

13.00.04 Теория и методика физического воспитания

Научная статья

УДК 372.879.6

<https://doi.org/10.37493/2307-907X.2023.5.19>

О ЗНАЧЕНИИ НАЦИОНАЛЬНЫХ ВИДОВ СПОРТИВНЫХ ЕДИНОБОРСТВ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ ЮНОШЕЙ

Тимурлан Джагафарович Байтоков¹, Рашид Хамидбиевич Джанкезов^{2*},
Казим Джашауевич Ортабаев³

^{1, 2, 3} Карачаево-Черкесский государственный университет имени У. Д. Алиева (д. 29, ул. Ленина, Карачаевск, 369202, Российская Федерация)

¹ baitokovtimurlan@jmail.ru

² rashid.jankezov@yandex.ru

³ kazim.ortabaev@mail.ru

* Автор, ответственный за переписку

Аннотация. Введение. В условиях необходимости реализации положений Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации до 2030 года приобретает особую важность исследование региональных культурно-исторических, инфраструктурных, ландшафтных и иных особенностей в контексте дальнейшего развития физической культуры и спорта. Цель – показать роль и значение национальных видов спортивных единоборств в деле физического воспитания юношей на примере карачаевской национальной борьбы на поясах. **Материалы и методы.** Исследование основывается на культурно-историческом, этноспортивном, системно-деятельностном методологических подходах, а также сравнении, обобщении и анализе полученных результатов. **Результаты и обсуждение.** Показаны особенности и роль национальной борьбы на поясах как наиболее популярного вида традиционных единоборств в народной физической культуре карачаевцев. На основании проведенного эксперимента авторами утверждается целесообразность включения упражнений, используемых в процессе физической подготовки борцов на поясах, в содержание физического воспитания юношей. **Заключение.** По итогам проведенного исследования можно сделать вывод о том, что включение элементов физической подготовки, практикуемых в карачаевской борьбе на поясах, а также развивающего потенциала других этноспортивных дисциплин в процесс физического воспитания юношей может служить дальнейшему развитию региональных образовательных программ физического воспитания, росту физкультурно-массовой работы, популяризации здорового образа жизни среди жителей и гостей Карачаево-Черкесской Республики, приращению научного знания в области использования развивающего потенциала этноспорта в процессе физического воспитания молодежи. Новизна исследования состоит в том, что впервые рассмотрены возможности использования элементов физической подготовки борцов, занимающихся карачаевской борьбой на поясах, в практике городского и сельского общеобразовательных учреждений республики как средства физического воспитания юношей.

Ключевые слова: физическое воспитание, национальная борьба, традиции, современность, проблемы, решения
Для цитирования: Байтоков Т. Д., Джанкезов Р. Х., Ортабаев К. Д. О значении национальных видов спортивных единоборств в физическом воспитании юношей // Вестник Северо-Кавказского федерального университета. 2023. № 5 (98). С. 165–171. <https://doi.org/10.37493/2307-907X.2023.5.19>

Конфликт интересов: авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

Статья поступила в редакцию 12.06.2023;

одобрена после рецензирования 10.06.23;

принята к публикации 21.06.2023.

Research article

ON THE IMPORTANCE OF NATIONAL TYPES OF MARTIAL ARTS IN PHYSICAL EDUCATION OF THE YOUTH

Timurlan D. Baytokov¹, Rashid Kh. Dzhankezo^{2*}, Kazim D. Ortabaev³

^{1, 2, 3} Karachay-Cherkess State University named after U. D. Aliyev (29, Lenin St., Karachaevesk, 369202, Russian Federation)

¹ baitokovtimurlan@jmail.ru

² rashid.jankezov@yandex.ru

³ kazim.ortabaev@mail.ru

* Corresponding author

Abstract. Introduction. In the context of the need to implement the provisions of the Strategy for the Development of Physical Culture and Sports in the Russian Federation until 2030, the study of regional cultural, historical, infrastructural, landscape and other features in the context of the further development of physical culture and sports becomes particularly important. Goal.

© Байтоков Т. Д., Джанкезов Р. Х.,
Ортабаев К. Д., 2023

*The purpose of the article is to show the role and importance of national types of martial arts in the physical education of young men by the example of Karachay national belt wrestling. **Materials and methods.** The research is based on cultural-historical, ethno-sports, system-activity methodological approaches, as well as comparison, generalization and analysis of the results obtained. **Results and discussion.** The article shows the features and role of national belt wrestling as the most popular type of traditional martial arts in the folk physical culture of the Karachay. Based on the experiment, the authors prove the feasibility of including exercises used in the process of physical training of belt wrestlers in the content of physical education for young men. **Conclusion.** Based on the results of the study, we can conclude that the inclusion of elements of physical training practiced in Karachay belt wrestling, as well as the developmental potential of other ethno-sports disciplines in the process of physical education of young men can serve the further development of regional educational programs of physical education, the growth of physical education and mass work, popularizing a healthy lifestyle among residents and guests of the Karachay-Cherkess Republic, increasing scientific knowledge in the field of using the developmental potential of ethnosports in the process of physical education of youth. The novelty of the research lies in the fact that for the first time the possibilities of using elements of physical training of wrestlers engaged in Karachay belt wrestling in the practice of urban and rural educational institutions of the republic as a means of physical education of young men have been considered.*

Keywords: physical education, national wrestling, traditions, modernity, problems, solutions

For citation: Baytakov T.D., Dzhankezev R.Kh., Ortabaev K.D. On the importance of national types of martial arts in physical education of the youth. Newsletter of the North-Caucasus Federal University. 2023; 5 (98): 165–171. <https://doi.org/10.37493/2307-907X.2023.5.19>

Conflict of interest: the authors declare no conflict of interest.

The article was received by the editor 12.06.2023;

approved after review 10.06.2023;

accepted for publication 21.06.2023.

Введение / Introduction. В известных авторам статьи публикациях, посвященных возрождению и развитию национальных систем физического воспитания народов Российской Федерации, [1–5], недостаточно освещены роль и значение национальных видов спортивных единоборств в процессе физического воспитания юношей. Стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации до 2030 года декларирует целесообразность учета региональных культурно-исторических, инфраструктурных, ландшафтных и иных особенностей в развитии физической культуры и спорта. Стратегия также указывает на необходимость устойчивого межотраслевого и межведомственного взаимодействия, последовательной координации деятельности всех заинтересованных федеральных и региональных органов исполнительной власти, учреждений местного самоуправления, общественных, научных и образовательных организаций, институтов гражданского общества и экспертного сообщества в деле физического воспитания российской молодежи [6; 7]. В настоящее время повышение культуросообразности российского образования, в частности в аспекте педагогического обращения к потенциалу народных средств физического воспитания, приобретает особую актуальность в связи с современными внешними вызовами, несущими угрозу территориальной целостности, устойчивому социально-экономическому развитию физическому и духовному здоровью народов Российской Федерации. Защита нашей государственно-сти, создание условий для устойчивого социально-экономического развития общества требуют воспитания физически развитых поколений россиян, обладающих высокими морально-волевыми качествами и являющихся носителями традиционной культуры многонационального российского народа, объединенного в единую политическую нацию на основе общей истории, культурных ценностей, мировоззрения и любви к Родине.

По мнению авторов статьи, сотрудничество и сотворчество различных государственных, муниципальных учреждений, формальных и неформальных спортивных обществ является основой для дальнейшего развития народной физической культуры, совершенствования физкультурно-оздоровительной, спортивно-массовой работы с молодежью. Одним из актуальных направлений взаимодействия вышеназванных институтов общества является реализация воспитательного потенциала традиционной физической культуры народов России, в частности национальных видов спортивных единоборств, одной из которых является борьба на поясах, пользующаяся популярностью во многих регионах России. О распространенности данного вида единоборств свидетельствует обширная география участников соревнований по борьбе на поясах. Начиная с 2002 года в Российской Федерации регулярно проводятся чемпионаты мира по национальной борьбе, в которых представлены большинство субъектов страны.

Материалы и методы / Materials and methods. Методологическая диспозиция исследования основывается на культурно-историческом, этноспортивном, системно-деятельностном подходах. Культурно-исторический подход дает основания рассматривать национальные виды спорта, в частности карачаевскую борьбу на поясах, в контексте исторических и культурных особенностей этноса. Этноспортивный подход позволяет рассматривать карачаевскую борьбу на поясах в едином контексте национальных видов спорта. Системно-деятельностный подход дает возможность выделить основные результаты исследования.

В ходе решения поставленных авторами исследовательских задач использовались методы сравнения и обобщения, позволяющие проанализировать и оценить результаты проведенного авторами эксперимента.

Результаты и обсуждение / Results and discussion. Обращение к воспитательному потенциалу национальных видов спортивных единоборств, в данном случае борьбы на поясах, как к средству эффективного физического воспитания молодежи в субъектах нашей страны требует знания региональных особенностей, обусловленных культурной спецификой того или иного субъекта России. В качестве примера рассмотрим использование карачаевской борьбы на поясах в деле физического воспитания юношей Карачаево-Черкесии. Сущностной особенностью физического воспитания юношей в народной педагогике карачаевцев является его сочетание с трудовым и духовно-нравственным воспитанием [8, с. 41]. Так, например, одним из наиболее эффективных народных средств воспитания физических и морально-волевых качеств являются занятия национальной борьбой на поясах.

Рассмотрим значение карачаевской национальной борьбы на поясах, культивируемой в Карачаево-Черкесской республике, в деле физического воспитания юношей.

Целью исследования воспитательного потенциала национальных видов физической культуры, в частности карачаевской борьбы на поясах, в процессе физического воспитания юношей является содействие сохранению и развитию традиционной культуры физического воспитания народов Карачаево-Черкесии, достижение непрерывного сотрудничества различных государственных, муниципальных учреждений, формальных и неформальных спортивных обществ, направленной на возрождение народной физической культуры, совершенствование культурособразности физкультурно-оздоровительной, спортивно-массовой работы с российской молодежью на основе реализации развивающего потенциала традиционной физической культуры. По мнению авторов статьи, условиями достижения указанной цели являются:

- взаимодействие различных государственных, муниципальных, учреждений республики, а также общественных организаций и объединений различного уровня, типа и формы организации;
- сотворчество социальных институтов Карачаево-Черкесии в возрождении традиционных средств, форм и методов культуры физического воспитания;
- создание при учреждениях науки и образования республики образовательных площадок для соответствующей профессиональной подготовки и переподготовки физкультурно-педагогических кадров;
- развитие массовости и совершенствования качественных характеристик молодежных спортивно-массовых, физкультурно-оздоровительных проектов в Карачаево-Черкесии.

Заслуженный тренер СССР С. А. Преображенский, который был частым гостем в Карачаево-Черкесии, справедливо отмечал: «Нет любимее для большинства горцев Северного Кавказа спорта, чем борьба, разве только скачки да игры на конях могут соперничать с этой потехой богатырской». Национальная борьба занимает особое место в истории и культуре карачаевцев, равно как и у иных народов России. В тысячелетнем нартском эпосе, повествующем о подвигах предков карачаевцев есть сюжеты, связанные с борьбой, а на некоторых древних артефактах, найденных на территории Карачая, изображены сцены борющихся воинов. Отдавая должное уникальности

и результативности приемов национальной борьбы Сергей Андреевич Преображенский писал: «В национальной (карачаевской) борьбе немало своеобразных приемов, секреты которых передаются от одного чемпиона к другому, от отца к сыну. Своеобразие и эффективность их таковы, что многие мастера борьбы классического и вольного стиля, а также самбисты и дзюдоисты, пытавшиеся оспаривать победы в национальной борьбе... терпели поражение...» [9, с. 86].

Остановимся на некоторых технических особенностях физического воспитания юношей на основе национальной карачаевской борьбы на поясах. Известны случаи, когда карачаевцы начинают обучать мальчиков азам национальной борьбы с 4–6 лет. Первыми наставниками обычно являются отцы и старшие братья. В каждой семье есть свои секреты борьбы, которые передаются из поколения в поколение, а основным средством совершенствования борцовских навыков и формирования морально-волевых качеств являются соревнования, регулярно устраиваемые между мальчиками и юношами за первенство улицы, квартала, села, города, района, республики. Обычно сдержанные отцы и другие старшие родственники юных борцов остро переживают успехи и неудачи соревнующихся юношей, находят способы поощрить победу и, напротив, жестко наказать за проявленную слабость. Вот как об этом пишет известная карачаевская писательница и поэтесса Х. Байрамукова в повести «Вечные всадники»: «За борьбой наблюдала вся улица... Когда противник Солтана положил его на лопатки. Абдул потемнел, нахмурился... Дома Абдул молча отхлестал плеткой Солтана по ногам, которые не удержали его во время состязаний» [10, с. 10]. Успехи в борьбе невозможны без основательной физической подготовки и неукротимой воли к победе, и карачаевцы уделяют им достаточное внимание. В каждом дворе есть спортивный уголок, часто оборудованный самодельным спортивным инвентарем, но главным средством физического воспитания юношей был и остается регулярный посильный труд, связанный с традиционными видами занятий, такими как разведение мелкого и крупного рогатого скота, коневодство, заготовка кормов в высокогорье, которые в последние десятилетия активно возрождаются и развиваются.

Успешное использование национальных видов физической культуры, в частности карачаевской борьбы на поясах, в процессе физического воспитания юношей, диктует необходимость соответствующей подготовки и переподготовки педагогов учреждений среднего образования, преподавателей высшей школы, а также тренерского состава спортивных школ Карачаево-Черкесии. Базовыми центрами осуществления данной работы являются Карачаево-Черкесский государственный университет, при котором функционирует факультет повышения квалификации и профессиональной переподготовки специалистов (ФПКППС), а также Республиканский институт подготовки и переподготовки педагогических кадров.

Дальнейшее исследование народной физической культуры, традиций физического воспитания, регулярный мониторинг эффективности использования этноспорта в повышении уровня физической подготовленности молодежи региона являются предметом научных изысканий профессорско-преподавательского состава учреждений науки и образования республики. В данном контексте авторами статьи в 2021 / 2022 учебном году проведен эксперимент, в котором приняли участие юноши – учащиеся 11-х классов сельской и городской школ Карачаевского района Карачаево-Черкесии в возрасте 17 лет в количестве 104 человек. Эксперимент ставил целью выявить степень эффективности использования национальной борьбы на поясах в повышении уровня физической подготовленности юношей. Следует подчеркнуть, что гендерная ограниченность эксперимента, однако, не исключает дальнейшей адаптации и использования его содержания и результатов в процессе физической подготовки девушек. Содержание эксперимента строилось на том, что средством развития и дальнейшего совершенствования физических качеств в экспериментальной группе юношей являлись элементы физической подготовки борцов на поясах, тогда как в контрольной группе использовались элементы и упражнения из олимпийских видов спорта: тяжелой атлетики и спортивной гимнастики, отвечающие возрастным особенностям обучающихся. Отметим, что занятия карачаевской национальной борьбой на поясах требует хорошей

силовой подготовки, так как ориентированы на проведение бросков и других технических действий, предполагающих приподнятие и рывки к себе активно сопротивляющегося противника. Так, у юношей экспериментального класса сельской школы, в течение учебного года наблюдался прирост результатов в следующих упражнениях, которые являются базовыми в подготовке карачаевских борцов на поясах, включавших помимо отработки некоторых приемов национальной борьбы на поясах, направленных на развитие силы и силовой выносливости, подтягивания на перекладине (обычным, широким и узким хватом) – 10–15 раз до эксперимента и 17–25 раз после эксперимента; толкание камня весом в 5 кг – 5–7 метров до эксперимента и 7–8 метров после него; рывок гирь весом в 16 кг двумя руками – 5–8 раз до эксперимента и 10–15 раз после эксперимента; поднятие к груди и перенос мешка с грузом весом в 15 кг на максимально возможную дальность в течение одной минуты – от 23 до 50 м до эксперимента и от 67 до 84 м после эксперимента. В контрольном классе рост показателей силовой подготовленности отмечался на уровне, характерном для занимающихся силовыми видами спорта начинающих спортсменов, показатели прироста которых не имеют интенсивного характера.

Обучающиеся городской школы из экспериментального класса также показали прирост в подтягиваниях на перекладине (обычным, широким и узким хватом) – 8–13 раз до эксперимента и 16–20 раз после эксперимента; толкание камня весом в 5 кг – 4–7 метров до эксперимента и 5–8 метров после эксперимента; рывок гирь весом в 16 кг двумя руками – 5–6 раз до эксперимента и 11–13 раз после эксперимента; поднятие к груди и перенос мешка с грузом весом в 15 кг на максимально возможную дальность в течение одной минуты – от 20 до 30 м до эксперимента и от 63 до 85 м после эксперимента. В контрольном классе городской школы, так же как и в сельской, рост показателей силовой подготовленности юношей отмечался на уровне, характерном для занимающихся силовыми видами спорта начинающих спортсменов, показатели прироста которых однако не имеют интенсивного характера.

Наблюдение за учащимися экспериментальной группы показало эффективность таких традиционных мотивирующих и стимулирующих мер физической подготовки юношей, построенной на элементах силовой подготовки борцов на поясах, как: оповещение родителей и старших родственников обучающихся об их успехах и неудачах; публичное награждение; проявление уважения и признательности к юношам, проявившим волю к победе и показавшим лучшие результаты, а также к их родителям. Значительный мотивирующий эффект имели мастер-классы именитых мастеров национальной борьбы на поясах. Работая с экспериментальной группой, педагоги всемерно поощряли стремление обучающихся повысить уровень воспитанности физических качеств, создавая условия для дополнительных и самостоятельных занятий по общефизической подготовке по методике борцов на поясах.

Вместе с тем мы обратили внимание учеников на некоторые технические особенности национальной борьбы на поясах, демонстрирующие мудрость народной системы физического воспитания. Например, значительно снизить и даже исключить травмы во время схваток борющихся на земле без какого-либо покрытия борцов помогает непреложное условие борьбы на поясах, запрещающее ослаблять захват во время схватки. Таким образом, выполнивший бросок борец страхует противника от травмы удерживая захват пояса. Другой особенностью соревнований по национальной борьбе на поясах является то, что каждую схватку предваряет зажигательная лезгинка в исполнении самих спортсменов и симпатии зрителей во время борьбы на стороне наиболее умелых быстрых и ловких танцоров.

Анализ проведенного авторами статьи эксперимента, направленного на совершенствование физических качеств юношей на методике физической подготовки борцов на поясах в условиях сельской и городской школ Карачаевского района КЧР, показал наличие лучших результатов у обучающихся сельской школы, которые, живя в монокультурной сельской среде, ближе знакомы с традиционными средствами и методами физического воспитания, привычны к физическому труду.

Результаты проведенного эксперимента позволяют указать на целесообразность обращения к развивающему потенциалу карачаевской борьбы на поясах в физическом воспитании юношей.

На наш взгляд, площадкой для дальнейшего научного исследования и сопровождения деятельности, направленной на трансляцию развивающего потенциала национальных видов спортивных единоборств, в частности карачаевской борьбы на поясах, могут служить массовые мероприятия этноспортивного характера, позволяющие совершенствовать содержание и методологию осуществляемой работы. Например, в Карачаево-Черкесии в течение многих лет вплоть до последнего времени проводился турнир по национальной борьбе на поясах, посвященный памяти Героя Советского Союза Османа Касаева, в котором принимали активное участие атлеты, представлявшие не только различные регионы России, но также страны ближнего и дальнего зарубежья.

Заключение / Conclusion. Реализация воспитательного потенциала такого популярного вида традиционных народных единоборств, как борьба на поясах, в процессе физического воспитания юношей может служить решению следующих более широких задач:

- развитию образовательных программ физического воспитания;
- росту популярности физкультурно-массовой работы, реализуемой в области этноспорта и народной физической культуры;
- поддержке инициатив общественных, частных, формальных и неформальных организаций и объединений, направленных на популяризацию национальной борьбы на поясах и других видов этноспорта;
- расширению и совершенствованию деятельности государственных и муниципальных учреждений, а также общественных организаций и спортивных обществ, направленной на популяризацию здорового образа жизни среди жителей и гостей региона;
- привлечению широкой общественности к решению проблем использования развивающего потенциала национальных видов спорта в физическом, духовно-нравственном, гражданско-патриотическом воспитании молодежи;
- наращиванию качества и количества научных исследований, посвященных выявлению и решению проблем, связанных с возрождением национальных видов единоборств и иных компонентов этноспорта в контексте физического и духовно-нравственного развития подрастающих поколений.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Аслаханов С.-А. М. Детские подвижные игры, физические упражнения. Элиста, 2008. 160 с.
2. Былеева Л. В., Григорьев В. М. Игры народов СССР. М.: Физкультура и спорт, 1985. 269 с.
3. Войнар Ю. Подготовка физкультурных кадров. Традиции, реалии, перспективы. СПб.: РГПУ им. А. И. Герцена, 2000. 228 с.
4. Виленский М. Я. Физическая культура в образовании и науке. М., 2013. 288 с.
5. Кыласов А. В., Истягина-Елисеева Е. А. Игровые традиции народов – культурная основа российского спорта. М., 2012. 52 с.
6. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года: утверждена распоряжением Правительства РФ от 25 мая 2015 года № 996-р. URL: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/70957260/> (дата обращения: 24.03.2021).
7. Стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации до 2030 года: утверждена распоряжением правительства РФ от 24 ноября 2020 года 3081-р. URL: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/74866492/> (дата обращения: 24.03.2021).
8. Куштерова Ф. Т. Воспитание семьянина в народной педагогике карачаевцев. Ставрополь: КЧГПУ, 2000. 192 с.
9. Преображенский С. А. Истоки мастерства // Спортивная борьба: ежегодник. М.: Физкультура и спорт, 1984. С. 86.
10. Байрамукова Х. Б. Вечные всадники. М.: Детская литература, 1977. 158 с.

REFERENCES

1. Aslakhonov S.-A. M. Children's outdoor games, physical exercises. Elista, 2008. 160 p. (In Russ.).
2. Byleeva L. V., Grigoriev V. M. Games of the Peoples of the USSR. M.: Physical culture and sport, 1985. 269 p. (In Russ.).
3. Voinar Yu. Training of physical education personnel. Traditions, realities, prospects. SPb.: RGPU im. A. I. Herzen, 2000. 228 p. (In Russ.).
4. Vilensky M. Ya. Physical culture in education and science. M., 2013. 288 p. (In Russ.).
5. Kylasov A. V., Istyagina-Eliseeva E. A. Gaming traditions of peoples – the cultural basis of Russian sports. M., 2012. 52 p. (In Russ.).
6. Strategy for the development of education in the Russian Federation for the period until 2025. Approved by Decree of the Government of the Russian Federation dated May 25, 2015 No. 996-r. URL: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/70957260/> (date of access: 03/24/2021).
7. Strategy for the development of physical culture and sports in the Russian Federation until 2030. Approved by order of the Government of the Russian Federation of November 24, 2020 No. 3081-r. URL: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/74866492/> (date of access: 03/24/2021).
8. Kushcheterova F. T. Raising a family man in Karachay folk pedagogy. Stavropol: KChGPU, 2000. 192 p. (In Russ.).
9. Preobrazhensky S. A. The origins of mastery. Wrestling: the yearbook. M.: Physical culture and sport, Moscow, 1984. P. 86. (In Russ.).
10. Bayramukova Kh. B. Eternal horsemen. M.: Children's literature, 1977. 158 p. (In Russ.).

ИНФОРМАЦИЯ ОБ АВТОРАХ

Тимурлан Джагафарович Байтоков, ассистент кафедры физической культуры и общественного здоровья Карачаево-Черкесского государственного университета имени У. Д. Алиева.

Рашид Хамидбиевич Джанкезов, старший преподаватель кафедры физической культуры и общественного здоровья Карачаево-Черкесского государственного университета имени У. Д. Алиева.

Казим Джашиауевич Ортабаев, старший преподаватель кафедры физической культуры и общественного здоровья Карачаево-Черкесского государственного университета имени У. Д. Алиева.

ВКЛАД АВТОРОВ

Тимурлан Джагафарович Байтоков. Проведение исследования – сбор, интерпретация и анализ полученных данных.

Рашид Хамидбиевич Джанкезов. Проведение исследования – сбор, интерпретация и анализ полученных данных. Утверждение окончательного варианта – принятие ответственности за все аспекты работы, целостность всех частей статьи и ее окончательный вариант.

Казим Джашиауевич Ортабаев. Проведение исследования – сбор, интерпретация и анализ полученных данных. Подготовка и редактирование текста – составление черновика рукописи и формирование его окончательного варианта, участие в научном дизайне.

INFORMATION ABOUT THE AUTHORS

Timurlan D. Baytokov, Assistant of the Department of Physical Culture and Public Health of Karachay-Cherkess State University named after U. D. Aliyev.

Rashid Kh. Dzhankeзов, Senior Lecturer at the Department of Physical Culture and Public Health of the U.D. Aliyev Karachay-Cherkess State University.

Kazim D. Ortabaev, Senior lecturer of the Department of Physical Culture and Public Health of Karachay-Cherkess State University named after U. D. Aliyev.

CONTRIBUTION OF THE AUTHORS:

Timurlan D. Baytokov. Conducting research – collection, interpretation and analysis of the data obtained.

Rashid Kh. Dzhankeзов. Research – collection, interpretation and analysis of the data obtained. Approval of the final version – taking responsibility for all aspects of the work, the integrity of all parts of the article and its final version.

Kazim D. Ortabaev. Research – collection, interpretation and analysis of the data obtained. Preparation and editing of the text – drafting of the manuscript and the formation of its final version, participation in scientific design.