорта «дзюдо». В данной версии внесены содержательные и методические дополнения в систему подготовки юных дзюдоистов 13–15 лет, а также определены пути совершенствования особенностей учебно-тренировочного и воспитательного процессов на начальных этапах подготовки.

2. Создание пространства технико-тактической подготовки в дзюдо позволяет сократить разрыв между двигательными действиями молодого спортсмена и его личностным развитием. Такое пространство требует учета гармонии внешних (среда, условия, нагрузка) и внутренних (индивидуальные способности, психологический и физический потенциал) факторов, влияющих на взаимодействие спортсмена и тренера, а также на качество освоения двигательного пространства.

3. Эффективность разработанной учебно-тренировочной программы была экспериментально подтверждена. Комплексное учет общих, специальных и психологических показателей подготовки юных дзюдоистов

13–15 лет способствовал ускорению развития их технико-тактических навыков и повышению результативности.

#### **Основные результаты исследования:**

Результат 1. Определены ключевые факторы, влияющие на эффективность технико-тактической подготовки юных дзюдоистов в возрасте 13–15 лет, и необходимость совершенствования учебно-тренировочного процесса обоснована с опорой на научные и методические данные.

Результат 2. Выявлена эффективная методика исследования учебно-тренировочного процесса, применяемая и рекомендуемая при технико-тактической подготовке юных дзюдоистов.

Результат 3. Определены педагогические подходы к организации учебно-тренировочного процесса для дзюдоистов 13–15 лет на этапе спортивной специализации, уточнены их компоненты и особенности организации.

Результат 4. Разработана программа технико-тактической подготовки юных дзюдоистов 13–15 лет, её эффективность экспериментально доказана, а на основе полученных данных подготовлены научно обоснованные рекомендации.

#### **Акты внедрения результатов исследования в практику.**

Разработанная в ходе исследования учебно-тренировочная программа была внедрена в практику образовательных организаций в сфере спорта. В частности, программа была внедрена в учебно-тренировочный процесс следующих организаций: РГКП «Республиканский спортивный колледж»; Республиканская специализированная школа-интернат-колледж олимпийского резерва им. К. Ахметова; МКК «Специализированная школа-интернат-колледж для одарённых детей в спорте управления спорта г. Алматы»; МКК «Специализированная детско-юношеская школа олимпийского резерва №6 управления спорта г. Алматы».

#### **Соответствие исследования направлениям развития науки и государственным программам.**

Закон Республики Казахстан «О физической культуре и спорте» № 228-V (3 июля 2014 года);

Постановление Правительства Республики Казахстан № 251 от 28 марта 2023 года «Концепция развития физической культуры и спорта в Республике Казахстан на 2023–2029 годы»;

Положение о деятельности детско-юношеских спортивных школ, реализующих учебно-тренировочный процесс по подготовке спортивного резерва и спортсменов высокого уровня, приказ Министра культуры и спорта РК № 128 от 14 мая 2020 года.

**Внедрение результатов исследования в практику.** Результаты диссертационного исследования нашли практическое применение в системе спортивного образования. Разработанная в ходе исследования учебно-тренировочная программа внедрена в учебно-тренировочный процесс ряда образовательных организаций в сфере спорта. В частности, программа

реализуется в РГКП «Республиканский спортивный колледж», Республиканской специализированной школе-интернате-колледже олимпийского резерва имени К. Ахметова, МККП «Специализированная школа-интернат-колледж для одарённых в спорте детей Управления спорта города Алматы», а также в МККП «Специализированная детско-юношеская школа олимпийского резерва № 6 Управления спорта города Алматы».

**Соответствие исследования направлениям развития науки и государственным программам.** Диссертационное исследование выполнено в соответствии с приоритетными направлениями развития науки в области физической культуры и спорта и нормативно-правовыми документами Республики Казахстан, включая Закон Республики Казахстан «О физической культуре и спорте» № 228-V от 3 июля 2014 года, постановление Правительства Республики Казахстан от 28 марта 2023 года № 251 «Об утверждении Концепции развития физической культуры и спорта в Республике Казахстан на 2023–2029 годы», а также Правила деятельности детско-юношеских спортивных школ, реализующих учебно-тренировочный процесс по подготовке спортивного резерва и спортсменов высших достижений, утверждённые приказом Министра культуры и спорта Республики Казахстан от 14 мая 2020 года № 128.

**Вклад докторанта в подготовку опубликованных статей:**

1. В журнале, включённом в базу данных «Scopus»:

A. Baltina, T. Iskakov, T. Konaev, T. Akhmediyev, N. Yerepbayev. Organization of the training process of young judoists. *Cypriot Journal of Educational Sciences*. – 2022. – Vol. 17, Iss. 5. – С. 1622–1630. Percentile по Scopus – 36.

Вклад авторов: идея работы, проведение исследования, сбор и обработка данных, написание статьи – А. S. Baltina; консультирование и редактирование статьи – Т. В. Iskakov, Т. М. Konaev, М. S. Irgebayev; подготовка материала для теоретического анализа – Т. М. Akhmediyev.

2. В журнале, рекомендованном ГКНБМ НАН РК:

Балтина А. С., Искаков Т. Б. Теория и методика физического воспитания. Современные подходы к организации учебно-тренировочного процесса молодых дзюдоистов. // *Научно-теоретический журнал*. Алматы, 2019. – № 3(57). – С. 115–122.

3. Балтина А. С., Искаков Т. Б., Ескалиева М. З., Жүнісбек Д. Н., Дускаева Н. С. Обзор и анализ научных работ казахстанских специалистов, посвящённых дзюдо. // *Научно-теоретический журнал*. Алматы, 2019. – № 4(58). – С. 105–114.

4. Балтина А. С., Искаков Т. Б. Учет психологических особенностей в учебно-тренировочном процессе молодых дзюдоистов 13–15 лет. // *Хабаршы: научно-теоретический журнал, Психология*. Алматы, 2021. – № 4(69). – С. 52–59.

5. Балтина А. С., Искаков Т. Б. Повышение скоростно-силовой подготовки дзюдоистов 13–15 лет. // IX Международная научная конференция спортсменов и молодых ученых «Университетский спорт:

здоровье и национальное развитие», посвященная 75-летию Казахской академии спорта и туризма. Алматы, 2019. – С. 130–133.

6. Балтина А. С., Желеубаева Ж. Е., Оспанова М. С. Методы восстановления работоспособности борцов при снижении массы тела. // Международная научно-практическая конференция, посвящённая 75-летию Победы в Великой Отечественной войне. Алматы, 2020. – С. 177–180.

7. Балтина А. С., Танирбергенов Е. Methods of special physical training of wrestlers. // Сборник научных статей молодых ученых «Физиологическое сопровождение тренировочного процесса и занятий физической культуры». Челябинск, Россия, 2020. – С. 262–265.

8. Балтина А. С., Калимолда А. Role and place planning wrestling. // Сборник научных статей молодых ученых «Физиологическое сопровождение тренировочного процесса и занятий физической культуры». Челябинск, Россия, 2020. – С. 283–286.

9. Кадесов Б. Е., Балтина А. С. Методика развития скоростно-силовых способностей спортсменов. // «Инновационная экономика и современная наука»: материалы международной научно-практической конференции. Саратов: Издательство ЦПМ «Академия бизнеса», 2022. – С. 140.

10. Рыскелды Б. Б., Балтина А. С. \*Содержание подготовки борцов по специальной физической подготовке. // «Инновационная экономика и современная наука»: материалы международной научно-практической конференции. Саратов: Издательство ЦПМ «Академия бизнеса», 2022. – С. 140.

11. Балтина А. С., Искаков Т. Б., Сабырбекова Л. А. Совершенствование специальных физических качеств девушек, занимающихся дзюдо. // III Международный форум «Физическая культура, спорт, туризм, приоритетные направления педагогики и науки». Алматы, 10–11 апреля 2025 г. – С. 177–180.

12. Балтина А. С., Искаков Т. Б. Учебно-тренировочный процесс по дзюдо для детей и подростков. // Учебно-методическое пособие. Алматы: КазСТА, 2025. – 76 с.

## ABSTRACT

Dissertation for the degree of Doctor of Philosophy (PhD) in the specialty  
8D01401 (6D010800) – Physical Culture and Sports  
«Organization of the training process for young judokas aged 13–15»  
Baltina Altynay Saparovna

**Relevance of the research topic.** Currently, one of the priority directions for sports development in Kazakhstan is the systematic promotion of mass and Olympic sports among youth, including judo. Comprehensive efforts are being carried out in the country to improve sports infrastructure, strengthen the material and technical base of youth sports schools and clubs, and enhance the professional training of coaches. This process requires scientifically grounded methodological solutions aimed at increasing the effectiveness of long-term athlete development systems.

Across Kazakhstan, there are 510 youth sports schools and 2,582 judo sections, with over 87,000 individuals regularly practicing judo. At the international level, more than 20 million people are engaged in this sport. However, the current scientific literature does not sufficiently address some important aspects of training methods for adolescents. The rapid development of judo necessitates the search for effective methods and approaches from the early stages of the training process.

A review of the scientific literature shows that most judo studies focus on athletes' competition readiness, physical and psychological development, and the teaching of techniques and tactics. Nevertheless, issues related to the selection of adolescents aged 13–15 for initial training groups and the organization of their training process remain insufficiently studied.

This age period is a sensitive stage in which the foundations of technical-tactical mastery are laid, and both the motor system and psychological characteristics develop intensively. During this time, coordination, speed-strength abilities, balance, and spatial orientation systems develop rapidly, while the acquisition of technical-tactical actions and competitive decision-making skills also takes place.

Therefore, there is a need to organize the training process for judo athletes aged 13–15 according to their age characteristics, and to develop a scientifically grounded activity-based approach. Such an approach should aim to effectively develop motor experience, reflection, and the ability to master techniques and tactics.

**Purpose of the study:** to identify the theoretical foundations for the effective organization of the training process of adolescent judokas aged 13–15 and to experimentally verify the developed program.

**Research objectives:**

1. to determine the set of factors influencing the effectiveness of technical and tactical training of adolescent judokas aged 13–15, as well as to theoretically substantiate the need to improve the training process based on scientific and scientific-methodological evidence;

2. to determine the research methodology of the training process used and recommended for the technical and tactical training of adolescent judokas;

3. to identify pedagogical approaches to organizing the training process of adolescent judokas aged 13–15 during the stage of sports specialization;

4. to develop a program for organizing the technical and tactical training of adolescent judokas aged 13–15, experimentally demonstrate its effectiveness, and prepare recommendations based on the substantiation.

**Research methods:** Theoretical methods: analysis of psychological, pedagogical, and sport-methodological literature on the research problem;

Empirical methods: observation, interview, questionnaire, pedagogical experiment, testing, measurement of athletes' technical-tactical and physical indicators;

Mathematical-statistical methods: descriptive statistics, mean values, percentages, and Student's t-test were used to assess the statistical significance of differences.

**Key principles proposed for defense:** 1. An improved version of the sport training standard for judo has been developed and implemented in practice. This version introduces content and methodological enhancements to the training system of adolescent judokas aged 13–15, and identifies ways to improve the features of training and educational processes at the initial stages of preparation.

2. The creation of a technical-tactical training space in judo allows for reducing the gap between a young athlete's motor actions and their personal development. Such a space requires consideration of the harmony between external factors (environment, conditions, load) and internal factors (individual abilities, psychological and physical potential) that affect the interaction between athlete and coach, as well as the quality of mastering motor skills.

3. The effectiveness of the developed training program was experimentally demonstrated. Comprehensive consideration of general, specialized, and psychological preparation parameters of adolescent judokas aged 13–15 accelerated the development of their technical-tactical skills and improved performance outcomes.

**Main results of the study:** Result 1. The key factors influencing the effectiveness of technical and tactical training of adolescent judokas aged 13–15 were identified, and the need to improve the training process was substantiated based on scientific and methodological evidence.

Result 2. An effective methodology for studying the training process used and recommended in the technical-tactical preparation of adolescent judokas was determined.

Result 3. Pedagogical approaches to organizing the training process for judokas aged 13–15 during the stage of sports specialization were identified, and their components and organizational features were clarified.

Result 4. A technical-tactical training program for adolescent judokas aged 13–15 was developed, its effectiveness was experimentally demonstrated, and scientifically based recommendations were prepared.

## **Contribution of the doctoral student to the preparation of published articles:**

1. In a Scopus-indexed journal:

A. Baltina, T. Iskakov, T. Konaev, T. Akhmadiyev, N. Yerepbayev. Organization of the training process of young judoists. *Cypriot Journal of Educational Sciences*. – 2022. – Vol. 17, Iss. 5. – P. 1622–1630. Scopus percentile – 36.

Authors' contribution: work idea, conducting research, data collection and processing, writing the article – A. S. Baltina; consulting and article editing – T. B. Iskakov, T. M. Konaev, M. S. Irgebayev; preparation of material for theoretical analysis – T. M. Akhmadiyev.

2. In journals recommended by RK MES:

Baltina A. S., Iskakov T. B. Theory and methodology of physical education. Modern approaches to organizing the training process of young judoists. // *Scientific-Theoretical Journal*. Almaty, 2019. – № 3(57). – P. 115–122.

3. Baltina A. S., Iskakov T. B., Eskalieva M. Z., Zhünisbek D. N., Duskaeva N. S. Review and analysis of scientific works by Kazakh specialists on judo. // *Scientific-Theoretical Journal*. Almaty, 2019. – № 4(58). – P. 105–114.

4. Baltina A. S., Iskakov T. B. Considering psychological features in the training process of young judoists aged 13–15. // *Khabarshy: Scientific-Theoretical Journal, Psychology*. Almaty, 2021. – № 4(69). – P. 52–59.

5. Baltina A. S., Iskakov T. B. Improving speed-strength training of judoists aged 13–15. // IX International Scientific Conference of Athletes and Young Scientists «University Sport: Health and National Development», dedicated to the 75th anniversary of Kazakh Academy of Sport and Tourism. Almaty, 2019. – P. 130–133.

6. Baltina A. S., Zheleubayeva Zh. E., Ospanova M. S. Methods for restoring wrestlers' work capacity during weight reduction. // International Scientific-Practical Conference dedicated to the 75th anniversary of Victory in the Great Patriotic War. Almaty, 2020. – P. 177–180.

7. Baltina A. S., Tanirbergenov E. Methods of special physical training of wrestlers. // Collection of scientific articles of young scientists «Physiological support of the training process and physical education». Chelyabinsk, Russia, 2020. – P. 262–265.

8. Baltina A. S., Kalimolda A. Role and place planning wrestling. // Collection of scientific articles of young scientists «Physiological support of the training process and physical education». Chelyabinsk, Russia, 2020. – P. 283–286.

9. Kadesov B. E., Baltina A. S. Methodology for developing speed-strength abilities of athletes. // «Innovation, Economy and Modern Science»: materials of the International Scientific-Practical Conference. Saratov: CPM Publishing «Business Academy», 2022. – P. 140.

10. Ryskeldu B. B., Baltina A. S. \*Content of special physical training for wrestlers. // «Innovation, Economy and Modern Science»: materials of the

International Scientific-Practical Conference. Saratov: CPM Publishing «Business Academy», 2022. – P. 140.

11. Baltina A. S., Iskakov T. B., Sabyrbekova L. A. Improvement of special physical qualities of girls practicing judo. // III International Forum «Physical Culture, Sport, Tourism, Priority Scientific-Pedagogical Directions». Almaty, April 10–11, 2025. – P. 177–180.

12. Baltina A. S., Iskakov T. B. Training process in judo for children and adolescents. // Educational-Methodical Manual. Almaty: KazSTA, 2025. – 76 pp.